

# HOLA SALUD

AÑO 8 | Nº 86 | DICIEMBRE 2025

*Cirugía  
bariátrica  
y metabólica*

Dr. Pablo Santiago

**VIH EN URUGUAY**

Dra. Susana Pereira

**LUNARES**

prevenir y consultar

Dra. Gimena Pisorno

ENTREVISTA

**ELISA  
FACIO**



“LIDERAR ES ACOMPAÑAR CON ESPERANZA Y HACER CRECER A LA OTRA PERSONA”



# ANTHELIOS UVMUNE 400

## FILTRO CONTRA RAYOS UVA ULTRA LARGOS: MEXORYL 400



EL FILTRO UV MÁS EFICAZ  
CONTRA LOS RAYOS UV MÁS DAÑINOS \*\*  
FLUIDO INVISIBLE PARA DIFERENTES  
TIPOS DE PIEL

PIEL NORMAL A SECA

PIEL MIXTA A GRASA

HIPERPIGMENTACIÓN





# Staff

## DIRECCIÓN GENERAL

Lic. Griselda Castro

## EDICIÓN Y REDACCIÓN

Lic. Rosalía Larocca

## COORDINACIÓN GENERAL

Laren Cossa

Juan F. Tavaniello

## DIRECCIÓN DE CONTENIDOS

Lic. Griselda Castro

## CONTENIDOS AQFU

Q.F. Eduardo Savio

## CONTENIDOS TÉCNICOS

Farmanuario

## DISEÑO

Lorem Comunicación

## DIAGRAMACIÓN Y ARMADO

Juan F. Tavaniello

## PRODUCCIÓN Y DATOS

Sandra Annuitti

Stefani Lariccia

Romina Suleimán

Vanessa Bueno

## COLABORADORES

Dra. Gimena Pisorno

Dr. Pablo Santiago

Dr. Stefano Fabbiani

Graciela Foggia

Lucía Maidana

## PORTADA

Ana Solórzano

## FOTOGRAFÍA

Leo Mainé

## COMERCIALIZACIÓN

Alejandra Chiva

## ASESORÍA DIGITAL

Keiretsu SRL

## ADMINISTRACIÓN

Patricia Amaral

Cr. Rodrigo García

## LOGÍSTICA

Gustavo Bonifazi

## Hola Salud es una publicación

### producida y distribuida

por Informédica S.R.L.

La editorial no se hace

responsable por las opiniones de

colaboradores y entrevistados.

Prohibida la reproducción parcial

o total de los contenidos, sin

autorización expresa de los editores.

## IMPRESIÓN:

Gráfica Mosca

Dep. Leg. N° 374.840

**Fe de erratas:** el artículo “¿Qué es la Atrofia Muscular Espinal?”, publicado en la edición de noviembre, corresponde estar atribuido a Pablo Correa Garín, presidente de Familias con Atrofia Muscular Espinal, y no a Fundación Corazoncitos.



## 02 EDITORIAL

¡Salud, lectores! Por un 2026 en bienestar y resoluciones cumplidas  
Por Lic. Griselda Castro

## 07 AQFU

Farmacias en la primera línea  
Por Lars-Åke Söderlund y Virginia Olmos



## 10 DESTACADOS

Elisa Facio  
“Liderar es acompañar con esperanza y hacer crecer a la otra persona”

## 14 MANAGEMENT

Cerrar el año, abrir nuevos caminos  
Por Graciela Foggia

## 16 SALUD PARA TODOS

Tratamiento integral de la obesidad  
Cirugía bariátrica y metabólica  
Por Dr. Pablo Santiago

## 20 AQFU

Semana Mundial de Concientización sobre la Resistencia a los Antimicrobianos

## 24 VIDRIERA

- America Business Forum 2025: jornada histórica en Miami
- Premio Alsea al primer estudio sobre hábitos alimentarios postpandemia

# Contenidos

## 24 VIDRIERA

- Hospital Británico: La seguridad del paciente, compromiso permanente
- Se presentó el libro Mucho + Cerca: el desafío de encantar clientes
- Los 40 años de Fertilab
- Servicio Médico de Cofas amplía sus instalaciones
- CUDIM nuevos servicios de imagenología
- Lanzamiento de Esketamina Cristalia



## 34 PERFILES

Susana Pereira  
VIH en Uruguay: avances y deudas pendientes

## 39 COSMÉTICA

Lunares: cómo prevenir y cuándo consultar  
Por Dra. Gimena Pisorno

## 43 AQFU

Capacitación en Farmacovigilancia: AQFU fortalece la formación de Farmacias Comunitarias

## 47 SALUD PARA TODOS

Cuidado de la microbiota vaginal: clave para la salud íntima femenina  
Por Dr. Stefano Fabbiani

## 53 NUTICIÓN

Calor y fiestas: cómo prevenir las intoxicaciones alimentarias más comunes del verano

## 56 AQFU

La Semana de la Farmacia 2025

## 58 TIEMPO LIBRE

Lectura & Netflix

## 60 DESTINOS

Nordeste de Brasil

## 62 HORÓSCOPO

¿Cómo va a evolucionar este 2026 para los signos?  
Por Astróloga Lucía Maidana





# ¡Salud, lectores! Por un 2026 en



Por Lic. Griselda Castro

Llegamos a diciembre, un mes muy especial. Es tiempo de balances, de agradecimientos, de encuentros... y también es el mes en el que el día 3 celebramos el Día del Médico, una fecha profundamente significativa para quienes entendemos la salud como un compromiso humano antes que técnico.

En HOLA SALUD lo vivimos de una manera muy cercana, porque muchos de los médicos que celebran su día son también nuestros columnistas: figuras académicas, investigadores, docentes, profesionales admirados que mes a mes enriquecen estas páginas con su mirada y su dedicación. Diciembre nos da la oportunidad de reconocerlos y agradecerles públicamente por su generosidad, por su trabajo silencioso y por elegir compartir su experiencia con nuestra comunidad.

En esta edición hemos entrevistado a dos mujeres destacadas profesionales que se han involucrado en problemas complejos y desde sus diferentes profesiones y roles trabajan para mejorar la calidad de vida de las personas: en un caso, sus pacientes y en el otro, los empresarios.

Conversamos con la Ing. Elisa Facio, presidenta de ACDE, cuya visión clara y humanista nos recuerda que los valores —vividos y puestos en acción— son los verdaderos motores de las organizaciones que transforman. Su objetivo nos invita a pensar en el propósito con el que elegimos liderar y trabajar. Su propósito es *“revalorizar y visibilizar las acciones de las empresas. Los empresarios son quienes todos los días salen a trabajar sin saber si les irá bien o no; quienes enfrentan desafíos propios y también los de sus colaboradores, clientes, proveedores y de la sociedad en general. Mi propósito es poner en relieve ese valor del empresario: debemos hacerlo notar más.”*

Se trata de una entrevista muy enriquecedora en la que se hace fundamental hincapié en liderar con valores cristianos, ya que estos son valores universales de nuestra sociedad.

HOLA SALUD también dialogó con la Dra. Susana Pereira, presidenta de la Sociedad GeUVIH y una de las infectólogas más respetadas del país. Su compromiso con la investigación, la prevención, la educación y la salud pública es una luz que ilumina el camino de todos los que, desde distintos roles, contribuimos a un país más saludable.

Comunicate con HOLA SALUD:  
Tel. 27091533  
holasalud@farmanuario.com

  revistaholasalud





# bienestar y resoluciones cumplidas

Nos manifiesta que el VIH, si bien es una infección crónica, es prevenible. Actualmente existen innumerables avances respecto a esta enfermedad, que no han podido tener éxito debido a barreras sociales como el estigma, la discriminación, la desinformación, los diagnósticos tardíos. Es fundamental trabajar en forma conjunta y difundir que un diagnóstico precoz, facilita la calidad de vida de sus pacientes que pueden iniciar rápidamente el tratamiento y no en etapas avanzadas de la infección.

La Dra. Pereira ha trabajado muchísimo en la comunicación para educar acerca de esta enfermedad en diferentes departamentos del país. *“Hemos llevado a cabo en diferentes departamentos del país ‘El ABC del VIH’, una instancia dirigida fundamentalmente a personal de salud, médicos y no médicos.”*

Finalmente, como cada diciembre, queremos decir gracias. Gracias a los profesionales que hacen grande esta revista. Gracias a las farmacias que confían en nuestro trabajo y están siempre cerca de la gente. Gracias a nuestros lectores, que nos acompañan, nos consultan y nos inspiran a seguir creciendo.

Que esta Navidad nos encuentre a todos rodeados de afecto y priorizando lo que ella verdaderamente significa. Que el nuevo año llegue con energía renovada, esperanza y bienestar.

Desde HOLA SALUD levantamos con ustedes la copa para brindar por un 2026 lleno de salud, compromiso y nuevos desafíos compartidos.

¡Felices Fiestas y gracias por estar!

*Lic. Griselda Castro*



# GIORGIO ARMANI



NUEVO  
ACQUA DI GIÒ PROFONDO EDT





# GIORGIO ARMANI

## MY WAY





# Nueva Clínica Punta del Este

---



Ahora también en Punta del Este, podés sentirte como en casa, con una atención en salud privilegiada.

**Nuestra nueva clínica, ofrece servicios de excelencia**

disponibles para: socios Hospital Scheme, y miembros del programa Self Plus, así como para personas con coberturas de seguros internacionales y atención privada.

Bienvenidos a **nuestra cultura del bienestar.**

---

Av. Pedragosa Sierra y Los Sauces  
Tel.: **2487 1020** int. 1301  
[www.hospitalbritanico.org.uy](http://www.hospitalbritanico.org.uy)





# Farmacias en la primera línea

**Las farmacias ya están donde están los pacientes. Ahora necesitamos permitir que los químicos farmacéuticos utilicen toda su competencia para fortalecer la atención sanitaria, prevenir enfermedades y mejorar la adherencia al tratamiento.**



Por Lars-Åke Söderlund (Suecia) y Virginia Olmos (Uruguay)



En muchos países, los químicos farmacéuticos desempeñan un rol muy visible en la atención cotidiana de la población, brindando orientación, acompañamiento y educación sanitaria directa desde las farmacias. En Uruguay, si bien la presencia profesional en el punto de dispensación no es aún tan extendida, los químicos farmacéuticos gozan igualmente de un alto nivel de confianza y prestigio por su formación, ética y compromiso con la salud pública. Esa confianza constituye un activo valioso que el sistema de salud podría aprovechar más, fortaleciendo su participación en actividades de educación, uso racional de medicamentos y políticas de acceso seguro.

En un momento en que los prestadores de salud públicos y privados enfrentan una alta demanda, largas esperas y una falta creciente de médicos de familia, es urgente repensar el modelo de atención cercana. Las farmacias ya están ahí: abiertas, accesibles y confiables. Hay que integrarlas plenamente en la estrategia de salud nacional.

## La atención primaria de salud

Al mismo tiempo, el sistema de salud en Uruguay se encuentra bajo creciente presión. La atención primaria tiene largos tiempos de espera, muchos centros de salud carecen de médicos de familia y los servicios de urgencias están sometidos a una carga considerable. Gran parte del aumento en la demanda se debe a enfermedades crónicas y relacionadas con el estilo de vida, que requieren tratamiento a

largo plazo y apoyo continuo. Aquí, el rol del farmacéutico se vuelve cada vez más central.

La evolución internacional es clara: el papel de las farmacias se amplía desde la distribución tradicional de medicamentos hacia la prestación de servicios clínicos. En muchos países, las farmacias hoy ofrecen:

- Revisiones estructuradas de medicamentos
- Seguimiento de enfermedades crónicas
- Evaluaciones de autocuidado, incluida la prescripción de medicamentos
- Vacunaciones administradas por químicos farmacéuticos
- Diálogo sobre estilo de vida e intervenciones de salud
- Tratamiento de afecciones menores
- Seguimiento digital y atención a distancia

Esta transformación se basa en la competencia del farmacéutico: comprensión clínica, optimización farmacoterapéutica, comunicación, prevención y un enfoque centrado en la persona. Expertos internacionales ya han señalado que la farmacia del futuro es un recurso sanitario esencial que debemos aprovechar hoy.

Para que las farmacias puedan desempeñar este papel, se necesita un reconocimiento profesional más claro de los químicos farmacéuticos y la posibilidad de que utilicen plenamente su formación en la práctica. Esto implica:

- Trayectorias profesionales para el trabajo clínico en farmacias

- Reconocimiento del farmacéutico como una profesión sanitaria autónoma
- Formación y capacitación continua en farmacia clínica y herramientas digitales

Debemos ver al farmacéutico no solo como alguien que entrega medicamentos, sino como un profesional de la salud con responsabilidad de seguir el tratamiento del paciente, detectar riesgos y contribuir a una salud sostenible.

Uruguay se encuentra hoy por debajo del objetivo de la OMS del 75 % de vacunación contra la gripe, especialmente entre personas mayores y grupos de riesgo. Al mismo tiempo, la experiencia de más de 56 países en los que los químicos farmacéuticos vacunan y donde las farmacias forman parte de las campañas nacionales demuestra que las tasas de vacunación aumentan, se alcanza a más grupos de riesgo, se reduce la presión sobre la atención primaria y se fortalece la confianza en las vacunas.

En la 10ª edición del European Scientific Working Group on Influenza and Other Respiratory Viruses (ESWI), en Valencia, España 2025, varias profesiones sanitarias destacaron la evidencia inequívoca: los químicos farmacéuticos deben incluirse en los programas nacionales de vacunación. Es un beneficio para la salud pública que Uruguay aún no ha aprovechado plenamente.

Las enfermedades crónicas y relacionadas con el estilo de vida requieren tratamiento a largo plazo, pero la ad-



herencia suele ser baja. Esto conduce a un deterioro de la salud, complicaciones innecesarias, más contactos con el sistema de salud y, por lo tanto, mayores costos, así como menor calidad de vida.

La evidencia marca el camino: los servicios de seguimiento farmacéutico mejoran la adherencia y los resultados clínicos. Debemos recordar que los medicamentos son una inversión en salud, y que dicha inversión funciona solo cuando el tratamiento se sigue adecuadamente. Las farmacias tienen una cercanía única con el paciente y, por ello, una oportunidad especial de brindar apoyo.

Las experiencias internacionales también sirven de guía. En Canadá, los químicos farmacéuticos pueden prescribir medicamentos para más de 20 afecciones distintas. Las farmacias desempeñan un papel activo en la reducción de los tiempos de espera de la atención primaria, como se detalla en *How pharmacies are fixing Canada's wait-time crisis* (Medimap, 2025).

En el Reino Unido y Australia, las farmacias son una parte integrada de la atención primaria. Los químicos farmacéuticos reciben pacientes para evaluar y tratar problemas de salud comunes, por ejemplo, mediante los programas Pharmacy First.

La atención cercana del futuro requiere accesibilidad, continuidad y prevención. Las farmacias ya ofrecen todo esto cada día. Dar a las farmacias y a sus químicos farmacéuticos un papel mayor en la atención primaria no es una idea experimental: es un camino basado en evidencia, realista y estratégicamente inteligente hacia un Uruguay más saludable y sostenible. Es hora de aprovechar todo su potencial.

Las farmacias comunitarias del futuro están tomando forma en un gran número de países como una parte central y cercana al paciente dentro de los sistemas de salud. La evolución es clara: las farmacias pasan de un rol tradicional centrado en la dispensación de medicamentos a convertirse en proveedores activos de atención, donde los químicos farmacéuticos ofrecen

## Algunos mensajes finales para recordar

- ▶ **Las farmacias ya forman parte de los contactos de atención cotidiana de las personas.** Integrarlas en la estructura de la atención primaria permite una atención más cercana, segura y equitativa.
- ▶ **Utilizar plenamente la competencia de los químicos farmacéuticos no es construir una nueva organización sanitaria:** es liberar el potencial de la que ya existe.
- ▶ **Uruguay enfrenta una creciente necesidad de atención accesible y continua.** Las farmacias ya están donde están los pacientes, cada día, en todo el país. Permitir que los químicos farmacéuticos contribuyan plenamente en la atención primaria puede aliviar el sistema de salud, fortalecer la salud pública y mejorar los resultados del tratamiento. Es una solución concreta y basada en evidencia que está justo frente a nosotros.

**En muchos países, los químicos farmacéuticos ya son una parte integrada de la atención primaria, con responsabilidades en vacunación, tratamiento de afecciones comunes y seguimiento estructurado de la farmacoterapia. Uruguay tiene todo por ganar al dar el mismo paso. Aprovechar la competencia de las farmacias no es un cambio del sistema de salud: es su modernización.**

servicios clínicos, realizan seguimiento del tratamiento y contribuyen a la prevención y la salud a largo plazo.

Esto no es un ajuste menor, sino un cambio estructural que responde a tres desafíos críticos en la salud uruguaya:

- **Accesibilidad:** las farmacias están donde están los pacientes, incluso en lugares donde faltan centros de salud o los recursos son limitados.
- **Sostenibilidad:** al aliviar la carga en la atención primaria y en las urgencias, se libera capacidad donde las necesidades son mayores.
- **Salud preventiva:** los químicos farmacéuticos pueden desempeñar un papel decisivo en aumentar las tasas de vacunación, prevenir enfermedades relacionadas con el estilo de vida y mejorar la adherencia al tratamiento, lo que reduce la carga de enfermedad y fortalece la salud pública a lo largo del tiempo.

Cuando las farmacias pueden contribuir plenamente, se vuelven una parte integrada e indispensable de la atención cercana: no sustituyen a otras profesiones, sino que complementan y fortalecen un sistema de salud cohesionado.

El desarrollo de las farmacias no trata de reemplazar ninguna parte de la atención sanitaria, sino de fortalecer el conjunto. Una atención primaria exitosa se construye cuando las profesiones trabajan juntas y no de manera aislada. Químicos farmacéuticos, médicos, enfermeros y otros actores de la salud se complementan. Y cuando la colaboración es estructurada, coordinada y centrada en el paciente, conduce a mejores resultados terapéuticos, atención más segura y un sistema más sostenible.

Las farmacias tienen el potencial de convertirse en una parte aún más clara de este equipo sanitario común. No es una visión futurista: es el próximo paso realista y basado en evidencia.

Aprovechando plenamente la competencia de los químicos farmacéuticos y los servicios de las farmacias, integrando las farmacias en el funcionamiento de la atención primaria y fortaleciendo la colaboración interprofesional, Uruguay puede crear una atención más cercana, más equitativa y preventiva. Así se construye un sistema de salud sostenible para la próxima década. Así se coloca realmente al paciente en el centro. ■





Mejorando la salud  
a través de la nutrición

**NUEVA IMAGEN  
POR FUERA,  
MEJOR FÓRMULA  
POR DENTRO**

Con más beneficios  
y manteniendo  
el mismo delicioso  
sabor que les encanta.



**GLOBAL  
PREVENTIVE  
PROFILE**

5 beneficios  
clave para  
la salud



**Virbac**





**Elisa Facio**

## “Liderar es acompañar con esperanza y hacer crecer a la otra persona”

***La exministra de Industria asumió este año la presidencia de la Asociación Cristiana de Dirigentes de Empresa (ACDE), iniciando un período clave al frente de una institución que busca impulsar líderes empresariales con valores y promover el desarrollo humano.***

Para Elisa Facio, cada etapa de su carrera se conecta con una misma vocación: involucrarse en problemas complejos para mejorar la vida de las personas. Ingeniera especializada en relevamiento de necesidades y diseño de sistemas de

información, dedicó más de treinta años a proyectos tan variados como desafiantes.

