

## Recomiendan dosis bajas de aspirina para prevenir enfermedades

Un influyente panel de científicos en Estados Unidos recomendó dosis bajas de aspirina diariamente a hombres y mujeres cuyas edades oscilan entre entre 50 y 69 para prevenir ataques cardíacos, accidentes cerebrovasculares y el cáncer colorrectal.

Pero el consejo está desencadenando un intenso debate sobre los efectos secundarios de la droga, incluido un mayor riesgo de hemorragia.

La recomendación tiene que ver con una de las mayores preocupaciones entre los médicos: cómo reducir los riesgos de padecimientos con mucha mortalidad, como es el caso de las enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y cáncer.

Según el The U.S. Preventive Services Task Force, los hombres y mujeres entre 50 a 69 años están en mayor riesgo de enfermedad cardiovascular y deben tomar aspirina para prevenir un ataque cardíaco y accidente cerebrovascular. El grupo también dijo que las



personas pueden prevenir el cáncer colorrectal si toman aspirina durante 10 años o más. Los beneficios de la aspirina son más fuertes entre las personas de 50 a 59 años y que las personas mayores de 60 años también pueden beneficiarse después de consultar a sus médicos.

Cuando uno sufre un infarto es porque se ha formado un coágulo en una de las arterias coronarias de manera que se obstruye el flujo de sangre y oxígeno hasta el corazón. La aspirina actúa interfiriendo con la capacidad coagulante

de la sangre.

Los investigadores recomiendan utilizar dosis bajas de aspirina para prevenir las enfermedades cardiovasculares y el cáncer colorrectal.

Estas recomendaciones del grupo de servicios preventivos incrementa el debate médico acerca de la eficacia de un régimen de dosis bajas de aspirina. Pero la institución ya está acostumbrada a la polémica porque en el pasado se ha visto envuelta en controversias similares. Por ejemplo, así fue en el tema de las mamografías para mujeres de

40 años.

El grupo de trabajo provocó un debate nacional en 2009, cuando dijo que las mujeres debían hacerse mamografías regulares sólo a partir de los 50 años y no de los 40.

Sin embargo esta recomendación provocó fuertes críticas de los defensores de la mamografía, incluidos miembros del Congreso, y por parte de la secretaria de salud, Kathleen Sebelius, quien enfatizó que esa recomendación no era política federal.

La principal preocupación del uso de la aspirina es el aumento del riesgo de hemorragia, tanto hemorragia cerebral como hemorragia gastrointestinal.

La Administración de Alimentos concluyó en mayo del 2014 que no existían serias evidencias de que el uso general de la aspirina facilita la prevención de un ataque al corazón o un derrame cerebral. La agencia señaló graves riesgos relacionados con el uso de aspirina, incluido el riesgo de sangrado en el estómago.

## Prevención de la Intoxicación por Monóxido de Carbono

El monóxido de carbono (CO) es un gas mortal, incoloro, inodoro, y venenoso, producido por la combustión incompleta de diversos combustibles como carbón, madera, carbón de leña, queroseno, propano y gas natural. Los productos y los equipos que emiten monóxido de carbono incluyen autos, generadores portátiles, cortadoras de césped y lavadoras a presión.

Desafortunadamente alrededor de 170 personas mueren cada año de monóxido de carbono de procedencia no automotriz, incluyendo hornos, estufas, y calentadores; también de equipos con motor como los generadores portátil; chimeneas; y carbón vegetal que



se quema en los hogares y otros lugares cerrados

Estos son algunos consejos para reducir el riesgo de envenenamiento por CO en su hogar:

1. Asegúrese de que todos los aparatos de combustión en su hogar están correctamente instalados, operados y mantenidos.

2. Coloque alarmas de CO en su hogar. La Comisión de Seguridad de Productos de los Estados Unidos recomienda que cada hogar instale una alarma de CO en el pasillo cerca de los dormitorios y en cada área de descanso.

3. Limpie su chimenea y hágala inspeccionar todos los años por

un profesional.

4. Retire su vehículo de su garaje inmediatamente después de ponerlo en marcha. Nunca ponga en marcha su carro mientras que la puerta del garaje está cerrada.

5. Conozca las primeras señales de intoxicación por CO: dolor de cabeza, fatiga, dificultad para respirar, náuseas y mareos.

6. No utilice un generador portátil dentro de su casa.

7. Asegúrese de que el tubo de escape de su vehículo no está bloqueado por nieve, hielo o escombros.

Para obtener más información, visite el Centro de Información de monóxido de carbono.

