



Antes nos pasábamos muchas horas en una biblioteca "real" revisando libros y revistas, hoy seguimos haciéndolo pero en una biblioteca "virtual". Sin duda que la informática ha revolucionado también al mundo del conocimiento y nos permite entrar en lugares impensados. Con esta nueva sección pretendemos colaborar con nuestro lector fundamentalmente en tres aspectos. Primero en actualizar la terapéutica de un tema, luego brindar detalles de la "ruta de vuelo" empleada —páginas web consultadas— y por último ahorrarle tiempo.

Ojeras

Ojeras, según el diccionario: macilento, pálido, marchito, agotado, ojerudo, exangüe, trasojado, triste. Como la palabra lo dice, el motivo de consulta es, salvo excepciones, meramente estético.

Hemos extendido la búsqueda a terminología afín como pigmentación infraorbitaria, círculos oscuros bajo los ojos, hiperpigmentación periorcular y también una búsqueda en bases de datos bibliográficos en idioma inglés (Medscape, PubMed) para ampliar los aspectos terapéuticos.

Aunque a nadie le cuenten tus labios rojos / que el dolor te hinca a veces sus garras fieras / lo están contando a gritos esas ojeras / azules que circundan tus negros ojos.

Ojeras que parecen dos grandes lilas abiertas a la lumbre de tus ojazos, tus profundas ojeras son los ocasos que Dios puso a los soles de tus pupilas.

Cuando cierras tus ojos y tus pestañas se retratan sobre ellos con tintes vagos, se parecen entonces a aquellos lagos que copian los perfiles de las montañas.

De nostalgia o penas son las primeras / que indiscretas me cuentan tus emociones, / y como inspiradoras de mis canciones, / benditos sean tus ojos y tus ojeras.

Ojeras. Autor: Víctor Martínez, compositor: Alejandro Wills

La piel del "contorno de ojos" es muy fina, mide apenas 300 a 800 micras, tiene muy pocas glándulas sebáceas y se distiende muy fácilmente. Estas cualidades no son para nada favorables en una zona expuesta al sol en la que hay 22 músculos periorbitales en permanente actividad.

Las **ojeras** son alteraciones de la coloración de la piel debajo de los ojos debido a una producción excesiva de melanina y a la dilatación de los capilares próximos a la superficie de la piel.

Las alteraciones del color de la piel en el área infraorbitaria suele seguir

la anatomía del músculo orbicular del párpado que rodea la órbita. La patogénesis de la hiperchromía idiopática del anillo orbitario, conocida como ojeras, o círculos negros bajo los ojos, es desconocida. Algunos autores la consideran como un fenómeno fisiológico con fluctuación diaria pero lo cierto es que se postula la concurrencia de varios factores incluyendo melanocitosis dérmica e hiperpigmentación posinflamatoria.

No siempre se trata de una hiperpigmentación, las causas son multifactoriales y a menudo el signo es el resultado de la combinación de varios factores anatómico-estructurales incluyendo la translucidez de la piel, vascularización superficial, congestión vascular y etnia.

La piel de los párpados es sumamente delgada y disminuye su espesor aún más durante el proceso de envejecimiento lo cual le confiere translucidez, permite ver la red vascular superficial y le da una tonalidad rojizo-azulada. La pérdida de la grasa infraorbitaria, estructural en personas extremadamente delgadas o con enfermedades consuntivas, contribuye a este efecto. La exposición solar reseca la piel y destruye las fibras de colágeno y elastina, lo que la adelgaza aún más.

Existen, también, condiciones estructurales que provocan cambios en la reflexión de la luz y crean "sombras violáceas" infraorbitarias, como son las órbitas profundas, enoftalmos, prominencia del arco superciliar y prominencia del puente nasal. La pérdida de volumen y de tensión del ligamento orbito



malar asociada a la edad reducen el sostén de las estructuras medio faciales y favorecen la formación de un surco infraorbitario.