Su recorrido profesional la llevó a ocupar lugares de creciente responsabilidad: primero en ANDA, donde

trabajó en una organización orientada a mejorar la calidad de vida de los afiliados; y también en la Organización de Mujeres Empresarias del Uruguay (OMEU), donde ejerció como vicepresidenta entre 2018 y 2022 impulsando el liderazgo feme-

nino en el ámbito empresarial. Más tarde, con el gobierno de Luis Lacalle Pou, le llegó la oportunidad de ocupar el máximo rol en el Ministerio de Industria, Energía y Minería, experiencia que define como una de las más valiosas de su trayectoria.

Este año, desde abril, ha iniciado un nuevo capítulo. Hasta 2027 se desempeñará como presidenta de ACDE, un rol que asume con el propósito de visibilizar el valor del empresariado, fortalecer los liderazgos con sentido ético y promover el diálogo entre empresas, Estado y sociedad civil. En un contexto de transformaciones tecnológicas, tensiones globales y desafíos sociales crecientes, Facio considera que ACDE tiene una misión decisiva: contagiar esperanza y acompañar a quienes toman decisiones con impacto en el país.

### **¿Qué significa para usted asumir la presidencia de ACDE y por qué esta decisión?**

Asumir la presidencia de ACDE es un honor inmenso y, al mismo tiempo, una gran responsabilidad. Es una institución prestigiosa, a la que quiero mucho y cuyos valores siento profundamente propios: la dignidad de la persona, el bien común, la integridad, el diálogo, el coraje. Hoy ACDE está en un momento muy pujante; por eso, mi responsabilidad es seguir impulsando el desarrollo de la comunidad, acercar su impacto a más dirigentes de empresas de todo porte y ofrecerles nuestra red de apoyo y contención.

### **ACDE se define como una comunidad que busca poner a las empresas al servicio del desarrollo humano. ¿Cómo se traduce eso en acciones concretas?**

Para un empresario ACDE, el beneficio económico no es lo único relevante, también le importa el bienestar de sus colaboradores y sus familias, así como la prosperidad de la comunidad a través de

---

***“Ser ministra de Estado fue una enorme satisfacción. Como aprendizaje, me llevo la reafirmación de la importancia del equipo y la humildad de reconocer que no todo lo que aspiramos puede lograrse”.***

---

productos y servicios de calidad. Acompañamos a los empresarios en su tarea cotidiana para que puedan tomar mejores decisiones y, así, ser mejores líderes, tener mejores empresas y contribuir a un mejor país. Contamos con los Grupos de Reflexión Empresarial que apoyan a los líderes en la toma de decisiones; los Grupos de Apoyo al Desarrollo Empresarial, dirigidos a pymes que buscan dar un salto de calidad; una Plataforma de Mejora de Gestión de acceso público y gratuito; y un Programa de Reinserción de Liberados que implica capacitación, voluntariado y sensibilización a empresas para promover la contratación. Además, organizamos talleres, conversatorios, conferencias y foros sobre temáticas relevantes para el mundo empresarial.

### **¿Cuáles serán los principales ejes de trabajo que impulsará durante su gestión?**

Revalorizar y visibilizar las acciones de las empresas. Los empresarios son quienes todos los días salen a trabajar sin saber si les irá bien o no; quienes enfrentan desafíos propios y también los de sus colaboradores, clientes, proveedores y de la sociedad en general. Mi propósito es poner en relieve ese valor del empresario: debemos hacerlo notar más. Este año realizamos el Primer Foro Social de ACDE, con mesas de diálogo sobre Educación, Emprendedurismo e Inclusión, Familia e Infancia y Reinserción de Liberados. El objetivo fue fortalecer la colaboración entre empresas, organizaciones de la sociedad civil y el Estado en favor del bien común. También buscamos articular entre distintos actores y contagiar

esperanza. Hoy enfrentamos muchos desafíos: la IA, el teletrabajo, la reducción de la jornada laboral, el edadismo (qué lugar ocupan las personas de más edad en la empresa), la competitividad, el costo país, las guerras y los factores geopolíticos que generan incertidumbre. Y justamente la incertidumbre es la nueva normalidad. En ese contexto debemos movernos y apoyarnos entre todos. Por eso ACDE es una organización tan valiosa. Tenemos que seguir consolidando nuestra comunidad con líderes fraternos, que generen confianza en sus empresas y transmitan fe y alegría. Creo que la alegría es una característica esencial de los cristianos: la alegría que nos da Jesús y que nos acompaña siempre.

### **Después de su experiencia al frente del Ministerio de Industria y Energía, ¿qué balance hace y qué aprendizajes se llevó?**

Ser ministra de Estado fue una enorme satisfacción. Siento un gran orgullo por la confianza que depositaron en mí el presidente Lacalle Pou y el ministro Paganini. Disfruté cada minuto en el MIEM, así como mi experiencia previa como directora general de Secretaría. El MIEM es un ministerio amplio, con competencias diversas. Cada una de sus direcciones trabaja, desde su especialidad, para impulsar el crecimiento productivo del país. El desarrollo humano siempre me motivó, por lo que acompañar el progreso de las industrias desde ese lugar de privilegio es algo que agradeceré siempre. Por supuesto hubo momentos difíciles, pero conté con un gran equipo y con el apoyo incondicional de mi familia. Como aprendizaje, me llevo la





reafirmación de la importancia del equipo y la humildad de reconocer que no todo lo que aspiramos puede lograrse.

**¿Nunca estuvo en sus planes continuar en la gestión pública?**

Mi trayectoria siempre estuvo orientada al servicio y a contribuir allí donde crea que puedo generar un impacto positivo. Hoy participo en iniciativas de ACDE porque me permiten acompañar temas que considero relevantes para el país. No concibo la vocación pública como algo circunscrito a un único ámbito. De hecho, recibo consultas privadas con frecuencia. Mantengo la disposición a aportar desde donde sea más útil, cuando las circunstancias y los proyectos lo ameriten.

**En su trayectoria se entrelazan la ingeniería, la gestión pública y el liderazgo empresarial. ¿Qué punto de encuentro identifica entre esos mundos?**

La resolución de problemas complejos. En la ingeniería, en la gestión

pública y en el liderazgo empresarial, la tarea es involucrarse con responsabilidad, analizar la situación y encontrar soluciones creativas que mejoren la calidad de vida de las personas.

**¿Qué lugar deben ocupar hoy los valores cristianos en la toma de decisiones empresariales?**

Los valores cristianos son valores universales de nuestra sociedad: la dignidad de la persona, el bien común, la subsidiariedad y la solidaridad. Es indispensable que los dirigentes empresariales tomen decisiones basadas en estos principios para construir una sociedad mejor. Hace algunos años se popularizó la idea del triple impacto. En ACDE esa filosofía se practica desde 1952, y ha resultado en empresas muy prósperas. Si bien ACDE es una asociación cristiana, sus integrantes no necesariamente lo son. Contamos con socios de profesiones religiosas muy diversas y también con no creyentes. Para sumarse, basta con adherir a los valores. Además, ACDE es filial de Uniapac, la Unión Internacional de Asociaciones Cristianas de Empresarios, una organización ecuménica. En los momentos críticos, el cristianismo aporta radicalidad: dar la vida por los demás.

**Ha liderado instituciones muy diferentes entre sí —ANDA, OMEU, ahora ACDE—. ¿Cuáles diría que son las bases transversales de un buen líder?**

Liderar es acompañar con esperanza y hacer crecer a la otra persona. Un buen líder debe saber escuchar, involucrarse, delegar y creer en el futuro. Por supuesto debe saber qué

hacer y tomar decisiones, pero también reconocer que el conocimiento está en el equipo. Un buen líder es humilde y aprende.


**ACDE tiene una fuerte vocación de diálogo entre empresa, Estado y sociedad civil. ¿Qué articulaciones considera prioritarias para los próximos años?**

En el Foro Social escuchamos al economista Matías Brum presentar un informe sobre pobreza infantil. Llamó la atención que la caída de la pobreza entre 2007 y 2017 se explica en un 80% por el empleo, y que la gran mayoría del empleo en Uruguay es generado por las mipymes. ACDE tiene la vocación de poner sobre la mesa temas que no están siendo suficientemente discutidos e involucrar a los dirigentes empresariales en la acción. El Foro Social tuvo ese objetivo, mostrar qué hacen las empresas, con qué organizaciones de la sociedad trabajan y cómo la colaboración con el Estado puede generar sinergias. Seguiremos impulsando el programa Liberados y prevemos realizar miniforos sobre educación, jefas de hogar en situación de pobreza y competitividad.

**¿Qué mensaje le gustaría transmitir a los jóvenes dirigentes que hoy inician su camino dentro de ACDE o en el mundo empresarial?**

El dirigente empresarial cumple un rol fundamental en la sociedad y siempre debe recordar un valor silencioso que sostiene cualquier liderazgo auténtico: la esperanza. No es optimismo superficial, sino la capacidad de ver posibilidades incluso en escenarios difíciles y de rodearse de personas valiosas. ■





*Finaliza un año más juntos,  
gracias a todos mis afiliados  
y a todo el personal que hace posible  
esta tarea tan cálida y humana.*

*¡Para todos feliz 2026!*

*Alicia Esquiera*  
DIRECTORA DE SECOM

**SECOM**

PRIMER SERVICIO DE COMPAÑÍA DE URUGUAY Y DEL MUNDO



0800 4584 | [www.secom.com.uy](http://www.secom.com.uy)





# Cerrar el año, abrir nuevos caminos

Por Graciela Foggia

Diciembre siempre nos pone frente a un espejo. Evaluamos cómo llegamos, qué hicimos posible y qué quedó pendiente. Para algunos, es un mes de celebración; para otros, un recordatorio silencioso de aquello que no logró concretarse. Sin embargo, cada cierre de año nos invita a un ejercicio profundamente humano: mirarnos con honestidad y volver a elegir.

En el trabajo que realizamos desde la consultora con líderes y equipos, observo que muchas veces el cierre de ciclo se reduce a una lista mecánica de logros y pendientes. Pero el verdadero desafío es ir más allá: comprender qué nos impulsó, qué nos frenó y qué necesitamos transformar para avanzar. A veces esa transformación es interna (individual y/o colectiva), y otras veces lo que requiere cambio es la forma en

que planificamos y ejecutamos lo que nos proponemos.

Al hacer balance, escucho con frecuencia frases como: “sé lo que tengo que hacer, pero no encuentro el espacio”, “arranco con todo y pierdo el foco”, “pasé el año apagando incendios” o “fijamos objetivos sin analizar si eran viables en este contexto”. En la mayoría de los casos, no se trata de falta de capacidad, sino de falta de estructura y de conexión real.

La estructura tiene que ver con la claridad del objetivo, su diseño, un plan para aterrizarlo, los hábitos que lo sostienen y el seguimiento que permite corregir desvíos. La conexión, en cambio, habla del sentido: cuando lo urgente nos devora y nos alejamos de lo que realmente importa, perdemos nuestra brújula.

Por eso, antes de pensar en metas para el próximo año, te propongo una pausa. Una pausa para conectar con tus valores, con tus “innegociables”, con cómo estás llegando hoy. Preguntate, con honestidad absoluta, si podrías haber hecho algo distinto. Sin esa pausa consciente, cualquier plan se vuelve frágil.

Y hay un punto más que aparece en todo balance: ¿qué hacemos cuando las cosas no salen como esperábamos, incluso habiendo dado todo? A veces el plan era bueno, el esfuerzo enorme y la intención impecable... y aun así, el resultado no acompañó. En esos momentos, la tentación es castigarnos, buscar culpables o creer que nada valió la pena. Pero el liderazgo, personal y profesional, también se construye ahí, en la capacidad de aprender del fracaso sin convertirlo en identidad, de recono-



cer lo que sí dependió de nosotros y aceptar lo que quedó fuera de nuestro control.

Cuando algo no sale, no es señal de carencia; es señal de ajuste. Es tiempo de revisar, comprender, respirar y volver a intentarlo desde un lugar más consciente. La resiliencia no es aguantar a cualquier precio, sino flexibilidad con propósito.

En las organizaciones, el balance también exige valentía. A veces los objetivos no se alcanzan porque no fueron bien diseñados, porque el seguimiento fue débil o porque el equipo no estaba realmente alineado. Otras veces, porque el líder no estaba convencido. Y cuando el líder no cree, el equipo lo percibe. La coherencia, que es la correspondencia entre lo que decimos y hacemos, supone una de las formas más potentes de liderazgo. Nada inspira más que un referente que se pone

al servicio, comunica con claridad, habilita el error, celebra los avances y sostiene conversaciones difíciles cuando es necesario.

El balance, entonces, no es un juicio, sino una oportunidad. Una invitación a preguntarnos:

- ¿Qué aprendí este año sobre mí?
- ¿Qué necesito promover en mi equipo?
- ¿Qué hábitos debo fortalecer o soltar?
- ¿Hacia dónde quiero avanzar... y para qué?

Entre un cierre y un comienzo hay un espacio fértil donde aparecen nuevas posibilidades. Ahí es donde nace la inspiración real: cuando logramos equilibrar estructura y pasión, planificación y flexibilidad, enfoque y humanidad.

El año que termina deja señales. Algunas claras, otras apenas insinua-

das. Escucharlas es el primer acto de liderazgo. El siguiente es animarnos a diseñar un camino que honre lo que queremos crear. Y el tercero, el más desafiante, es sostenerlo incluso cuando la realidad cambie, cuando aparezcan imprevistos o cuando el entusiasmo inicial se desgaste.

Cada diciembre nos recuerda que no podemos volver atrás, pero sí podemos elegir cómo seguir adelante. Y cada enero nos ofrece la posibilidad de empezar distinto, más conscientes, más presentes, más alineados con nuestro propósito. Que este cierre de año te encuentre agradeciendo lo vivido, reconociendo tus avances y eligiendo con intención lo que querés abrir. El liderazgo personal y profesional empieza ahí: en la capacidad de mirarnos, redefinir y volver a empezar. ■

# Todo sobre salud y bienestar



**PORTAL  
SALUD**

**portalsalud.global**



# Tratamiento integral de la obesidad

## Cirugía bariátrica y metabólica

*Por Dr. Pablo Santiago, Profesor Agregado de Cirugía Unidad Académica B. Hospital de Clínicas Cirujano Esófago-Gástrico. Cirugía Bariátrica y Metabólica*

La obesidad se define como el exceso de grasa corporal en relación con la masa magra, y en los seres humanos es resultado de interacciones del medio ambiente y condicionantes genéticas. Esta alteración se ha convertido en un problema sanitario en las últimas décadas, adquiriendo proporciones epidémicas, sobre todo en los países industrializados, aunque también en aquellos países en vías de desarrollo donde los trastornos de la alimentación son cada vez más frecuentes. Uruguay no es la excepción.

Las complicaciones médicas asociadas a este problema, entre ellas la hipertensión arterial y la diabetes, probablemente condicionen que la obesidad haya sustituido al tabaco como la causa reversible más importante de la reducción de la longevidad. Concretamente, según datos estadísticos publicados en EE.UU., la obesidad patológica aumentó un 33% en la última década, condicionando que desde el 2010 sea la causa principal de muerte prevenible.

En nuestro país, esta realidad es evidente. Según la Segunda Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades no Transmisibles, del Ministerio de Salud Pública (MSP), presentada en 2017, el 58,5% de la población de entre 15 y 65 años tiene sobrepeso u obesidad. Desglosando este porcentaje, el 34,8% tiene sobrepeso, y el 23,7% tiene obesidad (índice de masa corporal; IMC, mayor de 30). Es decir que 3 de cada 10 adultos uruguayos son obesos.



Si a estos datos poblacionales le agregamos el hecho de que la mayoría de los tratamientos no quirúrgicos tienen un porcentaje de fracasos que supera el 90% a los 5 años, es posible entender por qué la cirugía para la obesidad ha tenido un importante desarrollo en las últimas décadas.

La cirugía bariátrica y metabólica se viene desarrollando a nivel mundial desde ya hace varias décadas. En la mayoría de los países del mundo occidental, forma parte del arsenal terapéutico para el tratamiento de la obesidad severa. A nivel regional Brasil, Argentina y Chile tienen ya incorporada a esta cirugía dentro de las prestaciones cubiertas por el sistema sanitario.

En Uruguay, las estrategias multidisciplinares del tratamiento de la obesidad severa en general, y la cirugía Bariátrica y Metabólica en particular, no están incluidas en la Canasta Básica de Prestaciones del Plan Integral de Atención en Salud (PIAS). Pese a esto, se

viene desarrollando en nuestro país, esta cirugía desde hace por lo menos 20 años en forma continua. Las opciones actuales a nivel nacional en múltiples prestadores públicos y privados; a nivel mutual no tiene cobertura.

La Cirugía Bariátrica forma parte de una estrategia terapéutica, hoy considerada la más efectiva en pacientes con obesidad mórbida para lograr el descenso de peso y sostenerlo a largo plazo. Debido a que esta cirugía puede curar o enlentecer de manera importante la evolución natural de las comorbilidades asociadas a la obesidad, es que ahora se habla de Cirugía Metabólica. Es importante resaltar que la cirugía es una herramienta en el tratamiento de la obesidad mórbida y que un buen resultado quirúrgico no garantiza el pronóstico favorable a largo plazo, sino que es fundamental que el paciente comprenda la necesidad de un cambio profundo y permanente en el estilo de vida y que sea capaz de sostenerlo a lo largo de la vida. La

estrategia completa debe incluir cambios alimentarios (en calidad y cantidad), incremento en la actividad física y cambios conductuales, por lo que es imprescindible que estos pacientes sean abordados de manera interdisciplinaria por un equipo especialmente entrenado en el abordaje de esta enfermedad, que incluya Medicina Interna y Endocrinología especialistas en obesidad, Psicología Médica y Psiquiatría, Nutricionista, Equipo Quirúrgico y Anestesiólogo especialista en cirugía Bariátrica y Metabólica, equipo de reacondicionamiento físico perioperatorio e idealmente equipo de Cirugía Plástica para el manejo de los trastornos cutáneos secundarios al descenso masivo de peso.

La cirugía persigue dos objetivos fundamentales:

1. La pérdida de peso
2. La mejoría de las comorbilidades asociadas a la obesidad.

*Piernas relajadas y ligeras*

**NUEVA**

# Venostasin<sup>®</sup> Crema

- Su fórmula con mentol refresca y revitaliza las piernas cansadas



**PRESENTACIÓN:**  
Venostasin Crema 150 g



 **Gador**



Los beneficios estéticos son fines absolutamente secundarios en esta cirugía.

