

(Coom...tacto)

"La lealtad es el compromiso para defender
lo que queremos y en lo que creemos."
Anónimo



Gerente General
Eleonora Ayala Benard

Comité Editorial
Pascual Estrada Garcés
Director Nacional de Atención

Héctor Eduardo Castro J.
Director Nacional de Calidad

Virgilio Barco Serna
Director Nacional de Contratación

Luis Fernando Otálvaro B.
Director Nacional de Salud
Pública

Queda prohibida la reproducción y la impresión total o parcial de los artículos en cualquier sistema electrónico sin permiso previo del editor, conforme a la ley, en los países signatarios de las convenciones panamericana e internacional del derecho de autor. El desarrollo de contenidos, entrevistas, afirmaciones y avisos de esta publicación obedecen exclusivamente a la política de comunicación médica del auspiciante y no necesariamente reflejan las opiniones o intereses de la casa editorial. Las firmas anunciantes se responsabilizan de la información que suministran en sus avisos..



Editor Médico
Sergio Beltrán López, M.D.
sergio.beltran@legis.com.co

Corrección de Estilo
Aicardo Sandoval

Fotografías
© 2008 JupiterImages Corporation

Diagramación
Luis Fernando Beltrán

EDITORIAL

El cuidado de la salud hace parte de los objetivos del milenio y de las prioridades de organizaciones como las Naciones Unidas, la Unicef y otras que, alineadas con la Organización Mundial de la Salud y la Organización Panamericana de la Salud, luchan para mejorar la calidad de vida de los seres humanos, sin importar su ideología, raza o condición social.

Coomeva Medicina Prepagada, dentro del contexto de sus políticas empresariales y de su misma esencia, tiene gran incidencia en el acontecer diario del país: influimos en el cuidado de cada uno de los usuarios que nos solicitan servicios de salud y, por ende, orientamos también a sus familias con actividades educativas desde el consultorio o a través de nuestras unidades asistenciales.

El reto diario de nuestra práctica profesional se puede complementar con la promoción de espacios de sana convivencia, donde involucramos el saber técnico con el saber vivencial en la orientación al usuario, con temas de promoción y prevención, didácticas acerca de los buenos hábitos que inciden directamente en el estado de salud de nuestros afiliados y las adecuadas prácticas médicas, asociadas a los procedimientos inherentes a nuestra razón social.

Se han desarrollado programas educativos que promueven comportamientos que ayudan a disminuir los factores de riesgo, con el objetivo de lograr nuevos estilos de vida y fomentar el autocuidado, ofreciendo actividades mensuales en nuestras unidades de Promoción y Prevención o con eventos alternos como "El Tren de la Salud Coomeva" que se llevó a cabo simultáneamente en 10 ciudades de Colombia, brindando actividades saludables para los niños y niñas afiliados a nuestro plan asociado.

De esta manera contribuimos al fortalecimiento de nuestra visión: "ser una empresa reconocida en soluciones integrales de salud en Colombia, con proyección internacional" y trabajamos positivamente en acciones que incidan en la salud pública de nuestro país.

Razones como las anteriores nos invitan a sumar esfuerzos y a multiplicar todas aquellas campañas y prácticas necesarias para garantizar que la población afiliada goce de buena salud y por alcanzar la satisfacción de nuestros usuarios.

Eleonora Ayala Benard

Gerente General

Coomeva Medicina Prepagada

CONTENIDO

PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN	PÁG. 2
ACTUALIDAD	PÁG. 3
MEDICINA BASADA EN LA EVIDENCIA	PÁGS. 4 y 5
MUNDO MÉDICO	PÁG. 6
COOMEVA M.P. EN CIFRAS	PÁG. 7



Alimentación saludable: ¿cómo prescribirla?

Uno de los temas más controvertidos con respecto a la salud general es la alimentación. Muchos son los consejos, las opiniones y las creencias, sin embargo, la heterogeneidad en estos conceptos permite hacer un llamado a los profesionales de la salud con el objetivo de emitir conceptos claros prácticos que generen alto impacto en la salud de la población general.

