TECNOLOGÍ@

Más personas tienen riesgo de infartos: estudio

Un nuevo sistema de "estadificación" del riesgo cardiovascular ha determinado que hay más gente en general que corre el peligro de sufrir ataques cardíacos de la que se cree, según un estudio médico anunciado por la Universidad Johns Hopkins (EU).

La nueva clasificación de riesgo desarrollada por los expertos de esa universidad con sede en Baltimore (Maryland) y del Sistema de Salud Mount Sinai, de Nueva York, se centra en los "signos de peligro menos obvios" de padecer cardiopatías que presentan millones de personas que pasan las llamadas pruebas de esfuerzo.

Hay síntomas "preocupantes de cardiopatía" excluidos desde el punto de vista clínico como grupo con alto riesgo "porque los sistemas de clasificación que usan los médicos se concentran mucho en los criterios de la llamada enfermedad coronaria obstructiva", informaron los investigadores en un comunicado.

Según el artículo, publicado en el Journal of the American College of Cardiology, los criterios actuales buscan sobre todo indicios de que las placas ateromatosas han estrechado las arterias que alimentan el corazón en un 50 o hasta un 70 por ciento o más, lo que restringe el flujo de sangre al miocardio durante el ejercicio.

A menos que se llegue a esa cifra de referencia del 50 por ciento, los cardiólogos no suelen diagnosticar una enfermedad coronaria obstructiva y considerar que hay un riesgo suficientemente alto de sufrir un ataque cardíaco como para recetar hipolipidemiantes (estatinas) u otros medicamentos preventivos, explicaron.

Pero los investigadores aseguraron que existen pruebas de que las personas con bloqueos menores al 50 por ciento en sus arterias cardiacas, considerado como cardiopatía no obstructiva, "corren casi el mismo riesgo de morir de un ataque cardíaco, un accidente cerebrovascular o insuficiencia cardiaca (cardiopatía congestiva) que las personas con bloqueos arteriales del 50 por ciento o más".

A lo largo de cinco años, esto se da en un 14 por ciento entre los hombres y un 8 por ciento entre las mujeres, agregaron.

En comparación con los hombres, además, las mujeres tienen el doble de probabilidad de presentar cardiopatías no obstructivas y engrosan la población tratada insatisfactoriamente.

La nueva clasificación de riesgo se realizó en base a un estudio de 2012 en Dinamarca que observó las tasas de supervivencia de 4.711 mujeres y 6.512 hombres después de haber analizado la gravedad del bloqueo arterial por angiografía coronaria.

Según otro análisis de 2013 enfocado en datos angiográficos de 41.960 pacientes estadounidenses y de otros países, las personas con cardiopatías no obstructivas representan la tercera parte de quienes acuden a su médico con quejas de dolor torácico en EU, es decir, de unos 5 a 7 millones de personas cada año.

"Lo que nosotros y otros colegas hemos concluido partiendo de estos datos es que los bloqueos mucho menos graves pueden dar problemas", aseguró en el comunicado Armin Zadeh, del Instituto Cardiovascular de la Facultad de Medicina de Johns Hopkins.

El motivo, agregó, es que "las placas pegajosas pueden causar la aglomeración de los glóbulos sanguíneos en las arterias coronarias y formar coágulos pequeños que podrían provocar dolor torácico y finalmente un ataque cardíaco".

"No siempre damos tratamiento a las personas que pueden tener el mismo riesgo de ataque cardíaco que aquellas que tienen bloqueos más graves", aseguró Zadeh.

El nuevo sistema establecido por los investigadores incluye en la categoría de alto riesgo los estadios "más tempranos", que abarcan, dicen, a la población "tratada insatisfactoriamente" y a los pacientes con varios bloqueos moderados.

***Aseguran que gente con ligeros b**loqueos arteriales suelen correr el mismo riesgo y, sin embargo, no son diagnosticadas.*

¿Periodos irregulares? Podrías tener este síndrome

Cuando te enfermas, casi siempre es lo mismo: te sientes mal, vas al doctor y, después de un examen, los resultados te dicen lo que tienes. Pero no siempre es lo mismo con todas las condiciones de salud, por ejemplo, el síndrome de ovario poliquístico (SOP).

Aunque el SOP se asocia con los ciclos irregulares, es muy difícil de diagnosticar; podría ser culpa de desequilibrios hormonales o cualquier otro factor. Y dado que el SOP se categoriza por varias señales o síntomas que casi siempre pasan desapercibidos, existen muchas mujeres hoy en día que viven con él y no lo saben. De hecho es tan crítica la situación, que el 50 por ciento de las mujeres con síndrome de ovario poliquístico no saben que lo tienen. Y es que es un problema de ovulación tan normal, que muchas sufren de él en silencio.

Conoce los síntomas

Así como no hay un examen para diagnosticarlo, no hay un sólo síntoma que señale su presencia. Entre los síntomas más comunes están periodos irregulares o ausentes, acné, exceso de vello corporal, infertilidad y aumento de peso, así como problemas metabólicos como el colesterol alto, presión arterial e incluso diabetes.

Si todo esto te suena familiar, no dudes en acudir con tu ginecólogo. Posiblemente sea necesario que te hagas muestras de sangre para checar tus niveles hormonales; si hay mucha testosterona, podría ser señal de SOP. Y también podría ser que tengas alta el azúcar.

Los quistes no lo son todo

A pesar de su nombre, no todas las mujeres con SOP tienen quistes en los ovarios. Si tú los tienes, habrá más dolor de lo normal. Esos quistes a veces son el resultado de los óvulos que no salieron a tiempo, y pueden detectarse a través de un ultrasonido.