Las hiperpigmentación periorbitaria familiar se caracteriza por la existencia de pigmentación oscura, bien definida en párpados, más acentuada en el inferior. Aparece en la adolescencia y es hereditaria con patrón de transmisión autosómico dominante. Se ha observado pigmento melánico localizado también en dermis.

La hiperpigmentación posinflamatoria es consecuencia de inflamaciones recurrentes o de larga duración. Estos procesos interrumpen la unión dermoepidérmica y durante el proceso de cicatrización se producen depósitos de melanina (trauma, dermatitis alérgica, dermatitis de contacto). También se observa en procesos dermatológicos que causan alteración en la capa basal de la epidermis (liquen plano, lupus eritematoso); esta alteración es más evidente y de mayor duración en la raza negra o en personas de piel oscura.

Además de las alteraciones del color suelen formarse debajo de los ojos "bolsas".

Una de las causas más frecuentes es la retención excesiva de líquidos en esta zona. Debajo de los ojos existen tres paquetes de grasa que en condiciones normales están limitadas y retenidas por el septo orbitario. Con el paso de los años se produce una relajación de esta estructura muscular de contención, que puede verse agravada por circunstancias concurrentes (obesidad, problemas de visión, retención de líquidos). Esta condición se acentúa en



momentos de mayor retención hídrica como el período premensual, embarazo y/o menopausia.

En algunos casos, además se produce una hernia anterior de la grasa hacia el exterior formando lo que se conoce como "bolsas". La retención conti-

nuada de líquido en el panículo adiposo puede hacer que cambie el color de la piel, adquiriendo un color oscuro. Otros factores que contribuyen a la formación de las ojeras son la redundancia de piel asociada al envejecimiento, la inflamación y edema crónicos como suele verse en personas con alergia, aumento de la vascularización con telangiectasias.

También se han reportado casos de hiperpigmentación periorbital e infraorbitaria como complicación de tatuajes de cejas y pestañas. Se sugiere que se trataría de una difusión del pigmento a través de la capa muscular profunda y la capa areolar en el curso del drenaje linfático, influenciada por la fuerza de gravedad, cantidad de pigmento aplicada, variaciones en el grosor de la piel y grado de inflamación posterior al tatuaje.



La presencia de hiperpigmentación periorbitaria o bolsas es, también, un signo clínico de diversas afecciones. Se la conoce como el signo de Dennie Morgan en pacientes con dermatitis atópica, relacionado con el constante frotado y rascado del área en el caso de compromiso ocular. Y se la reporta como un signo clínico más en el contexto de la amiloidosis primaria. En pacientes con hipertiroidismo este signo obedece a la mayor liberación de hormona adrenocorticotrófica para compensar la mayor degradación de cortisol. En algunas ocasiones, las bolsas tienen su origen en un edema por afección cardíaca, renal, tiroidea, de pérdida de proteínas o de alteraciones inmunológicas.

Las ojeras pueden resultar un efecto adverso de drogas. Se reportan casos asociados a la terapia con cloroquina. La pigmentación desapareció al suspender el tratamiento (*Iranian J Pharmacol & Ther, 2005*). El bimatoprost es otra causa de hiperpigmentación de la piel periorcular inducida por drogas, el efecto aparece entre 3 y 6 meses después de haberse iniciado el tratamiento y demora en desaparecer otros 3 a 12 meses a partir de la suspensión (*Ophthalmology, 2006*).

DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL

Se hará con el nevo de Ota, que en general se trata de máculas unilaterales negroazuladas con distribución correspondiente a las ramas 1º y 2º del V par craneal, y con el nevo congénito dividido en la región periorbital: nevo de oso panda, afecta, simultáneamente, el párpado superior y el inferior, cuando los ojos están cerrados el nevo se percibe como un nevo único.

TRATAMIENTO

Antes de indicar un tratamiento es fundamental identificar el factor etiopatogénico predominante.

Cuidados cosméticos

- ✓ Limpieza de párpados.
- ✓ Crema hidratante específica para el contorno de los ojos mañana y noche.
- ✓ Tonificación con lociones descongestivas, manzanilla y caléndula.
- ✓ Cremas antirradicales libres: con Vitamina C y el Té Verde.
- ✓ Fotoprotección.