### Etapas en el programa de cirugía bariátrica

A continuación, se describen los pasos a seguir, una vez que el paciente se ha decidido por esta estrategia terapéutica:

**1. Evaluación y Diagnóstico:** se lleva a cabo a través de varias entrevistas con los diferentes profesionales del equipo y que tienen como objetivo comprobar la aptitud del paciente para comenzar este programa. El grupo elabora un diagnóstico a partir del cual se define si cumple con los criterios para la cirugía y la oportunidad operatoria y los pasos a seguir para llevar al paciente en las mejores condiciones a la cirugía.

**2. Preparación Previa:** En el momento en que la persona entra en el programa, se fijan las metas de descenso de peso. Durante este período se indica un Plan de Alimentación Hipocalórico balanceado, un Plan de Actividad Física de acuerdo a las posibilidades, conjuntamente con educación alimentario nutricional y terapia cognitivo conductual, esperando un descenso de 10% del peso corporal durante los 3-6 meses previos a la cirugía, que reduce el riesgo de complicaciones postoperatorias.

**3. Preparación Pre-Quirúrgica:** Aproximadamente 15 días antes de la cirugía, se comienza una dieta líquida completa. Al mismo tiempo se trabaja sobre la motivación del paciente y su adhesión a las indicaciones postoperatorias.

**4. Progresión y Seguimiento:** Durante el post-operatorio y luego del alta, se continúa controlando la realimentación, la evolución general y de las patologías asociadas, así como el manejo de la imagen corporal y la adaptación al nuevo peso. Las visitas al equipo tienen una frecuencia semanal hasta el mes de la cirugía, luego cada 15 días hasta los 3 meses, posteriormente mensual hasta los 6 meses y luego al año.

### Procedimiento quirúrgico

Las técnicas quirúrgicas más utilizadas actualmente son el Bypass gástrico y la Manga gástrica (Sleeve gastrectomy) ambas por vía laparoscópica, es decir, mínimamente invasiva. Ambas técnicas ofrecen resultados comparables a corto, mediano y largo plazo (descenso de peso y control de las enfermedades asociadas a la obesidad). La elección entre una u otra técnica surge de la evaluación integral de cada paciente, optando por aquella que ofrece mejor relación riesgo/beneficio en cada caso.

### Manga gástrica – Sleeve gastrectomy



Consiste en la resección o extirpación de la gran curva gástrica, transformando al estómago en un órgano tubular, más chico (ver figura). Su utilización ha crecido exponencialmente a nivel mundial, siendo actualmente el procedimiento más utilizado tanto a nivel mundial como en nuestro país. Se trata de una técnica que brinda:

- Excelentes resultados a corto, mediano y largo plazo.
- Bajo índice de complicaciones postoperatorias: Mortalidad <1%, Morbilidad ≤3%.
- No produce trastornos malabsortivos.
- No deja puntos ciegos para estudios endoscópicos (fibrogastroscopía).

### Bypass gástrico

Es la cirugía de más larga tradición en cirugía bariátrica y la que obtiene mejores resultados en cuanto al descenso de peso y su mantenimiento a largo plazo. Sin embargo, se trata de un procedimiento más complejo, más



radical e irreversible, con un mayor índice de complicaciones.

Es un procedimiento que ocasiona a la vez restricción y mal absorción de nutrientes, aunque el paciente siente menos apetito, adelgaza rápidamente y con mayor intensidad. Precocemente hay una mejoría de las enfermedades asociadas a la obesidad (Diabetes, Dislipemia, etc.). Requiere mayor control y suplementación de vitaminas y minerales de por vida, para evitar eventuales carencias por la malabsorción. Es por todo esto que se indica en casos seleccionados (p.e. obesidad asociada a reflujo gastroesofágico severo, síndrome metabólico).

### Conclusiones

Una vez analizada la realidad mundial y nacional de la pandemia de obesidad y sus consecuencias en la salud, se puede concluir:

- Es imperativo contar con programas nacionales e institucionales de manejo y tratamiento integral de la obesidad
- Estos programas deben ser organizados bajo el concepto de grupo multidisciplinario, donde la cirugía Bariátrica y metabólica, forme parte de la opción terapéutica
- El paciente obeso en general y el paciente obeso mórbido en particular es un paciente que deberá ser valorado en forma longitudinal, por lo tanto, la estructura del sistema de organización sanitaria debe estar adecuada a este manejo.
- Será además una estrategia económica de ahorro, como queda demostrado por estudios que documentan amortización de los gastos a los 2 o 3 años, luego de iniciado un Programa de Cirugía Bariátrica. ■



# suavinēx



La piel  
de tú *bebé*  
merece un  
*cuidado experto*



Clínicamente testados bajo  
control dermatológico,  
oftalmológico y pediátrico.



Fórmulas con un 90-93%  
de ingredientes naturales.



Para pieles muy  
sensibles



isla blanca. Tel: 095 237 929 - [ventas@islablanca.com.uy](mailto:ventas@islablanca.com.uy) - [www.islablanca.com.uy](http://www.islablanca.com.uy)

# Semana Mundial de Concientización sobre la Resistencia a los Antimicrobianos

**Actuemos ahora: protejamos nuestro presente, aseguremos nuestro futuro**

La resistencia a los antimicrobianos (RAM) se produce cuando bacterias, virus, hongos y parásitos dejan de responder a los agentes antimicrobianos. Como resultado de la farmacoresistencia, los antibióticos y otros agentes antimicrobianos se vuelven ineficaces y las infecciones pasan a ser difíciles o imposibles de tratar, lo que aumenta el riesgo de propagación de enfermedades, cuadros graves y muerte.

La Semana Mundial de Concientización sobre la RAM (WAAW) es una campaña mundial destinada a crear conciencia y aumentar la comprensión sobre la RAM, así como a promover la acción global para abordar la aparición y propagación de patógenos farmacoresistentes. Como una de las campañas oficiales de salud de la OMS, la WAAW es una iniciativa de la Asamblea Mundial de la Salud y se conmemora anualmente del 18 al 24 de noviembre.

Aprovechando el impulso de la Reunión de Alto Nivel de la Asamblea General de las Naciones Unidas de 2024 sobre la RAM, este llamado a la acción insta a todas las partes interesadas (gobiernos, sociedad civil, profesionales sanitarios, veterinarios, agricultores, agentes ambientales y población en general) a traducir los compromisos políticos en intervenciones tangibles, responsables y capaces de salvar vidas. Para proteger nuestro presente y asegurar nuestro futuro, debemos priorizar la inversión a largo plazo y la acción



estratégica en los sectores de la salud humana, animal y ambiental. Fortalecer la vigilancia, garantizar el acceso equitativo a medicamentos y diagnósticos de calidad, fomentar la innovación y construir sistemas resilientes requiere un compromiso sostenido y recursos estables.

Invertir en la lucha contra la RAM es una decisión inteligente para un futuro más seguro y saludable. Ya sea un administrador de hospital que crea un equipo de gestión de antimicrobianos o un agricultor que adopta prácticas sostenibles de gestión de residuos, cada acción cuenta. Independientemente de su función—formular políticas, brindar atención médica, proteger ecosistemas o crear conciencia—“Actuar ahora: proteger nuestro presente, asegurar nuestro futuro” es una responsabilidad compartida. Juntos, podemos mantener la eficacia de los antimicrobianos y construir un mundo más saludable y sostenible para las generaciones venideras.

## El lema de este año

El lema de la Semana Mundial de Concientización sobre la RAM 2025 es “Actuemos ya: protejamos nuestro presente, aseguremos nuestro futuro”. Este mensaje subraya la urgente necesidad de medidas audaces, coordinadas e intersectoriales para hacer frente a la resistencia a los antimicrobianos, una amenaza mundial creciente que ya afecta nuestra salud, los sistemas alimentarios, el medio ambiente y las economías. La RAM no es un problema lejano: es un peligro presente que exige medidas inmediatas y sostenidas. Las infecciones farmacoresistentes van en aumento, mientras que la concienciación, la financiación y las acciones siguen siendo insuficientes.

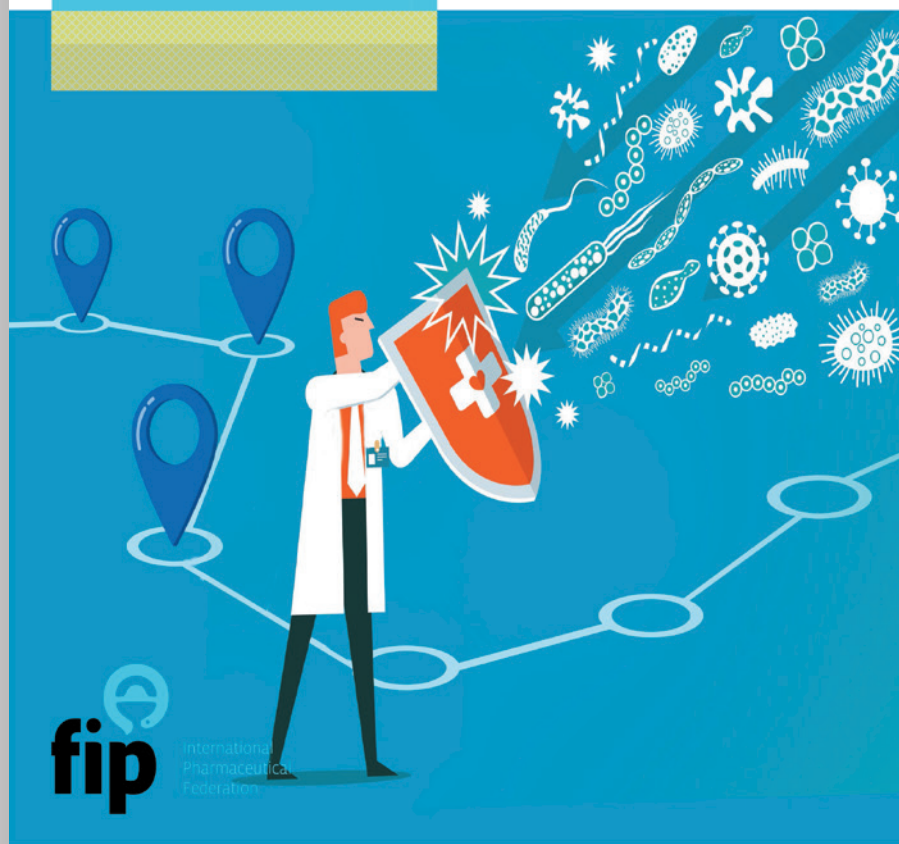
Invertir en medidas contra la RAM es una estrategia inteligente y esencial para avanzar hacia un futuro más saludable y seguro. Ya se trate del administrador de un hospital que establece un equipo de optimización del uso de antimicrobianos



## FIP Antimicrobial Resistance (AMR) Regional Roadmaps 2024-2028

For FIP regional forums and FIP member organisations in Europe

2024



o de un agricultor o ganadero que adopta prácticas sostenibles de gestión de desechos, cada acción es significativa. Independientemente de la función que se desempeñe — formular políticas, prestar atención de salud, proteger los ecosistemas o concienciar sobre el problema— se trata de una responsabilidad compartida. Juntos, podemos preservar la eficacia de los antimicrobianos y garantizar un mundo más saludable

y sostenible para las próximas generaciones.

### **Los químicos farmacéuticos combaten la resistencia a los antimicrobianos**

La lucha contra la resistencia a los antimicrobianos ha sido una prioridad para la Federación Internacional Farmacéutica (FIP) durante muchos años. La FIP y los químicos farmacéuticos de todo el mundo se com-

prometen a ser parte de la solución. La RAM es una amenaza importante para la salud pública mundial y puede tener impactos profundos en la atención sanitaria y en las economías internacionales, regionales y nacionales. Hoy más que nunca es necesario actuar, ya que, con la aparición de infecciones y enfermedades intratables resistentes a los medicamentos, podríamos enfrentarnos a otra emergencia de salud pública.

La farmacia debe abogar por la lucha contra la RAM en todos los contextos de la práctica farmacéutica, la ciencia y la educación. Esto se alinea con los Objetivos de Desarrollo de la FIP 16 (Enfermedades transmisibles), 17 (Optimización del uso de antimicrobianos) y 19 (Seguridad del paciente), así como con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas. Las actividades de la FIP en materia de RAM abarcan la educación, las políticas y la salud pública, con trabajo relacionado en vacunación y seguridad de los medicamentos, desarrollado generalmente en las seis regiones de la OMS.

### **Comisión de la FIP sobre RAM**

La FIP continúa facilitando las contribuciones esenciales de la profesión farmacéutica a la reducción de la RAM en todo el mundo e impulsa la acción a través de la Comisión de la FIP sobre RAM. Este grupo de expertos se estableció para proporcionar una red de aprendizaje mutuo, asesoramiento e intercambio de prioridades, además de permitir que los líderes de la FIP encarguen trabajos alineados con la amenaza global identificada por la OMS.

La Comisión de la FIP sobre RAM reúne a expertos para ofrecer experiencia y asesoramiento en asuntos relacionados con su ámbito de aplicación. Sus objetivos son:

- Proporcionar conocimientos técnicos y asesoramiento específicos sobre RAM a la FIP y sus miembros.

- Brindar conocimientos técnicos y asesoramiento para la colaboración de la FIP con sus socios, en especial la OMS, en materia de RAM, en todos los contextos de práctica farmacéutica, educación y ciencias farmacéuticas vinculados a la optimización de antimicrobianos (OAM).
- Explorar iniciativas y avances globales sobre RAM y OAM.
- Mantenerse al día de las tendencias en OAM.
- Orientar sobre el papel de los farmacéuticos en la RAM.
- Facilitar la recopilación y el intercambio de buenas prácticas educativas para los miembros de la FIP en RAM.

### Plan de acción

En 2025, la Declaración de Copenhague de la FIP sobre la Resistencia a los Antimicrobianos, firmada por 82 organizaciones miembros durante el 83° Congreso Mundial de Farmacia y Ciencias Farmacéuticas de la FIP en Copenhague, establece prioridades globales claras para abordar la RAM. Estas incluyen el fortalecimiento de alianzas internacionales, la promoción de la vacunación y del uso responsable de antimicrobianos, la protección de las cadenas de suministro de medicamentos y el avance de la investigación sobre la optimización del uso de antimicrobianos y los resultados en salud.

La FIP contribuyó a las consultas de la Organización Mundial de la Salud sobre el Plan de acción mundial para la resistencia a los antimicrobianos y, desde entonces, colabora con la OMS en su implementación. Asimismo, participó como revisora del Marco de Competencias de la OMS para la Formación y Capacitación de los Trabajadores de la Salud sobre la RAM, un recurso clave para profesionales sanitarios y educadores. En consecuencia, la FIP también contribuyó a la Guía Curricular



de la OMS para la Formación y Capacitación en RAM, siendo reconocida en ambas publicaciones.

Además, la FIP continúa abogando por el papel de los químicos farmacéuticos en la mitigación de la RAM y por sus contribuciones a los equipos multidisciplinarios de OAM. Del mismo modo, colabora activamente con profesionales de la salud de todo el mundo para pro-

mover políticas e iniciativas que impulsen la optimización del uso de antimicrobianos y mejoren el uso prudente de estos medicamentos. A través de alianzas multidisciplinarias, como su rol de miembro fundador en la World Health Professionals Alliance (WHPA), trabaja para fortalecer los sistemas de salud, mejorar los resultados de los pacientes y promover soluciones sostenibles para la salud global. ■





Gracias a todos los que formaron parte de  
**LA FIESTA DE LAS FARMACIAS 2025**



## America Business Forum 2025 concretó una jornada histórica en Miami

Miami fue el escenario de una jornada sin precedentes en el Kaseya Center, donde política, deporte y finanzas se dieron cita para reflexionar sobre el liderazgo en tiempos de transformación global. La última edición del America Business Forum (ABF), creada por el empresario uruguayo Ignacio González Castro, reunió a figuras internacionales de primer nivel ante más de 10.000 asistentes y con una repercusión global inédita.

Entre los protagonistas, el expresidente estadounidense Donald Trump destacó el crecimiento económico de su país, mientras que, desde Caracas, María Corina Machado, líder opositora venezolana y reciente ganadora del Premio Nobel de la Paz 2025, compartió su visión optimista sobre el futuro de Venezuela. El cierre del foro estuvo a cargo de Lionel Messi, capitán argentino y estrella del Inter Miami, quien habló de su carrera, su reciente triunfo en la Copa del Mundo y su presente en Estados Unidos.



Ignacio González Castro



Lionel Messi en el cierre del foro

El ABF 2025 contó además con participaciones de referentes internacionales como Gianni Infantino (FIFA), Stefano Domenicali (Fórmula 1) y Ken Griffin (Citadel), quienes reflexionaron sobre innovación, sostenibilidad y el futuro de la economía global. La agenda del día incluyó a personalidades como Eric Schmidt (Relativity Space), Jamie Dimon (JPMorgan Chase), Serena Williams, Rafael Nadal, Javier Milei y Jeff Bezos, consolidando a Miami como el punto de encuentro de las ideas que están transformando el mundo.

Desde su creación, el foro con base en Uruguay ha reunido a más de 40.000 líderes, jefes de Estado, CEOs, emprendedores y referentes culturales. Con más de 80 horas de transmisión en vivo y cobertura en 21 países, el impacto mediático anual en Latinoamérica supera los 12 millones de dólares, consolidando al evento como un espacio de referencia donde las ideas se convierten en acción y los líderes marcan el rumbo global. ■

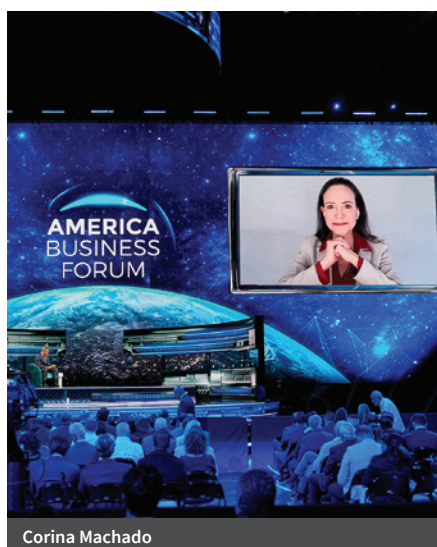


Donald Trump



Javier Milei





Corina Machado



Gianni Infantino



Jeff Bezos

## Se entregó el Premio Alsea al primer estudio sobre hábitos alimentarios postpandemia en Iberoamérica

Fundación Alsea, A.C. junto con World Vision dieron a conocer el ganador de la cuarta edición del Premio Alsea. El proyecto seleccionado fue el presentado por el Dr. Samuel Durán Agüero y la Universidad de San Sebastián en Chile, el cual recibirá un apoyo de \$150 mil dólares para desarrollar su investigación multirregional, que busca actualizar el perfil alimentario y nutricional de países de Latinoamérica y España.

De acuerdo con datos de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), factores como la pandemia por COVID-19, la inflación alimentaria y el aumento de la pobreza han causado que más del 40% de la población en Latinoamérica tenga dificultad para acceder a la seguridad alimentaria y a dietas saludables.

Desde hace cuatro años, Fundación Alsea, A.C. y World Vision emiten la convocatoria del Premio Alsea con el objetivo de promover proyectos de investigación innovadores, originales o en proceso, en materia de nutrición y/o alimentación alineados a los Objetivos de Desarrollo Sostenible que contribuyan a desarrollar políticas exitosas.

