

**SALUD**

Inteligencia artificial y el cerebro humano



arce Farmacia

Dirección: Migueletes 789, CABA

Email: farmaciaarce1@gmail.com

Teléfono: 4776-2166

Celular/Whatsapp:

(+54911) 7007-1001

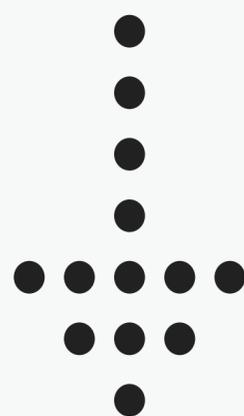


Atendemos:

OSDE - PAMI - LUIS PASTEUR - SWISS MEDICAL - GALENO - OBSBA - OMINT - PODER JUDICIAL

Editorial

Compromiso con la excelencia y el bienestar



META mantiene un compromiso firme y sostenido con el sistema de salud y el cuidado del medioambiente. Como empresa líder en el mercado, nuestra misión es generar un diferencial de valor en la calidad de nuestros servicios, incorporando constantemente nuevas tecnologías y asegurando la trazabilidad de los medicamentos para garantizar su procedencia, conservación y traslado. En este camino, hemos tomado una decisión crucial: ampliar nuestros canales de difusión y de relación con los clientes. Es así como nace nuestra nueva iniciativa: una revista de interés general, con especial dedicación a temas vinculados con la salud, la calidad de vida, entrevistas y noticias del sector.

Esta revista será un medio de comunicación, donde buscaremos reflejar nuestros valores y compromisos. En ella, no solo encontrarán in-

formación relevante y actualizada, sino también consejos prácticos para mejorar nuestra calidad de vida, artículos sobre entretenimiento y cultura, así como historias inspiradoras que reflejen nuestro compromiso con la comunidad y el medioambiente.

Esta iniciativa busca informar, pero también fomentar la colaboración y el diálogo con nuestros clientes. Queremos escuchar sus opiniones, conocer sus necesidades y expectativas, y trabajar juntos para seguir mejorando y ofreciendo servicios y productos que satisfagan sus demandas de la manera más eficiente y competitiva posible. En META, nuestra política integrada está respaldada por la alta dirección y compartida por todos nuestros colaboradores. Nos comprometemos a seguir trabajando día a día para alcanzar la máxima calidad en todo lo que hacemos, manteniendo siempre presente como estandarte la calidad de nuestros servicios.

Consejo Directivo

STAFF

CONSEJO EDITORIAL META: Daniel Bolognessi, Lucas Nardin. | **DIRECCIÓN GENERAL:** Daniel Flores.

REDACCIÓN: Editor Jefe: Franco Spinetta.

Colaboradores: Christian Ali Bravo, Silvina Baldino, Pablo Fazio, Margarita Mazza, Tomás Palombo. **Corrección:** Pedro Rodríguez Pagani. | **ARTE Y PRODUCCIÓN:**

Jefa de Arte y Diseño: Andrea Maserà. **Fotografía:** Depositphotos.com, Ministerio de Turismo y Deportes de Salta, Gentileza Rodrigo Braga y Fiesta nacional del poncho, Agencia 123RF.

DIRECTORA COMERCIAL: Daniela Forti.

Una Publicación para META de REDMEDIA SRL.

Sumario / 01

TOCA EL ENLACE PARA LEER LA NOTA



Libros: Recomendados del mes

Series: Vivir 100 años

Hábitos saludables: 7 propuestas para estimular la creatividad

Sustentabilidad: Cómo el cambio climático afecta nuestra salud

Nota de tapa: Inteligencia artificial y el cerebro humano

Tecnología: El anillo inteligente para dormir mejor

Gourmet: Comer en edificios emblemáticos

Cultura argentina: Graciela Salvatierra, maestra artesana

Viajes: Salta en el cielo

Innovación: Cannabis, un nuevo horizonte terapéutico

Institucional: Innovación en trazabilidad de medicamentos

Actualidad: Los 22 medicamentos que podrían pasar a venta libre

Entrevista: Pablo Orbelli: "Para generar un cambio es necesario educar"

+ recomendados

Libros

Las mejores propuestas literarias relacionadas con la cultura y conocimiento científico que no deberían faltar en ninguna estantería



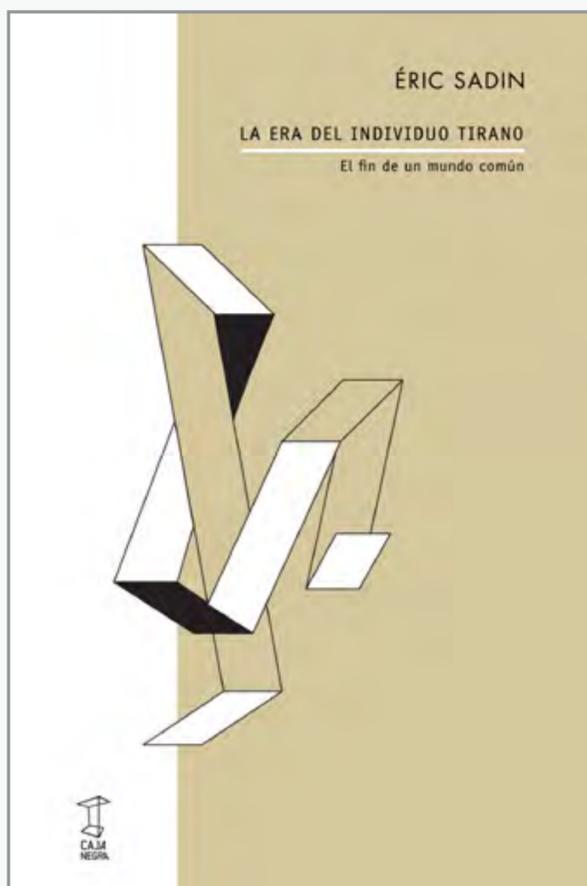
CONTACTOS FRÁGILES. Ensayo sobre la volatilidad de los vínculos

ESTEBAN DIPAOOLA Y LUCIANO LUTEREAU
Paidós

La actitud de compartir es la más fecunda de las sociedades en tanto hace nacer vínculos,

pero además permite crecer a cada persona entre ellos; porque compartir no es únicamente suscribir a la acción de dar, sino fundamentalmente adquirir las capacidades sociales y psíquicas para aprender a recibir y aceptar". Auscultando ese presente desde la mejor tradición del psicoanálisis (Lutereau) y la sociología (Dipaola), *Contactos frágiles* se hace una pregunta especialmente valiosa para este momento: ¿por qué vivimos juntos? ¿Por qué "soltar" como verbo suena bien pero como modo de vida resulta insostenible? No soltamos, abrazamos, y lo hacemos contra todo pronós-

tico. Porque, como dicen los autores, “vivir juntos es la experiencia afirmativa de un milagro”.



LA ERA DEL INDIVIDUO TIRANO

ÉRIC SADIN

Caja Negra

Episodios desconcertantes de la vida contemporánea como la viralización de teorías conspirativas, la polarización cada vez más marcada de la opinión pública o el ascenso de figuras políticas que se alimentan del humor de las redes sociales tienen para Éric Sadin una raíz común.

Para comprender estas circunstancias en su conjunto no alcanza con señalar como su principal causa la precariedad a la que nos arroja el actual sistema económico, ni simplemente condenar los hechos en base a un moralismo autocomplaciente.



LA FELICIDAD

GABRIEL ROLÓN

Planeta

Como imposible y como quimera, como fin y también como imperativo, la idea de la felicidad nos interpela más que nunca en los tiempos que corren. ¿Cómo ser felices? Esa sentencia que nos sobrevuela como mandato del mundo moderno se impuso para encandilarnos y hacernos perder de vista aquella que debería ser la pregunta nodal: ¿qué es la felicidad?

En su nuevo libro, Gabriel Rolón nos propone desandar el camino. Desarticular lugares comunes y preconceptos para poner en evidencia qué se esconde más allá de esa ilusión que se vende como parece y no es más que una trampa.



Series

Una serie sobre las cinco “zonas azules” del mundo donde hay mayor proporción de personas centenarias. ¿Cuáles son sus secretos?

Vivir 100 años, los secretos de las zonas azules



Disponible en
Netflix Argentina

Un recorrido por el mundo con el escritor Dan Buettner para descubrir cinco comunidades únicas donde la gente vive feliz y por más tiempo. En cada episodio, Buettner habla con las personas más ancianas de cinco lugares del mundo: Okinawa en Japón, Cerdeña en Italia, Loma Linda en California, la isla Icaria en Grecia y la península de Nicoya en Costa Rica. Con el apoyo de investigadores en salud pública y entrevistas a altos cargos, como la exministra de Relaciones Exteriores Chan Heng Chee o el expresidente costarricense José María Figueres, va desmenuzando qué alimentos locales hay, obtiene más información del cuidado de las relaciones entre amigos y de pareja de las personas del lugar, reconoce la actividad física de cocinar en el campo o subir las escaleras y qué tan importante es tener un motivo de vida a una edad tardía, entre otros aspectos fundamentales que un anciano necesita para sentirse parte de un lugar o una tribu.





 FRANCO SPINETTA

 DEPOSITPHOTOS.COM

propuestas para estimular la creatividad y mejorar nuestro estado de ánimo

UNA ALTERNATIVA PARA DESBLOQUEAR NUESTRO POTENCIAL CREATIVO Y ENCONTRAR NUEVAS FORMAS DE ABORDAR LOS DESAFÍOS QUE ENFRENTAMOS EN LA VIDA COTIDIANA.



SALIR DE LA ZONA DE CONFORT

La comodidad puede ser el enemigo de la creatividad. Salir de la rutina y enfrentarse a nuevas experiencias puede desencadenar ideas frescas y originales. Según un estudio publicado en la revista *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, las personas que se exponen regularmente a nuevas situaciones son más propensas a ser creativas.



PRACTICAR LA OBSERVACIÓN ACTIVA

Detener la mente frenética y observar detenidamente el entorno. La observación activa implica prestar atención a los detalles que a menudo pasan desapercibidos. Esta práctica puede inspirar nuevas perspectivas y soluciones creativas. Como señala el libro best seller *Creative Confidence*, de los hermanos Kelley, esta técnica ayuda a desbloquear ideas innovadoras al cambiar la forma en que percibimos el mundo que nos rodea.

ADOPTAR EL PENSAMIENTO LATERAL

Desafiar suposiciones y cuestionar el status quo. El pensamiento lateral, popularizado por Edward de Bono, implica buscar soluciones fuera del camino habitual. Al cambiar la forma en que abordamos los problemas, podemos descubrir ideas originales y creativas que de otra manera podrían pasar desapercibidas.