De hecho, este tipo de medidas, que a simple vista pueden parecer ligeras, representan un gran potencial sobre los parámetros de salud pública, generando conciencia de los estilos de vida saludables, tan escasos en estos tiempos de enfermedades crónicas y devastadoras. Así, la prescripción de una alimentación saludable a la población es una medida contundente en términos de prevención primaria, actuando en tres factores de riesgo altamente prevalentes en la población colombiana:

- Hipercolesterolemia.
- Hipertensión arterial.
- Sobrepeso/obesidad.

En principio, cada sujeto requiere una carga calórica particular, según su edad, actividad física y condición de salud. No obstante, en general se recomiendan:

- 1.600 calorías por día aproximadamente para mujeres sedentarias y algunos adultos mayores.
- 2.000-2.200 calorías por día aproximadamente para mujeres activas moderadamente y mujeres adolescentes.
- 2.500-2.800 calorías por día aproximadamente para hombres activos moderadamente y algunas mujeres muy activas.
- Debe insistirse en la concienciación sobre los efectos del consumo excesivo de carbohidratos, que genera un exceso energético que conlleva al sobrepeso, con sus respectivas consecuencias.
- Según la American Heart Association, se deben consumir cinco o más porciones de fruta o verduras frescas al día. Debido a la gran disponibilidad de este tipo de alimentos en nuestro país, esta recomendación cobra vital importancia.



- Es importante desaconsejar el uso de grasas de origen animal como herramienta frecuente de cocción de alimentos. Estas y las grasas hidrogenadas son altamente aterogénicas. También se debe tener en cuenta que cada gramo de grasa aporta nueve calorías, mientras que para las proteínas y los carbohidratos la cifra asciende a cuatro.
- Los alimentos de origen animal (carnes, aves, yemas de huevos, la mantequilla, queso, leche de grasa entera) son ricos en colesterol, por lo cual se deben consumir con moderación. Las carnes magras y los lácteos bajos en grasa son útiles al respecto. Para el caso de los huevos, se debe tener en cuenta que una unidad contiene cerca de 213 mg de colesterol, lo que corresponde a más del 70% de los requerimientos diarios, que se limitan a 300 mg al día.
- Finalmente, se debe estimular una alimentación variada para asegurar el aporte necesario de macro y micronutrientes.

REFERENCIAS

1. American Heart Association. ¿Cómo puedo seguir una dieta saludable? <http://www.americanheart.org/downloadable/heart/110186731080417-Follow%20Healthy%20Diet.pdf>
2. Universidad de Georgia - Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. Nutrients needs for adults. 2000. Disponible en <http://www.fcs.uga.edu/pubs/PDF/FDNS-NE-SP-110a.pdf>

Una intervención sanitaria que salva vidas

ACTUALIDAD



Lavado de manos

Coomeva Medicina Prepagada dentro de su perfil epidemiológico encuentra que en la consulta externa, urgencias y hospitalización, los episodios de diarrea, gastroenteritis de presunto origen infeccioso, neumonía bacteriana y enfermedades respiratorias como asma, rinitis alérgica, infección viral, bronquitis, entre otras, ocupan los cinco primeros lugares. Esta situación cobra real importancia al validar la muestra demográfica donde el 4,6% de la población está compuesta por niños menores de cinco años.

Esta tendencia se desarrolla de una manera muy similar a la del comportamiento general de orden mundial donde las infecciones diarreicas y las infecciones respiratorias agudas constituyen las primeras causas de muerte más habituales entre menores de este rango de edad.

Las entidades que componemos el sistema de salud nos hemos concentrado en generar planes estratégicos, programas pedagógicos y campañas educativas asociadas a las enfermedades actuales que hoy no dan tregua y se propagan con una rapidez alarmante. Así, podemos decir que el escenario es el mismo, los actores cambian y el panorama cada día es menos alentador.

