

# Soluciona tus dudas

AQUÍ TIENES LAS RESPUESTAS DE LOS ESPECIALISTAS

 Hace un año me operaron de desprendimiento de retina. ¿Ya puedo viajar en avión?



**Dra. Anniken Burés.**  
OFTALMÓLOGA  
DEL INSTITUT DE  
MICROCIRUGIA  
OCULAR (IMO.ES).

**RESPUESTA:** las restricciones a la hora de volar después de una operación de desprendimiento de retina son debidas al gas terapéutico que, en algunos pacientes, se inyecta en el interior del ojo para favorecer el proceso de reparación de la retina.

**Este gas puede expandirse si disminuye la presión atmosférica, como ocurre a mucha altitud,** lo que puede hacer aumentar la presión intraocular y, en consecuencia, dañar el nervio óptico. Para evitarlo, desaconsejamos viajar en avión hasta que el gas no se haya reabsorbido totalmente, un proceso que suele tardar **entre una semana y un mes.** Sin embargo, al año y medio de la cirugía,



cuando la burbuja de aire muy probablemente ya haya desaparecido por completo de la cavidad ocular, **no hay inconveniente en poder coger un avión.**

Por otro lado, hemos de tener en cuenta que esta restricción inicial no afecta a los pacientes a quienes, en vez de inyectarse gas, se

introduce aceite de silicona con el mismo objetivo de ayudar a mantener la retina en su posición. Como contrapartida, este aceite no se reabsorbe ni desaparece por sí solo, de modo que es necesario llevar a cabo una segunda intervención para extraerlo al cabo de entre 2 y 6 meses.



 **He leído que en verano es mejor no comer marisco. ¿Es verdad?**

**RESPUESTA:** esta idea tenía más sentido antes, cuando **las condiciones de transporte eran precarias; ahora no es ningún problema.** Parte de esta creencia tiene que ver también con que algunas especies, como el centollo o el buey, desovan en verano: hay que estar más atento de elegir piezas que no salgan vacías. Otras, como la ostra, crecerán algo menos. Y para otros mariscos es su mejor época (gambas, cigalas o langostinos).

**Javier Botana.** GESTOR COMERCIAL DE PESCADERÍAS CORUÑESAS, MADRID (PESCADERIASCORUNESAS.ES).



**¿Dar orden al banco de no 'pasar' un pago no tiene consecuencias?**

**RESPUESTA:** si no estamos conformes con algún apunte en nuestra cuenta, podemos libremente indicar a nuestro banco que proceda a la devolución del mismo, sin ser atendido su pago (el banco actúa como un simple instrumento para realizar dicha gestión de pago a un tercero). A priori, **con respecto a la entidad bancaria no tiene mayor trascendencia. La consecuencia negativa podrá venir de la empresa** que haya ordenado el cobro y que ha visto rechazado su abono. Esto conllevaría el impago de una deuda, siempre que ésta sea real, que podrá ser reclamada de forma extrajudicial. Además del importe del cobro que no ha sido atendido, se irán generando intereses, lo cual aumentará la deuda.



**Mayca Palomino.**  
ABOGADA DE  
HISPACOLEX, JAÉN  
(HISPACOLEX.COM).



## Me salen granitos con el sudor. Me han hablado del talco líquido. ¿Su uso ha de ser limitado, como con los corticoides?

**RESPUESTA:** el talco líquido es una emulsión fluida que, aplicada sobre la epidermis, evita el exceso de humedad, es decir, tiene capacidad desodorante; y además **ayuda a prevenir irritaciones causadas por el calor y la sudoración**, ya que tiene la capacidad de adherirse sobre la piel y formar una capa fina protectora frente a agentes externos que la pueden alterar. Por tanto, está indicada para prevenir rozaduras, irritación en el área del pañal o por incontinencia urinaria, hipersudoración... En principio se puede utilizar cuantas veces sea necesario pero se recomienda, aun así, una valoración médica para marcar la pauta de aplicación.

**Dra. Rita Rodrigues.** GRUPO DE DERMATOLOGÍA PEDRO JAÉN (GRUPOPEDROJAEN.COM).



**Paloma Méndez.**

PSICÓLOGA DE ACTIVA PSICOLOGÍA, MADRID (ACTIVAPSILOGIA.COM).

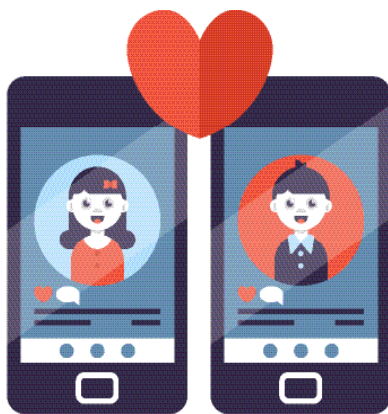
## Llevo un año hablando con un chico por Tinder. Ahora tiene cáncer y no sé qué implicación tengo...

**RESPUESTA:** el acompañamiento en una enfermedad complicada y de pronóstico incierto, como es el cáncer, es difícil. Muchas veces aparece el miedo, y éste nos invita a huir para evitar el sufrimiento que podría conllevar. Con independencia del tipo de relación establecida (virtual o física, de amor o amistad), **debes tratar de aparcar el miedo, pues no es buen consejero para tomar decisiones. Cualquiera opción elegida tendrá consecuencias.**

Si evitas estar a su lado e interrumpes la relación sentirás alivio en un primer momento, pero puede que después te invada la sensación de culpabilidad. Si por el contrario decides acompañarle,

puedes sufrir al confrontar noticias difíciles o al ver que la otra persona está mal. Algo que puede ayudarte es pensar en cómo actuarías con otra persona (compañero de trabajo, familiar) o cómo te gustaría que actuaran contigo. Al pensar en otra persona tomas perspectiva, te distancias de la situación actual y es más fácil que emociones negativas como la

ansiedad no intervengan en tu decisión. Por otro lado, si vuestra relación es de confianza, **compartir los miedos os puede ayudar a los dos, no hagáis de la enfermedad un tabú.** Poder compartir las preocupaciones alivia y orienta.



## ¿Puedo instalar un horno individual sobre un microondas?

**RESPUESTA:** no hay ningún problema; de hecho, en hornos y microondas de integración es una solución bastante frecuente si se tienen dos huecos. Si no los tienes, y lo que vas a usar son electrodomésticos de libre instalación -que se pueden colocar en cualquier lugar de la cocina con solo un enchufe- también es posible. Eso sí, **debes disponer de una balda que haga de separación, un tipo de entrepaño que separe horno de microondas.** Ésta no es una pieza que exista como tal, pero puedes encargar a un ebanista un módulo para encajar el horno y el microondas, y que tenga esta balda. Luego podrías poner el módulo sobre la encimera, encima del frigorífico, si no tienes espacio, etc.

**Carla Alonso.**  
PRODUCT MANAGER DE  
MIELE IBERIA (MIELE.ES).

## TE DAMOS RESPUESTAS

¿Tienes alguna duda? ¿Un problema que solucionar?  
Escríbenos. Buscaremos el mejor experto para darte una solución eficaz y a tu medida. ¡Estamos contigo!



[miaexpertos@gyj.es](mailto:miaexpertos@gyj.es)