Cremas o parches para el contorno de ojos - Ingredientes:

- **Hidratantes:** ácido hialurónico, urea, lactato sódico, alantoína, manteca de karité, etc.
- **Antioxidantes y regeneradoras:** retinol, vitamina C y E, creatinina.
- **Filmógenas:** celulosa, carboximetilcelulosa, proteoglicanos, glucosaminoglicanos, etc.
- **Astringentes:** extractos vegetales (hamamelis, castaño de Indias, caléndula, manzanilla).
- **Formadoras de colágeno:** extractos vegetales (centella asiática).
- **Ácidos grasos insaturados:** ácido linoléico, ácido linoleico, colesterol, ácido araquidónico, etc.

Maquillaje

- ✓ Correctores, iluminadores, tapaojeras.

Con su aplicación se pretende iluminar el surco que hunde el párpado inferior y, además, corregir la diferente coloración que pueda presentar esta zona.

El mercado ofrece correctores en diferentes texturas y tonalidades para que se adecuen al tipo de piel y edad.

Los correctores suelen contener pigmentos difusores o reflectores de la luz.

Algunos incluyen extractos vegetales de ginko y camomilla para estimular la circulación.

Elección del corrector:

- ✓ Piel blanca: tono claro.
- ✓ Tez clara y cabello negro: color natural o beige.
- ✓ Trigueñas y de cara rosada: gama de rosas.
- ✓ Tez morena: tono beige dorado.
- ✓ Muy morena: bronce natural.
- ✓ Rojeces: tono verde.
- ✓ Piel grasa: corrector en lápiz o en barra.
- ✓ Piel seca: corrector compacto o cremoso o líquido.

Aplicación del corrector:

- ✓ Limpiar bien la piel.
- ✓ Colocar el corrector mediante suaves golpecitos, sin estirar la piel, y difuminarlo con una esponja en dirección de afuera hacia adentro.

También se pueden marcar tres puntitos en la zona de la ojera, para



antes



después del corrector.



Ojeras



Después de maquillaje correctivo.

luego difuminar el corrector con un triángulo de látex dando pequeños golpes hasta ver que ha penetrado en la piel.

Recordar la zona entre el ángulo interno de los ojos y la nariz, el ángulo externo del ojo.

Algunos maquilladores prefieren aplicarlo antes de la base y otros, después.

Para que el corrector se fije y dure por más tiempo, es fundamental aplicar polvo volátil traslúcido en pequeña cantidad.

*Hubiera sido el silencio
en donde tú descansarás
con tus ojeras de olvido,
tan mía, tan sola, lejana.*

Soy lo que soy. Letra: Rafael Amor;
Música: Alberto Cortez

Despigmentante

En los casos en los cuales la acumulación de pigmento es superficial re-

sultan efectivas las cremas blanqueadoras y exfoliantes con **hidroquinona, arbitum, ácido retinoico y glicólico**. Los resultados demoran entre tres semanas y un par de meses en apreciarse y, lamentablemente, en la mayoría de los casos, la pigmentación recurre al suspender el tratamiento. Los efectos adversos están en relación directa con la concentración del producto activo.

En todos los casos los pacientes deben usar fotoprotección, lentes adecuados y sombrero.

Los **peelings químicos** con tricloroacético 35% ó 50%, fenol 89%, y fórmula de Baker; resultan exitosos para remover el pigmento pero a mayor profundidad