4



INTEGRAR EL EJERCICIO EN TU RUTINA DIARIA

El ejercicio regular no solo es beneficioso para la salud física, sino que también puede tener un impacto positivo en la creatividad. Un estudio publicado en la revista *Frontiers in Human Neuroscience* encontró que el ejercicio aeróbico mejora la función cognitiva y promueve la creatividad.



5

MANTENER UN DIARIO DE IDEAS

Llevar un registro de tus pensamientos, ideas y observaciones diarias en un diario. Este ejercicio ayuda a procesar tus pensamientos y también te brinda un banco de ideas al que puedes recurrir en busca de inspiración.

El cambio de hábitos
puede ser una herramienta
poderosa para estimular la
creatividad.



CULTIVAR LA CURIOSIDAD

Mantener viva la sed de conocimiento y nunca dejar de hacer preguntas. La curiosidad es el motor de la creatividad, impulsándonos a explorar nuevas ideas y conceptos. En palabras de Albert Einstein: "No tengo talentos especiales, pero sí soy profundamente curioso".

PRACTICAR LA MEDITACIÓN Y LA ATENCIÓN PLENA

La meditación y la atención plena pueden ayudar a calmar la mente y aclarar los pensamientos, creando espacio para que la creatividad florezca. Un estudio de la Universidad de California encontró que la meditación de atención plena puede mejorar la capacidad de generación de ideas creativas.



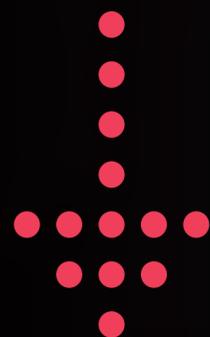
Al salir de nuestra zona de confort, practicar la observación activa, adoptar el pensamiento lateral, integrar el ejercicio, cultivar la curiosidad, practicar la meditación y mantener un diario de ideas, podemos desbloquear nuestro potencial creativo y encontrar **nuevas formas de abordar los desafíos** que enfrentamos en la vida cotidiana.



+ **s**ustentabilidad



Cómo el cambio climático afecta nuestra salud



LAS VARIACIONES BRUSCAS DE TEMPERATURA Y CATÁSTROFES NATURALES NO SOLO ALTERAN PAISAJES, SINO QUE TAMBIÉN PONEN EN RIESGO LA SALUD DE LAS PERSONAS. ¿CÓMO IMPACTA ESTE FENÓMENO GLOBAL EN NUESTRO BIENESTAR?



MARGARITA MAZZA



DEPOSITPHOTOS.COM



El cambio climático es una crisis que va más allá de la mera preocupación por el medio ambiente. Si bien es evidente su impacto en la naturaleza, su influencia en la salud humana es igualmente preocupante. Los efectos del cambio climático se sienten en diversas formas, desde fenómenos meteorológicos extremos hasta la propagación de enfermedades. En este artículo exploramos cómo el cambio climático afecta directamente la salud de las personas y por qué es crucial abordar este desafío global. Según un informe del Panel Intergubernamental sobre Cambio Climático (IPCC), los fenómenos meteorológicos extremos se han vuelto más frecuentes y severos debido al cambio climático, lo que representa una amenaza directa para la salud humana (IPCC, 2018). Los eventos climáticos extremos, como las olas de calor, las tormentas y las inundaciones, pueden causar lesiones físicas, enfermedades y traumas psicológicos, como señala el Dr. James Hansen, climatólogo de renombre mundial.



CONTAMINACIÓN Y EPIDEMIAS

Además de los eventos extremos, la calidad del aire también se ve afectada por el cambio climático. Un estudio publicado en la revista *Environmental Health Perspectives* encontró que el aumento de las temperaturas y la contaminación atmosférica están relacionados con un mayor riesgo de enfermedades respiratorias y cardiovasculares (EHP, 2020). La Dra. María Neira, Directora del Departamento de Salud Pública y Medio Ambiente de la Organización Mundial de la Salud (OMS), advierte que “la contaminación del aire es el mayor riesgo ambiental para la salud en la actualidad” (OMS, 2018).

La propagación de enfermedades transmitidas por vectores también está vinculada al cambio climático. Según un estudio de la Universidad de Harvard, el aumento de las temperaturas y la humedad está expandiendo el rango geográfico de mosquitos vectores de enfermedades como el dengue y el Zika (Harvard, 2019). El Dr. Anthony Fauci, Director del Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas de los Estados Unidos, advierte que “el cambio climático está creando condiciones más favorables para la transmisión de enfermedades infecciosas”.

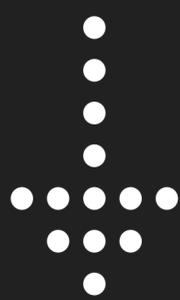
Sin ir más lejos, la Argentina es escenario de una epidemia récord de dengue, con más de 438 mil casos reportados –hasta mayo del 2024–, según

La Argentina es escenario de una epidemia récord de dengue, con más de 438 mil casos reportados -hasta mayo del 2024-, según datos recabados por el Ministerio de Salud a través de su Boletín Epidemiológico Nacional (BEN).

datos recabados por el Ministerio de Salud a través de su Boletín Epidemiológico Nacional (BEN).

ALIMENTOS EN RIESGO

La seguridad alimentaria también se ve amenazada por el cambio climático, lo que afecta la salud nutricional de las poblaciones vulnerables. Un informe de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) destaca que el cambio climático está exacerbando la inseguridad alimentaria en muchas partes del mundo (FAO, 2019). El Dr. Raj Patel, ex-



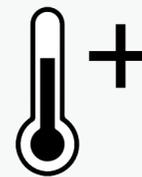
EFFECTOS QUE MUESTRA EL CAMBIO CLIMÁTICO EN LA SALUD



Según un estudio de la Universidad de Harvard, el aumento de las temperaturas y **la humedad está expandiendo el rango geográfico de mosquitos.**



La seguridad alimentaria también se ve amenazada por el cambio climático, lo que **afecta la salud nutricional** de las poblaciones vulnerables.



El aumento de las temperaturas y la contaminación atmosférica están relacionados con un **mayor riesgo de enfermedades respiratorias y cardiovasculares.**



perto en seguridad alimentaria, advierte que “el cambio climático está poniendo en peligro la capacidad de las comunidades para producir y acceder a alimentos nutritivos” (Patel, 2017). Para abordar los desafíos planteados por el cambio climático en la salud humana, se requiere una acción urgente a nivel global. El informe de la Comisión Lancet sobre Salud y Cambio Climático subraya la necesidad de medidas políticas para reducir las emisiones de gases de efecto invernadero y proteger la salud de las personas. Por su parte, la Dra. Rachel Nugent, de la Universidad de Washington, enfatiza que “invertir en medidas de mitigación y adaptación al cambio climático es esencial para proteger la salud de las poblaciones vulnerables”. Proteger la salud de las personas exige abordar el cambio climático con determinación y tomar medidas concretas para mitigar sus impactos. La salud de nuestro planeta y la salud de las personas están inextricablemente vinculadas, y enfrentar el cambio climático es crucial para garantizar un futuro saludable para todos. 🌍



+ nota de tapa

Inteligencia Artificial y el cerebro humano



CHRISTIAN ALI BRAVO



DEPOSITPHOTOS.COM

LOS AVANCES TECNOLÓGICOS SE HAN TRANSFORMADO EN UNA VALIOSA HERRAMIENTA PARA LA DETECCIÓN Y EL TRATAMIENTO DE DISTINTAS ENFERMEDADES, COMO EL PARKINSON O EL ALZHEIMER. EN ESTE ARTÍCULO ANALIZAMOS CUÁL ES SU APLICACIÓN ACTUAL Y QUÉ PAPEL PUEDE JUGAR DE CARA AL FUTURO.

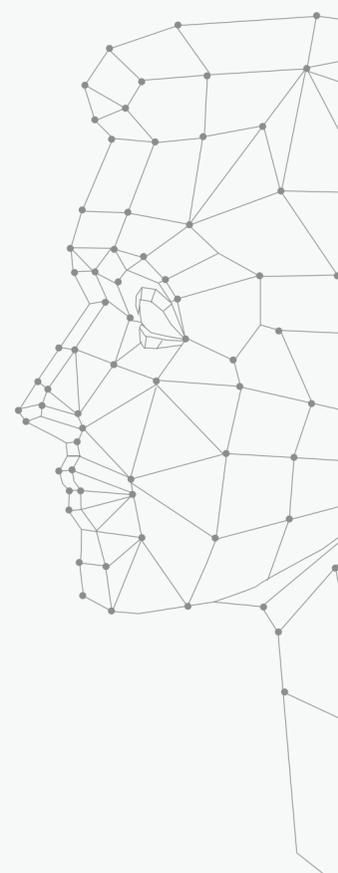
Con el impresionante avance de la tecnología, podemos decir que tenemos todo al alcance de la mano. Literalmente. Hoy, por ejemplo, gracias a la aplicación de la Inteligencia Artificial (IA) en un estudio realizado por un grupo de investigadores del MIT, es posible detectar el cáncer de piel con una aplicación instalada en cualquier smartphone. La precisión del sistema es alentadora, ya que en el 90,3% de los casos se pudo detectar melanoma a partir de una simple fotografía.



Pero la aplicación de la IA se sigue expandiendo a diferentes ramas de la medicina y así se transformó en una gran aliada en el estudio y prevención de las enfermedades cerebrales. De hecho, diversas instituciones de Madrid y Zaragoza han desarrollado un método revolucionario para detectar el mal de Parkinson de manera temprana a través de la risa.



EL ANÁLISIS DE PATRONES PRESENTES EN RESONANCIAS MAGNÉTICAS POR PARTE DE LA TECNOLOGÍA ARTIFICIAL PODRÍA SER LA CLAVE PARA DETECTAR CIERTAS ENFERMEDADES ANTES DE QUE APAREZCAN LOS PRIMEROS SÍNTOMAS.



Expertos en tecnologías de voz e inteligencia artificial lograron resultados por demás satisfactorios (superiores al 80%) gracias a un sistema que se vale de una base de datos de 20.000 muestras generadas a partir de personas sanas y de pacientes con Parkinson.

Ya con vistas al futuro, su objetivo es que el análisis esté disponible a través de una aplicación desde el teléfono y entregue el resultado en cuestión de minutos. Un resultado que podría mejorar la eficiencia del tratamiento terapéutico, la calidad de vida de los pacientes, y a la vez optimizaría recursos en los sistemas de salud.



