



BOLETIN EPIDEMIOLOGICO SEMANAL

Dirección Regional de Salud Tumbes

Oficina de Epidemiología

01



PERÚ

Ministerio de Salud

Dirección Regional Salud Tumbes

**Dr. Harold
Burgos Herrera**
Director General

Oficina de Epidemiología

**Dra. Edith
Solis Castro**
Directora

**Dr. Fernando Quintana
Ynfante**
Epidemiólogo

**Dr. César Noblecilla
Rivas**
Epidemiólogo

**Tecn. Carlos
Olivares Barrientos**
Coordinador Reg. de
Vigilancia
Epidemiológica

**Bach. Ronald Edward
Hernández Vargas**
Responsable
Informática VEA

**Lic. Gabriela Oviedo
Mesaldi**
Miembro Equipo
Técnico

Teléfono.: 072 522427

072 523907

Telefax: 072 523789

Email:

edit@tumbes@dge.gob.pe

e

Del 04 al 10 Enero del 2009

Presentación

La oficina de Epidemiología hace llegar el presente boletín correspondiente a la semana epidemiológica 01 el cual contiene información actualizada del comportamiento de los principales daños sujetos a vigilancia, que han sido notificados en la presente semana por los establecimientos de la red de vigilancia epidemiológica de la región.

Ventajas cardiovasculares a partir de la música, risas y té de hibisco

Escuchar la música preferida o beber determinado tipo de té contribuye a reducir la hipertensión arterial moderada y el riesgo de desarrollar arritmias.

La reunión anual de la American Heart Association (AHA), celebrada este año en Nueva Orleans (Luisiana), avaló el pasado mes el beneficio cardiovascular de un hábito, hoy tan extendido, de incorporar músicas favoritas y clips graciosos de video al móvil por su efecto vasodilatador sobre el organismo. Investigadores de la Universidad de Maryland (EE.UU.) demostraron por primera vez -a través de un ensayo clínico- que el endotelio, la capa activa interior de los vasos sanguíneos, se relaja de forma consistente y prolongada bajo el efecto de una música agradable o estimulante (no necesariamente tranquila) además de por efecto de la risa.

El quid de la cuestión

"La clave está en que el equilibrio cardiovascular depende en gran medida de una mediación cerebral; sabemos que las personas con colesterol elevado o hipertensión están en riesgo, pero hay muchas personas que padecen episodios cardiovasculares solamente por efecto de un estrés mental", explica Michael Miller, primer firmante del trabajo.

La música y los chistes, añade Miller, contrapesan la influencia del estrés cotidiano hasta el punto de anular su efecto deletéreo. El estudio tomó a 10 voluntarios (siete hombres y tres mujeres) no fumadores con una edad media de 36 años. Tras medir sus valores basales, se los sometió a 30 minutos de música libremente seleccionada, 30 minutos de música impuesta, 30 minutos de música relajante y 30 minutos de visionado de videos de humor (gags).

Los autores comprobaron que el flujo mediado por una relajación vascular aumentó de media en un 26% tras escuchar su música favorita, disminuyó en un 6% tras escuchar música no preferida, aumentó un 19% tras los vídeos de humor y aumentó también, aunque sólo un 11%, tras la música relajante.

Fuente:

<http://www.consumer.es/web/es/salud/prevencion/2008/12/21/182202.php>

Contenido:

Malaria

Dengue

EDAs

IRAs

Neumonías May. 5 años

Muerte Materna

Infecciones Intrahospitalarias

Otros daños sujetos a Vigilancia Epid.