“Cada edición del Premio Alsea nos muestra el compromiso de académicos, instituciones y organizaciones por encontrar soluciones sostenibles ante la inseguridad alimentaria que afecta a miles de personas. Esta iniciativa es un claro ejemplo de que cuando el conocimiento, la colaboración y la empatía se unen, es posible avanzar hacia un futuro en el que todas las personas puedan acceder a una alimentación digna”, expresó Alberto Torrado, presidente de Fundación Alsea, A.C.

El proyecto ganador de la edición 2025, liderado por el doctor Samuel Durán Agüero, será el primer estudio



multirregional postpandemia que analizará los hábitos alimentarios de poblaciones vulnerables en áreas urbanas, a través de indicadores clave como la calidad de la dieta, el consumo de alimentos ultra procesados, la sustentabilidad y la inseguridad alimentaria, abordando al mismo tiempo las desigualdades sociales, alimentarias y ambientales.

La investigación, titulada “Estudio Latinoamericano de Alimentación, Calidad Nutricional y Sostenibilidad”, proyecta analizar y comparar información clave sobre los hábitos alimenticios en países como Argentina, Bolivia, Chile, Colombia, Costa Rica, Ecuador, El Salvador, España, Guatemala, México, Panamá, Paraguay, Perú, y Uruguay, con el objetivo de orientar e impulsar políticas públicas integrales de nutrición y sistemas alimentarios sostenibles. Contará con la participación de la Universidad del Bío de Chile y la Red Latinoamericana de Investigación en Alimentación y Nutrición (RedLIAN). ■

## Hospital Británico: La seguridad del paciente, compromiso permanente

El Hospital Británico fue anfitrión de la IV Jornada de Seguridad del Paciente de la institución, instancia en la que sus Departamentos y Unidades expusieron su trabajo y pusieron en evidencia su alto nivel de compromiso y los excelentes resultados obtenidos a lo largo y ancho de la organización en un tema tan relevante para la calidad asistencial.

El de la seguridad del paciente es un concepto que atraviesa transversalmente al Hospital Británico y se trabaja a todos los niveles de manera integral, desde que hace más de 16 años la institución fuera pionera en su abordaje y conformara el primer Comité de Seguridad del Paciente del país, tiempo antes incluso de que fuera obligatorio por ley.

Sus funcionarios reciben capacitación permanente sobre la adopción de las mejores prácticas internacionales para la prestación de servicios sanitarios con foco en seguridad del paciente.

La labor del Comité de Seguridad del Hospital Británico busca la mejora permanente tanto a nivel de su reconocida atención personalizada, como en lo que respecta a la actividad puramente técnico profesional.

El enfoque es sistémico y refiere no solo a la ausencia de accidentes o lesiones prevenibles provenientes de la atención sanitaria, sino a todos los aspectos vinculados a la experiencia del paciente o usuario durante su estadía en la institución.

En esta oportunidad el intercambio de conocimientos y experiencias relacionadas con la seguridad del paciente evidenció la importancia del trabajo en equipo, del conocimiento compartido, de la implementación efectiva y oportuna de las políticas y medidas diseñadas, y sobre todo de la transversalidad y la multidisciplinariedad.

En una jornada dirigida a todo el equipo asistencial, los Departamentos de Ginecología y Cardiología, las Unidades de Cuidados Intensivos Neonatales, de Adultos y pediátricos, de Transplante de Médula Ósea, y de Mastología, y los equipos de Urología, de Cirugía de Torax e Interdisciplinario de Salud Mental, expusieron los logros obtenidos en cada uno de sus espacios trabajo.

La importancia de la comunicación interdisciplinaria y del involucramiento de las familias en el contexto de seguridad del paciente, la presentación de casos de éxito de mejoras de procesos, la incidencia de la mejora técnica y de los procesos del trabajo en materia de seguridad y la importancia del trabajo en equipo, fueron algunos de los temas compartidos.



Se destacó asimismo el reconocimiento del aporte de quienes si bien no están en contacto directo con el paciente mucho contribuyen en materia de seguridad. “La seguridad del paciente es un compromiso que involucra



a todo el equipo de trabajo, no solo a aquellos profesionales que están directamente en contacto con él. En este contexto, queremos destacar ‘el rol invisible que protege’ y la importancia de la ‘seguridad silenciosa’, donde el personal no asistencial juega un papel crucial, aunque a menudo no se perciba como tal”, explicó la Lic. Virginia Jiménez, referente de la actividad.

“Cada rol tiene un impacto directo en la seguridad del paciente, aunque no siempre actúen en primera línea, es una cadena y cada área es un eslabón. Si todos actuamos con seguridad, el paciente está protegido. En el Hospital Británico todos somos parte de la seguridad del paciente y cada rol cuenta”, concluyó. ■



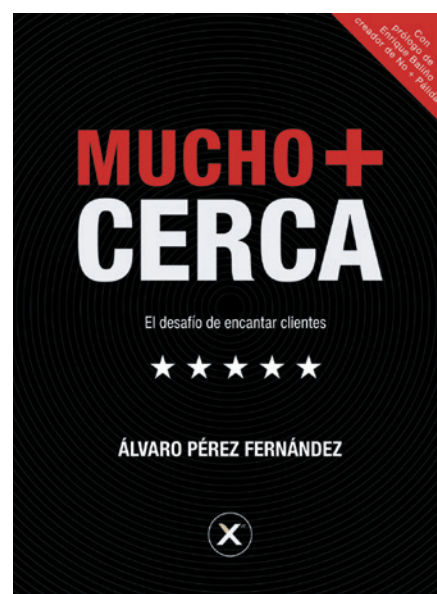
## Se presentó el libro *Mucho + Cerca: el desafío de encantar clientes*



El 11 de noviembre, en la Sala Teatro Movie Montevideo, se presentó *Mucho + Cerca: el desafío de encantar clientes*, el nuevo libro de Álvaro Pérez Fernández, que invita a las organizaciones a pasar del discurso a la acción en su propósito de po-

ner al cliente verdaderamente en el centro.

Con más de 500 participantes, el evento marcó el lanzamiento del tercer título de la serie “+” de X<sup>n</sup>, que comenzó con *No + Pálidas* de Enrique Baliño y continuó con *Algo*



+ *Grande* de Gonzalo Noya. Con más de 50.000 ejemplares vendidos entre sus dos primeros títulos, esta colección se consolidó como una referencia regional en temas estratégicos de desarrollo organizacional. ■





## Los 40 años de Fertilab

Fertilab celebró sus 40 años con un evento que combinó ciencia, emoción y mirada de futuro, reuniendo a profesionales de la salud, académicos, técnicos y amigos de la institución.

El laboratorio nació en 1985, fundado por el Dr. José María Montes, con la idea de unir la formación médica y la bioquímica en un espacio de diagnóstico confiable, cercano y técnicamente avanzado. Lo que comenzó con un único estudio —el espermograma— se transformó, cuatro décadas después, en un centro integral con tecnología de punta, alianzas internacionales y un fuerte compromiso con la calidad y la calidez en el trato.

La celebración incluyó un recorrido audiovisual episódico que repasó el pasado, mostró el presente y proyectó el futuro del laboratorio. Participaron con palabras y presentaciones el Dr. Montes, la Sra. Andrea Sánchez (directora general), la Dra. Gabriela Martínez (directora técnica) y profesionales del área tecnológica y de datalogía. También se contó con testimonios de trabajadores que han acompañado gran parte del camino.

Uno de los momentos más emotivos fue la entrega de reconocimientos a figuras claves de los primeros años del laboratorio: docentes, médicos, técnicos y colabora-







dores cuya dedicación marcó la identidad de Fertilab y su evolución hasta convertirse en un referente nacional. En este marco, Fertilab proyecta una ambiciosa evolución para 2026 que incluye la ampliación de su unidad de citometría de flujo, el crecimiento de la datalogía clínica con algoritmos de IA para apoyo diagnóstico, nuevas alianzas con centros de investigación y servicios de sa-



lud, y el desarrollo de servicios orientados a diagnóstico avanzado, medicina preventiva y personalización del riesgo.

Con más de 400.000 pacientes atendidos, Fertilab reafirma su compromiso de brindar análisis clínicos con rigurosidad científica, tecnología de alto nivel y una relación humana que acompaña, explica y da tranquilidad. ■

## Servicio Médico de Cofas amplía sus instalaciones

Cofas celebra la remodelación y apertura de nuevas instalaciones, un paso muy importante en la historia de su servicio médico, que nació en 1998 y ha prestado atención de forma ininterrumpida a la comunidad a lo largo de estos años. A partir de octubre, cuenta con espacios modernos y funcionales que reflejan su compromiso con la calidad y la excelencia en la atención.

Este es un servicio médico de primer nivel de atención que ofrece una amplia gama de servicios, incluyendo odonto-

logía, pediatría, farmacia con tickets moderadores, cardiología, carné de salud en el día, examen médico para la libreta de conducir, entre otros. Las instalaciones de Cofas están diseñadas para brindar accesibilidad y cuentan con ingreso directo desde el estacionamiento, facilitando así la atención a todos.

Dirección: Eduardo Victor Haedo 2258, esquina Cufré.

Consultas y agenda: 2409 6421 int. 250 o whatsapp al 091905989. ■



Secretario: Cnel. Ruben Guerrico, Vocal: Eq. Cap. (A.S.) María del Carmen Viñoly, ex Gerente de la Coop. María del Carmen Esperon, Presidente: Cnel. Ángel Neira, Vice - Presidente: Cnel. Wáshington Vigliola, Tesorero: Cap. (A.A.) Cr. Carlos Suárez, Cnel Alfredo Etchandy.



Personal del sector



## CUDIM continúa su expansión y gestiona nuevos servicios de imagenología

En el marco del plan de expansión para acercar tecnologías de diagnóstico a todo el territorio nacional, CUDIM continúa avanzando con la apertura de nuevos servicios de tomografía en diversos centros de salud del país.

El 21 de octubre se inauguró el tomógrafo en el Hospital de Colonia, puesto en funcionamiento por el equipo técnico de CUDIM, ampliando la capacidad de diagnóstico en la región. El 28 de noviembre quedó inaugurado el servicio de tomografía del Hospital de Mercedes, incorporado gracias a un equipo donado por la Fundación Tiempo es Cerebro y al aporte de la comunidad. Por último, el lunes 1º de diciembre se inauguró el servicio de tomografía en el Hospital del Cerro, acompañado por una importante obra edilicia liderada por CUDIM.

Los nuevos servicios son gestionados por la institución en convenio con ASSE, incorporando espacios modernos, funcionales y diseñados para brindar una atención segura y de calidad a los usuarios. La ministra de Salud Pública, Cristina Lustemberg, destacó que la instalación de estos nuevos tomógrafos “promueven el diagnóstico oportuno y mejoran la capacidad resolutoria de los hospitales”, subrayando el impacto positivo en la calidad de la atención y en la expansión de la oferta imagenológica en todo el país.

En los próximos días se inaugurarán también los servicios de tomografía en el INOT y en la sede de Salto, completando así cinco nuevos servicios en apenas dos meses. Este crecimiento refleja el firme compromiso de CUDIM con la descentralización y el acceso equitativo a tecnologías de diagnóstico avanzadas para toda la población.







## Tomografías para la detección precoz del cáncer de pulmón

CUDIM se sumó al proyecto piloto que se desarrolla en Uruguay para la detección precoz del cáncer de pulmón que consiste en la realización de tomografías de tórax de baja dosis a personas con alto riesgo de desarrollar cáncer de pulmón —entre 50 y 74 años, fumadoras o exfumadoras— con controles anuales durante tres años. Esta estrategia busca favorecer diagnósticos más tempranos, con tratamientos más efectivos y mejores resultados en calidad de vida.

El proyecto es pionero en América Latina y representa un cambio de paradigma en el abordaje de la enfermedad, va que la evidencia internacional demuestra que el ta-

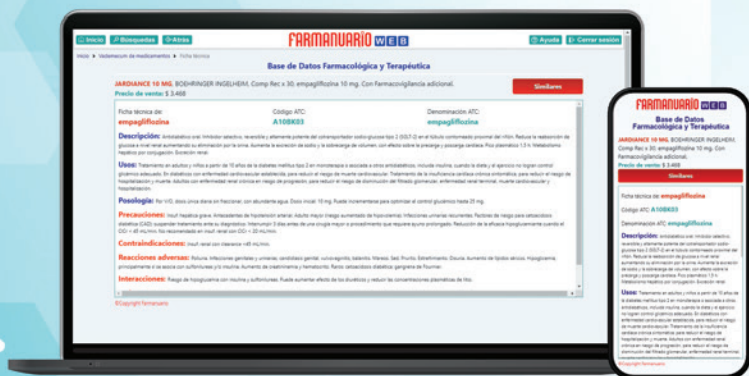


mizaje mediante tomografía de baja dosis puede reducir la mortalidad por cáncer de pulmón entre un 20 % y un 40 %. Además, contribuye a un uso más eficiente de los recursos del sistema de salud al evitar intervenciones tardías y de mayor complejidad.

El proyecto es desarrollado por profesionales del Hospital Maciel —Cirugía Torácica,Imagenología y Neumología— con el apoyo del Programa Nacional de Control del Cáncer del MSP, contando como servicios asociados con el equipo de imagenología del Instituto Nacional del Cáncer (INCA) y CUDIM. La iniciativa cuenta con la participación y asesoramiento de la Agencia Internacional de Investigación en Cáncer de la Organización Mundial de la Salud (IARC-OMS). En principio se desarrolló para usuarios del sector público, este año CUDIM se integró a este proyecto ampliando la cobertura diagnóstica para usuarios del sector privado.

En este marco, el 28 de noviembre CUDIM recibió a especialistas de la Agencia Internacional de Investigación en Cáncer (IARC-OMS) para presentar los primeros resultados del trabajo realizado. Los resultados obtenidos en esta primera etapa serán fundamentales para evaluar la posible implementación de un Programa Nacional de Screening de Cáncer de Pulmón. ■

## Información farmacológica continua para ejecutivos y profesionales



# FARMANUARIO WEB

Solicite su usuario de prueba durante 10 días, SIN COSTO.

Servicio Multiplataforma

A SOLO  
US\$ 25

Consúltenos  
a [informatica@farmanuario.com](mailto:informatica@farmanuario.com),  
por el 27091533 o por WhatsApp





## Lanzamiento de Esketamina Cristalia, el isómero S+ de la ketamina que está revolucionando la anestesiología

El jueves 6 de noviembre, la sede de la Sociedad de Anestesiología del Uruguay abrió sus puertas para presentar a Esketamina Cristalia en sociedad, un nuevo producto de investigación de laboratorios Cristalia, otro más que se suma al amplio portafolio ya comercializado por su representante en Uruguay, Rinque Pharma.

Se trata de una molécula innovadora con un perfil claramente favorable y ventajoso frente a la ketamina racémica, ya que, a diferencia de esta, contiene solamente el isómero S+ en su composición. Esta particularidad le confiere una serie de cualidades excepcionales, como una afinidad cuatro veces mayor por su receptor (NMDA), brindando una potencia analgésica dos veces mayor, una menor duración de acción y una disminución de los efectos adversos.

La esketamina o ketamina S+ es un hipnótico con perfil analgésico que demuestra estabilidad cardiovascular, no genera depresión respiratoria, y brinda al paciente un despertar más rápido. Además, reduce en intensidad y en frecuencia los efectos psicomiméticos propios de esta clase de fármacos. Este producto tiene un futuro promisorio tanto en el campo del tratamiento del dolor como así también en psiquiatría. Se viene avanzado mucho en el tratamiento de pacientes con depresión refractaria y tendencia suicida, con excelentes resultados.

El evento fue liderado por el destacado especialista brasileño, Dr. Marcos Albuquerque, presidente de la Sociedad Brasileira de Anestesiología (SBA) en 2022 y miembro actual de la Confederación Latinoamericana de Sociedades de Anestesiología (CLASA), con vasta experiencia en el campo de la anestesiología y en el uso de esta nueva molécula.



Durante la conferencia, cuyo foco fue puramente científico, pero a la vez didáctico, reconocidos especialistas nacionales brindaron sus valiosos aportes e intercambiaron experiencias con el Dr. Albuquerque. Se contó con la

presencia de Marcos Schioppi, Jorge Duarte, Ana Shchwartzmann, Guido Demoro, María José Fernández, Mashenka Rubinstein, Teresita Barrios, Alejandra Bounous, Valeria Bagatini y Alejandra Font, entre otros. ■



# RECUPLUS

L-CISTINA ● VITAMINA B6 ● PÉPTIDOS DE COLÁGENO

## FÓRMULA DE AVANZA DA MULTI-ACCIÓN

- ALOPECÍAS
- FRAGILIDAD CAPILAR
- FRAGILIDAD UNGUEAL
- ESTIMULA LOS FIBROBLASTOS DÉRMICOS PARA UNA PIEL SALUDABLE



**PÉPTIDOS DE  
COLÁGENO**

**L-CISTINA  
500 MG**

**VITAMINA B6  
100 MG**



**Susana Pereira**

## VIH en Uruguay: avances y deudas pendientes

***En el mes de concientización del Virus de la Inmunodeficiencia Humana, la infectóloga Susana Pereira —presidenta de GeUVIH y referente en atención e investigación del VIH— analiza los desafíos que persisten y la importancia de generar datos locales.***

Hablar de VIH en pleno siglo XXI sigue siendo una necesidad urgente. No por falta de avances, sino porque el estigma, la desinformación y los diagnósticos tardíos continúan marcando la realidad de miles de personas en Uruguay. Cada diciembre vuelve una pregunta que debería

acompañarnos todo el año: ¿cómo estamos hablando (y actuando) frente al VIH? Entre avances médicos que transformaron la infección en una condición crónica y barreras sociales que permanecen intactas, nuestro país enfrenta desafíos que requieren nuevas miradas.

En ese cruce entre ciencia, práctica clínica y responsabilidad social aparece la voz de Susana Pereira, internista e infectóloga con amplia trayectoria. Máster en VIH por la Universidad Rey Juan Carlos, exdocente de la UDELAR y de la Universidad de Medicina de CLAEH, y



presidenta del Grupo de Estudio Uruguayo de VIH (GeUVIH) desde 2018, Pereira ha sido una de las referentes que sigue de cerca la evolución de la infección y trabaja para modificarla. Su mirada combina precisión técnica, experiencia de consultorio y un compromiso sostenido con la educación pública. En el marco del mes de concientización del VIH, conversamos con ella para entender dónde estamos parados, qué desafíos persisten y qué cambios son impostergables.

***¿Qué necesidades identificaron en el sistema de salud que impulsaron la creación de GeUVIH?***

La iniciativa surgió de la observación, por parte de un grupo de colegas dedicados a la atención de personas que viven con VIH, de la ausencia de datos nacionales en congresos internacionales. Esto motivó la creación de una cohorte de pacientes, tanto del sector público como privado, para obtener datos estadísticos sobre la situación del virus en el país, que además sirvieran como base para la investigación. Posteriormente, el grupo amplió sus objetivos, incluyendo la difusión de conocimientos para el público general y para los profesionales de la salud, así como campañas de sensibilización sobre el tema.