OPCIONES CASERAS

- ✓ Envolver hielo en un paño suave y mantenerlo sobre los ojos 5 minutos.
- ✓ Poner sobre las ojeras rodajas de papa durante 10 minutos al día.
- ✓ Rallar una papa con la piel bien limpia y una manzana verde. Mezclar bien y añadir unas gotas de hamamelis. Aplicar debajo de los ojos y dejar actuar durante 10 o 15 minutos. aclarar luego con agua templada.
- ✓ Mezclar a partes iguales clara de huevo batida y glicerina. Aplicar la pasta que resulte y esperar que se seque.
- ✓ Diluir una aspirina en una cucharadita de leche. Masajear dando pequeños golpecitos con las yemas de los dedos.
- ✓ Mezclar jugo de melocotón y aceite de germen de trigo, resulta una excelente crema antiojeras y antiarrugas.
- ✓ Una cucharada de gel puro de aloe vera con una cucharadita de jugo de pepino y otra de infusión de hamamelis. Mezclar y conservar en un tarro de cristal. Aplicar un poco bajo los ojos cada mañana.
- ✓ Licuar hojas de menta y mezclar con una gota de aceite de oliva. Extender la loción con suma suavidad por el párpado inferior antes de ir a dormir.
- ✓ Para evitar las ojeras, echar unas gotas de aceite de lavanda en un recipiente con agua hirviendo y aspirar los vapores.
- ✓ Dormir boca arriba y con la cabeza elevada, por la mañana guiñar unas veinte veces seguidas de forma relajada pero contundente.

mayor es la incidencia de efectos adversos y el tiempo de recuperación.

Descongestivos

Las bolsas se benefician con el uso de sustancias vasoconstrictoras que favorecen el tono de la piel como los bioflavonoides.

También se aplican a las ojeras que son resultado de la fragilidad de los vasos sanguíneos de la zona cremas con vitamina K1, drenaje linfático manual, y descongestivos caseros.

Mitsuishi et al. (*Journal of Cosmetic Dermatology*, 2004) han logrado resultados satisfactorios con el gel de Fitonadiona al 2%, retinol 0,1% y vitamina C y E 0,1%. En 57 pacientes japoneses se realizaron dos aplicaciones diarias durante 8 semanas.

*Tus ojeras profundas
enmarcan los ojos ya sin lágrimas.
Has cerrado, al fin, las puertas del
dolor.*

*La vieja primavera
agostada entre las violetas del jardín
y las ramillas de ilusión
dormidas entre tus ilusiones.*

*Sólo tus ojeras
-profundas cavernas del adiós-
duermen con tus ojos,
duermen con tus manos,
duermen...*

*¡Cómo son profundas tus ojeras,
cuando duermes...!*

27 silencios: Augusto Casola

Tratamiento correctivo

- **Láser:**

Se realiza en casos muy severos, reduce el pigmento y corrige los vasos

sanguíneos. Requiere anestesia local para su aplicación y la recuperación demora algunas semanas. Watanabe y cols, han tratado exitosamente personas de origen asiático (japoneses) con máculas pigmentadas homogéneas infraorbitarias, bilaterales, aplicando Q-switched ruby laser (QSRL). El estudio histológico de 12 sujetos reveló melanocitosis dérmica confirmada por la técnica de Fontana Masson; 8/12 pacientes recibieron láser (694 nm, 6.0-7.0 J/cm², 1-5 sesiones). Cinco meses más tarde se demostró una mejoría clínica de buena a excelente en 4 sujetos, con aclaramientos entre el 40% a más del 70%. No se reportaron efectos adversos permanentes (*Dermatol Surg* 2006). También se han obtenido aclaramientos importantes tras el resurfacing con láser pulsado CO₂ (*West, et al; Dermatol Surg*, 1998).

En 17 pacientes con depósito dérmico de melanina se usó el láser rubí Q switched (640 nm, 28 nanoseg, 7,5 J/cm²). La tasa de aclaramiento del 50% se alcanzó en el 23% de los tratados con una sesión y, en el 88% con dos aplicaciones (*Lowe et al; Dermatol Surg* 1995).

El estudio coordinado por Cymbalista sobre 12 pacientes demostró, tras cuatro sesiones de luz pulsada de alta energía con intervalos de 30 días, aclaramiento de la piel del párpado inferior sin recurrencia al año y disminución de la melanina de la dermis y epidermis.