## Seminarios para su Salud y Seguridad en Trinitas

Seminario sobre seguridad personal: "Cuidado al caminar: Las caídas pueden prevenirse". Jueves 1 de octubre

de 5:30 a 7:00 PM. Patrocinado por Trinitas Regional Medical Center. Conferenciante: Jim Dunleavy, PT DPT

MS, Doctor en Terapia Física, Director de los Servicios de Rehabilitación de Trinitas. Edificio CORE, Trinitas Regional

Medical Center, 1164 Elizabeth Ave., Elizabeth, NJ. Llame al 908-994-8939 para matricularse. (Entre en el parqueo por la calle South Broad, al lado de la estación de bomberos)

Seminario sobre salud de la mujer: "Haga la salud de sus senos su prioridad principal". Cena y programa educativo en conmemoración del Mes de Información Sobre el Cáncer de los Senos. Martes 8 de octubre de 5:30 a 7:30 PM. Patrocinado por Trinitas Regional Medical Center. Restaurant Vinhus, 157 East Westfield Ave. Roselle Park. Costo: \$10 en la puerta. Conferenciante: Michelle Cholankeril, MD, Hematóloga y



**Big Brothers Locksmith**  
Keys Made on the Spot!

Odains (Gomez)  
Tel: 908: 591.9867

Gregorio Gomez  
Tel: 908: 591.8819

Lic# 34LX00014700

[bigbrotherslocksmithllc@yahoo.com](mailto:bigbrotherslocksmithllc@yahoo.com)

Lockouts Rekeying Auto Business Residential

## SECCION PROFESIONAL

### ABOGADOS

#### JULIO SANCHEZ

Abogado

•Accidentes de Automóvil  
•Caídas por negligencia de otro  
•Accidentes de Trabajo  
•Muerte por Negligencia (wrongful death)  
•Caos de Incapacidad al Seguro Social  
425 Elmora Ave., Elizabeth  
(908) 355-0666

### MEDICOS

#### DR. PEDRO GUTIERREZ

CIRUJANO GENERAL

464 NORTH AVE., ELIZ.  
(908) 351-0790

Aceptamos Mayoría de Seguros

### QUIROPRACTICOS



#### THOMAS HAVERON D.C.

QUIROPRACTICO

333 Harrison Ave., Harrison (973)482-1600

1-888-4-AYUDATE  
(888) 429-8328

#### DR. ERNESTO MARTICORENA

#### DR. SOKRATIS DRAGONAS

ACCIDENTES DE AUTOMOVILES

DOLORES DE ESPALDA Y CUELLO

ELIZABETH CHIROPRACTIC & REHABILITATION

560 Newark Ave. Elizabeth, NJ

(908) 355-3358

### ACUPUNTURISTA

#### DR. MICHAEL LEE (L.Ac.)

Terapia fuerte y efectiva para el dolor de espalda, cuello, dolor de cabeza, "stress", insomnio, ansiedad, y su salud.

Elizabeth Rehabilitation

560 Newark Ave., Elizabeth, N.J. Tel. 908-355-3358

## Contra el Cáncer en la Sangre

El Freeholder del Condado de Union Al Mirabella, quien recientemente participó en la caminata "Rock the Skyline" en Jersey City para recaudar fondos para la fundación de lucha contra el cáncer en la sangre "Love, Hope, Strength" en esta ocasión posa con dos personas extraordinarias: el cantante de Rock Mike Peters y fundador de Love, Hope, Strength, y Susan Striffolino, de Kenilworth.

Striffolino se inscribió en el registro internacional de médula ósea "International Bone Marrow Registry" mediante Love Hops Strength en el 2008 durante el Union County Musicfest, e hizo una donación que resultó en salvar una vida. En junio de 2012 Striffolino recibió una llamada de Delete Blood Cancer avisándole que posiblemente su sangre sería compatible y estaba programada para donar células madres en noviembre, el lunes después del Huracán Sandy.

A pesar de las imposibilidades, ella hizo su donación anónima en Georgetown University Hospital a un paciente en con leucemia en Escocia. En junio del 2003



Striffolino volvió a donar "células T". Gracias a su ayuda, ese paciente tiene el cáncer en remission. (Foto Jim

Lowe/Condado de Union). Para más información, dirigirse a: <http://lovehopestrength.org/>

## MURGADO & CARROLL, Esqs.

Abogados

Abierto de Lunes a Viernes, incluso citas por la noche

Le ayudaremos en todo tipo de caso legal:

ACCIDENTES ❖ INMIGRACIÓN  
DIVORCIOS ❖ CORTE MUNICIPAL  
ACCIDENTES DE TRABAJO

La Consulta es Gratis para Casos de Accidentes

761 Westfield Avenue  
Elizabeth, New Jersey 07208

(908) 659-0101