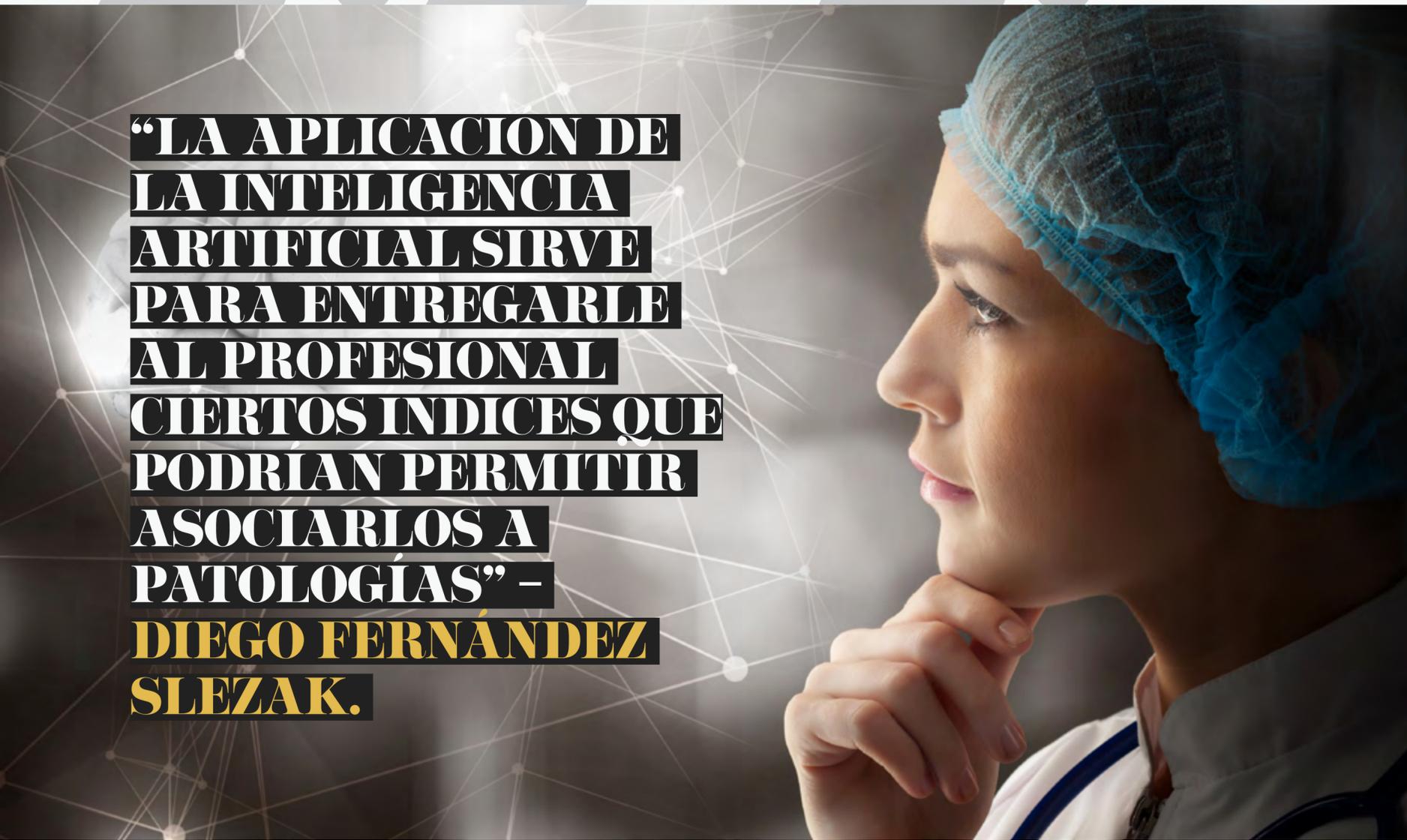
EL ROL CLAVE EN LA DETECCIÓN TEMPRANA DE ENFERMEDADES

En la Argentina también se encuentra muy avanzado el uso de la Inteligencia Artificial aplicado al campo de la Medicina. Diego Fernández Slezak, quien es investigador del Conicet, profesor de la Universidad de Buenos Aires y además cofundador de Entelai –organización dedicada a incrementar la precisión diagnóstica de la mano de la IA–, afirma al respecto: “La aplicación de la Inteligencia Artificial está explotando, y ahora, en este momento puntual, no hay un techo visible. En el campo del procesamiento de imágenes se avanzó muchísimo, de hecho ya hay casos de aplicación clínica”.

Puntualmente, el análisis de patrones presentes en resonancias magnéticas por parte de la tecnología artificial podría ser la clave para detectar ciertas enfermedades antes de que aparezcan los primeros síntomas. Hablamos de la detección temprana de Alzheimer, accidentes cerebrovasculares, epilepsia y hasta bipolaridad, entre otras. El alcance de su utilidad es prometedor, ya que en el caso de las resonancias magnéticas cerebrales podría automatizar, estandarizar y hasta conver-

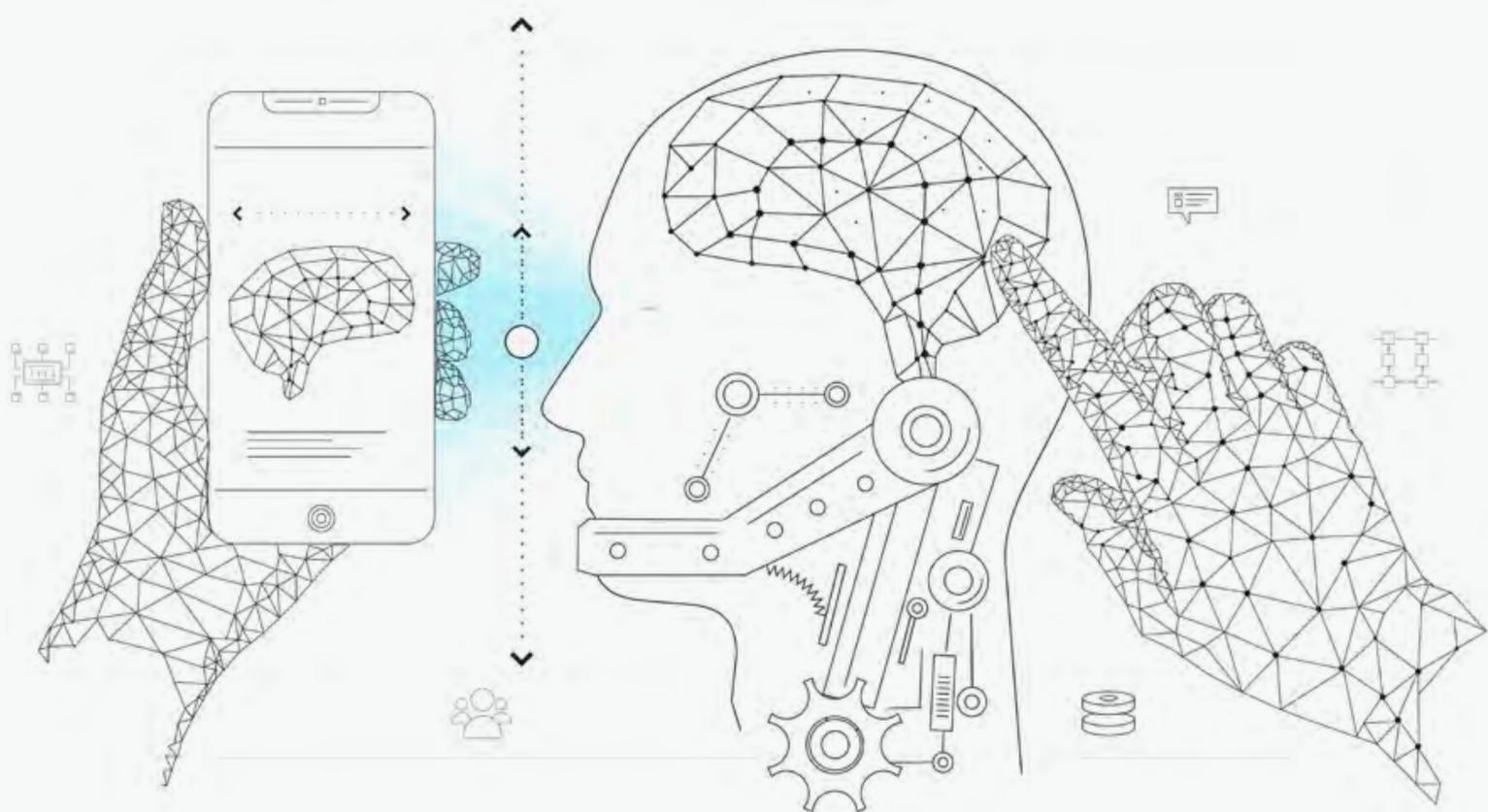
tirse en un proceso de diagnóstico a gran escala. Así, la gran cantidad de estudios clínicos que se recopilan diariamente pueden nutrir una base de datos que entrene los algoritmos de la IA.

“En una resonancia magnética del cerebro se ven vóxeles de colores que se iluminan en función de lo que sucede en esa zona puntual. Pero hasta para el mejor especialista, identificar si lo que se ilumina es normal o no, es muy difícil. E incluso puede llevarle de dos a tres horas ese análisis. La aplicación de la Inteligencia Artificial sirve para entregarle al profesional ciertos índices que podrían permitir asociarlos a patologías. Actúa como una herramienta de soporte diagnóstico, para brindar información que de otra manera no hubiera estado disponible. Y esta detección temprana es algo fundamental para el posterior tra-



“LA APLICACION DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL SIRVE PARA ENTREGARLE AL PROFESIONAL CIERTOS INDICES QUE PODRIAN PERMITIR ASOCIARLOS A PATOLOGÍAS” – DIEGO FERNÁNDEZ SLEZAK.

tamiento y para la calidad de vida del paciente. Ya no está más la discusión si esta tecnología viene a reemplazar al médico, sino que se ha convertido en una herramienta muy importante”, puntualiza Fernández Slezak.



Hoy, gracias a la aplicación de la

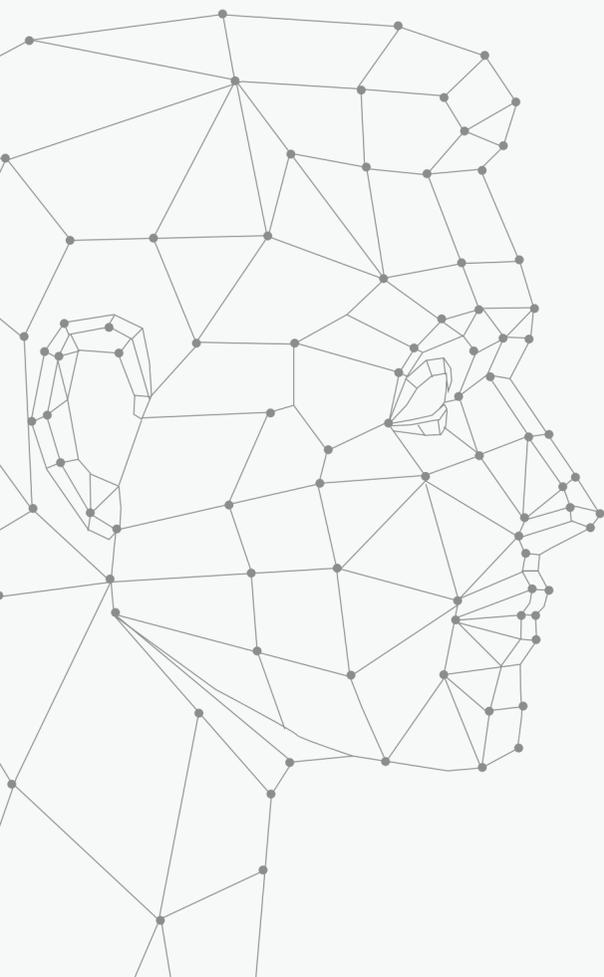
IA

es posible detectar el cáncer de piel con una aplicación instalada en cualquier smartphone.