La Asamblea General de las Naciones Unidas ha declarado el 2008 como el año internacional del Saneamiento y dentro del mismo definió el 15 de octubre como el "Día mundial del lavado de manos", iniciativa que promueve una mejora en las prácticas de higiene.

Tal vez los grandes despliegues publicitarios y campañas hacen que las comunidades se saturen de mensajes y finalmente no sepan muy bien qué hacer con todo ese volumen de información. Coomeva Medicina Prepagada y sus profesionales debemos creer en el poder de lo simple y asumirlo como una potente herramienta de educación y salvación. Algo tan sencillo como el lavado de las manos con jabón constituye una de las piedras angulares de la salud pública y está comprobado en más de 30 estudios que esta práctica reduce la incidencia de diarrea y neumonía en cerca de un 50%.

La nueva perspectiva en el ámbito mundial de la salud nos convierte en actores protagónicos del cambio, debemos entonces repensar la manera de enfrentarnos al presente con el fin de garantizar un futuro.



Esta es la oportunidad para invitar a los médicos y profesionales de la salud de Coomeva Medicina Prepagada a lograr una comunidad más saludable a través de sencillas acciones educativas que permitan sensibilizar a los adultos, enseñar a los niños y demostrar que no solo atendemos sus enfermedades, sino que también, los orientamos en la promoción de hábitos saludables para prevenirlas.

Somos responsables de que las cifras de salud pública, evidenciadas a diario en las plataformas de información de la Unicef, la OMS, la OPS y demás organizaciones al servicio del sector salud, muestren variaciones positivas. Nos acompaña un gran reto por el cambio alentador de dichos índices. Apostemos sin miedo a iniciativas sencillas como la que adelanta actualmente la Unicef con su lema 'las manos limpias salvan vidas'.

Es así como la educación debe comenzar con el ejemplo de los adultos, un desafío que nos permite potenciar las buenas prácticas del cuidado de la salud al servicio de una Colombia sana.



Aporte desde Colombia a un nuevo reto clínico

La púrpura trombocitopénica idiopática (PTI) se consideraba como una enfermedad incurable. Definida como autoinmune, crónica y limitada a tratamientos paliativos con corticoides, inmunoglobulinas, agentes inmunosupresores, inhibidores de la depuración de plaquetas e incluso esplenectomía, se configuraba como una entidad de alta complejidad.

No obstante, las conclusiones de una investigación encabezada por el hematólogo antioqueño Germán Campuzano, que la correlacionan en Latinoamérica directamente con el *Helicobacter pylori*, es un avance que está siendo reconocido por la comunidad científica internacional.

La relación entre el *Helicobacter* y la PTI se describió inicialmente en 1998 cuando en Italia, uno de los pioneros en enfermedades extradigestivas de *Helicobacter* mostró una serie de 18 pacientes en los cuales un porcentaje de aquellos en quienes se lograba erradicar el *Helicobacter* se aliviaban 100% de la PTI; posteriormente, en países como España, Turquía y Serbia se analizaron 414 pacientes con púrpura, de los cuales 285 estaban infectados con *Helicobacter* (una tasa del 62%), se tratan 220, de ellos se logra erradicar la infección en 159 –una tasa del 88%– y 81 se curan de la púrpura.

A partir del 2002 una investigación en Japón aporta una serie de 972 pacientes, 669 infectados con *Helicobacter*, 528 tratados, 436 erradicados y el 58% curado del PTI.

Logro colombiano

Cuando aparecen las primeras señales mundiales de la posible relación entre ambas entidades, el doctor Germán Campuzano decide correlacionar la información disponible y aplicarla en la clínica. Efectivamente, estos pacientes empezaron a curarse, hecho descrito en un artículo científico publicado en la prestigiosa revista *Helicobacter*.¹