***En un país con un sistema sanitario integrado, ¿qué aporta tener una organización civil dentro del abordaje del VIH?***

Si bien el SNIS garantiza la asistencia y el tratamiento de las personas que viven con VIH, creemos que hay una deficiencia en la promoción de las medidas de prevención de la adquisición de esta infección. Hoy día, el VIH es una infección crónica que es prevenible, y la prevención va más allá del uso del preservativo. Nuestro grupo, en los últimos tiempos, ha

hecho hincapié en la promoción del concepto de prevención combinada para el VIH y otras ITS, ya que consideramos que es allí donde el sistema tiene su mayor flaqueza. También buscamos fomentar el diagnóstico precoz, dado que en el país aún hay un alto porcentaje de pacientes que se diagnostica en etapas avanzadas de la infección.

***Ustedes mencionan que están construyendo una cohorte nacional de personas que viven con VIH. ¿Podría contarnos en qué consiste ese proyecto y por qué es importante contar con datos locales propios?***

La cohorte se creó en 2019 con el objetivo de tener datos epidemiológicos y clínicos de la población VIH de nuestro país. Estos datos permiten implementar estrategias dirigidas para detener esta pandemia mediante educación y difusión de información sobre tratamientos y prevención. También son fundamentales para realizar controles específicos. Con los datos de la cohorte se realizaron varios estudios observacionales que fueron presentados en congresos y eventos locales e internacionales. También es importante, para la atención clínica, conocer las características de nuestra población.

***¿Qué tipo de información permitirá obtener esta cohorte y cómo puede contribuir a mejorar la atención o las políticas públicas?***

La información es epidemiológica, destacando las características propias de esta población en nuestro país. Conocer con más detalle a quién asistimos aporta información valiosa para brindar una mejor atención.

***¿Cuáles son los principales desafíos en el manejo del VIH en Uruguay y qué objetivos tienen por delante?***

Entre los principales desafíos están, sin dudas, el diagnóstico precoz, el inicio inmediato del tratamiento y lograr que el apoyo psicosocial esté disponible para todos los usuarios. Los próximos pasos están en línea con lo ya realizado: continuar con la difusión y la educación a personal de salud y al público en general. Esperamos lograr una mayor inserción a nivel nacional e internacional.

***¿Cómo ha evolucionado la percepción del VIH en la sociedad uruguaya en los últimos años? ¿Persisten estigmas o barreras?***

La población uruguaya conoce la infección por VIH y cuáles son sus vías de transmisión; eso puede considerarse positivo. Es raro que se le pregunte a un adolescente o adulto y no tenga alguna noción de lo que es. Pero, a pesar de esto, luego de cuarenta y tantos años de conocer el VIH, el estigma y la discriminación siguen siendo las principales barreras que persisten, y son en gran parte responsables de que no podamos detener la pandemia. Está claro que la desinformación es el principal promotor de estas barreras y que se debe seguir trabajando sobre ello.

***Desde su experiencia clínica, ¿qué avances considera más significativos en el tratamiento y la calidad de vida de las personas que viven con VIH?***

Ha habido avances muy importantes en la calidad, cantidad y efectos secundarios de las drogas utilizadas para la infección. Actualmente, se puede manejar con un solo comprimido, con escasos efectos colaterales y buena tolerancia. En el momento actual, la persona que tiene VIH puede tener una expectativa de vida similar a la de alguien sin VIH, con características similares. No



transmite la infección si cumple con el tratamiento y tiene una carga viral indetectable, que es el objetivo del mismo.

***¿Con qué frecuencia realizan las actividades de divulgación o capacitación para la comunidad médica?***

Todas las actividades de formación y capacitación las realizamos con regularidad. Hemos llevado a cabo en diferentes departamentos del país “El ABC del VIH”, una instancia dirigida fundamentalmente a personal de salud, médicos y no médicos.

***El trabajo de GeUVIH es honorario. ¿Qué los motiva a sostener una iniciativa de este tipo y cómo logran mantenerla activa?***

Así es, totalmente honorario. La motivación siempre ha sido obtener datos de nuestro país y contribuir a la formación tanto del personal de salud como de la población en general. En cuanto a mantener vivo este grupo, lo hacemos incorporando nuevos integrantes, especialmente colegas del interior del país.

***En lo personal, ¿qué la llevó a involucrarse tan de cerca con esta causa y qué significado tiene para usted liderar GeUVIH en el último tramo de su gestión?***

Trabajar con personas que viven con VIH hace que uno esté receptivo a las dificultades de su vida diaria, y estoy convencida de que la información y la educación, en diferentes niveles, mejoran su calidad de vida. En cuanto al trabajo que venimos realizando con GeUVIH, ha sido apasionante: campañas de información pública, formación, testeo, entre otras tantas actividades. Ha sido un enriquecimiento personal y del grupo. ■



**hidravít**  
*solar*

**NUEVO**

Para bebés +6 meses  
niñas y niños



**ALTA PROTECCIÓN**

**50 F.P.S.**  
**UVA 20**  
**UVA/UVB**

**EFFECTO SECO**

Cosméticamente más aceptable  
No deja residuos blanco ni graso

**AGAM**  
LABORATORIOS



# Bagóvit

## S O L A R



HIPOALERGÉNICO



RESISTENTE  
AL AGUA

NUEVO



- Para pieles extremadamente sensibles.
- Apto para bebés mayores de 6 meses.
- Previene las manchas en el embarazo.
- Libre de parabenos.
- No contiene perfume.

Bagóvit Solar  
Emulsión BEBÉS  
FPS 75 • 180 g



NUEVO



- Formulado especialmente para niños mayores de 12 meses.
- No contiene perfume.

Bagóvit Solar  
Family Care KIDS  
FPS 50 • 200 ml



NUEVO

ACELERADOR  
DE BRONCEADO

- Protector solar con acelerador de bronceado.
- Excelentes propiedades humectantes.

Bagóvit Solar  
Spray Acelerador  
de Bronceado  
FPS 30 • 200 g



- Textura liviana.
- Hidratante corporal.
- Vitamina A: hidrata y nutre la piel.
- Vitamina E: evita el envejecimiento prematuro de la piel.

Bagóvit Solar  
Family Care  
FPS 30 • 200 ml

Bagóvit Solar  
Family Care  
FPS 50 • 200 ml



- Textura ultra liviana.
- Spray continuo con rápida aplicación 360°.
- Absorción inmediata.
- Vitamina E / Aloe Vera: efecto calmante y refrescante.

Bagóvit Solar  
Spray Continuo  
FPS 30 • 170 ml

Bagóvit Solar  
Spray Continuo  
FPS 40 • 170 ml



Filtro de amplio espectro  
Protección UV-B y UV-A

Libre de Octinoxato y Oxibenzona

[www.gramonbago.com.uy](http://www.gramonbago.com.uy)

@ gramonbago 0800 1856

**Gramón Bagó**





# Lunares: cómo prevenir y cuándo consultar

***En verano aumenta la exposición solar y, con ella, el riesgo de daños en la piel. Conocer nuestros lunares, identificar cambios a tiempo y adoptar hábitos de fotoprotección son claves para prevenir el melanoma, el cáncer de piel más agresivo.***

*Por Dra. Gimena Pisorno*

Los lunares o nevos son pequeñas acumulaciones de células pigmentarias llamadas melanocitos. Son muy comunes y la mayoría son benignos, pero algunos pueden transformarse con el tiempo y derivar en un melanoma, el tipo más agresivo de cáncer de piel. Por eso es importante controlarlos.

Aparecen por la combinación de factores genéticos y ambientales, siendo habitual que aumenten en número durante la infancia y la adolescencia, etapas en las que la piel

está en crecimiento. La exposición solar sin protección es el principal factor externo que estimula su desarrollo y los cambios en los que ya existen. También influyen los cambios hormonales, como el embarazo, por ejemplo, que puede hacerlos más notorios o pigmentados.

Durante el verano, nuestra piel está más expuesta a la radiación ultravioleta, por eso los meses de calor son una excelente oportunidad para observarla y reforzar los hábitos de protección solar. Para esta autoex-

ploración, los dermatólogos recomendamos seguir la regla del ABCDE:

- A:** Asimetría (una mitad del lunar es diferente a la otra).
- B:** Bordes irregulares.
- C:** Color variado (diferentes tonos de marrón, negro, rojo o blanco).
- D:** Diámetro mayor a 6 mm.
- E:** Evolución (si cambia de tamaño, forma, color o comienza a picar o sangrar).

Existen algunas lesiones benignas que pueden tener esas característi-



## Fotoprotección en niños

Las quemaduras en la infancia son uno de los principales factores de riesgo para desarrollar cáncer de piel en la adultez. Por eso, la prevención debe comenzar desde temprano. Los bebés menores de seis meses no deben exponerse directamente al sol, mientras que, en niños mayores, se deben usar protectores solares pediátricos FPS 50 o más resistentes al agua. El protector solar tiene que incorporarse como parte de la rutina diaria para crear el hábito desde la infancia, reaplicándose con cada dos horas después de nadar o transpirar. Al igual que en adultos, también hay que fomentar

el uso de sombreros, remeras con filtro UV y sombra en juegos al aire libre.

Cuidar los lunares no es solo aplicar protector, es conocer nuestra piel, observar los cambios y consultar a tiempo. Uruguay presenta una de las tasas más altas de incidencia y mortalidad por cáncer de piel en América Latina, una realidad que refuerza la importancia del control dermatológico y la fotoprotección desde edades tempranas. El verano invita a disfrutar del aire libre, pero también a recordar que la prevención es el mejor tratamiento.

cas y, debido a esto, es importante el control con dermatología. También es fundamental consultar si aparece un nuevo lunar después de los 30 años, especialmente si tiene un aspecto diferente al resto.

La radiación UV es acumulativa y cada exposición cuenta. Para reducir el riesgo se recomienda incorporar algunos comportamientos como aplicar protector solar con FPS 30 o más y UVA alto (es decir, de amplio espectro), reaplicando cada dos horas y siempre después del baño o del sudor. Se sugiere evitar la exposición solar entre las 10 y las 16 horas, usar sombrero, lentes de sol, ropa liviana y de trama cerrada; y evitar camas solares, ya que la radiación que emiten también daña el ADN celular y aumenta el riesgo de cáncer de piel.

El chequeo anual de lunares es clave para la detección precoz del cáncer de piel. En personas con muchos lunares, antecedentes familiares de melanoma o piel muy clara, puede ser necesario hacerlo con mayor frecuencia. Durante la consulta, el dermatólogo utiliza el dermatoscopio, instrumento que permite ver estructuras invisibles a simple vista y registrar imágenes para el seguimiento digital a largo plazo. ■



# HELIOCARE | TODA LA FOTOPROTECCIÓN QUE LA CIENCIA PUEDE DARTE



## HELIOCARE 360° | GEL OIL-FREE

PIEL MIXTA Y GRASA

BEIGE BRONZE

- Tono natural y unificado, con efecto anti-brillos y matificante
- Actividad seborreguladora e hidratante

50 ML



## HELIOCARE 360° | GEL OIL-FREE

PIEL MIXTA Y GRASA

- Textura ligera oil-free
- Efecto mate y tacto seco
- Actividad seborreguladora

50 ML



## HELIOCARE 360° | WATER GEL

PIEL NORMAL A SECA

BEIGE BRONZE

- Gel acuoso de textura ultraligera
- Acabado natural y tacto sedoso
- Apto para todo tipo de piel

50 ML



## HELIOCARE 360° | WATER GEL

PIEL NORMAL A SECA

- Gel acuoso ultraligero
- Piel seca, deshidratada, patologías relacionadas con la exposición solar, fotosensibilidad, fotoenvejecimiento

50 ML



## HELIOCARE 360° | MINERAL TOLERANCE FLUID

PIEL SENSIBLE

- Formulación 100% mineral
- Piel sensible e intolerante

50 ML



## HELIOCARE 360° | SPORT TRANSPARENT STICK

TODO TIPO DE PIEL

- Alta protección facial ideal para deportes al aire libre
- Resistente al agua y al sudor

25 g



## HELIOCARE 360° | INVISIBLE SPRAY

TODO TIPO DE PIEL

- Adecuado para todo tipo de piel, incluso piel sensible
- Acabado invisible, rápida absorción

200 ML



## HELIOCARE 360° | PEDIATRICS LOTION

PIEL SENSIBLE

- Protección de la piel delicada y sensible de los niños

200 ML



## HELIOCARE 360° | PEDIATRICS STICK

PIEL SENSIBLE

- Fotoprotección para niños mayores de 2 años
- Apto para todo tipo de pieles, incluidas sensibles y atópica

25 g



## HELIOCARE

¡LANZAMIENTO!

## 360° | BODY GLOW

TODO TIPO DE PIEL

- Fotoprotección para todo tipo de piel con un acabado de efecto dorado brillante

100 ML



## HELIOCARE

¡LANZAMIENTO!

## 360° | SENSATION

TODO TIPO DE PIEL

- Protección solar facial muy alta que combina en un solo producto toda la ciencia fotoprotectora de Helicare con una experiencia sensorial única

50 ML

**Fernblock®**  
Photoimmunoprotection Technology

Con Fernblock®+, filtros específicos y activos reparadores y antioxidantes, protege frente a las 4 radiaciones (UVB, UVA, Visible e Infrarrojo), neutraliza y repara el daño solar.



# VN

VILLENEUVE

PROTECTORES  
SOLARES

PONTYNN



PODÉS  
QUEDARTE  
CON LO BUENO DEL SOL



SIN TESTEAR  
EN ANIMALES



SIN PARABENOS



SIN COLORANTES



FORMULA  
APTA VEGANA



INGREDIENTES DE  
ORIGEN NATURAL



DERMATOLÓGICAMENTE  
TESTEADO



# Capacitación en Farmacovigilancia: AQFU fortalece la formación de Farmacias Comunitarias

La Asociación de Química y Farmacia del Uruguay (AQFU) participó activamente en la capacitación en farmacovigilancia y herramientas de notificación dirigida a representantes de farmacias comunitarias, reafirmando su compromiso con la seguridad del paciente y el uso racional de medicamentos. La actividad tuvo lugar el 11 de noviembre, en modalidad presencial, en el Salón de Actos del Ministerio de Salud Pública (MSP).

El propósito central de la capacitación fue fortalecer las competencias profesionales para la identificación, evaluación y notificación de eventos adversos asociados a medicamentos, contribuyendo al desarrollo del Sistema Nacional de Farmacovigilancia y promoviendo buenas prácticas en el ámbito comunitario.



La intervención de la Q.F. Leticia Caligaris y la Q.F. Cristal Martínez representó un valioso aporte técnico, destacando la importancia del rol del químico farmacéutico en la detección temprana de riesgos, la vigilancia de la seguridad de los medicamentos y la protección de la salud de la población. Esta participación reafirma el compromiso institucional de la AQFU con

la formación continua, la calidad de los servicios farmacéuticos y el fortalecimiento de los equipos profesionales que integran el ámbito farmacéutico nacional.

Para realizar consultas o acceder a información sobre futuras instancias de capacitación, está disponible el correo electrónico [farmacovigilancia@msp.gub.uy](mailto:farmacovigilancia@msp.gub.uy).



## Acceso al material de la capacitación

Para facilitar la revisión de los contenidos abordados, se encuentra disponible la presentación utilizada durante la actividad. Escanee el código QR para acceder al documento PPT completo.





# ELEGÍ EL IDEAL PARA TU CABELLO





## DISPONIBLES EN DISTINTAS PRESENTACIONES



**CON EXTRACTO DE MANZANILLA**  
Para Cabello Claro



**CARBÓN ACTIVADO Y MENTA**  
Para Cabello graso



**CON ÁCIDO HIALURÓNICO**  
Para Cabello  
Maltratado o Teñido



**CON EXTRACTO DE PALTA**  
Para Cabello Seco y Dañado



**CON KERATINA VEGETAL PROTEÍNAS Y  
ACEITE DE JOJOBA**  
Para todo tipo de Cabello



**MANGO Y ACEITE DE ARGÁN**  
Para Cabello con ondas y rizos

Shampoo y Acondicionador Ballerina disponibles en presentación de 410 ml y 750 ml.  
Spray Multibeneficios disponible en frasco de 200 ml





### POR SU COMODIDAD DE USO

- Única solución anticonceptiva disponible en Europa y Latam, de aplicación 1 vez a la semana
- Fácil de aplicar

### LA POSOLOGÍA DE 1 VEZ A LA SEMANA ES DE FÁCIL SEGUIMIENTO

- Menor riesgo de olvido
- La usuaria solo debe elegir un día, y disfrutar de su libertad el resto de la semana

### LA MUJER EVRA ES VIVAZ, ENÉRGICA Y VIVE SU VIDA AL MÁXIMO

- EVRA le permite concentrarse en las cosas importantes de su vida
- La anticoncepción es vital para ella, pero solo debe ocuparse 1 vez por semana

*Las referencias provienen de la IP de Evra.*

Por favor contacta a su representante local de Gedeon Richter, para obtener las indicaciones locales y la disponibilidad de los productos (ya que pueden variar según el país).



**GEDEON RICHTER**  
La salud es nuestra misión



**Laboratorio Tresul S.A.**

Av. Centenario 2989

TeleFax: 2487 4108 - 2486 3683 - 2486 3747  
tresul@adinet.com.uy | www.tresul.com





## Cuidado de la microbiota vaginal: clave para la salud íntima femenina

***La microbiota vaginal –también llamada flora vaginal– es un ecosistema complejo y dinámico de microorganismos que habita en el tracto genital femenino. Esta cumple un papel protector fundamental para la salud ginecológica, por lo que saber cuidarla resulta fundamental.***

Por Dr. Stefano Fabbiani

La microbiota vaginal está compuesta, principalmente, por bacterias que viven de forma natural en la vagina y que resultan esenciales para mantener la salud del tracto genital. Su función central es proteger contra infecciones, preservando un ambiente ácido y produciendo sustancias antimicrobianas como el ácido láctico y las bacteriocinas.

En condiciones normales, este microambiente está dominado por bacterias del género *Lactobacillus* (especialmente *L. crispatus*, *L. gasseri* y *L. brevis*), responsables de generar ácido láctico, mantener un pH entre 3,8

y 4,5 y constituir una barrera frente a microorganismos capaces de producir infecciones.

Cuando este equilibrio se altera por disminución de lactobacilos, aumento de bacterias anaerobias o cambios en el pH, se favorecen condiciones como la vaginosis bacteriana, la candidiasis vulvovaginal y otras infecciones del tracto urogenital. Mantener una flora vaginal saludable es clave no solo para evitar molestias frecuentes, sino también para prevenir complicaciones ginecológicas, obstétricas y reproductivas.

### ***¿Por qué es tan importante mantenerla en buen estado?***

La microbiota vaginal actúa como primera línea de defensa: mantiene el pH ácido, produce sustancias antimicrobianas, impide la adhesión de patógenos al epitelio vaginal y trabaja en conjunto con el sistema inmunitario local. Cuando se produce un desequilibrio —llamado disbiosis— aumentan gérmenes como *Gardnerella vaginalis*, *Prevotella* o *Atopobium*, asociados a mayor riesgo de infecciones, parto prematuro, infertilidad y síntomas como ardor, picazón o dolor durante las relaciones sexuales.



Durante tu período  
necesitas confianza.