UN FUTURO PROMETEDOR

El futuro de la Inteligencia Artificial aplicada a la medicina es realmente alentador. En Barcelona, por ejemplo, investigadores del Grupo de Radiómica del Vall d'Hebron Instituto de Oncología (VHIO), junto a sus pares de la Unidad de Neurorradiología del Hospital Universitari de Bellvitge (HUB), han desarrollado una nueva herramienta que se basa en el aprendizaje profundo, método de inteligencia artificial que gracias a la información espacial y temporal de la resonancia magnética puede identificar patrones de comportamiento específicos de cada tipo de tumor cerebral. Gracias al equipo detrás de este software, se pudo enseñar a la máquina cuáles son las características de cada tumor encontrado en resonancias de pacientes ya diagnosticados, para convertirse en una herramienta de apoyo al diagnóstico, otorgando



TERAPIA DE BIENESTAR BIOLÓGICO INTELIGENTE, UN SISTEMA DE IA PIONERO

Este sistema supuso una revolución durante la pandemia ocasionada por el Covid-19. Con un método pionero y basado en la inteligencia artificial, se vale de la resonancia protónica para detectar, gracias a las grabaciones de voz de las personas, quiénes podrían encontrarse cursando un proceso infeccioso. Con una gran precisión en el diagnóstico en los estadios iniciales y finales de la enfermedad, el sistema pasó de necesitar un micrófono y una computadora, a poder realizar el escáner de la voz con solo un celular (para saber más, ver la entrevista con el Dr. Pablo Orbelli).

información que sirve para tomar decisiones médicas y el tipo de cirugía requerido para confirmar el diagnóstico.

Fernández Slezak afirma al respecto: “Tanto en las resonancias magnéticas de cerebro como en cualquier tipo de señal que hay que mirar y analizar, estas herramientas son de gran ayuda para cuantificar efectos que realmente son sutiles, y así poder hacer diagnósticos más rápidos y precisos. Los avances en lo que es imágenes son muy importantes, pero también hay posibilidad de aplicarlo a diferentes campos. Todavía hay mucho por explorar y descubrir”.

Son varios los pilares estructurales en los que la Inteligencia Artificial puede tener un impacto positivo en el campo de la Medicina. Sea en la detección temprana de una enfermedad, como también en el tratamiento personalizado para cada paciente y hasta para contribuir en el descubrimiento de nuevos fármacos. En resumen, cuenta con un potencial enorme para mejorar la precisión en los diagnósticos, el desarrollo de la investigación científica y la personalización en la atención médica. Sí, el futuro está en nuestras manos. 



+ tecnología



TOMÁS PALOMBO



ARCHIVO RED MEDIA



El anillo inteligente para dormir mejor

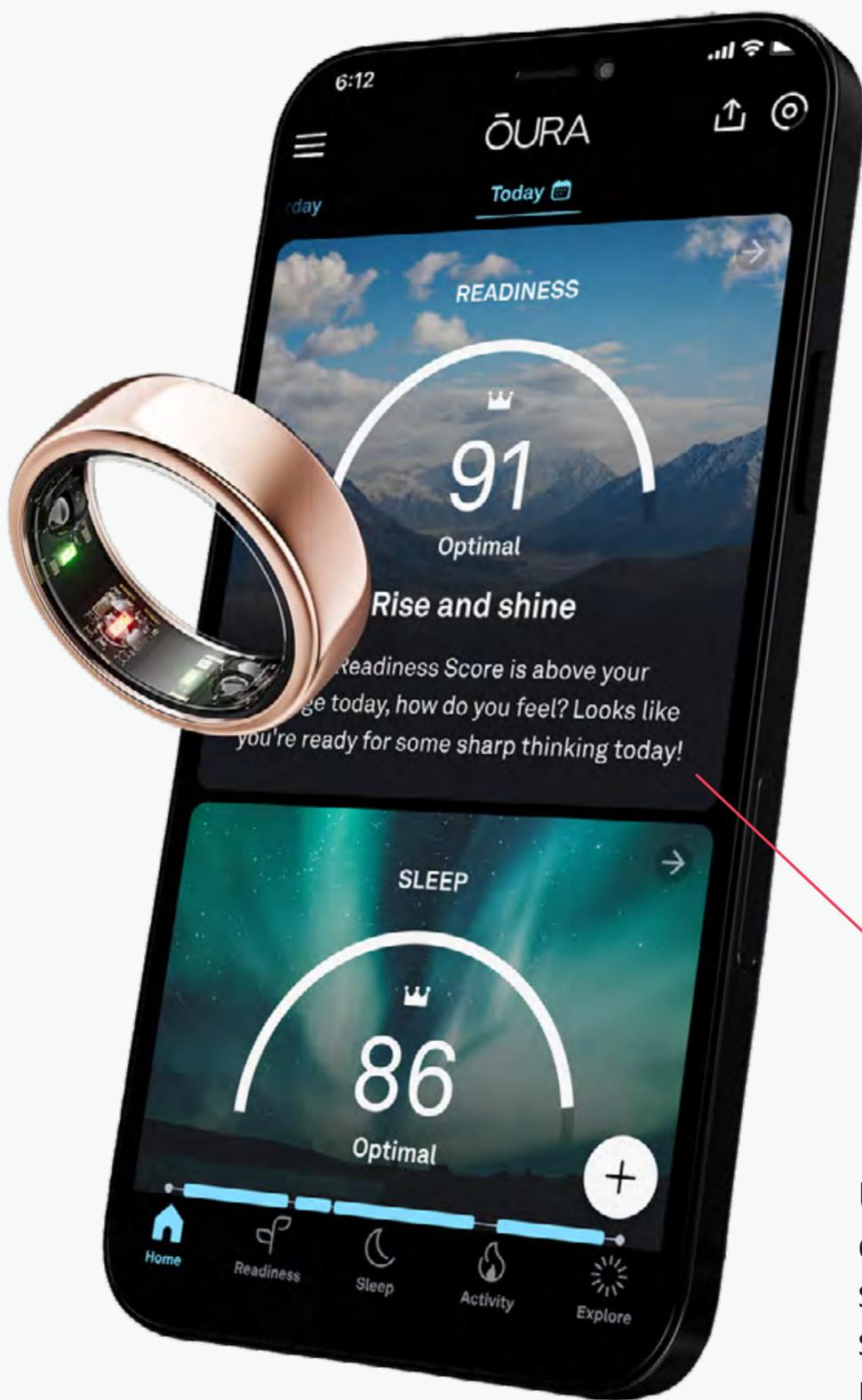


CON AVANZADOS SENSORES Y DISEÑO ELEGANTE, ESTE DISPOSITIVO OFRECE UNA VISIÓN PROFUNDA DE TU ESTADO FÍSICO Y MENTAL EN TIEMPO REAL. DESDE EL ANÁLISIS DEL SUEÑO HASTA LA DETECCIÓN TEMPRANA DE ENFERMEDADES, EL ANILLO OURA ESTÁ CAMBIANDO LA FORMA EN QUE VIVIMOS Y CUIDAMOS DE NOSOTROS MISMOS.



En un mundo cada vez más consciente de la importancia de la salud y el bienestar, la tecnología está desempeñando un papel fundamental en el seguimiento y la mejora de nuestro estado físico y mental. En este contexto, el Anillo Oura ha emergido como una herramienta revolucionaria que promete transformar la forma en que entendemos y gestionamos nuestra salud.

El Anillo Oura es un dispositivo inteligente discreto y elegante que se lleva en el dedo y utiliza avanzados sensores para monitorear una serie de parámetros fisiológicos clave. Desde la calidad del sueño hasta la actividad física, pasando por la frecuencia cardíaca y la temperatura corporal, este anillo proporciona datos precisos y detallados que permiten a los usuarios obtener una visión profunda de su salud en tiempo real.



Este anillo proporciona datos precisos y detallados que permiten a los usuarios obtener una visión profunda de su salud en tiempo real.

Una de las características más destacadas del Anillo Oura es su capacidad para analizar el sueño con una precisión sin precedentes.

TECNOLOGÍA DE PUNTA

Una de las características más destacadas del Anillo Oura es su capacidad para analizar el sueño con una precisión sin precedentes. Utilizando su avanzada tecnología de detección de movimiento y ritmo cardíaco, rastrea la duración y la calidad del sueño, identificando diferentes etapas como el sueño ligero, profundo y REM. Esto permite a los usuarios entender mejor sus patrones de sueño y tomar medidas para mejorar su descanso nocturno, lo que a su vez puede tener un impacto positivo en su



7

horas

o más de sueño es lo que se necesita para tener una buena calidad en un horario similar todas las noches.



EL ANILLO ELEGIDO POR CELEBRIDADES

No es de extrañar que el Anillo Oura haya atraído la atención de numerosas celebridades y figuras influyentes que buscan maximizar su rendimiento y mejorar su salud. En el exclusivo club de portadores del famoso Oura Ring, se encuentran nombres como Will Smith, el príncipe Harry, Larry Page, Manu Ginóbili, LeBron James, Lance Armstrong o Shaquille O'Neal.

salud general y su bienestar emocional. Además de monitorizar el sueño, el Anillo Oura también registra la actividad física y los niveles de estrés a lo largo del día. Al proporcionar información detallada sobre la cantidad de actividad realizada, las calorías quemadas y los momentos de mayor estrés, habilita a los usuarios a optimizar su rutina diaria para mantenerse en forma y reducir el estrés.

ALERTA TEMPRANA

Pero quizás lo más impresionante del Anillo Oura es la posibilidad que brinda para detectar signos tempranos de enfermedades. Estudios han demostrado que cambios sutiles en la frecuencia cardíaca y la temperatura corporal pueden ser indicativos de problemas de salud subyacentes, como infecciones virales o trastornos respiratorios. Al analizar constantemente estos parámetros, esta tecnología puede alertar a los usuarios sobre posibles problemas de salud antes de que se conviertan en emergencias, permitiéndoles buscar atención médica de manera oportuna y potencialmente salvar vidas. Además, el fabricante ha anunciado una actualiza-



Esta tecnología puede alertar a los usuarios sobre posibles problemas de salud antes de que se conviertan en emergencias.



