



**Farmoquímica del Pacífico**

Además, comer alimentos con harta fibra y tomar mucha agua alivian al paciente

## Dar seis mil pasos al día y tomar seis vasos de agua: la dupla perfecta contra las hemorroides

Las hemorroides son muchas veces un mal ocultado por las personas. Por eso, no se tiene certeza exacta de cuánta gente las padece. Sin embargo, según datos oficiales, en Estados Unidos el 4,4% de la población las sufre. Y se calcula que solo el 30% de quienes tienen hemorroides consultan un médico. Son cantidades enormes de personas afligidas por esta enfermedad.

Pero hoy ya se puede manejar mejor este escenario, y un sitio especial le corresponde a Vatanal, hecho para combatir las hemorroides. El Vatanal está presente en las farmacias más importantes de Chile, es producido por el laboratorio Farmoquímica del Pacífico, y ha sido señalado como un fármaco de última generación.

Vatanal actúa en la microcirculación, tiene efecto antiinflamatorio y es analgésico antipruriginoso. Uno de sus componentes fundamentales son los ácidos grasos del aceite de hígado de bacalao. Se suma a éste el Clorocarvacrol. El producto viene en supositorios y también como una crema de uso tópico.

### ¿Qué son?

Las hemorroides son venas inflamadas o hinchadas situadas en la parte inferior del recto o el ano. Las hemorroides dentro del recto se llaman hemorroides internas. Las ubicadas debajo de la piel alrededor del ano se llaman hemorroides externas. Detalladamente, el Vatanal es útil para el tratamiento del prurito anal, grietas del esfínter anal, proctitis y fisuras.

Las posibles causas de las hemorroides son variadas. Las gatillan, por ejemplo, el esfuerzo durante las deposiciones; estar sentado mucho rato en el inodoro; recostado en la cama por horas con el notebook en las piernas; la obesidad es otro gatillador; un embarazo; y una dieta baja en fibras.

Sus síntomas son dolor o molestia en la zona anal, sangrado durante las deposiciones, picazón o irritación alrededor del ano, y protuberancias o bultos próximos al ano que pueden ser dolorosos.

### Actividad vigorosa

El uso de Vatanal debe ir acompañado de ciertas costumbres. Aparte del consumo de alimentos ricos en fibra y de tomar abundante líquido (un consejo médico habla de seis a ocho vasos de agua al día), hacer ejercicios definitivamente debe ser una prioridad. No se trata necesariamente de exigir mucho al cuerpo, aunque eso sería lo ideal. Caminar es también una actividad eficaz para combatir las hemorroides.

**Las costumbres que provocan las hemorroides son, entre otros, estar sentado mucho rato en el inodoro o recostado en la cama por horas con el notebook en las piernas.**

Una creencia popular dice que 10 mil pasos al día son lo adecuado, o sea, entre 7 y 8 kilómetros. Pero más peso tiene lo que dice la OMS (Organización Mundial de la Salud): lo óptimo son 150 minutos a la semana de ejercicio moderado, o 75 minutos a la semana de actividad vigorosa. La Universidad de Harvard, en un estudio publicado el año 2019, habla de seis mil a ocho mil pasos diarios.

Sobre la posología del Vatanal, en supositorio debe aplicarse uno en la mañana y otro en la noche durante seis a ocho semanas. Y siempre después de un lavado con agua fría.

En el caso del Vatanal ungüento, es imperativo lavar la zona afectada con agua fría también y luego aplicarlo en el recto mediante una cánula de unos dos a tres centímetros antes de acostarse y después de cada deposición. En estas hemorragias externas, el Vatanal se aplica haciéndole masajes al paciente. Y el tratamiento también es entre seis y ocho semanas.

**Vatanal**<sup>®</sup>  
 A las hemorroides

*trátalas bien*



Farmoquímica del Pacífico

**El tratamiento efectivo contra las hemorroides**

PUBLICIDAD APROBADA POR RESOLUCIÓN EXENTA RW N°20626/20 Y N° 20623/20 DEL 19/08/2020 EMITIDAS POR ISP.