- **Blefaroplastia transconjuntival** para reseca la grasa infraorbitaria, se realiza mediante una pequeña incisión no visible.

- Una opción es aplicar **infiltraciones de gel de hialurónico** en el surco infraorbitario para dar textura a la piel o para corregir el surco infraorbitario marcado. Previamente se debe tener en cuenta el grosor cutáneo, si

se trata de pacientes con piel muy fina o muy clara se puede ver el gel intradérmico a través de la piel.

- No es aconsejable inyectar **productos subcutáneos permanentes** ya que podrían migrar hacia la cavidad orbitaria produciendo graves problemas oculares.

- **Cauterización venosa.** Esta técnica se aplica a la eliminación de las venas superficiales que se ven a través de la piel, las cuales pueden coincidir con los surcos infraorbitarios y en otros casos, con el hueso en el lateral, dando el aspecto de ojeras.

- Hace algunos años se introdujo el uso empírico de **fosfatidilcolina como lipolítico** en el tratamiento subcutáneo de bolsas palpebrales.

La técnica requiere mucha práctica y mucho cuidado en la aplicación que debe ser *infiltración subcutánea*; la sustancia es inyectada directamente en la grasa. La duración del tratamiento es muy variable y depende mucho de la respuesta individual de cada paciente, en general se requieren de 2 a 4 sesiones.

Entre las reacciones adversas, las locales son las más comunes, pudiendo ser inmediatas (prurito, ardor, calor, rubor) o iniciarse al cabo de horas o de días (edema intenso, dolor, hematomas); pueden persistir días o semanas (edema, equimosis y nódulos). En general, el dolor puede durar entre 3 y 4 días, y el edema persistir de 1 a 3 semanas. Las complicaciones son poco frecuentes cuando el procedimiento está correctamente realizado. Se describen celulitis reaccional, necrosis cutánea, depresiones e irregularidades cutáneas e infección.

- Epstein ha desarrollado un **tratamiento que combina** la blefaroplastia transconjuntival para eliminar la seudoherniación de la grasa infraorbitaria, con el **peeling químico** de profundidad media con fenol. En

pacientes con fototipo 1 a 5 los resultados han sido satisfactorios (*Arch Fac Plast Surg*, 1999).

Políticos desvelados

La pigmentación periorbitaria, predominantemente en el párpado inferior también se incluye entre los signos faciales de hostilidad característicos del patrón de comportamiento de tipo A.

Las ojeras de Tony Blair:

El Reino Unido, los USA e Israel, se han convertido en el "eje del mal absoluto" para la social-burocracia europea. Llegaron los atentados del 11 de septiembre y la crisis iraquí y fue el aquelarre. Subió el tono, explotaron cacerolas. Y Blair de pie, resistiendo, sin ceder un ápice en sus convicciones, con ojeras cada vez más profundas, y triunfando. Admirable espectáculo. Carlos Semprún Maura, Revista Libertad Digital.

Subse Núñez anda con más ojeras que un mapache

El más afectado claramente es el subsecretario Danilo Núñez, que prácticamente no ha podido mirarse los párpados por dentro desde que empezó el batiplán y ya tiene las mansas ojeras. Por eso, La Cuarta, la aperrada, quiso preguntarle al subse cómo lo ha hecho para sobrevivir estos días y no morir en el intento. - Subse, qué quiere que le diga. Tiene más ojeras que un mapache. Diario "La Cuarta", 14/2/2007.

Maccarone y las ojeras del Papa

A todo esto, y casi como una frívola curiosidad. ¿a qué se deberán las pronunciadas ojeras del papa Benedicto? ¿Tendrán alguna relación acaso con las vapuleadas y manifiestas ojeras adolescentes? O tal vez

sean motivadas por un exceso de presión de sus amigos del Opus Dei. Es probable que nunca nos lleguemos a enterar ya que es improbable que alguien le coloque una cámara espía como le ocurrió a Maccarone. Los trapos sucios se lavan en casa. Corrientes Noticias, 25 agosto 2005.