Nosotras®



- Protectores Nosotras® Delgada. Tu Zona V debe estar siempre protegida, y es natural que tengas algún tipo de flujo. Nuestros Protectores mantienen tu ropa interior limpia y seca y te protegen con un toque suave como el algodón que te hará sentir cómoda e íntimamente segura.



- Toallas Nocturnas Suave La Toalla Nosotras Nocturna es muy absorbente, con cubierta Natural y Centro elevado que se encarga del flujo, se mantiene en su lugar mientras duermes y te protege de accidentes durante toda la noche, para que puedas descansar sin preocupaciones.



- Toalla Nosotras® Clásica son absorbentes, delgadas y tienen una cubierta suave. Todo lo que necesitas para sentirti protegida y seca.

Distribuido por Carrau & Cía. S.A. Av. Dámaso A. Larrañaga 3444 - Tel. 25086751/54

CARRAU & CIA.

1843

Toda una vida contigo



# Buenas prácticas de cuidado

A continuación, algunas recomendaciones para mantener o recuperar un estado saludable de la microbiota vaginal:

**Higiene íntima respetuosa:** lavar solo la vulva (evitar duchas vaginales), usar productos suaves y sin perfume, y secar bien la zona.

**Ropa adecuada:** elegir ropa interior de algodón, evitar prendas sintéticas o demasiado ajustadas y favorecer la ventilación.

**Relaciones sexuales y hábitos urinarios:** orinar después del coito disminuye el ascenso de gérmenes. Mantener una higiene adecuada antes y después de las relaciones.

**Uso racional de tampones y protectores diarios:** evitarlos cuando sea posible u optar por opciones transpirables, especialmente durante infecciones vaginales.

**Dieta e hidratación:** incorporar alimentos ricos en fibra, prebióticos (frutas, verduras, cereales integrales) y probióticos (yogur, kéfir), y mantener una buena hidratación para favorecer la presencia de lactobacilos —intestinales y vaginales—.

**Uso responsable de antibióticos y probióticos** cuando corresponda: tomar antibióticos solo bajo indicación médica y considerar probióticos específicos para restaurar la flora vaginal cuando sea necesario.

**Durante etapas más vulnerables** como embarazo, menopausia o tratamientos hormonales, conviene prestar especial atención a estas recomendaciones.

La microbiota vaginal es un componente esencial de la salud íntima femenina, y mantener su equilibrio requiere un abordaje integral que incluye higiene respetuosa, alimentación adecuada, estilo de vida saludable, elección correcta de la ropa y medidas específicas en momentos de mayor susceptibilidad.

Ante síntomas como flujo anormal, picazón o infecciones recurrentes, es fundamental consultar al ginecólogo para evaluar el pH, el equilibrio de la flora y la posible necesidad de probióticos, a fin de proteger este delicado ecosistema y prevenir infecciones vaginales.

Diversos factores internos y externos pueden afectar este equilibrio. Entre los más relevantes se encuentran:

- **Cambios hormonales:** menstruación, embarazo, menopausia o terapias hormonales. Estas variaciones modifican la producción de estrógenos, el flujo vaginal y el recambio del epitelio, lo que incide en la presencia de lactobacilos.
- **Uso de antibióticos:** además de eliminar bacterias que causan infecciones, reducen las bacterias beneficiosas de la flora, favoreciendo el crecimiento de gérmenes patógenos.
- **Higiene íntima inadecuada o excesiva:** el uso de geles perfumados,

duchas vaginales o productos agresivos altera el pH y elimina bacterias protectoras.

- **Ropa interior y prendas de vestir:** los tejidos sintéticos, la ropa muy ajustada o la falta de ventilación generan un ambiente cálido y húmedo que favorece microorganismos no deseados. El uso frecuente de protectores diarios también aumenta humedad y calor, sobre todo en verano.
- **Dieta y estilo de vida:** dietas ricas en azúcares simples, consumo de alcohol, estrés, mala hidratación o alteraciones intestinales pueden impactar de forma indirecta en la microbiota vaginal. ■

# Ginplus

ÓVULOS

Asegura la eficacia  
en vaginitis

- Elevado porcentaje de curación en candidiasis vaginal aguda y recurrente.
- Resuelve la tricomoniasis y la vaginitis bacteriana.
- Práctica posología.



# Ginplus

ÓVULOS



**FÓRMULA:**

Cada óvulo vaginal contiene: Metronidazol 300 mg, Miconazol Nitrato 100 mg, Neomicina Sulfato 48,8 mg, Polimixina B Sulfato 4,4 mg, Centella Asiática 15,0 mg.

**PRESENTACIÓN:** Envases con 6 y 10 óvulos vaginales.

# Ginplus500

METRONIDAZOL



**FÓRMULA:**

Cada comprimido recubierto contiene: Metronidazol 500 mg.

**PRESENTACIÓN:** Envases con 10 comprimidos recubiertos.



**Baliarda**  
Vida con salud  
[www.baliarda.com.uy](http://www.baliarda.com.uy)





**HEPAMIDA®**  
DIGESTIVO

**LA BUENA VIDA SE DISFRUTA  
CON HEPAMIDA**



**ANTES<sup>o</sup> DESPUÉS  
DE CADA  
COMIDA**



Sin azúcar



Sin gluten



# EL PODER DE LA NATURALEZA

- **Digestivo  
rápido y eficaz**  
reduce la pesadez y los gases
- **Protector  
hepático**  
promueve la regeneración y  
desintoxicación del hígado
- **Regula el colesterol  
y mejora la salud  
cardiovascular**
- **Antiinflamatorio  
natural**



DA PEDIRNOS UNAS  
**¿BURGER?**

**PA MI  
DAA!**







# NaturalLife

# TODO LO QUE TU CUERPO NECESITA

para **sentirte bien** cada día

## MULTIVITAMÍNICOS

### MULTIVITAMÍNICO EN GOMITAS:

Aporte esencial de vitaminas en una presentación masticable y fácil de integrar al día a día.

### ONE EFERVESCENTE

Refuerza defensas y vitalidad diaria.

### ONE COMPRIMIDOS

Multivitamínico diario para más energía y bienestar.

### ONE BELLE

Contribuyen a la regeneración celular y a mantener la hidratación y elasticidad de la piel.







# Calor y fiestas: cómo prevenir las intoxicaciones alimentarias más comunes del verano

***Las intoxicaciones alimentarias aumentan en diciembre y enero debido a la combinación de altas temperaturas, mayor manipulación de alimentos y tiempos prolongados fuera de refrigeración. Cómo prevenirlas, qué síntomas alertan y cuáles son los cuidados esenciales para garantizar una mesa festiva segura.***

Las celebraciones de fin de año suelen asociarse a mesas largas, preparaciones especiales y reuniones que se extienden durante horas. En la mayoría de los hogares y eventos, diciembre y enero coinciden con temperaturas elevadas, mayor exposición al aire libre y un aumento significativo de la circulación de alimentos. Este escenario crea el contexto ideal para que se desarrollen

intoxicaciones alimentarias que, aunque prevenibles, siguen siendo una de las principales causas de consulta en la temporada estival.

El calor acelera la multiplicación de microorganismos en carnes, salsas, postres a base de crema, ensaladas frías y alimentos que requieren una estricta cadena de frío. Además, en las fiestas se combinan factores que incrementan el riesgo: compras tar-

días, traslados largos de preparaciones caseras, cocinas saturadas, refrigeración insuficiente y reuniones que se prolongan mientras los alimentos permanecen sobre la mesa.

Los alimentos típicos de las fiestas son altamente perecederos. Las ensaladas con huevo, las mayonesas caseras, las preparaciones con pollo, las carnes rellenas, los pescados,



## Nutrición

los mariscos, los postres fríos y las cremas representan un entorno muy favorable para el crecimiento microbiano. Si a esto le sumamos que la temperatura ambiente puede superar los 30 °C, el riesgo se multiplica. Alcanzar esas cifras implica que un plato servido en una mesa al aire libre puede volverse inseguro en menos de una hora.

### Señales de alerta: cuándo sospechar una intoxicación

Los síntomas de una intoxicación alimentaria pueden aparecer desde pocas horas hasta varios días después de la ingesta, según el agente causal. En líneas generales, los signos más frecuentes incluyen diarrea, vómitos, dolor abdominal, fiebre, deshidratación y malestar general. Es especialmente importante prestar atención a:

- Deshidratación severa: sed intensa, sequedad de mucosas, orina escasa o muy concentrada.
- Fiebre alta o persistente.
- Diarrea con sangre o moco.
- Vómitos que impiden la hidratación adecuada.
- Síntomas neurológicos en casos excepcionales (visión borrosa, debilidad muscular).

Ante cualquiera de estos signos, la consulta médica debe ser inmediata. En poblaciones vulnerables como niños pequeños, embarazadas, adultos mayores y personas inmunocomprometidas, la intervención temprana es aún más crucial. Es importante evitar automedicaciones inadecuadas, como el uso indiscriminado de medicamentos para cortar la diarrea sin evaluación profesional, ya que en ciertos cuadros puede agravar la situación.

### Prevención basada en evidencia

La mayor parte de las intoxicaciones alimentarias de verano son evitables. Una correcta manipulación y



conservación de los alimentos reduce drásticamente las posibilidades de contaminación y desarrollo de patógenos. A continuación, se presentan las recomendaciones más relevantes:

#### 1. Higiene y manipulación

- Lavado de manos con agua y jabón antes, durante y después de cocinar.
- Uso de utensilios separados para alimentos crudos y cocidos.
- Limpieza rigurosa de superficies, tablas de corte y mesadas.
- Evitar cocinar con heridas expuestas en manos o brazos.

#### 2. Refrigeración adecuada

- Mantener la heladera por debajo de los 5 °C y el freezer a -18 °C.
- Evitar el sobrellenado de la heladera, ya que afecta la circulación del frío.
- No dejar alimentos fuera de refrigeración más de una hora cuando la temperatura ambiente supera los 30 °C.
- Usar conservadoras y hielo para transportar alimentos sensibles.

#### 3. Cocción segura

- Cocinar las aves hasta que no queden partes rosadas y el jugo sea claro.
- Llevar las carnes a una cocción completa, especialmente si serán consumidas por niños o embarazadas.

• Cocinar pescados hasta que la carne se vea firme y opaca, salvo en preparaciones que se realicen con materia prima extremadamente fresca y con cadena de frío intacta.

#### 4. Evitar preparaciones de alto riesgo

- No utilizar huevo crudo en salsas, postres o mayonesas caseras.
- Refrigerar inmediatamente postres con crema, tiramisú, mousses o preparaciones lácteas.
- Evitar dejar picadas, fiambres o quesos durante horas sin frío.

#### 5. Transporte seguro

- Llevar siempre conservadoras con hielo o acumuladores de frío.
- No dejar alimentos dentro del auto mientras se realizan otras actividades.
- Evitar conservadoras herméticas que retienen calor si el alimento ya está tibio; siempre enfriar previamente.

Las celebraciones de fin de año son un momento de encuentro y disfrute, pero también una época en la que los riesgos de intoxicaciones alimentarias aumentan considerablemente debido al calor, la manipulación intensa y la prolongada exposición de los alimentos. Sin embargo, estos riesgos son en gran medida evitables con prácticas de higiene adecuadas, una correcta refrigeración, cocciones seguras y una planificación responsable. ■



ANA MARIA  
**LJUSTICIA**

## Tu rutina de verano empieza desde adentro

### ALGAS

Estimula el metabolismo y ayuda a reducir la retención de líquidos de manera natural.

### COLÁGENO CON MAGNESIO

Ayuda al mantenimiento de articulaciones, huesos, piel, cabello y uñas.



### MAGNESIO TOTAL 5

Aporta 5 fuentes de magnesio para potenciar la energía diaria y favorecer el equilibrio físico y mental, ayudando a reducir el cansancio y la fatiga.

### CARBONATO DE MAGNESIO

Ayuda a neutralizar la acidez estomacal, contribuyendo a una mejor digestión y bienestar general.

### TRIPTÓFANO CON MAGNESIO + VIT. B6

Contribuye al equilibrio emocional y favorece el descanso y el buen estado de ánimo.

# La Semana de la Farmacia 2025

La Asociación de Química y Farmacia del Uruguay (AQFU) desea expresar su más sincero agradecimiento a todas las instituciones, farmacias y profesionales que acompañaron y apoyaron la séptima edición de la Semana de la Farmacia 2025, celebrada en todo el país. Este año, la iniciativa volvió a consolidarse como un espacio de referencia para la promoción del rol del Químico Farmacéutico y el fortalecimiento del vínculo entre las farmacias y la comunidad.

Gracias al apoyo recibido, esta última edición se destacó por su amplia participación y por la calidad de las actividades desarrolladas en todo el territorio nacional. La presencia ac-



## Premios

La convocatoria al concurso superó todas las expectativas, recibiendo propuestas creativas, innovadoras y alineadas con la consigna. La alta participación demostró, una vez más, el espíritu colaborativo que caracteriza a la Semana de la Farmacia. Algunos de los premios otorgados fueron:

- **1º Premio:** Farmacia Hospital de Flores “Dr. Edison Camacho”
- **2º Premio:** CAMEC – IAMPP – Farmacia CAMEC – IAMPP
- **Revelación:** Saint Bois – Farmacia Hospital Gustavo Saint Bois
- **Mención:** FEMME – Farmacia Comunitaria

Agradecemos especialmente a todas las instituciones participantes por sus propuestas y por el compromiso demostrado.





tiva en redes sociales y la excelente recepción del público reflejaron el compromiso creciente con esta celebración.

En el marco del Día Mundial del Químico Farmacéutico, se alcanzó un récord histórico de participación: más de 16.831 profesionales de 165 países se sumaron a la campaña global promovida por la Federación Internacional Farmacéutica (FIP), bajo el lema “Piensa en Salud, Piensa Químico Farmacéutico”. Uruguay, a través de AQFU, se integró activamente a esta iniciativa, reafirmando el compromiso de la profesión con

la salud pública y el bienestar de las personas.

La Semana de la Farmacia 2025 reafirmó la importancia del diálogo entre la farmacia y la comunidad, consolidando el rol fundamental del Químico Farmacéutico en la promoción de la salud. Desde AQFU continuaremos trabajando para fortalecer la profesión y acompañar a los profesionales en su contribución al bienestar de la sociedad. ■

**Instituciones auspiciantes:** Administración de los Servicios de Salud del Estado (ASSE), Ministerio de Salud Pública (MSP), Facultad de Química - UDELAR, Sindicato Médico del Uruguay (SMU), Organización Panamericana de la Salud (OPS/PAHO).

**Instituciones y empresas patrocinadoras:** AFI - Asociación de Farmacias del Interior, ALN - Asociación de Laboratorios Nacionales, Blau Farmacéutica, CFU - Centro de Farmacias del Uruguay, Droguería del Sur, Laboratorios EFA, LIBRA, Gador, Spedar.

A todas ellas, nuestro agradecimiento por su apoyo invaluable y por contribuir al fortalecimiento de esta iniciativa que impulsa la visibilidad del trabajo farmacéutico en todo el país.



# Lectura



## El infinito caballero: Don Quijote de la Mancha y la aventura de leerlo

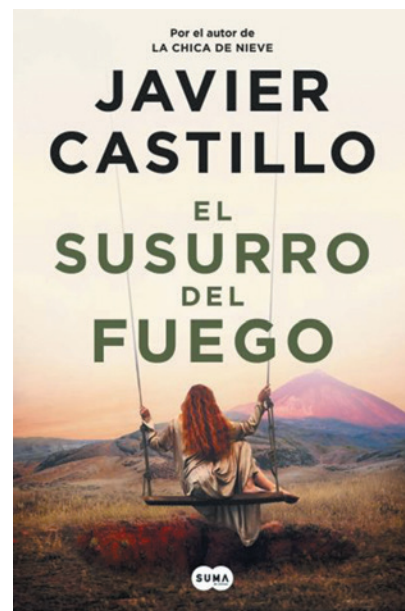
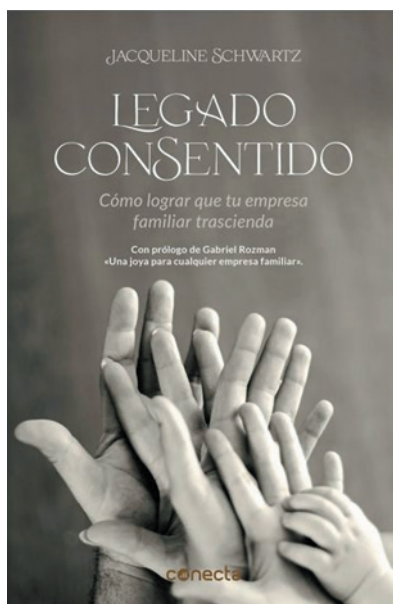
**Marcelo Estefanell**

El ingenioso hidalgo Don Quijote de la Mancha es una obra sin precedentes. Extraordinariamente adelantada a su tiempo, esta novela desplegó estrategias narrativas que el mundo descubriría siglos más tarde: meta-ficción, proyección simbólica, ficción dentro de la ficción. Durante los años de prisión, Marcelo Estefanell halló en la historia del Caballero de la Triste Figura no solo un refugio, sino una forma de libertad. Como Cervantes —que también conoció el encierro— convirtió la lectura en un gesto de resistencia. Este libro es testimonio de esa pasión. En sus breves ensayos —llenos de humor, datos sorprendentes y erudición— Estefanell recorre la vida y la obra de Cervantes con mirada cómplice y las bellas ilustraciones de Sebastián Santana. ■

## Legado consentido

**Jacqueline Schwartz**

¿Qué pasa cuando los refranes familiares se convierten en brújula o en obstáculo para las decisiones más importantes de una empresa? Este libro no es solo una lectura: es un espejo. Por medio de casos reales, conocimiento técnico y una mirada profunda y sensible, la abogada Jacqueline Schwartz, experta en empresas familiares, nos invita a repensar creencias heredadas y a construir un legado con sentido. Una obra para quienes saben que la sangre no es agua, pero no se convierte en legado sin dedicación, esfuerzo y propósito compartido. Con claridad y respeto, este libro ofrece herramientas valiosas para pensar el legado y proyectar el futuro, aportando una mirada lúcida y sensible sobre un tema donde lo jurídico y lo emocional conviven en permanente tensión. ■



## El susurro del fuego

**Javier Castillo**

Mario y Laura Ardoz, hermanos mellizos, visitan las islas Canarias: él acaba de recibir su última sesión de quimioterapia; ella cree que ese viaje es la mejor manera de volver a empezar tras el cáncer. Pero Mario sufre una recaída que lo mantiene ingresado en el hospital un par de días. A su salida descubre que su hermana ha desaparecido y su móvil la ubica en un paraje desolado por la lava. Se inicia así una búsqueda contrarreloj y una lucha con el fuego que parece abrirse bajo sus pies. El escritor Javier Castillo, fenómeno de éxito mundial con más de 2.500.000 ejemplares vendidos, vuelve a agitar los cimientos del thriller con una novela inspiradora y trascendental, una historia llena de misterio, amor y dolor que nos sacude y nos despierta. ■



# Netflix

## La mujer de la fila

Estrenada recientemente en Netflix, *La mujer de la fila* es un drama conmovedor e intenso basado en la historia real de la activista argentina Andrea Casamento. Protagonizada por Natalia Oreiro, la película ofrece una mirada cruda y realista al sistema penitenciario y a la transformación de una madre común que se enfrenta a un mundo desconocido e inhóspito. La trama sigue a Andrea, una mujer de clase media que lleva una vida cómoda y sin mayores sobresaltos, hasta que su realidad da un giro de 180 grados. Un día, su hijo adolescente es arrestado de forma violenta e inesperada por la policía. Completamente en shock y convencida de la inocencia de su hijo, Andrea se ve obligada a navegar por un sistema judicial y penitenciario que le es totalmente ajeno y hostil. El núcleo de la película se centra en la experiencia de Andrea como “la mujer de la fila”, ya que, semanalmente, se une a una larga cola de mujeres (madres, esposas, hermanas) que esperan de manera paciente para visitar a sus seres queridos en la prisión. Inicialmente, Andrea se siente desplazada y sola, aunque, a medida que pasa el tiempo, estas mujeres se convierten en su principal red de apoyo y le enseñan los códigos de supervivencia dentro de ese ambiente. La película resulta un poderoso drama que retrata el viaje emocional de una madre, que la lleva por un inesperado camino de activismo y amor, incluso en los lugares más insospechados. ■







# Nordeste de Brasil

***Las mejores playas de la región se encuentran en el nordeste brasileño, un paraíso de características tropicales, aguas cálidas y arenas blancas con mezcla de vegetación y arrecifes espectaculares. Un paseo perfecto de verano para disfrutar de la buena gastronomía y cultura musical por el Caribe de Sudamérica.***

Miles de turistas eligen cada año el nordeste de Brasil por su extenso litoral de paisajes idílicos repletos de playas, historia, arte y naturaleza. Esta es la región que alberga mayor número de estados: Alagoas, Bahía, Ceará, Maranhão, Paraíba, Pernambuco, Piauí, Río Grande del Norte y Sergipe; donde es posible conjugar mar y sol, actividades ecológicas, diversidad cultural, gastronomía exótica, arquitectura centenaria y servicios turísticos que exploran

las atracciones más emblemáticas. Sus principales ciudades son Recife, Salvador de Bahía y Natal, así como otras pequeñas poblaciones como Porto Galinhas, Pipa, Porto Seguro y el Pelourinho, destacados por la UNESCO como Patrimonio Cultural de la Humanidad. Toda la región posee costas sobre el Océano Atlántico y enamora por su fascinante tradición de influencias portuguesas y africanas. El clima es muy bueno durante todo el año, las

temperaturas son cálidas y predominan los días soleados, por lo que es posible disfrutar de las playas cristalinas en cualquier época.