Es un problema de peso

El SOP podría ser genético. Hay estudios que sugieren que si tu mamá lo tuvo, tienes más del 50 por ciento de tenerlo también. Pero esta condición también ha sido relacionada con el sobrepeso. Si sufres de este síndrome y tienes sobrepeso, será vital bajar esos kilos de más para normalizar cualquier anormalidad. La buena noticia es que los tratamientos son muy directos. Fuera de las condiciones detrás del SOP como la diabetes, el plan de acción dependerá de tu lugar en la vida. Si no estás tratando de embarazarte, el mejor remedio serán las pastillas anticonceptivas. Este método anticonceptivo controla los ovarios y los obliga a detener el exceso de producción de testosterona.

***El Síndrome de Ovario P**oliquístico afecta a un gran número de mujeres sin que éstas lo sepan*

Formas para recuperar celulares extraviados

Sucede, por desgracia, con mucha más frecuencia de lo que pudiéramos pensar: se pierden muchos celulares (teléfonos móviles) ya sea al bajar del taxi, mientras se pasea por la calle y se sale del bolsillo o simplemente lo olvidamos sobre la mesa en una terraza tomando algo.

La pérdida de un elemento tan valioso puede resultar traumática, y los fabricantes lo saben, así que ya han tomado medidas que ponen las cosas más difíciles a los ladrones, en caso de que el móvil haya sido robado, y más fáciles al usuario a la hora de recuperar su móvil. El problema es que no son del todo conocidas ¿Qué hacer para intentar recuperar un móvil desaparecido?

Tanto Android como iOS - las plataformas mayoritarias en el mercado- cuentan con sistemas de seguridad integrados en el móvil que facilitan su localización, publica elpais.com

En el caso de Android, la plataforma dominante, basta con acceder a Google desde el navegador y teclear en el buscador "dónde está mi móvil". El sistema le pedirá entonces la contraseña con la que también registró su móvil en la cuenta de Gmail y le mostrará en el mapa la última ubicación tras la desconexión, o en el mejor de los casos, la posición actual si éste está conectado.

Apple cuenta con una función similar denominada 'Buscar mi iPhone' que hace exactamente lo mismo. Además, la compañía recomienda denunciar su desaparición ante las autoridades. Con estas funciones se puede hacer que el móvil emita un sonido de gran alcance que nos ayude a localizarlo una vez estemos en la zona mostrada en el mapa.

Borrar el móvil de forma remota

En las funciones mostradas en el punto anterior, ambos sistemas permiten borrar todo el contenido del móvil de forma remota, de manera que el nuevo poseedor del terminal no pueda acceder a nuestra información más sensible.

Estos dos sistemas ofrecen una opción adicional que puede ser resolutiva en un momento dado: mostrar un mensaje en la pantalla anunciando la pérdida del terminal e indicando la forma de contacto con el propietario. Si el móvil se ha perdido, todavía queda la esperanza de que haya sido encontrado por una persona honesta que quiera devolverlo.

Google recomienda como medida adicional poner en conocimiento del operador la desaparición del móvil, para que éste inutilice la SIM y se evite que el nuevo poseedor incurra en gastos adicionales, pero sobre todo, para proteger la información personal del usuario.

En un momento dado, se puede emplear el móvil para crear nuevas contraseñas mediante SMS en las cuentas protegidas con verificación en dos pasos, con los que esta eficaz medida de seguridad quedaría inutilizada.

***Existen diferentes maneras d**e recuperar un celular (teléfono móvil) desaparecido o robado.*

Internet gratis, la nueva estafa en WhatsApp

Internet gratis sin necesidad de utilizar red wifi es una de las promesas con las que se busca estafar a usuarios que utilizan la red social WhatsApp. La firma de seguridad ESET explicó que las campañas engañosas continuarán en crecimiento este año, informa Notimex.

Refirió que en 2017 la promesa de Internet gratis podría atraer a incautos y novatos tecnológicos aun cuando técnicamente es imposible.

En su blog, la firma detalló que dicha estafa llega vía contactos conocidos y grupos de WhatsApp con un mensaje que contiene una invitación que señala la disponibilidad de una nueva versión del sistema de mensajería que permite tener Internet gratis e incluye un enlace de redirección a otra página.

Una vez en el enlace, el portal detectará el idioma del dispositivo y buscará inducir al usuario a compartir el engaño 13 veces, con lo que el fraude se propaga, para sustentar la estafa se visualizarán comentarios de usuarios que aparentemente utilizaron el supuesto servicio. ESET refirió que de esta manera los cibercriminales logran generar diversos tipos de estafa, y la utilización de motores para determinar el idioma les permite difundirlas en diferentes países, lo que aumenta la posibilidad de conseguir víctimas de manera global.

Expuso que después de compartir dicho mensaje, se les direcciona a sitios donde pueden ofrecer servicios de suscripción a mensajería SMS Premium o la instalación de aplicaciones, ello con la promesa de contar con Internet gratuito.

Agregó que utilizar herramientas de seguridad y conocer la forma en la que operan este tipo de estafas son las mejores estrategias para evitar ser parte de estas.

"La concientización acerca de estas estafas debería viralizarse más que estos engaños, aunque seguimos viendo una propagación alarmante de engaños como este", puntualizó.

***La estafa vía WhatsApp se** adueña de todos tus datos personales y también infecta de virus al dispositivo móvil.*