El Anillo Oura también proporciona información detallada sobre la cantidad de actividad realizada, las calorías quemadas y los momentos de mayor estrés.

ción que permite complementar la evolución del embarazo con información adicional. El anillo ahora puede hacer seguimiento de la edad gestacional, y por tanto actualizar cada semana la información que proporciona relacionada directamente con la evolución del embarazo. Esto quiere decir que el anillo indicará qué cambios está sufriendo en las métricas que normalmente mide y que están relacionados con la gestación. De esta manera la madre puede tener una mayor información acerca de por qué su cuerpo está cambiando y cómo se refleja eso en esas métricas de las que hablamos. En esta nueva era en el monitoreo de la salud, los usuarios tienen una visión sin precedentes de su bienestar físico y emocional. Con su combinación única de tecnología avanzada y diseño elegante, el Anillo Oura está cambiando la forma en que vivimos y cuidamos de nosotros mismos, atrayendo la atención de personas influyentes de todo el mundo que buscan alcanzar su máximo potencial y disfrutar de una vida plena y saludable. 🌍



+ gourmet

Comer en edificios emblemáticos

MUSEOS, CASAS ARISTOCRÁTICAS, CASONAS CON HISTORIA... ESPACIOS ÚNICOS QUE FUERON TRANSFORMADOS Y EN LOS QUE ES POSIBLE DETENERSE Y DISFRUTAR DE UN BUEN MOMENTO GASTRONÓMICO. EN ESTA NOTA TE CONTAMOS SOBRE 7 LUGARES PARA IR A CONOCER Y DESLUMBRARSE CON SU ARQUITECTURA.



SILVINA BALDINO



Foto: Gentileza Casa Lucía

Casa Lucía

Se trata de Cantina Restaurante y Le Club Bacan, dos espacios que forman parte de Casa Lucía, el nuevo hotel de lujo montado dentro del histórico edificio Mihanovich de Recoleta, que llegó a ser el más alto de Latinoamérica en los años 30. En Cantina los comensales podrán explorar la riqueza culinaria de Argentina a través de platos tradicionales. El experimentado chef Julián del Pino (ex Bagatelle) busca “rendir homenaje a todos esos sabores y aromas que definen a la Argentina con productos de excelente calidad combinados con recetas autóctonas y una cocina honesta, sincera y auténtica, donde cada comensal encuentre un recuerdo en cada bocado”. Por otro lado está Le Club Bacán, un lujoso bar con una exclusiva selección de cócteles de autor del galardonado bartender Martín Suaya. Aquí se puede respirar un aire vibrante con un cóctel en mano y música en vivo.

Arroyo 841, Recoleta



Fotos: Gentileza Águila Pabellón



Águila Pabellón

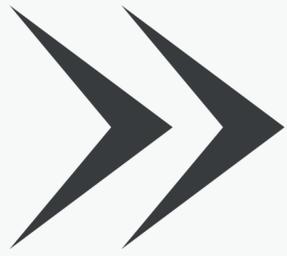
Es el restaurante más joven en formar parte de la primera edición de la Guía Michelin. Lo curioso es que está ubicado dentro del actual Eco-parque porteño, fusionando historia, naturaleza, arte y gastronomía. La propuesta fue creada por el reconocido chef Julián Galende y se define como comfort food, simple y noble que acompaña y eleva la experiencia única que brinda el espacio histórico de más de un siglo, y que en 1997 fuera declarado Patrimonio Histórico de la Ciudad.

Allí funcionó durante muchos años la confitería Águila, construida en 1905. Fue restaurada con el propósito de preservar su importancia histórica y autenticidad en diálogo con el entorno del parque.

En Águila Pabellón vas a encontrar una carta con platos tradicionales de la cocina local con una mirada contemporánea. Desde carnes, pescado, risottos y pasta hasta alternativas veganas son parte del repertorio.

Av Sarmiento 2725, Palermo.

Los Jardines de Las Barquin



En Retiro, un nuevo espacio de alta cocina en los jardines del Museo de Arte Hispanoamericano Fernández Blanco. El restaurante está rodeado de un entorno botánico único, con un jardín andaluz. Detrás de este proyecto están Germán Sitz y Pedro Peña (dueños de Niño Gordo) y Alejandro Feraud de Alo's.



Los Jardines de Las Barquin, recibe su nombre en honor a la dueña del museo (Condesa María Ignacia de Velasco Tagle Bracho) cuyas sobrinas eran Las Barquin. Su carta está basada en cereales argentinos. Ofrecen desayunos, almuerzos y meriendas. Hay café de especialidad. Los mediodías, una carta simple con deliciosos platitos.

Fotos: Gentileza Los Jardines de Las Barquin

Suipacha 1422, Retiro



Casa Néctar



Un lugar de rituales exquisitos, donde los encuentros gratifican el cuerpo y el alma. Toti Quesada es el alma máter de Néctar, una iniciativa de la cocinera junto a otras dos mujeres donde se busca generar encuentros con la comida en convivencia con la arquitectura.

El lugar es la antigua morada de Tita Tamames (1921 – 2004), productora teatral y personaje de la cultura de la ciudad. Construida en 1919, la casa ofrece amplitud e infinidad de experiencias y gozo alrededor de la mesa.

Clases de cocina, banquetes, exposiciones, mercado con productos deli seleccionados, y puestas en escena forman parte de este ofrecimiento genuino que invita a disfrutar de un festín de cosas ricas.

Güemes esquina Agüero, Barrio Norte.

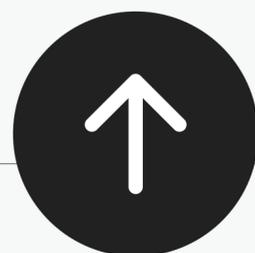


Selena Café

El emblemático edificio de El Tambito, testigo de la era dorada del tango en Buenos Aires, ha recobrado su esplendor con la apertura de una cafetería. En esta casona de casi 150 años situada en los Bosques de Palermo funciona Selena Café, un espacio gastronómico donde se sirve café de especialidad y cosas ricas para acompañar.

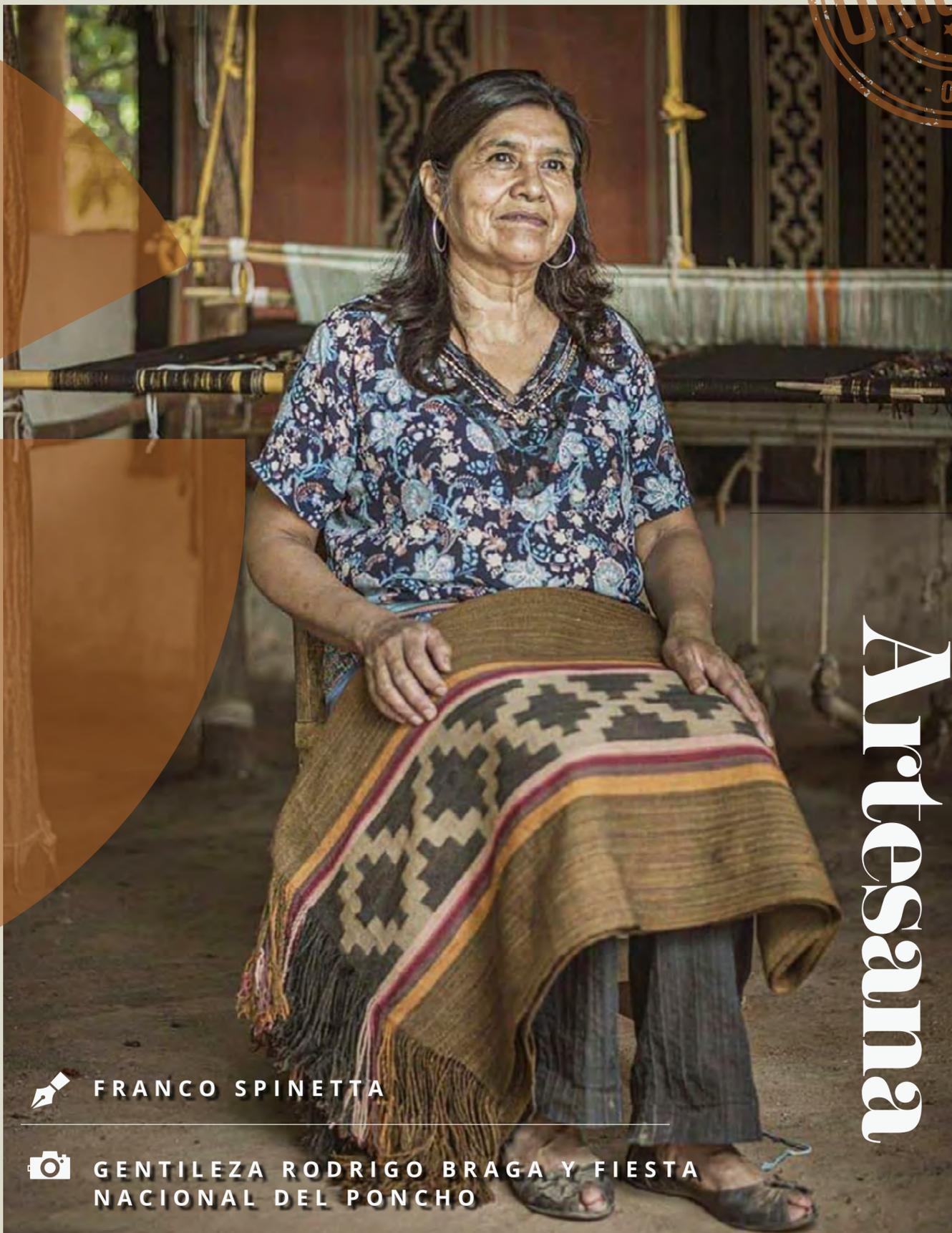
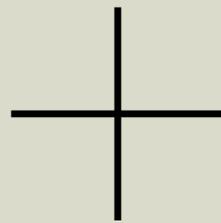
Quien está detrás de este proyecto es Romina Stippani, cocinera y nutricionista, con una oferta diversa teniendo en cuenta las restricciones alimentarias (propuestas veganas y sin tacc) y compromiso en cada detalle, desde la decoración hasta la presentación de los platos de la carta. Hay variedad de opciones para el desayuno, el almuerzo y la cena, así como una selección de café, té y piezas de pastelería.

Av. Berro 3900 (Plaza Sicilia), Palermo



+ cultura argentina

Graciela Salvatierra



Maestra
Artesana



FRANCO SPINETTA



GENTILEZA RODRIGO BRAGA Y FIESTA
NACIONAL DEL PONCHO

ES LA TEJEDORA DETRÁS DE LOS PONCHOS MÁS DESTACADOS DEL PAÍS Y QUE CONQUISTA LA ESCENA INTERNACIONAL DESDE SU HUMILDE TALLER EN CATAMARCA. GALARDONADA EN LA FIESTA NACIONAL E INTERNACIONAL DEL PONCHO POR SEGUNDA VEZ, SU ARTE TRASCIENDE FRONTERAS: REPRESENTÓ AL PAÍS EN LA REUNIÓN DEL G20 EN NUEVA DELHI, INDIA.