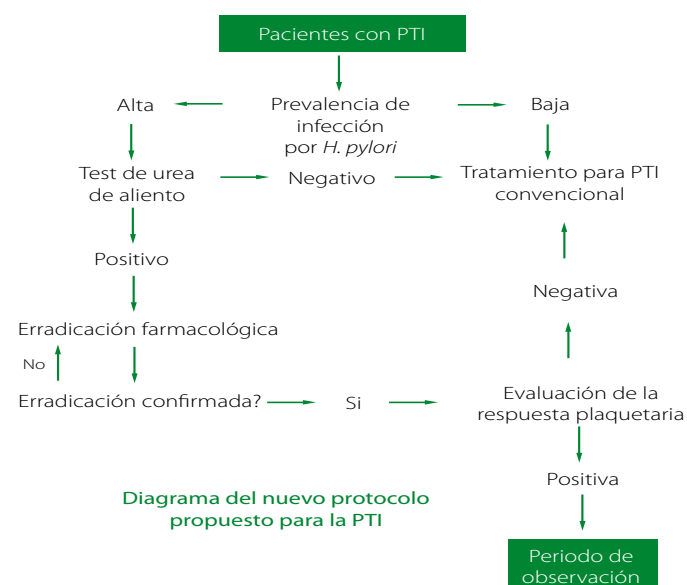
La primera en Latinoamérica

La investigación realizada en Colombia por el doctor Campuzano es la primera que arroja cifras sobre la relación de estas patologías en Latinoamérica.

De 32 pacientes con PTI, 29 se encontraban infectados con *H. pylori*, (altamente significativo en comparación con sujetos control $p = 0,00006$) 29 se tratan, en 26 se erradica la bacteria, y en 21 casos (80%) la púrpura resuelve luego de 12,2 meses del tratamiento.

En vía de un nuevo protocolo

El gran aporte que se desprende de la unión de la investigación realizada en Colombia, como de los demás avances científicos en el tema que se han dado en el mundo, es una propuesta de nuevo protocolo para el tratamiento de PTI que para países subdesarrollados, como el caso nuestro, sería la solución para muchos pacientes.



evo protocolo

Helicobacter pylori: enemigo silencioso

Le interrelación *H. pylori* y PTI es solo una de las posibles. Hasta ahora se han encontrado unas 40 enfermedades asociadas con el *Helicobacter*, que van desde el cáncer gástrico, para lo cual su presencia es una condición sine qua non, hasta problemas como la migraña, enfermedades dermatológicas, Parkinson, Alzheimer, patologías autoinmunes, tiroiditis y artritis, entre otras.

El *H. pylori* utiliza un mecanismo conocido como mimetismo, en donde la bacteria basa su éxito y subsistencia en no ser descubierta; el huésped natural del *Helicobacter* es el estómago del humano, y ella procura confundirse haciendo el menor daño posible para que el organismo no la ataque (por eso cerca del 40% de personas que tienen la bacteria permanecen asintomáticas), sin embargo, el sistema inmune identifica que el estómago tiene una infección y produce anticuerpos, y allí el mimetismo actúa redirigiendo los anticuerpos contra otras formas.

El *H. pylori* se mimetiza, permitiendo que el sistema inmune se dirija a elementos propios, como las plaquetas en el caso de la PTI. De hecho un elemento plaquetario es similar a una porción del *Helicobacter*; la proteína CagA, haciendo que los anticuerpos del individuo infectado reaccionen en forma cruzada contra la inmunoglobulina G asociada a las plaquetas, PAIGC, destruyéndolas.

Situación nacional

Si bien no se cuenta con datos certeros por el enorme subregistro, una investigación reciente de la Facultad de Salud Pública de la Universidad de Antioquia, mostró que el 77% de los médicos de Medellín está infectado con *H. pylori*, y gracias a la información suministrada por autopsias realizadas en la misma ciudad, en menores de edad, se ha encontrado que el 61% de los niños están infectados, lo cual convierte el tema en un problema de salud pública. En el caso de púrpura, en donde tampoco hay datos confiables, un elemento de medición es que las guías americanas ac-



tuales para el tratamiento de la patología (American Society of Hematology) incluyen un porcentaje significativo de pacientes en esta misma ciudad.