## ***Cinco paradas paradisíacas***

### **Pipa**

Este pintoresco poblado de estilo rústico-chic se encuentra a una hora de Natal, en el estado de Río Grande do Norte, y su propuesta es



## + INFO

**Territorio:** La extensión del nordeste brasileño es de 1.558.196 km<sup>2</sup>, lo que equivale a un 18% del territorio nacional. Su población apenas supera los 50 millones de habitantes, siendo la segunda zona más poblada de Brasil.

**Historia:** En esta región se inició la conquista del territorio brasileño cuando los primeros portugueses llegaron a la actual ciudad de Porto Seguro en el 1500, encontrando culturas prehistóricas e indígenas cuyo legado continúa manifiesto en pintorescas tradiciones.

**Relieve:** De las características más importantes de su relieve es que existen dos antiguas y extensas mesetas, la meseta de Borborema y la meseta de la cuenca del río Paranaíba.

simple: placer y diversión. Su calle principal está repleta de puestos gastronómicos y su propuesta nocturna es encantadora. La playa más famosa de Pipa es la que tiene forma de corazón, Praia do Amor, también conocida como Praia dos Afogados (Playa de los Ahogados) por sus corrientes peligrosas.

### Itacaré

Lo que en su momento fue uno de los grandes puertos del cacao producido en la región, se transformó en una playa de moda cubierta de palmeras con un encanto escénico

muy valorado por los turistas. Las playas más increíbles son Havaizinho, Itacarezinho, Heribucacu y Engenhoca, a las que solo se accede por senderos no señalizados de unos veinte minutos. Rincones escondidos de ensueño.

### Maragogi

Famosa por su reconocido arrecife de coral do Galés, Maragogi es una parada para disfrutar a la luz del día, cuya actividad por excelencia es el *snorkeling*. Se trata de un poblado muy calmo, con hoteles a buen precio, extensas playas de



arena blanca y escasas propuestas nocturnas. Ideal para descansar en familia.

### Porto de Galinhas

Es uno de los destinos más visitados de Brasil. Su poblado está colmado de monumentos y diseños de gallinas, en relación a una historia bien interesante sobre la llegada a la costa de esclavos negros que recibían esa denominación. Un ambiente tranquilo de playas calmas, calles pintorescas y vida nocturna atractiva tanto para disfrutar en familia como en pareja.

### Fernando de Noronha

Este Parque Nacional Marino, ex presidio y base militar, se mantiene como una isla de elite de singular belleza natural y escasa cantidad de turistas. Solo 600 viajeros pueden permanecer en este territorio al mismo tiempo, debiendo abonar una tasa diaria de preservación ambiental. A su playa estrella, Sancho, se accede a través de unas pasarelas ubicadas al borde de un acantilado, que también conducen al mirador de toda la bahía dos Porcos. Una postal en movimiento. ■







## ¿Cómo va a evolucionar este 2026 para los signos?



Aries

Este 2026 te invitará a tomar responsabilidades y dejar los caprichitos de lado. Del 10 de abril al 10 de mayo, Marte —tu planeta regente— estará en tu signo, lo que te dotará de fuerza para tomar decisiones. A partir de julio, Júpiter ingresará al signo de Leo para ayudarte a crecer en todas las áreas de tu vida. A nivel sentimental, el mes de octubre será para examinar tus dinámicas vinculares. El propósito del año es vivir tu vida, confiando en que las herramientas que tenés son las necesarias para lograr lo que te propongas.



Tauro

Hasta mayo habrá cambios y replanteos sobre quién sos y hacia dónde vas, con el objetivo de liberarte de todo lo que no te sirve. Del 10 de abril al 28 de junio será un excelente momento para pasar a la acción, emprender y avanzar. En agosto tomarás decisiones importantes con respecto al hogar y la familia. En octubre podrás estar definiendo una situación sentimental. El propósito de este año es aprender algo nuevo y utilizar tu experiencia para resolver las situaciones que se presenten en este 2026.



Géminis

A partir del 27 de abril, Urano ingresará a tu signo y comenzará un período de revolución y liberación. Del 29 de junio al 11 de agosto serán días intensos, con muchas actividades para realizar. Asimismo, en este período tomarás las decisiones más importantes del año. Desde julio te expandirás a nivel económico y laboral, y realizarás alguna compraventa. En lo sentimental podrás conocer a alguien nuevo o tomar una decisión importante respecto a tu pareja actual. El propósito de este año es aceptar los cambios como parte de tu evolución.



Cáncer

Hasta julio, Júpiter —el planeta de la expansión— estará en tu signo, lo que te animará a realizar todos esos cambios que no te permitían crecer. Durante el año habrá conflictos entre tu situación familiar y profesional, lo cual te enseñará que no es necesario postergar una por otra, sino darle a cada una el tiempo que merece. En agosto y septiembre tomarás decisiones importantes. El propósito de este año será aprender a validar y expresar lo que estás sintiendo. A través de la palabra encontrarás la liberación que tanto esperás.





Leo

La primera mitad del año será de limpieza y renovación, con momentos de ambivalencia y confusión. Tendrás que ocuparte de tu salud y mejorar hábitos. A partir de julio, Júpiter ingresa a tu signo para que puedas sacarte todas las malas vibras y enfocarte en tus objetivos. Será el momento para proyectarte, avanzar y tomar decisiones. Las cuestiones laborales, económicas y familiares se transformarán significativamente para que puedas mejorar. El propósito de este año será aclarar tu mente, fijarte un rumbo y confiar en que tus esfuerzos darán sus frutos.



Virgo

Este 2026 es para ordenarte y proyectarte hacia el futuro. Durante enero y febrero tomarás decisiones trascendentales. Luego, las cosas se calman para que puedas enfocarte en lo que es importante para vos. Del 10 de julio al 30 de agosto, las cuestiones sentimentales serán protagonistas. A partir del 26 de noviembre sentirás una inyección de energía y fuerza para tomar decisiones y encarar cualquier situación que se presente. El propósito de este año es confiar en tus sentimientos y comprender que hay cosas que no pueden entenderse desde la mente racional.



Libra

Este 2026 será un año de replanteos y cuestionamientos que te invitarán a mirar la vida desde otra perspectiva. Examinarás tus responsabilidades y te preguntarás si querés seguir sosteniendo ciertas situaciones. Todo esto tiene como objetivo que puedas darte cuenta de tu realidad actual. No tomarás decisiones trascendentales, pero sí estarás preparando el terreno para hacerlo. De septiembre a noviembre, los temas sentimentales serán protagonistas y estarás reciclando o comenzando un nuevo vínculo. El propósito de este año será sanar todo aquello que te ha lastimado para renacer a una versión más auténtica.



Escorpio

Hasta el 29 de junio tendrás que actuar con prudencia y calma. Evitá apurarte y no permitas que el nerviosismo ajeno te influya. Es importante que puedas discriminar entre lo que mejora tu vida y lo que no. A partir de agosto tomarás decisiones con respecto a tu vida económica y profesional. Las cuestiones sentimentales serán protagonistas durante todo el año. Entre septiembre y octubre estarás sanando dinámicas vinculares anteriores. El propósito de este año será escuchar tu voz interior y expresar lo que sentís. Es un año excelente para gestar nuevos proyectos.



Sagitario

Este 2026 trae liberación. A partir de mayo vivirás una seguidilla de cambios que te invitarán a enfrentar la realidad y sacar todo lo que estaba escondido bajo la alfombra. Las cuestiones sentimentales se verán favorecidas en abril, junio y julio. Desde agosto, los temas económicos, profesionales y laborales serán protagonistas. Estarás experimentando una mejora significativa y será clave que te abras a nuevas oportunidades. El propósito de este año será conectar con tu libertad, quitando creencias limitantes, cosas y relaciones que no te permiten avanzar.



Capricornio

Hasta julio sentirás que algunas cosas son cuesta arriba y tendrás que armarte de paciencia. En la segunda mitad del año comenzarás a experimentar mejoras significativas en todas las áreas de tu vida. Podrás concretar y materializar cualquier proyecto. Para eso, deberás actuar con disciplina y constancia. Los cambios que realices serán beneficiosos y, aunque al principio generen incomodidad, verás que eran tu mejor opción. El propósito de este año es hacerte cargo de tus situaciones. Caminá hacia tus logros sin importar lo que suceda a tu alrededor.



Acuario

Las decisiones importantes tomalas antes del 30 de junio. El 1 de julio, Júpiter ingresará al signo de Leo, tu opuesto complementario. Esto traerá crisis, transformaciones y cambios trascendentales en todas las áreas de tu vida. Las cuestiones sentimentales serán protagonistas: podrás conocer nuevas personas, formalizar o darle más seriedad a tu relación actual. A nivel laboral y profesional serán tiempos de cambios absolutos que te animarán a construir una nueva estabilidad. El propósito de este año será abrirte a la disponibilidad emocional, trabajando en tus dinámicas vinculares y en cómo te relacionás con otros.



Piscis

De enero a marzo trabajarás en aquellas cosas que te dan estabilidad y discriminarás lo que te hace bien de lo que no. Esto te permitirá construir una vida más cómoda y en paz. A partir de mayo la energía cambia y se abre un período para que tomes tus mejores decisiones. Aprovechá este año para mejorar tu salud y hábitos. Si algo o alguien ya no resuena con vos, lo quitarás de tu vida y eso te hará feliz. El propósito de este año es aprender de cada situación y ayudar a los otros con tu experiencia. ■



**Astróloga Lucía Maidana**

097 543 547

@soyastrolu





# PORTAL SALUD



## Todo sobre salud y bienestar

[portalsalud.global](http://portalsalud.global)



# Portal Salud cuenta con seis secciones temáticas:

## Salud para todos



Noticias de salud, prevención, vida saludable, actualidad médica y nutrición.

## Lifestyle



Noticias de calidad y estilo de vida, fitness, salud deportiva, cosmética y tendencias.

## Salud Animal



Todo sobre mascotas y grandes animales. Salud, prevención, bienestar y alimentación.

## Ciencia & Tecnología



Noticias de tecnología médica, investigaciones, apps, software y servicio vinculado a la salud.

## Ateneo Médico



Noticias y artículos médicos, farmacología, terapias y técnicas innovadoras.

## Guía de la Salud



Clínicas, laboratorios, hospitales, clínicas, proveedores de insumos y equipos.



## Contenidos HOLASALUD

**03** Farmanovedades

**04** Guía de medicamentos

**54** Canjes de medicamentos

### Guía de medicamentos **FARMANUARIO**

En la **Guía de Medicamentos** de **HOLASALUD** se presenta la nómina alfabética de marcas comerciales y presentaciones de medicamentos comercializados en farmacias. No se incluyen los medicamentos de uso hospitalario exclusivo, dado que los mismos no son comercializados en farmacias y no existe para ellos un precio establecido para venta al público.

Los contenidos de la Guía de Medicamentos de **HOLASALUD** y la clasificación por grupo o acción terapéutica de los medicamentos, es de autoría propia de **FARMANUARIO** y propiedad intelectual registrada por parte de **Informédica S.R.L.**

El precio de los medicamentos de venta en farmacias publicado por **HOLASALUD** es el recomendado por el Centro de Farmacias del Uruguay (**CFU**), la Asociación de Farmacias del Interior (**AFI**) y la Cámara Uruguaya de Farmacias y Afines (**CUFA**).



## NUEVA CÁMARA LUMI GUARD



**30% OFF**

**\$ 882** + IVA  
Por mes

Los primeros 12 meses

Protección inteligente  
en todo momento



Voz  
bidireccional



Luces rojas  
y azules



Luz  
estroboscópica



Visión total incluso  
en la noche



Disuasión  
proactiva

  
**Securitas**

Lanzamientos destacados del mes de noviembre

DIOXAFLEX PLUS RAPID

Nueva Presentación



Diclofenac epolamina 65 mg (equiv. A 50 mg de diclofenac sódico), pridinol 4 mg. Asociación de un relajante muscular (pridinol) con un AINE, diclofenac epolamina. Sin TACC. Apto diabéticos e hipertensos.  
**Usos:** Tratamiento de procesos inflamatorios del sistema musculoesquelético y osteoarticular, asociados con contracturas musculares en mayores de 14 años.  
**Dosis:** 1 Sobre c/8 hs.

DIOXAFLEX PLUS RAPID, 5 Sobres c/granulado..... \$ 318,00

LAXBENE FIBRA

Nuevo Producto



Sinergia prebiótica y procinética. Suplemento nutricional con fibras. C/sobre: Nutriose® (dextrina de trigo) fibra soluble resistente, prebiótica, extracto de Ruibarbo

antraquinonas (emodina, senósidos), fibra de acacia, fibra soluble prebiótica fermentable, linaza en polvo mucílagos, fibra insoluble/soluble, Omega-3 (ALA), lignanos, extracto de Piña bromelina (enzima proteolítica). Sabor ciruela.  
**Usos:** Regulación del tránsito intestinal en pacientes con estreñimiento funcional (incluido SII-E\*\*) y disbiosis leve1. Apto para diabéticos.

LAXBENE FIBRA, 15 Sobres x 10 g..... \$ 999,00

Lanzamientos del mes de noviembre

ATORVA 80, ICU VITA

Atorvastatina 80 mg. Hipolipemiente.

ATORVA 80, Comp x 30 .....\$ 1.920,00

DIOXAFLEX PLUS RAPID, GRAMON BAGO

Asociación de un relajante muscular con un AINE.

DIOXAFLEX PLUS RAPID, 5 Sobres c/granulado .....\$ 318,00

HEXALER PEDIATRICO, CELSIUS

Fexofenadina 30 mg/5 ml.

Antialérgico, antihistamínico H1 de 2da generación.

HEXALER PEDIATRICO, Susp oral x 50 ml .....\$ 711,00

LAXBENE FIBRA, GRAMON BAGO

Suplemento nutricional con fibras. Sinergia prebiótica y procinética.

LAXBENE FIBRA, 15 Sobres x 10 g.....\$ 999,00

QUELAT MULTIVITAMINICO, MEGALABS-FRAMINGHAM

Suplemento dietario a base de vitaminas y minerales.

QUELAT MULTIVITAMINICO, Doypack c/Polvo x 300 g.....\$ 1.452,00

QUELAT COMPLEX, MEGALABS-FRAMINGHAM

Suplemento dietario a base de zinc, magnesio y selenio.

QUELAT COMPLEX, Comp x 30 .....\$ 927,00

PAZINAL\*, ADIUM Uruguay

Cariprazina. Antipsicótico atípico.

PAZINAL 1.5\*, Cáps x 30 .....\$ 1.233,00  
PAZINAL 3\*, Cáps x 30 .....\$ 2.197,00  
PAZINAL 4.5\*, Cáps x 30 .....\$ 3.131,00  
PAZINAL 6\*, Cáps x 30 .....\$ 4.174,00

REGENTAL\*, URUFARMA

Naltrexona clorhidrato 50 mg. Antagonista opiáceo.

REGENTAL\*, Comp x 30.....\$ 6.750,00

SUPRAHYAL ONE, ADIUM Uruguay

Hialuronato de sodio 98 mg/4.9 ml (20 mg/ml).

Antiartrósico de uso intraarticular.

SUPRAHYAL ONE, 1 Jeringa prellenada  
c/Sol inyectable l/A x 4.9 ml .....\$ 16.937,00





## Canje de medicamentos

### ABARLY

60 días antes del vto, Lun a Vie de 9 a 17 h.  
Carabelas 3289, T.2208-1415 W. 099-666976  
[abarly@abarly.com.uy](mailto:abarly@abarly.com.uy) - [six.com.uy](http://six.com.uy)

### ABBOTT

60 días antes del vto.  
Av. Rivera 6329 Of. 201, Tel. 2600-9966,  
Ventas: T.2601-1999  
[logistica.inversa.uy@abbott.com](mailto:logistica.inversa.uy@abbott.com)

### ABIES

60 días antes del vto.  
Yi 1435, T.2902-6845  
[info@laboratoriosabies.com.uy](mailto:info@laboratoriosabies.com.uy)

### ADIUM

Hasta el último día del mes de vencimiento.  
Susana Pintos 3040 Ventas: 0800 1502,  
W.093-531-179  
[uyventas@adium.com.uy](mailto:uyventas@adium.com.uy)

### AGAM

90 días antes del vencimiento.  
Espinillo 1355, T.2203-6105 - 097-501-309

### ALCON

Susana Pintos 3040 (Farmalog) T.2915-0915  
[alcon.uruguay@alconlabs.com](mailto:alcon.uruguay@alconlabs.com)

### ALGORTA

Callao 3364 esq. Centenario, T.2219-9999 - F.int. 109  
[algorta@algorta.com.uy](mailto:algorta@algorta.com.uy)

### APITER

Sin canjes ni devoluciones por vencimiento.  
Ruta 101 Km 27.500, T.2288-0755  
[ventas@apiter.com](mailto:ventas@apiter.com)

### ARCOS Biomedical

100 días antes del vto.  
Bvar. J. Batlle y Ordoñez 2991,  
T.2487-5133/34 F.2487-0239  
[direccion@arcos.com.uy](mailto:direccion@arcos.com.uy)

### ASTRAZENECA

Ver Gramón Bagó.