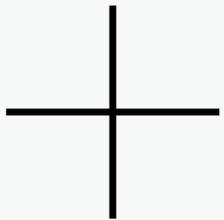
Graciela Salvatierra, oriunda de Londres, un modesto pueblo en Catamarca, se alza como la mente y las manos detrás de los ponchos más destacados del país. Recientemente galardonada con el primer premio en la Fiesta Nacional e Internacional del Poncho por segunda vez, esta artesana de 62 años ha cautivado la atención internacional, al ser seleccionada para representar al país en la reunión del G20 en Nueva Delhi, India, durante septiembre de 2023. Para Graciela, estos reconocimientos son parte de un camino que empezó allá lejos, en su pueblo natal, de la mano de una familia que siempre se dedicó a la artesanía. “Somos muchos artesanos, pero no sé por qué eligen mis ponchos... debe ser porque me esmero en hacer las cosas bien, todo lo que se confecciona en mi taller se hace con corazón”, asegura.

Desde su humilde taller, Graciela teje no solo hilos de lana, sino también historias de tradición y pasión transmitidas a través de generaciones. Criada en una familia de artesanos, aprendió los secretos del telar criollo de su abuela, Justina. Para ellos, los tejidos eran más que artesanías: un medio de subsistencia vital en su comunidad.



En 2023, Graciela Salvatierra ganó por segunda vez el premio mayor en la Fiesta Nacional del Poncho de Catamarca.

Su destreza se evidencia en cada hilo entrelazado, en cada tono cuidadosamente teñido con tintes naturales extraídos de plantas locales como el algarrobo, la cáscara de cebolla y el nogal. Su dedicación y amor por el oficio se reflejan en cada pieza, desde los puyos para enfrentar los crudos inviernos hasta los exquisitos ponchos que ahora son sus insignias.



Aunque el mundo la reconozca como una maestra artesana de renombre, su corazón siempre pertenecerá a Catamarca, donde los colores de la tierra inspiran sus creaciones y donde el telar es más que una herramienta, es parte de su ser.

Sus tejidos son 100% artesanales, elaborados con lana hilada por ella misma.



La familia Salvatierra siempre tuvo una clientela fiel, que sabe que todo lo que sale de este taller es 100% artesanal. “La gente entiende que esto lleva mucho tiempo, alrededor de dos meses cada pieza... hay que ponerse y trabajar porque esto lo hace uno con sus manos, todo artesanal”, explica. La evolución de su arte es palpable. De cubiertas gruesas para el frío, pasaron a creaciones más elaboradas, manteniendo siempre la esencia de lo artesanal y lo auténtico. Y aunque el tiempo avanza, la esencia de su trabajo se mantiene in-



tacta: cada pieza lleva consigo la impronta del tiempo, la paciencia y el cuidado meticuloso. La Fiesta Nacional del Poncho es para Graciela más que un evento; es un tributo a su dedicación y una oportunidad de compartir su arte con el mundo. Sus creaciones, como el poncho galardonado, son testimonios vivientes de la rica herencia cultural de Catamarca, tejidos con lana de oveja y teñidos con pigmentos naturales, cada hilo cuenta una historia de tradición y maestría. Inmediatamente después de recibir ese premio, Graciela se enteró que otra pieza suya había sido seleccionada en el marco del proyecto Corredor Cultural para participar de la cumbre del G20, en Nueva Delhi. Es un poncho también confeccionado en telar criollo, con lana hilada y teñido con tintes naturales.

Pero más allá de los premios y reconocimientos, el mayor legado de Graciela radica en su capacidad para transmitir su arte a las generaciones venideras. Junto a sus hijos, ella comparte su sabiduría



Su destreza se evidencia en cada hilo entrelazado, en cada tono cuidadosamente teñido con tintes naturales extraídos de plantas locales como el algarrobo, la cáscara de cebolla y el nogal.

y experiencia, asegurando que el telar criollo siga siendo un símbolo de identidad y orgullo para la región. Hubo un tiempo en que Graciela había perdido las esperanzas. Sentía que el oficio artesanal del telar criollo estaba desapareciendo lentamente. Pero hace unos años empezó a notar un cambio. Los jóvenes comenzaron a acercarse al taller, de la mano de sus hijos, y también de otros artesanos de la zona. “Hoy hay muchos jóvenes aprendiendo y el único que puede transmitir este conocimiento es el artesano. Nosotros les enseñamos todo, no guardamos ningún secreto... hoy estoy segura de que este oficio va a continuar”, dice, orgullosa. Para Graciela, el telar no solo es su medio de vida, sino también su conexión con su tierra natal. Aunque el mundo la reconozca como una maestra artesana de renombre, su corazón siempre pertenecerá a Catamarca, donde los colores de la tierra inspiran sus creaciones y donde el telar es más que una herramienta, es parte de su ser. 🌍



+ viajes

SALTA

en el cielo



CHRISTIAN ALI BRAVO



MINISTERIO DE TURISMO
Y DEPORTES DE SALTA



A TRAVÉS DE TRES CIRCUITOS IMPRESIONANTES, SALTA PERMITE QUE SUS VISITANTES SE SIENTAN AL MENOS POR UN RATO EN LAS NUBES. LA CUESTA DEL OBISPO, LA QUEBRADA DE LAS FLECHAS Y LA QUEBRADA DE LAS CONCHAS INVITAN A DESCUBRIR UNA PROVINCIA QUE REALMENTE ESTÁ A LA ALTURA DE LAS EXPECTATIVAS.. Y LAS SUPERA.

Salta es una de las joyas del norte argentino que, alta en el cielo, deslumbra con su belleza y todo el esplendor de paisajes únicos y maravillosos. No por nada la apodan *la Linda*. Es que con tanto encanto natural no solo está a la altura de las expectativas de sus visitantes, sino que las supera.

Mucho tienen que ver los Valles Calchaquíes, los cuales cuentan con tres circuitos que recorren sus entrañas y ponen al descubierto sus secretos más profundos. Sin más dilaciones, es hora de agarrar el mapa y meternos de lleno en la grandeza de las tierras salteñas.

1 QUEBRADA DE LAS CONCHAS

El recorrido continúa en la Ruta Nacional 68: dirección hacia Cafayate espera una verdadera maravilla natural, que además ostenta el galardón de ser reserva desde 1995. La Quebrada de las Conchas cobija formaciones geológicas del período cretácico, y

La Quebrada de las Conchas cobija formaciones geológicas del período cretácico.



su principal atractivo radica en cómo el capricho del viento y el paso de los años han sabido moldear estos gigantes de tonalidades cobrizas y ocres.

Así, a lo largo del camino es posible identificar, con un ojo amable y la imaginación en modo ON, siluetas como las de los castillos, el sapo, el obelisco, el fraile y las ventanas. Pero eso no es todo: la yesera es un espectáculo en sí misma. Esta antigua mina de yeso regala una de las postales más pintorescas del recorrido, ya que la sedimentación de las eras geológicas matizaron las formaciones rocosas con diferentes colores y tonalidades. Imperdible es la foto en Los Estratos, donde las diversas capas son claramente identificables gracias al contraste entre cada una.

Imposible no mencionar a los dos lugares más emblemáticos del circuito: el Anfiteatro y la Garganta del Diablo. El primero regala una acústica excelente, por lo que es obligatorio tomarse unos minutos para disfrutar de la magia de los músicos locales que brindan un espectáculo trascendental. La Garganta del Diablo, por su parte, se formó hace 15 millones de años y no debe faltar en esta ruta tan sorprendente.

2 QUEBRADA DE LAS FLECHAS

La Ruta Nacional 40 esconde pedazos de historia en cada rincón. Una gran muestra es la Quebrada de las Flechas, con formaciones de 20 millones de años y donde las rocas justifican sobremanera la elección del nombre. Son realmente flechas puntiagudas de más de 30 metros que salen de la tierra para entregar una visual distintiva y que no se encuentra en ninguna otra región del país.

Protegidas bajo el nombre de Monumento Natural Angastaco, su aspecto se asemeja más al de

La Quebrada de las Flechas está conformada por piedras puntiagudas de más de 30 metros.



la luna que al de la mismísima provincia de Salta. Dado que varían según cómo pegue el sol, los colores de los paisajes oscilan caprichosamente entre rojizo y ceniza.

Escondida en la Quebrada de las Flechas, espera la bodega homónima, que debe estar en la agenda de cualquier persona amante del buen vino. Qué mejor que una copa de Malbec o Torrontés en un contexto natural que difícilmente se pueda explicar con palabras.

3 CUESTA DEL OBISPO

Son 21 kilómetros realmente mágicos de la Ruta Provincial 33, en los que las curvas se van sucediendo infinitamente para regalar panorámicas

fuera de serie. Siempre y cuando, una nube juguetona no tape la visual. Sí, la Cuesta del Obispo besa el cielo y su punto más alto supera los 3.300 metros, allí donde habitan los cóndores y los cactus son los dueños del camino.

No apta para cardíacos o para quienes sufran de vértigo, en esta ruta de ripio es imposible llevar la cuenta de la cantidad de curvas y contracurvas que se suceden en la travesía. ¿La parte buena? La cantidad de miradores para maravillarse la vista con paisajes de ensueño. El Valle Encantado, que descansa en el corazón del Parque Nacional Los Cardones, es un desvío permitido y casi obligatorio del itinerario por su inmensidad y belleza.

Un dato de color: la cuesta tiene ese nombre por el obispo Julián, que, según cuentan los historiadores, en 1622 intentó completar el camino desde la ciudad de Salta hasta Cachi y debió pasar la noche en medio de la cuesta, debido a un inconveniente imprevisto. 🌍

**La Cuesta del Obispo besa el
cielo y su punto más alto supera
los 3.300 metros.**



+ innovación

Cannabis medicinal



PABLO FAZIO

Director de Pampa Hemp y Presidente
de la Cámara Argentina del Cannabis



AGENCIA 123RF

Un nuevo horizonte terapéutico

EL CANNABIS MEDICINAL HA TRANSFORMADO EL PANORAMA MÉDICO Y FARMACÉUTICO, ABRIENDO PUERTAS A LA INNOVACIÓN Y LA ESPERANZA PARA PACIENTES EN TODO EL MUNDO.



En las últimas décadas, el cannabis medicinal ha emergido como un protagonista destacado en el ámbito de la medicina y el mundo farmacéutico. Lo que alguna vez fue estigmatizado como una droga peligrosa, ahora se reconoce ampliamente por su potencial terapéutico, lo que ha dado lugar al desarrollo de un fenómeno económico que va emergiendo internacionalmente conforme su revisión regulatoria avanza incesantemente.