Así, este aporte de origen colombiano permite avanzar en el entendimiento de las implicaciones de la infección por *H. pylori* y su relación con la púrpura trombocitopénica idiopática a nivel local, dando paso a nuevas posibilidades terapéuticas en el manejo de la enfermedad.

REFERENCIAS

1. Capuzano-Maya G. Proof of an association between *Helicobacter pylori* and idiopathic thrombocytopenic purpura in Latin America. *Helicobacter* 2007;12(3):265-73.



“Tratado de eccemas” Natalia Hernández M.

Las consultas dermatológicas ocupan un lugar destacado dentro de la consulta médica diaria, especialmente los eccemas. Además, la comunidad médica desconoce en gran medida este tipo de entidades, fundamentalmente en términos de definición y clasificación. Por esta razón, se publica una magistral obra que relata de manera integral este importante complejo patológico. Cuenta con la participación de reconocidos especialistas nacionales e internacionales.



“Odontología pediátrica” Darío Cárdenas Jaramillo

La cuarta edición de esta obra ha sido revisada y actualizada extensamente en todos sus capítulos, agregando la participación de nuevos autores, todos ellos, líderes académicos indiscutibles en el ámbito odontológico. Cuenta con un excelente atlas a color y un completo glosario de términos. Sin duda, se trata de un texto indispensable para estudiantes de pre y posgrado.



“Tratado de neurocirugía vascular latinoamericana” Alfredo Pedroza Campo Leonidas Quintana Marín – Tito Arcadio Perilla

Obra exhaustiva en donde reconocidos especialistas latinoamericanos en neurocirugía plasman, a través de sus capítulos, su talento y experiencia. Totalmente moderno, presenta una excelente iconografía, asociada a una impecable revisión bibliográfica.

Su impresionante presentación exterior y el manejo gráfico interior invitan a una extraordinaria experiencia educativa y científica.



“Introducción al pensamiento científico en microbiología” Leonardo Ríos Osorio Alejandro Mesa Arango

La lectura de este interesante y ameno libro permitirá entender a toda persona relacionada con la microbiología, de una manera muy sencilla y agradable, lo que ha sido la evolución del pensamiento científico, desde la época presocrática hasta la actualidad. El texto logra ilustrar, de manera sencilla, términos filosóficos que no por el uso frecuente se entienden en su real dimensión, tales como dialéctica, mayéutica, silogismo y otros más, que al mismo tiempo preparan al lector para discusiones significativas y con profundidad acerca de la génesis, la movilización y el uso del conocimiento científico.



Eventos



- **Maestría en Medicina Estética**

Febrero 5 - 7 del 2009, Bogotá

Informes: CEFIME Centro de Formación Integral en Medicina Estética de Buenos Aires, Argentina.

Correo electrónico: cefime@yahoo.com.ar

www.medestetica.com.ar

- **XIV Curso Internacional de Enfermedades Infecciosas, XV Seminario Integral del Sida**

Abril 2 - 5 del 2009, Cali

Informes: Corporación de lucha contra el SIDA

Teléfono: (2) 5136152

www.clsida.org.co

- **XXXII Congreso Nacional de la Sociedad Colombiana de Cirugía Plástica, Estética y Reconstructiva**

Mayo 20 - 23 del 2009, Barranquilla

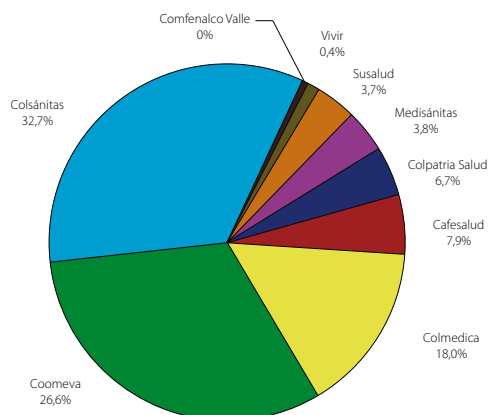
Informes: Sociedad Colombiana de Cirugía Plástica, Estética y Reconstructiva