Radioescuchas trasnochadas

"La campaña de Radio Nacional de España en su televisión (Televisión Española), un mes después de los cambios en los principales programas de la emisora radiofónica, consiste en un anuncio donde se hace mención a las posibles OJERAS que sus oyentes pudieran padecer.

Pueden estar tranquilos que nuestras orejas no van a permitir las ojeras.

En el anuncio de RNE en TVE, salen los periodistas Julio César Iglesias (que lleva el nuevo programa La Ola, para competir con las cadenas privadas) y su sustituto mañanero, Antonio Jiménez. Ambos locutores aparecen con unas ojeras más negras que las noches radiofónicas, queriendo hacer un símil de cómo estarán los oyentes de RNE si les escuchan (eso quisiera la emisora). Los que han hecho el anuncio, se han agarrado a la frase que muchos oyentes sueltan en los programas donde les dejan hablar: "yo soy un fan de su emisora... me acuesto con su último programa y me levanto con el primero.." -esto es muy frecuente oír en distintas emisoras y seguro que fue la fuente de inspiración de los que hicieron el anuncio.

Por tanto, tranquilidad absoluta que si tenemos ojeras, no es por culpa de RNE".

De ojeras y otros cuentos

- ¿Qué es eso?- preguntó Frida mientras señalaba con el dedo las profunda-

mente moradas líneas de la cara de Misha.

- Ojeras- replicó él con un aire que delataba burla de la ingenuidad de la pequeña.

- ¿Donde las compraste?- volvió a preguntar Frida con una incrementada curiosidad.

En los labios de Misha se dibujó una burlona sonrisa, lanzó una sonora carcajada parecida a un "JA" sobrio, y contestó entre risas:

- Bueno, pues si en verdad quieres saberlo, te lo diré, pero es un secreto y tienes que prometerme no decírselo a nadie.

- Te lo prometo- dijo la pequeña, y se besó los dedos como para comprobar la autenticidad de sus palabras.

- Ayer me las vendió un señor viejillo vestido con una deshilachada gabardina de pana y una peculiar boina gris. Si quieres unas ojeras como las mías debes darte gran prisa, porque seguro se pondrán de moda y se acabarán rápido. Toda la gente querrá un par de ellas

Frida bajó las escaleras precipitada, ansiosamente. Abrió la puerta del zaguán de un golpe, y salió a la calle con un gesto de alegría y libertad. Redondeando bien los ojos para mantenerlos alerta y caminando con grandes pasos, la curiosa niña empezó la búsqueda del vendedor de ojeras.

Ya de noche, después de lo que le parecieron a ella interminables horas, vio a un extraño viejo de gabardina y boina que se acobijaba junto a un perro negro, ambos bajo un grasiento y amarillento cartón que anunciaba con grandes letras maltrechas: "Se venden..." . Frida no vio el resto del cartel porque la cabeza del pobre viejo le tapaba la vista, pero en seguida dedujo lo que diría: "Se venden ojeras..."

Con suma ansiedad, ella se acercó al señor y, sacando un billete de su bolsillo, dijo con voz clara y entendible:

- Me da un par de ojeras, por favor.

El viejo la miró confundido y el perro empezó a ladrar bravamente. Frida se asustó y corrió, corrió todo lo que pudo.....

"¡Ojeras!, seguramente serán una invención de Misha".

Se puso el camisón y se acercó al espejo para cepillarse el cabello. Tomó el cepillo, y cuando alzó los ojos vio esas extrañas líneas profundas, moradas, que surgían con el cauce de los ojos para después separarse de ellos y tenderse plácidamente sobre sus mejillas. **Cansancio**, a las extensas ojeras de mi tía Maite.

Música ciudadana

Esa Colombina
puso en sus ojeras
humo de la hoguera...

Siga el corso. Letra: García Jiménez;
Música: Aieta (1926)

Hay un hueco en el silencio de mis manos,

Una angustia trasnochada que amordaza mis ojeras

Cuando escucho en la penumbra de tus barrios,

El silbido milonguero del que espera y desespera.