El crecimiento del mercado de cannabis medicinal a nivel global se explica en las proyecciones sobre las cuales una variedad de consultoras vienen coincidiendo. Sólo por mencionar una de las más recientes, Euromonitor Internacional, una de la más destacadas firmas de inteligencia de mercado, pronostica en su último informe un volumen de negocios de USD 15.400 millones para el año 2027, con ventas agregadas que crecerán a una tasa anual compuesta del 13%.



RECONOCIMIENTO INTERNACIONAL Y PERSPECTIVAS DE CRECIMIENTO

En este contexto, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha reconocido su potencial terapéutico y ha instado a los países miembros a revisar sus políticas relacionadas. En esta línea, hace apenas semanas en los Estados Unidos, la Food and Drug Administration (FDA) ha recomendado a la DEA la reclasificación de la marihuana como droga de bajo riesgo y avalando su respaldo científico para uso médico.

Las aplicaciones clínicas del cannabis son diversas y prometedoras. La planta y sus derivados cuentan con una multitud de componentes que actúan en sinergia (Efecto Séquito) y han demostrado ser una fitomedicina con un alto índice de seguridad, sin dosis letales, con mínima incidencia de efectos secundarios, de baja gravedad y fácil manejo clínico. Diversos estudios han constatado su eficacia en el alivio del dolor crónico, el tratamiento de la epilepsia refractaria, la reducción de náuseas y vómitos en pacientes con cáncer sometidos a quimioterapia, y la mejora del apetito en personas con VIH/SIDA, entre otros usos. Además de sus propiedades analgésicas y antiinflamatorias, el cannabis también ha despertado interés por su potencial en el tratamiento de trastornos del sueño o neuropsiquiátricos como la ansiedad, la depresión, el estrés postraumático y la esquizofrenia.

APLICACIONES CLÍNICAS Y PROMESAS DE BIENESTAR

De acuerdo con datos de Statista Consumer Insights surgidos de una investigación realizada en abril de 2024 en toda Latinoamérica, en Argentina el 31% de los encuestados dijo que utiliza o estaría dispuesto a utilizar cannabis medicinal como tratamiento, lo cual habla claramente so-



bre el alto nivel de aceptación hacia su uso por parte de pacientes debido al creciente conocimiento sobre sus beneficios para la salud y propiedades terapéuticas, y una marcada preferencia hacia medicinas más naturales.

Nuestro país ha recorrido desde el año 2017 con la sanción de la ley 27.350, que regula la investigación científica y el uso medicinal de la planta y sus derivados, su decreto reglamentario y normativas posteriores, un valioso camino que apenas comienza a desandar en materia de oferta de productos regulados para garantizar el acceso seguro y legítimo a una medicina que es empleada por un gran sector de la sociedad.

AVANCES REGULATORIOS Y ACCESO AL TRATAMIENTO

La creación de la nueva categoría de “Productos vegetales a base de cannabis y sus derivados destinados al uso y aplicación en la medicina humana” de venta bajo receta, regulados por ANMAT en función de la resolución 781/22 del Ministerio de Salud de la Nación, abrió un espacio prometededor para la innovación y el desarrollo de productos con potencial de mejorar significativamente la salud y el bienestar de los usuarios de cannabis medicinal en Argentina, lo cual a su vez permitiría redirigir progresivamente la demanda actualmen-

te distribuida en los mercados informales o en el autocultivo hacia el sistema de farmacias y/o centros de salud, asegurando así el abastecimiento para pacientes, garantizando además la intervención adecuada de las autoridades sanitarias y los profesionales médicos en la prescripción y uso. En vista del actual estado de situación, es importante señalar que el consumo de medicamentos con cannabis elaborados sin la debida supervisión o en establecimientos no adecuados puede resultar en productos de calidad inconsistente o contaminados, lo que supone un peligro para la seguridad y eficacia de los tratamientos. Además, la falta de orientación médica adecuada puede llevar a dosificaciones incorrectas o interacciones no deseadas con otros fármacos, lo que podría agudizar los problemas de salud de los pacientes. Frente a esta realidad, es responsabilidad tanto de la industria como de sus reguladores trabajar de manera conjunta para agilizar los procesos que conduzcan a facilitar la disponibilidad de los productos demandados, manteniendo un enfoque sólidamente fundamentado en la ciencia, la seguridad y la accesibilidad, asegurando que los beneficios terapéuticos del cannabis estén disponibles para la población que los necesite. 🌿

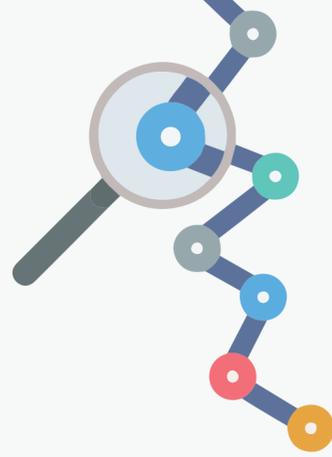
En las últimas décadas, el cannabis medicinal ha emergido como un protagonista destacado en el ámbito de la medicina y el mundo farmacéutico.



+ institucional



Meta: Innovación en trazabilidad de medicamentos



Desde 2005, Meta ha sido pionero en Argentina al introducir el primer sistema de trazabilidad de medicamentos del país, marcando un hito en la industria farmacéutica nacional.

En el mundo de la salud, la trazabilidad de los medicamentos es un aspecto fundamental para garantizar la seguridad de los pacientes y proteger la integridad de los productos farmacéuticos. En este contexto, Meta ha sido pionero en Argentina al introducir en 2005 el primer sistema de trazabilidad de medicamentos del país, marcando un hito en la industria farmacéutica nacional.

La trazabilidad es el conjunto de eventos que permite seguir el recorrido de cada unidad de producto desde su producción hasta su entrega al paciente. Es un proceso clave para garantizar la calidad y autenticidad de los medicamentos, así



Foto: Depositphotos.com

como para detectar posibles fraudes y falsificaciones que puedan poner en riesgo la salud pública. La iniciativa de Meta se ha consolidado aún más con la implementación del Sistema Nacional de Trazabilidad, en el que la empresa captura los códigos asignados por los titulares de registro de especialidades medicinales y los mantiene en todas sus operaciones. Esto significa que cada unidad de producto está identificada de manera única, lo que facilita su seguimiento a lo largo de toda la cadena de suministro.

Pero, ¿por qué es tan importante la trazabilidad de los medicamentos? La respuesta es sencilla: porque involucra la seguridad y el bienestar de los pacientes. Desde el momento en que un medicamento ingresa al stock hasta que llega al paciente, intervienen múltiples actores en la cadena de abastecimiento, y es crucial mantener el control sobre el origen y la calidad de cada producto. Para ello, Meta utiliza el Número Mundial de Localización (GLN), una clave de identificación utilizada a nivel mundial por los estándares GS1, que permite identificar entidades legales y localizaciones físicas dentro de una entidad comercial. Cada establecimiento o local habilitado es identificado con su GLN en el Sistema Nacional de Trazabilidad

(ANMAT), lo que facilita el reporte de las transacciones realizadas con los productos trazados. Los beneficios de la trazabilidad son múltiples y abarcan a todos los actores involucrados en la cadena de suministro de medicamentos. Para los consumidores, significa productos identificables y garantía de calidad, además de un canal de comunicación directa a través de un call center. Para los prestadores y financiadores, ofrece mejores herramientas para proteger a los afiliados y optimizar el uso de los recursos financieros. Para la industria, reduce la disponibilidad de productos en el mercado ilegal y transparenta la demanda. Y para la distribución y dispensación, mejora el manejo de stock y reduce los errores. Además de los beneficios, la trazabilidad también desempeña un papel crucial en la detección de medicamentos ilegítimos. Los pacientes deben estar atentos a ciertos indicadores, como la información en el envase secundario, los dispositivos de seguridad y la integridad del empaque. De esta manera, la trazabilidad de los medicamentos es una herramienta fundamental para garantizar la seguridad y la calidad de los productos farmacéuticos en Argentina. Meta, con su compromiso con la innovación y la excelencia, continúa liderando el camino en este aspecto crucial para la salud pública. 🌐

Foto: Depositphotos.com



Ante cualquier sospecha sobre la legitimidad de un medicamento, se recomienda comunicarse con el Programa ANMAT a través del 0800 333 1234 o el correo electrónico responde@anmat.gov.ar



La ANMAT evalúa una lista de 22 medicamentos que podrían pasar a venta libre

El organismo analiza una lista de medicamentos para determinar su posible liberación. Según el Ministerio de Salud, la medida busca mejorar el acceso a tratamientos seguros y eficaces.



Foto: Depositphotos.com

Tras la solicitud del Ministerio de Salud de la Nación a la Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (ANMAT) para examinar una serie de medicamentos de condición de venta bajo receta con potencial para ser declarados de venta libre, el organismo nacional ha publicado en el Boletín Oficial una lista preliminar de fármacos que serán sometidos a un análisis detallado por grupos especializados. La lista, que abarca desde complejos vitamínicos hasta tratamientos para el herpes, cremas antialérgicas, productos con corticoides, analgésicos, antifúngicos, laxantes y suplementos dietarios, fue soli-

citada por el Ministerio de Salud de la Nación con el objetivo de mejorar el acceso y la disponibilidad de medicamentos seguros y eficaces para la población. El organismo dependiente del Ministerio de Salud, mediante la disposición 3228/2024, respondió al pedido del Gobierno en la resolución 284/2024 sobre “la revisión de la condición de venta –cuando corresponda– de las especialidades medicinales, pudiendo declarar de venta libre a aquellos de probada calidad, seguridad y eficacia, que a través de la permanencia en el mercado nacional bajo condición de venta bajo receta, al menos durante los últimos 5 años, han probado la ausencia de efectos adversos graves, que afectaren el balance riesgo-beneficio”. La revisión de estos medicamentos se llevará a cabo por grupos terapéuticos según la Clasificación ATC (Anatomical, Therapeutic, Chemical classification system) determinada por la OMS, y se basará en los requisitos mínimos establecidos por la Disposición N° 3686/11.

