

*Notas para advertir, entretener y relacionar lo nuevo con lo viejo, sin un análisis detallado ni opinión formada. Son bienvenidos los comentarios a revmedbuenosaires@gmail.com o a Basilio A. Kotsias, kotsias@retina.ar*

### **¿Son los alimentos orgánicos más nutritivos y seguros que los convencionales?**

Un metaanálisis revisó las publicaciones de los pasados treinta años buscando diferencias entre los alimentos orgánicos y no orgánicos. No hubo diferencias en las reacciones alérgicas por tipo de alimento ni en la tasa de infección por bacterias del género *Campylobacter* y *Salmonella*, ni en la contaminación de alimentos con *Escherichia coli*. Una diferencia fue el mayor contenido de fósforo en los orgánicos. Fueron muy heterogéneos los datos en los niveles de contaminantes entre ambos tipos de alimentos. No hubo diferencias en los valores nutritivos aunque el consumo de alimentos orgánicos, de por sí mucho más caros que los convencionales, podría reducir la exposición a residuos de pesticidas y el de bacterias resistentes a los antibióticos que pueden estar presentes en el pollo y cerdo convencionales.

Smith-Spangler C, Brandeau ML, Hunter GE, et al. Are organic foods safer or healthier than conventional alternatives?: A systematic review. *Ann Intern Med* 2012; 157: 348-66.

### **Agua “baja en sodio”**

La venta de agua mineral embotellada aumentó en forma fenomenal en todo el mundo y las razones invocadas son las características organolépticas, sanitarias y su contenido de sodio. Asociaciones médicas, ligas de consumidores y las empresas recomiendan el consumo de agua “baja en sodio” para sanos y enfermos, niños y mayores, y la industria aguatera responde con prontitud. El código alimentario argentino establece que las aguas bajas en sodio deben tener menos de 20 mg/l. El INTI analizó las aguas envasadas registrando un rango de 3-196 mg/l. Los de potasio entre 1 y 24 mg/l. El contenido de sodio del agua corriente de Buenos Aires es de 20-28 mg/l (Fuente: Laboratorio central AySA, 23 de octubre 2012). Los adultos sanos deben limitar la ingesta de sodio a no más de 2300 mg/día (5.7 g de sal), proveniente en su mayoría de la sal en los alimentos y de la agregada. De esto se deduce que el consumo de 2 litros del agua envasada con la menor concentración de sodio respecto al mismo volumen de agua corriente disminuiría en menos del 2 % la ingesta de sodio diario:  $(2300 + 6) / (2300 + 48)$ .

[www.inti.gob.ar/productos/pdf/aguas\\_de\\_mesa2011.pdf](http://www.inti.gob.ar/productos/pdf/aguas_de_mesa2011.pdf) (2011), [www.fundacioncardiologica.org/alimsalud.htm](http://www.fundacioncardiologica.org/alimsalud.htm)

### **El consumo de tomates podría disminuir el riesgo del accidente cerebrovascular**

En Finlandia se halló, en varones de 46- 65 años seguidos por 12 años, que los niveles de licopeno en sangre están asociados en forma inversa al riesgo de padecer un accidente cerebrovascular. El licopeno es un pigmento vegetal, soluble en grasas, que contribuye a la coloración rojiza de los tomates, sandías y en menor cantidad a otras frutas y verduras; es un poderoso antioxidante que no sintetiza el organismo.

Karppi J, Laukkanen JA, Sivenius J, Ronkainen K, Kurl S. Serum lycopene decreases the risk of stroke in men: A population-based follow-up study. *Neurology* 2012; 79: 1540-7.

### **Los accidentes cerebrovasculares ocurren a edades cada vez menores**

Se analizó la frecuencia del primer accidente cerebrovascular en el estado de Kentucky, EE.UU., en tres períodos: 1993-94, 1999 y 2005. La media de la edad de los que sufrieron el accidente disminuyó de 71.2 años en 1993 a 69.2 en 2005, en tanto que el porcentaje de afectados menores de 55 años aumentó del 12.9% a 18.6% para iguales años. El aumento de los casos de diabetes, obesidad e hipercolesterolemia podría explicar estos datos al igual que el mejoramiento en los métodos diagnósticos.

