

ESTUDIO DE LA DOCTORA ROSA ORTEGA

Los beneficios del pan para los niños

Según un estudio sobre hábitos alimenticios dirigido por la doctora **Rosa Ortega**, catedrática de Nutrición de la Universidad Complutense de Madrid, el consumo de pan en los niños tiene efectos mucho más positivos de lo que generalmente se piensa. En un estudio realizado con 500 escolares españoles, se ha visto que los niños que consumen más pan presentan un menor porcentaje de sobrepeso y obesidad y una ingesta más adecuada de nutrientes.

Además, tienen dietas más equilibradas, poseen un menor índice de masa corporal y registran mejores indicaciones de riesgo cardiovascular que los que comen menos.



Por otro lado, dentro de la campaña 'Pan cada día' se presentó en Toledo la guía 'El pan en la alimentación saludable del niño'. Esta publicación será distribuida a los padres de la asociación CONCAPA, para que tengan a mano una completa información nutricional y una serie de recomendaciones que permitirá a sus hijos adquirir unos hábitos dietéticos saludables desde los primeros años de vida.

Entre estas recomendaciones se encuentra incluir una ración de pan (40-60 gramos) en cada una de las comidas para aportar al menor todos los nutrientes necesarios para mantener una dieta equilibrada. Y es que el pan es una fuente muy importante de hidratos de carbono, nutriente esencial que proporciona a nuestro organismo la energía que necesita, contribuye al mantenimiento de la actividad muscular, mejora la actividad cerebral y el sistema nervioso, el metabolismo de las grasas e impide la degradación de las proteínas como fuente de energía.

La guía recuerda que la familia juega un papel muy importante para conseguir entre los niños una dieta equilibrada. ■

PUESTO EN MARCHA POR EL SESCAM

El programa Catalejo de seguridad, mejor proyecto innovador en Telecomunicaciones

La Asociación Castellano-Manchega de Ingenieros Técnicos en Tecnologías de la Información y las Telecomunicaciones (ITACA) ha distinguido con el premio al proyecto innovador en Telecomunicaciones al programa Catalejo, desarrollado por el Gobierno regional, a través del SESCAM, para reforzar las medidas de seguridad de los centros sanitarios de la comunidad autónoma.

El secretario general del SESCAM, **José Antonio del Ama**, recogió este galardón que se entregó el Día Internacional de las Telecomunicaciones.

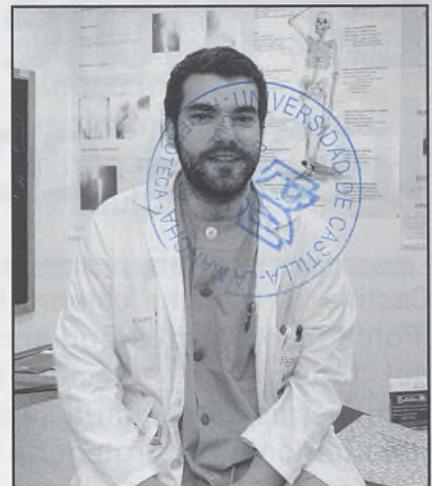
El proyecto Catalejo viene a complementar las medidas incluidas dentro del Plan Director de Seguridad Corporativa y de Protección del Patrimonio, el Plan Perseo, iniciativa con la que se pretende abordar el problema de la violencia y las agresiones en el ámbito de los centros sanitarios de la región.

El SESCAM empezó a diseñar el proyecto Catalejo en el año 2007, como método disuasorio, preventivo y correctivo ante hechos delictivos o conflictivos y para garantizar la seguridad de los pacientes, empleados y usuarios, así como la de los bienes y propiedades de los Centros de Salud y Consultorios.

El Gobierno de Castilla-La Mancha ha destinado una inversión superior a los 8 millones de euros a la financiación de este proyecto durante un periodo de cuatro años. Actualmente está implantado en los 193 centros de salud y 25 grandes consultorios incluidos en el proyecto. ■

TRAUMATOLOGÍA

Premio al doctor García Prieto



Esteban García Prieto, médico residente de segundo año en el servicio de Traumatología y Ortopedia del Hospital Nuestra Señora del Prado, de Talavera, ha resultado galardonado con el premio a la mejor comunicación libre en el XIX Congreso de la Sociedad Castellano-Manchega de Traumatología y Ortopedia celebrado recientemente en Toledo.

El estudio presentado a este foro ha sido "Revisión de la cirugía de liberación del alerón externo como único acto quirúrgico", y para llevarlo a cabo García Prieto ha revisado las intervenciones realizadas en los dos últimos años en el hospital talaverano para tratar el dolor rotuliano anterior.

El síndrome rotuliano anterior es una patología más frecuente en mujeres jóvenes, cuyo principal síntoma es el dolor en la articulación de la rodilla al subir y bajar escaleras. El 90% de los casos diagnosticados mejora con la rehabilitación, sin necesidad de pasar por el quirófano. El resto sería tratado quirúrgicamente con esta cirugía, ampliamente indicada en estos casos y que se lleva a cabo mediante artroscopia.

Así, de la revisión de los 45 casos intervenidos en este periodo, se concluye que, pese a que en el 75% de los casos los resultados objetivos para los profesionales son buenos, el 60% de estos pacientes no están satisfechos y presentan algún tipo de dolor, por lo que habría que plantearse algún otro gesto quirúrgico añadido.