Además, precisaron que aquellos medicamentos que se vuelvan de venta libre continuarán siendo vendidos sin cambios en sus envases, prospectos o información para el paciente, aunque sí deberá incluir un etiquetado especial que indique su nueva condición de venta. La ANMAT, como organismo descentralizado con jurisdicción en todo el país, es responsable de controlar, fiscalizar y garantizar que los productos para la salud sean eficaces, seguros y de calidad. En este sentido, determina las condiciones de venta de los medicamentos teniendo en cuenta su naturaleza y el riesgo asociado a su uso indebido. Es importante destacar que la denominación de medicamentos de “venta libre” corresponde a productos destinados a aliviar dolencias que no requieren la intervención de un profesional médico y que, por su naturaleza y amplio margen de seguridad, no representan ningún riesgo para los consumidores. 🌐



Foto: Depositphotos.com

ANMAT: LA LISTA DE LOS 22 MEDICAMENTOS

Retinol / Retinaldehído (Vitamina A Palmitato) +
Alantoína +Tocoferol (Vitamina E)
Retinol / Retinaldehído (Vitamina A Palmitato) +
Ácido Bórico + Óxido de Zinc
Sulfadiazina de Plata / Sulfadiazina Sódica
(Sulfadiazina) + Lidocaína Clorhidrato (Lidocaína) +
Retinol / Retinaldehído (Vitamina A Palmitato)
Tocoferol (Vitamina E) + Extracto de Isoflavona
Betametasona Acetato / Betametasona
Dipropionato / Betametasona Fosfato Sódico /
Betametasona 17 - Valerato (Betametasona),
Gentamicina Sulfato (Gentamicina) + Miconazol
Nitrato (Miconazol)
Clonixinato de Lisina
Fluticasona
Lactulosa
Amorolfina
Acetilcisteína
Diosmina + Hesperidina
Bismuto Ioduro / Bismuto Nitrato / Bismuto
Subcitrato (Bismuto)
Oxibutinina Clorhidrato (Oxibutinina)
Tadalafilo
Esomeprazol
Omeprazol
Lansoprazol
Pantoprazol
Senósido A Y B / Senósido A / Senósido B A06AB06
Aciclovir
Ibuprofeno
Orlistat





CHRISTIAN ALI
BRAVO



GENTILEZA
SONRÍE LA VIDA



Pablo Orbelli

“Para generar un cambio es necesario educar”

EL DR. PABLO ORBELLI, PRESIDENTE DE LA FUNDACIÓN SONRÍE LA VIDA Y DIRECTOR DEL CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO, REPASA LOS ORÍGENES DE LA ONG Y CÓMO FUE TRANSFORMÁNDOSE, CON LA TECNOLOGÍA COMO PRINCIPAL ALIADA, HASTA LO QUE ES HOY. DESDE EL SISTEMA DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL Y BIO-RESONANCIA TBBI HASTA EL PROGRAMA DE LÍDERES+, SIEMPRE CON LOS VALORES BIEN DEFINIDOS Y EN EL EJE DE CADA UNA DE SUS ACCIONES.



Casi 20 años pasaron desde aquel 2005 en el que la Fundación Sonríe la Vida nació “como una patriada”, tal como la define su director, el Dr. y cirujano bioinformático Pablo Orbelli. Resulta muy interesante conocer la transformación que esta organización fue atravesando, donde la tecnología se erigió como un pilar fundamental de sus acciones y los desafíos trazados hacia un futuro que promete ser muy prominente.

¿Podrías hacer un breve racconto de cómo surgió Sonríe la Vida? ¿Cuáles eran sus principales ideales y objetivos al principio y cómo fueron cambiando a lo largo de los años?

La Fundación se inició como un grupo de profesionales con intenciones de aportar en materia de salud primaria a lo largo del país. Ya en el 2014, constituidos como Fundación, la primera etapa culminó con la donación de un Centro Odontológico gratuito en Aristóbulo del Valle,

Daniel Pierri, Alfredo Bertachini, Jorge Barnachea y Pablo Orbelli, miembros del equipo de Sonríe la Vida.



Misiones. Después nos dimos cuenta de que había que girar el concepto, y no solo cumplir un rol asistencial. Gracias a mi vinculación a la informática y los avances en Inteligencia Artificial que se dieron entre 2016 y 2017, fuimos conectándonos con grupos de investigación europeos. Hasta que, post pandemia, se expandió el conocimiento y la difusión. Así pudimos asociarnos con el ISTECS –Consortio Iberoamericano de Educación en Ciencia y Tecnología–, y somos parte del Proyecto ECHO, que depende de la Facultad de Medicina de la Universidad de Nuevo México, USA. La realidad es que innovar es complejo, y más si hay una innovación de concepto. Por eso siempre valoramos a aquellos que nos apoyaron desde un principio, como la Obra Social de Patronos de Cabotaje, Droguería Meta, Hospital Militar Central, entre tantos.

“Nuestra misión es poder aplicar los últimos desarrollos en tecnología para así mejorar la calidad de vida de las personas.”



“Damos charlas y llevamos a cabo terapias apuntando al balance emocional y a educar a nuestro cerebro para sostener el bienestar, reduciendo el estrés.”

¿Cuál es hoy la principal misión de esta ONG?

Nuestra misión es poder aplicar los últimos desarrollos tecnológicos y biomédicos para así mejorar el bienestar humano.

¿Cuáles son los principales aportes que puede hacer la IA y la bioinformática en la medicina y la calidad de atención de los pacientes?

Somos partícipes de una transición y es posi-



T E R A P I A S D E
B I E N E S T A R
B I O L O G I C A S
I N T E L I G E N T E S



T B B I

LA NUEVA MEDICINA FRECUENCIAL

ble que de acá a cinco años la medicina avance lo que no avanzó en las últimas seis décadas. El catálogo de enfermedades ronda las 130.000 y, gracias a la tecnología, seguramente ese número ascienda a 350.000. El papel de la bioinformática va a permitir descubrir el origen de muchas patologías y ponerles nombre a cosas que no sabíamos que existían. Esto se traducirá en un mejor criterio terapéutico y en un mejor diagnóstico, pero además abre la puerta a la medicina de precisión, que ya la estamos transitando como equipo de investigación desde la Fundación.

Un claro ejemplo de cómo la tecnología puede impactar positivamente en la medicina es el sistema TBBI (Terapias de Bienestar Biológico Inteligente). ¿Cómo funciona?

Nosotros ya veníamos investigando estas tecnologías sabiendo que eran no invasivas y efectivas, y podían aplicarse a pre diagnósticos y pronósticos. Con la llegada de la pandemia ocasionada por el Covid-19, nos aceleró el tiempo de llevar al campo de acción las tecnologías basadas en IA. Al principio, se realizaban escaneos de voz con un micrófono y una computadora para conocer si la persona estaba transitando un proceso infeccio-

“A quienes decidan estudiar medicina les recomendaría que se hagan amigos de la informática porque la van a necesitar.”

so. Droguería META y el hospital Suipacha fueron claros ejemplos de la aplicación de esta tecnología, que permitía ver venir la enfermedad y hasta hacer un pronóstico. Con un 75% de efectividad, escaló de manera inmediata, y comenzamos a trabajar en algoritmos para poder utilizar esa tecnología desde teléfonos celulares, sin la necesidad de un micrófono y una computadora.

Otro de los hitos de la Fundación es el programa de Líderes+. ¿Cuáles son los principales lineamientos y de qué se trata este programa?

Principalmente, acompañar a líderes ligados o no a la ONG, donde les proponemos una terapia basada en el conocimiento y enfocada en el lado humano. Nos gusta llamarlo semilla de cambio, ya que el objetivo es sostener emocionalmente, médicamente y psicológicamente a las personas que están a la cabeza de las instituciones.

¿Cómo trabajan desde la ONG las iniciativas que abordan las problemáticas de salud física, mental y emocional de las personas?

Ya sabemos que el origen de muchas enfermedades no es sólo biológico o genético, sino que responde a cómo la persona entiende la realidad y cómo se procesan las emociones en función a cada sistema de creencias. Por eso es que damos charlas y llevamos a cabo terapias apuntando al balance emocional y a educar a nuestro cerebro para sostener el bienestar, reduciendo el estrés y disminuyendo la entropía (desorden). Entender procesos que generan ansiedad sobre el futuro es agotador, como así también vivir en el pasado constantemente.

¿Cómo ves el futuro de la medicina? ¿Qué le recomendarías a un joven que decide estudiar esta carrera?

Creo que la capacidad de análisis es el camino a seguir, y también conocer y dominar los procesos de manejo de información. A quienes decidan estudiar esta carrera les recomendaría que se hagan amigos de la bioinformática porque la van a necesitar. Va a ser fundamental tener mucho conocimiento de biología molecular y genética. Sin olvidar que la medicina es un arte, también otro desafío es y será re-humanizar la profesión.

Ya con vistas al futuro, ¿cuáles son los planes de Sonríe la Vida?

Seguir armando programas como el de Líderes+, que nos vinculen con otras ONG y así seguir mejorando la forma de ver la realidad y la vida de la gente. También a incrementar la cantidad de organizaciones con las que estamos asociados como a nivel convenios, investigaciones en

conjunto y alianzas con otros países. También estamos enfocados en la difusión, porque para generar un cambio es necesario educar. Es difícil incorporar lo que no se conoce, y para conocer algo innovador, primero es necesario desaprender. 🌐





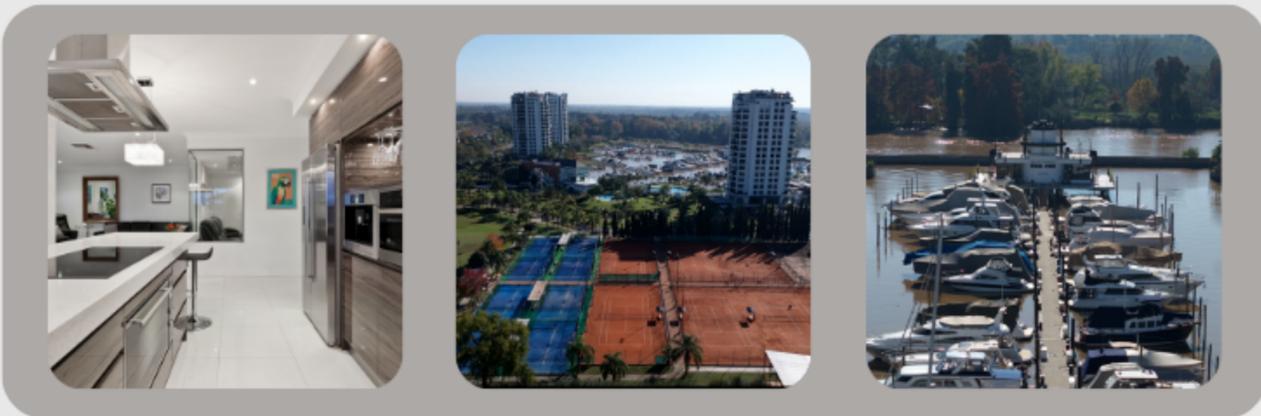
Sonríe la Vida

FUNDACION



VENTA Y ALQUILER

Unidades de 2 a 5 ambientes frente al Río Luján



Seguridad

Amarras

Cocheras



2 resto - Confitería

Salones de eventos

Spa - Piletas

GOLF - PÁDEL - TENIS - FÚTBOL - GYM - PLAZA

📞 11 4402 0900

📷 MARINASGOLF



📍 TIGRE - BS. AS.

marinasgolf.com.ar