Kissela BM, Khoury JC, Alwell K, et al. Temporal trends in stroke incidence in a large, biracial population. *Neurology* 2012, Oct 10. [Epub ahead of print].

## SIAMESES



Los siameses Chang y Eng fueron célebres fenómenos del siglo XIX realizando una increíble labor de adaptación, primero entre sí y luego en una civilización ajena a ellos. Nacieron en 1811 en Tailandia, conocida entonces como Siam, de donde deriva el nombre coloquial con que se los conocía y como nos referimos a la anomalía. En 1828 un comerciante británico que creía en las enormes posibilidades comerciales que ofrecían los hermanos obtuvo la autorización de su madre para trasladarlos al exterior. Examinados en el Colegio Real de Cirujanos de Londres, se comprobó que estaban unidos en la parte inferior del tórax (variedad *thoracopagus*) por medio de un grueso cordón de 20 cm de circunferencia, no muy largo pero muy flexible que les permitía una amplia libertad de movimientos y habilidades detalladas en las viñetas de la litografía de Currier & Ives que mostramos (<http://ihm.nlm.nih.gov>). Podían estar acostados, de pie o espalda contra espalda. Chang y Eng nunca regresaron a Siam; en Nueva York fueron contratados para el circo itinerante Barnum para una exposición que luego continuaron por cuenta propia durante 8 años. En 1839 se establecieron en Carolina del Norte, adquirieron propiedades, tierras y esclavos, adoptaron Bunker como apellido y se casaron en 1843 con dos hermanas. Durante esos años realizaron esporádicas presentaciones para recaudar dinero y conseguir, sin éxito, un cirujano que los separase. En el invierno de 1874, Chang contrajo una grave bronquitis y murió; el médico de la familia fue llamado de urgencia para intentar separarlos pero Eng murió antes de su llegada. La autopsia reveló que compartían el hígado, conservado en el museo Mütter de Medicina en Filadelfia. De los dos matrimonios nacieron 22 hijos, el último fallecido en 1951. No se conoce otro caso de siameses entre sus más de mil descendientes y 200 de ellos se reunieron el año pasado en Mt. Airy, Carolina del Norte, donde están enterrados los siameses, para conmemorar el bicentenario de sus nacimientos.

Los siameses son gemelos monocigóticos (idénticos); no se conoce la causa de la anomalía para que al final de la segunda semana del desarrollo embrionario los gemelos no se separen y permanezcan unidos. Se clasifican de acuerdo al sitio de unión y tres de cada cuatro casos lo están por el tórax (variedad *thoracopagus*) siendo la *craniopagus* la menos común y más compleja y difícil para su separación por las conexiones vasculares y nerviosas compartidas.

Un reciente estudio multicéntrico mundial estudió el mayor número de casos con una prevalencia de 1.47/100 000 nacimientos, máxima en Finlandia (3.2/100 000), mínima en el noreste de Italia (0.1/100 000). Es dos-tres veces más común en las mujeres, más frecuente -y creciente- en la etnia latinoamericana (distinguida de la etnia latina-europea) y las variedades parasítica y *parapagus* (unidos en forma lateral por la pelvis) son más altas en varones mientras que la *thoracopagus* predomina en las mujeres. Los investigadores no hallaron relación entre estos resultados y datos genéticos, demográficos o ambientales.

Robertson A. Epílogo a la historia de los hermanos siameses. *Selecciones del Reader's Digest*, enero 1953, p 60-63. Mutchinick OM, Luna-Muñoz L, Amar E, et al. Conjoined twins: a worldwide collaborative epidemiological study of the International Clearinghouse for Birth Defects Surveillance and Research. *Am J Med Genet C Semin Med Genet* 2011; 157C:274-87. Jackson OA, Low DW, Larossa D. Conjoined twin separation: lessons learned. *Plast Reconstr Surg* 2012; 129: 956-63.