### ATHENA

De L a V de 9 a 11 h, 30 días antes del vto.  
Yi 1624, T.2900-6715\* Ventas T.0800-3469  
[ventas@athena.com.uy](mailto:ventas@athena.com.uy)

### BALIARDA

60 días antes del vto, mes corriente y 30 días después del vto, de 8:30 a 12 h y de 14 a 16:30 h.  
Blas Basualdo 3621 T.2309-6966  
[ventas@baliarda.com.uy](mailto:ventas@baliarda.com.uy)

### BARNA FARMA

De 9 a 17 h. 30 días después del vto.  
T.2204-1038 - 094440069  
[barna@adinet.com.uy](mailto:barna@adinet.com.uy)

### BAYER

60 días antes de su vto. FARMALOG,  
Lun a Vie de 8:30 a 14 h.  
Ventas: T.0800-2046 (op.1) - 1922373-1922393  
[ventasuruguay@bayer.com](mailto:ventasuruguay@bayer.com)

### BEIERSDORF

Lun a Vie de 9 a 17 h. Hasta el vto en Costa Logística  
Av. Brasil 2697 Apto 10, T.2706-7108,  
F.2708-7158  
[ventas.uy@beiersdorf.com](mailto:ventas.uy@beiersdorf.com)

### BIOERIX

Abbott Diabetes Care y Nutrición: Canjes a través de droguerías, 30 días antes o hasta 60 días después del vto.  
Simón Bolívar 1472, T.2708-1624 - 0800-8564  
[bioerix@bioerix.com.uy](mailto:bioerix@bioerix.com.uy)

### BIONAGRIN

Angel María Cusano 3439, T.2504-5595  
[contacto@bionagrin.com.uy](mailto:contacto@bionagrin.com.uy)  
[www.bionagrin.com.uy](http://www.bionagrin.com.uy)

### BOEHRINGER INGELHEIM

60 días antes del vto. de 10 a 12 h en Urutrame  
Ventas: Urutrame Ltda. T.2200-9812 int. 125

### BOTICA DEL SEÑOR

30 días antes y hasta 30 días después del vencimiento.  
Pedro Cosío 2175 bis, T.2522-5895/5027 - 099161118  
[ventas@boticadelsenor.com.uy](mailto:ventas@boticadelsenor.com.uy)

### CAILLON & HAMONET

Mar y Jue de 8 a 12 h en CARVI - Cufre 1877  
Tel. 2401-2800. Mes de vto. y hasta 60 días después.  
Av. Italia 5630/36, Ventas: T.0800-6568  
[caillon@caillon.com.uy](mailto:caillon@caillon.com.uy)

### CARRAU & Cía

Del 1° al 15 de c/mes de 8 a 12 h  
hasta 30 días después del vto  
Av. Dámaso A. Larrañaga 3444,  
T.2508-6751/59 - int. 121, F.2507-0706  
[carrau@carrau.com.uy](mailto:carrau@carrau.com.uy)

### CELSIUS-DERMUR

30 días antes y 30 días después del vto.  
Canjes y devoluciones: de L a J de 13 a 17 h en Dist. D4.  
Av. Joaquín Suárez 3593 T.2336-5446  
At. al cliente: ATC@d4.uy T.2683-7099

### CIBELES

L a V de 8 a 16 h. Canjes: enviar a FARMARED Canjes,  
Tel. 094-483-260. Serán canjeados por unidades  
nuevas únicamente los productos a vencer, devueltos  
hasta el mes de vto.  
12 de Diciembre 767, Ventas Farma T.2209-1001  
[nutricion@cibeles.com.uy](mailto:nutricion@cibeles.com.uy)

### CIPHARMA

Mes del vencimiento.  
Bvar. Batlle y Ordoñez 1546, T.2614-4467/4358  
[info@cipharma.com.uy](mailto:info@cipharma.com.uy)

### COXERY (VivaChek)

Luis A. de Herrera 1248 WTC Torre 1 Of. 207  
T.2628-1299 - 098775964  
[coxery@coxery.com.uy](mailto:coxery@coxery.com.uy)

### DISPERT

Recepción de pedidos: en Dispert 2487-3083  
092 260 122 [atc@dispert.com.uy](mailto:atc@dispert.com.uy)  
Canjes, devoluciones y retiro de pedidos: en  
Distribuidora D4 [atc@d4.uy](mailto:atc@d4.uy) o 2683-7099 int. 350

### EBROMAR

De 9 a 12 y 14 a 17 h, 30 días antes del vto.  
Expedición: Ramón Márquez 3411, T.2203-9759  
[info@ebromar.com.uy](mailto:info@ebromar.com.uy)

### EFA Laboratorios

60 días antes del vto, en Anzani 2126, Tel. 2486-4236  
Estero Bellaco 2782, T.2487-2450\*  
[atencionalcliente@efa.com.uy](mailto:atencionalcliente@efa.com.uy)

### EPOLTYR

Representante e Importador  
T.0800-2266  
[info@epoltyr.com.uy](mailto:info@epoltyr.com.uy)

### EUROFARMA

90 días antes del vto. (mercadería próxima a vencer) y  
hasta 30 días después del vto. (ya vencida).  
Solicitud de canje para aprobación en  
[www.canjeseurofarma.com.uy](http://www.canjeseurofarma.com.uy) o  
[canjes@eurofarma.com.uy](mailto:canjes@eurofarma.com.uy)  
Victor Soliño 349 Sinergia Faro, T.2401-5454\*  
Ventas: 0800-3111  
[pedidos@eurofarma.com.uy](mailto:pedidos@eurofarma.com.uy)

### FARMACO URUGUAYO

Avda. D.A. Larrañaga 4479 T.2215-2302  
[ventas@fu.com.uy](mailto:ventas@fu.com.uy), [postventa@fu.com.uy](mailto:postventa@fu.com.uy)

### Filaxis Farmacéutica

Hasta el último día del vto, en Carvi Logística  
Representante de GP Pharm  
Honimell S.A. Constituyente 1467 Of. 1902,  
T.2402-3827

### GADOR

Dentro del mes de vto, en J. Paullier 1860 del 10 al 25  
de c/mes, de 9 a 12 h  
Depósito de expedición: Polo Logístico Nacional,  
Pantaleón Pérez 4881, de 9 a 16:30 h  
Fax Ventas: 2400-0034  
[uy-ventas@gador.com](mailto:uy-ventas@gador.com)

### Genacol Uruguay (MVD Pharma)

Treinta y Tres 1512 Of. 12B, T.2915-4545 - 0800-4545  
[ventas@mvdpharma.uy](mailto:ventas@mvdpharma.uy)

### GlaxoSmithKline

A través de Droguerías, 60 días antes del vto.  
Ventas: T.2419-8333 - 0800-2002

### GRAMON BAGO

Mes del vencimiento, entre el 15 y 25 de c/mes, de  
13:30 a 16 h en Cno. Carrasco 626, Tel. 0800-1856  
Av. Joaquín Suárez 3359, T.2200-4611\*  
Pedidos: T.2200-0142\*  
[info@gramonbago.com.uy](mailto:info@gramonbago.com.uy)

### HAYMANN

Jueves de 9 a 16 h 30 días antes del vencimiento  
y 30 días después en D4.  
Ventas: T.2336-8301 At. usuarios: 0800-3000  
[ventas@haymann.com.uy](mailto:ventas@haymann.com.uy)

### HLB PHARMA

Hasta 30 días antes del vencimiento  
Pedidos: Urutrame Logística  
[logistica@urutrame.com.uy](mailto:logistica@urutrame.com.uy)

### Homeopatía Alemana

Carlos Roxlo 1494, T.2403-2247  
[contacto@homeopatiaalemana.com.uy](mailto:contacto@homeopatiaalemana.com.uy)

### ICU VITA

30 días antes del vto. y hasta 30 días después.  
Lunes de 9 a 12 y de 14 a 17 h.  
Cno. Castro 489, T.2307-8414/8516  
[ventas@icuvita.com.uy](mailto:ventas@icuvita.com.uy)

**ION**

Hasta 30 días después del vencimiento. Miércoles de 9 a 12 y de 13 a 16 h, en el laboratorio o en Droguería. Paysandú 1023, T. 2900-3973\* int. 116-117-155, [ventas@laboratorioion.com](mailto:ventas@laboratorioion.com)

**ISLA BLANCA - Suavinex**

T. 4376-1965 - 095-237-929  
[ventas@islablanca.com.uy](mailto:ventas@islablanca.com.uy) - [www.islablanca.com.uy](http://www.islablanca.com.uy)

**KUPFER**

Hasta el vto, en Droguerías.  
Treinta y Tres 1268/001, T./F. 2915-7709  
[labkupfer@adinet.com.uy](mailto:labkupfer@adinet.com.uy)

**L'ORÉAL**

90 días antes del vencimiento  
Ruta 101 - Km 24.200 T. 2682-9515 - Canelones  
Av. Italia 4273, T. 0800-8204, F. 2613-4238

**LAKINOR**

Durante el último mes de vigencia del producto.  
Sanlúcar 1545, T./F. 2600-0106 - 0800-1887  
[ventas@lakinor.com](mailto:ventas@lakinor.com)

**LAZAR**

Mes del vto. Mar y Jue de 14 a 16 h en el laboratorio.  
Br. Artigas 1158, T. 2708-8494\* - 0800-8142  
W. Ventas: 099 690 956  
[ventas@lazar.com.uy](mailto:ventas@lazar.com.uy)

**LIBRA**

3ª semana de c/mes de L a V de 9 a 17 h en Cno. Carrasco 5119. Hasta 30 días después del vto, productos discontinuados: hasta 90 días después de la fecha de retiro de la lista de precios.  
Solferino 4096 casi Av. Italia, T. 1704 - F. 1704 +5  
[info@lablibra.com](mailto:info@lablibra.com)

**LUKENOR Pharma-Qualivits**

30 días antes del vto.  
Minas 1634 bis, T. 2401-9476 - 094537811  
[ventas@lukenorpharma.com.uy](mailto:ventas@lukenorpharma.com.uy)

**MATIAS GONZALEZ**

Colonia 842 piso 2, T. 2903-2228  
[www.matiasgonzalez.com](http://www.matiasgonzalez.com)

**MEDILAND S.A.**

En el laboratorio con un plazo mínimo de 90 días  
Dr. Mario Cassinoni 1661 Of. 201, T./F. 2408-3882  
[info@mediland.com.uy](mailto:info@mediland.com.uy)

**MEGALABS**

Hasta 30 días después del vto, de Lun a Vie de 9 a 16 h en D4.  
Pedidos: T. 0800-2400  
[ATCVentas@megalabs.com.uy](mailto:ATCVentas@megalabs.com.uy)  
[GLDCotizaciones@megalabs.com.uy](mailto:GLDCotizaciones@megalabs.com.uy)

**NEW SKIN-Neostrata**

90 días antes del vto.  
Av. Bolivia 2065 Of. 102, T. 2600-3145  
[info@newskin.com.uy](mailto:info@newskin.com.uy)

**NOAS**

45 días antes del vto. Mié y Vie de 8:30 a 11:00 h.  
Río Negro 1573, T. 2903-0769\*  
[noasfarma@noasfarma.com.uy](mailto:noasfarma@noasfarma.com.uy)

**NOVOPHAR-QUIMFA**

Distribuido por Celsius: ATC@d4.uy o T. 2683-7099  
Nutricia y Fleet: 30 días antes y hasta 15 días después del vto.  
T. 2904-2292  
[novophar@novophar.com.uy](mailto:novophar@novophar.com.uy)

**OPKO Uruguay**

Juan Carlos Gómez 1474 Apto. 608, T. 2915-0216  
[iuruguay@opko.com.uy](mailto:iuruguay@opko.com.uy)

**PFIZER**

60 días antes de vto en Droguerías.  
Líneas de Oncología, Neurología y antiinfectivos: distribuidas por Scienza.  
Dr. Luis Bonavita 1266 Of. 504, T. 2626-1212  
[pfizeruruguay@pfizer.com](mailto:pfizeruruguay@pfizer.com)

**PHARMASERVICE**

90 días antes del vto.  
Av. Blanes Viale 6121, T./F. 2604-0708/09  
[laboratoriophs@gmail.com](mailto:laboratoriophs@gmail.com)

**PROCOLAGEN**

República Argentina M10 S7, Canelones,  
T. 099-931-628  
[ventas.procolagen@gmail.com](mailto:ventas.procolagen@gmail.com)  
[www.procolagen.com](http://www.procolagen.com)

**PROMOFARMA**

Mes del vto. Mar y Jue de 8 a 12 h en Goes 2125.  
Juan D. Jackson 1015, T. 2411-1717/8412  
[informes@promo-farma.com](mailto:informes@promo-farma.com)

**RELVER**

Mes del vto. Mar y Jue de 13 a 15 h.  
Arenal Grande 1435 Apto 404, T. 2400-8961  
[relver@relver.com.uy](mailto:relver@relver.com.uy)

**RINQUE PHARMA**

Último mes de vigencia del producto.  
Sanlúcar 1545, T. 2600-0106  
[ventas@rinque.com](mailto:ventas@rinque.com)

**RIPOLL**

Mes de vto. Lun a Vie de 13 a 17 h en el laboratorio.  
Valparaíso 1122, T. 2924-8301  
[ripollvet@laboratorioripoll.com](mailto:ripollvet@laboratorioripoll.com)

**RO. Pharma**

Mes de vto. 1er y 3er Mar y Jue, de 8 a 12 h. en CARVI S.R.L. Goes 2125  
Constituyente 1467 Of. 708, T./F. 2401-9998  
[marketing@ropharmauruguay.com](mailto:marketing@ropharmauruguay.com)

**SAVANT**

Divina Comedia 1651 Of. 2, T. 099-177-790  
[www.savant.com.ar](http://www.savant.com.ar)

**SCIENZA URUGUAY**

Solo se aceptan cambios y devoluciones de Sanofi CHC.  
T. 1988 9000  
[ventas@scienza.com.uy](mailto:ventas@scienza.com.uy)

**SERVIMEDIC**

Mes anterior, actual y posterior al vencimiento, a través de Distribuidora D4  
Pedidos T. 2336-5446 Whatsapp 0958-66650  
[ventas@servimedic.com.uy](mailto:ventas@servimedic.com.uy)

**SIDUS Dermocosmética**

Avda. Pedro Blanes Viale 6254,  
T. 2603-2603 - 099-433-214  
[alvaro.rodriguez.antelo@sidusdc.com.ar](mailto:alvaro.rodriguez.antelo@sidusdc.com.ar)  
[www.sidusdermocosmetica.com.ar](http://www.sidusdermocosmetica.com.ar)

**SIEGFRIED**

Mes de vto. y hasta 30 días posteriores al mismo, en Szabó, Fco. Muñoz 3280, de 9 a 16 h.  
Avda. Italia 7519/302,  
T. 2605-1411 int. 102  
[ventas@szabo.com.uy](mailto:ventas@szabo.com.uy)

**SOPHIA**

Mes de vto. En FARMALOG o por Droguería (compra en droguería).  
Avda. Italia 7519 Of. 403, T. 2602-0364  
[labsophiaventas@gmail.com](mailto:labsophiaventas@gmail.com)

**SPEFAR**

Mes previo, mes en curso o mes posterior al vencimiento.  
Expedición y Depósito: Francisco del Puerto 3902,  
T. 2336-7150, F. 2336-6846  
[spefar@spefar.com](mailto:spefar@spefar.com)

**TERRY**

Av. Rivera 3270/74  
T. 2622-0153\*  
[terrysa@selby.com.uy](mailto:terrysa@selby.com.uy)

**TEVA Uruguay**

Comercializado y distribuido por URUFARMA S.A.

**TRESUL**

De 9 a 12 h. 60 días antes del vto a través de droguerías.  
Av. Centenario 2989  
T. 2487-4108 - 2486-3683  
[tresul@adinet.com.uy](mailto:tresul@adinet.com.uy)

**URUFARMA**

Dentro de los últimos 2 meses de vigencia y hasta el último día hábil del mes posterior al vto, en Centro logístico D4, ATC@d4.uy Tel: 2683-7099.  
Ventas: T. 0800-2005  
[venta@urufarma.com.uy](mailto:venta@urufarma.com.uy)

**Centros de Logística**

**Costa Logística:** Cno. Maldonado 9351, Km 19.800, Ruta 8, T. 2222-9697

**D4:** Ruta 101 km 23.200, T. 2683-7099 - [ATC@d4.uy](mailto:ATC@d4.uy)

**FARMALOG:** Cno. Susana Pintos 3040, T. 2514-3802 - 2514-0153

**FARMARED:** Cno Carrasco 6264, T. 2683-7636

**Urutrame Logística:** Santa Fe 1161, T. 2200-9812\*



# bruci calm

## Protectores Bucales **BRUXISMO**

- ✓ **Adaptable + anatómico**
- ✓ **Menor espesor + comodidad**
- ✓ **Nuevo diseño que mejora su utilización**

  
**DAY**

  
**NIGHT**

  
**SPORT**



One Size

  
Con estuche  
protector



**protegete. cuida tu boca.**

 **cibeles**  
Confianza que genera resultados  
[cibeles.com.uy](http://cibeles.com.uy)

Producto fabricado en España

# HOLA SALUD

AÑO 8 | Nº 86 | DICIEMBRE 2025

**INTENSIDAD QUE SE HACE SENTIR**

**ANTIÁCIDO MASTICABLE**

**NEUTRALIZA LA ACIDEZ**

**ALIVIA EL REFLUJO**

**RÁPIDO INICIO DE ACCIÓN**

**EFFECTO PROLONGADO**

**PROTEGE LA MUCOSA GÁSTRICA**

**BISAL**



**CeraVe**

DESARROLLADA CON DERMATÓLOGOS

**ANTARTIC Krill oil**

Fuente natural de Omega-3, fosfolípidos y astaxantina.

Apoya la salud cardiovascular y cerebral.

**ANTARTIC Krill oil**



Promofarma

**NUEVO**

Para bebés +6 meses niñas y niños

**ALTA PROTECCIÓN 50 F.P.S. UVA 20 UVA/UVB**

**hidravit solar**



AGAM LABORATORIOS

**Bagóvit SOLAR**

**NUEVOS**

**Bagóvit**

**Bagóvit**

**Bagóvit**

**Bagóvit**

**Bagóvit**

**Bagóvit**



Gramón Bagó

**LABORATORIO TRESUL**

*Calidad europea al alcance de sus manos*

**NUEVA**

**Venostasin® Crema**

Piernas relajadas y ligeras

**Venostasin**

**Venostasin**



Castano de Indias

**Gador**