Plegaria a mi ciudad. Letra: Patricia Ferro
Olmedo; Música: Sacri Delfino.

Y esa pena de amor
que agrandó tus ojeras,
faltando a la cita.

No pudiste borrarla
ni con agua bendita.

Tita de Buenos Aires. Cacho Castaña

Ojeras que nació de la tristeza,
de un cantor buscando fama
pa'salir de la pobreza,
ojeras,
de cordón de asfalto y pizza
de mil gatos harapientos
orinando en las cornisas,
querías que la fama te alcanzara
ser el rey de Buenos Aires
y el aplauso te matara...
artista que un smoking te alquilaste
te dijeron que cantabas
y esa noche no cantaste.
Ojeras de Buenos Aires
ausencias que no se aguantan,
y seguir cantando un tango
con un nudo en la garganta...

Ojeras de Buenos Aires
Letra y Música: Cacho Castaña

Malas costumbres

La cruzada contra la masturbación infantil que se inició en el siglo XIX, ha dejado en la mentalidad científica y popular la falsa idea de que el ejercicio del autoerotismo produce prejuicios irremediables para la salud. En este texto, de los años treinta, el autor ofrece curiosas indicaciones para distinguir si un niño se masturbaba, observando su aspecto ojeroso y

pálido, vigilando si sufre molestias y dolores. "Le salen ojeras y su tez palidece; si se le interroga se queja de dolores en la espalda y en los riñones y de gran cansancio; una vigilancia constante permite darse cuenta tarde o temprano de la causa a que obedecen las diferentes molestias manifestadas por el niño" Los efectos del onanismo; El libro de las madres. Gustavo Gili (1932).

"También recuerdo de esos tiempos escolares que, además de sorprenderme por la minuciosa seriedad de su rostro en los recreos, llamaron mi atención sus ojeras, el tamaño y la hondura de sus ojeras, señor. ¿Se desvelaba usted? Todavía ignoro la causa de esas ojeras inquietantes, pero entonces las atribuí a la práctica de ciertos vicios solitarios muy comunes entre los muchachos de la secundaria, vicios que, según advertían algunos, podían provocar ceguera parcial, ojeras, leve temblor del pulso, débil condición física y hasta arrugas en la mano del pecado. Esas advertencias, desde luego, resultaron ser del todo erróneas y se diría incluso que maliciosas; de haber sido ciertas, señor, ¡cuántos estaríamos hoy ciegos y ojerosos! Si algún día, doctor, el destino me regala un encuentro con usted, le preguntaré qué fue se capa negra -que me sería muy útil en el Halloween que ya se avecina-, y por qué arrastraba esas ojeras inhumanas" Jaime Bayly. □

Prof. Dr. Miguel A. Allevato

curiosidades

<http://www.jggweb.com/> /
<http://www.lacuarta.cl/>
<http://boards5.melodysoft.com/>
<http://revista.libertaddigital.com>
<http://www1.terra.com.ar/>
<http://www.elpais.com/>
<http://gothicgarden.blogspot.com/>
<http://www.cervantesvirtual.com/>
<http://www2.informatik.uni-muenchen.de/>
<http://www.salmorejo.com/radiojera/>
<http://www.geocities.com/>
<http://www.tuobra.unam.mx>

público

<http://www.nuevadermatologia.com.ar/ojeras.html>
<http://www.39ymas.com/temas/belleza/> /
www.telepolis.com/
<http://www.estarguapa.com/belleza/maquillaje>
<http://www.ocexcelsior.com/>
<http://www.buscasalud.com/>

Profesionales de la salud

<http://www.microcirugiaocular.net/>
<http://www.levante-emv.com/>
<http://www.entrezpubmed>
<http://medscape>
<http://sisbib.unmsm.edu.pe/>
<http://www.sgaic.org/>
<http://www.sames.org.ar/>
<http://www.dermatologytimes.com/>

.....
La crítica es indulgente con los cuervos, pero no da cuartel a las palomas...

R. JUVENAL