

MEDIO	FECHA	CONCEPTO	PRODUCTO	DESCRIPCIÓN
PREVENIR	01/07/2013	PRENSA ESCRITA	CLINICA DERMATOLOGICA INTERNACIONAL	Informe Julio
PÁGINA	DIFUSIÓN	CATEGORÍA	EDICIÓN	PERIODICIDAD
12	21.688	SALUD	NACIONAL	MENSUAL



60%

...de las personas que llevan tatuajes en el cuerpo se arrepiente a los 5 años. Se estima que 1 de cada 4 españoles de entre 19 y 29 años lleva algún tatuaje. Dibujar sobre el cuerpo puede ser producto de un impulso o el resultado de una decisión meditada, pero las estadísticas demuestran que en cualquiera de los casos, cada vez son más los tatuajes con fecha de caducidad. Así lo afirma el Dr. Ricardo Ruíz, Jefe de la Unidad de Dermatología de la Clínica Ruber: "cada vez son más aquellas consultas relacionadas con la eliminación de tatuajes". El color, el tamaño, la ubicación y hábitos como fumar, determinan el éxito o no del proceso de eliminación, además de la tinta utilizada.



Los infartos se pueden prevenir

El 90% de los infartos se asocia a factores de riesgo modificables y prevenibles, como la hipertensión, el colesterol elevado, el tabaquismo, la diabetes y la obesidad. Para combatir el riesgo cardiovascular, la Fundación Española del Corazón recomienda:

1. Seguir una dieta cardiosaludable para prevenir el sobrepeso y, en particular, la grasa abdominal. Es importante mantener el índice de masa corporal (IMC), por debajo de 24,9 para estar en los valores normales.
2. Practicar ejercicio físico de intensidad moderada regularmente. Una buena opción es pasear a buen ritmo entre 30 y 60 minutos diarios, al menos cinco días por semana.
3. No fumar ni beber excesivamente alcohol.
4. Acudir al médico cada cierto tiempo para conocer los factores de riesgo de cada uno.

encuentralainspiracion.es

Esta es la web lanzada por Stallergenes Ibérica, la biofarmacéutica especializada en alergias, y la Federación Nacional de Asociaciones de Enfermedades Respiratorias (FENAER), que contiene información sobre las alergias respiratorias, sus síntomas y posibles tratamientos, incluyendo las vacunas sublinguales, opciones innovadoras, a veces más desconocidas por muchos pacientes. También proporciona datos y consejos necesarios para ayudar a preparar la visita al alergólogo, ya que las alergias han dejado de ser cosa de solo una estación, como la primavera; muchas tse pueden padecer también en el resto del año.