Teléfono: (1) 6279136

www.cirugiaplastica.org.co

Participación en el mercado de la medicina prepagada a junio del 2008

Número de afiliados



Fuente: Informe ACEMI

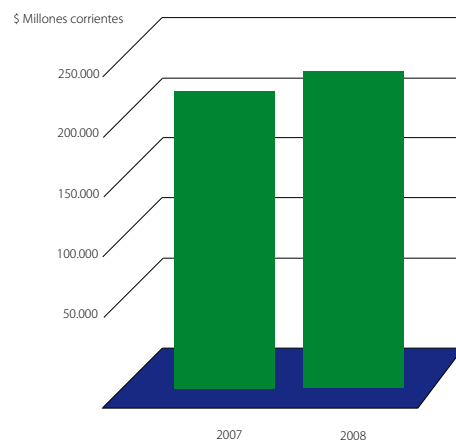
Cooimeva Medicina Prepagada Número de Prestadores por departamento 2005 - 2007

Dpto	2005	2006	2007	Part. %
Antioquia	1946	1952	1986	25,5
Atlántico	148	537	583	7,5
Bolívar	196	187	217	2,8
Caldas	122	178	197	2,5
Cauca	80	77	86	1,1
Cesar	41	93	101	1,3
Chocó	15	14	15	0,2
Córdoba	101	100	103	1,3
Cundinamarca	263	1042	1090	14,0
Huila	80	111	116	1,5
Magdalena	39	77	84	1,1
Meta	27	26	35	0,4
Nariño	52	44	50	0,6
N. de Santander	82	86	91	1,2
Quindío	150	190	201	2,6
Risaralda	187	212	237	3,0
Santander	253	281	291	3,7
Tolima	76	143	161	2,1
Valle	1654	1953	2158	27,7
Total	5512	7303	7802	100.0%

Fuente: SIAS

Valor de las transferencias 2007 - 2008

Enero - Octubre



Pagos que CMP ha realizado a sus profesionales adscritos durante el periodo enero - diciembre del 2006 vs. 2007. La importancia de mantener el sano equilibrio financiero que garantice la oportunidad y continuidad en los pagos a sus prestadores, en la medida del compromiso con una práctica profesional equitativa que involucre la más alta calidad, el menor riesgo posible y un costo razonable.

Fuente: Informes contables

Índices de remisión enero - octubre 2006, 2007 y 2008

A remisión quirúrgica	2006	2007	2008
Dermatólogo	8,6%	8,2%	8,6%
Oftalmólogo	11,2%	10,6%	11,4%
Ginecólogo	15,4%	14,5%	14,5%
Otorrinolaringólogo	21,5%	22,2%	23,6%
Ortopedista	29,1%	29,0%	28,9%

A laboratorio clínico	83,6%	89,9%	91,7%
A laboratorio radiológico	42,2%	44,1%	45,3%

Fuente: SIAS - corvu

Los índices de remisión corresponden al porcentaje de consultas que generaron un procedimiento quirúrgico o una ayuda diagnóstica de laboratorio clínico o radiológico.

UNA BUENA DECISIÓN HACE LA DIFERENCIA



NUEVO PROGRAMA ORO PLUS

Diseñado para quienes pueden decidir entre lo bueno y lo mejor. Con amplias coberturas garantizamos el mejor acompañamiento en salud para tu familia. Este es el momento de tomar, la mejor decisión en salud.

- Asistencia médica en viajes internacionales
- Cobertura para prótesis
- Medicina alternativa
- Ambulancia aérea y terrestre
- Cobertura de consulta y urgencia odontológica
- Transplante de órganos
- Consulta especializada por fuera de la red
- Entre otras

Aplican límites y condiciones

Toma una decisión saludable

Cali 524 24 42, Bogotá 420 59 51, Medellín 514 91 80,
Barranquilla 368 34 34, Resto del país 01 8000 111 666.

 **Coomeva**
Medicina Prepagada