

EL CONSEJO FARMACÉUTICO

J. MIR JULIÀ

Farmacéutico.

Complicaciones de la gripe

El farmacéutico debe conocer las complicaciones de la gripe, enfermedad que con demasiada frecuencia se confunde con un resfriado o con unas anginas.

Las complicaciones pueden depender del enfermo. Una bronco patía preexistente es un factor de sobreinfección. Una cardiopatía puede favorecer la aparición de un síndrome de insuficiencia respiratoria. Existe un riesgo especialmente elevado en los diabéticos, en las embarazadas, en los inmunodeprimidos y en los ancianos.

Otro tipo de complicaciones son aquellas que derivan del propio virus. Las faringitis, laringitis o conjuntivitis se pueden desarrollar en todos los individuos, pero de forma particular en los más débiles y en los fumadores.

Lactante con intolerancia al reflujo gastroesofágico

El farmacéutico deberá confirmar los signos de intolerancia al reflujo gastroesofágico para poder valorar mejor la necesidad de una consulta médica. Estos signos son los siguientes:

- Dificultad en la alimentación con rechazo del biberón, disfagia y regurgitaciones sanguinolentas.
- Episodios de sobreinfecciones (laringitis, rinofaringitis, sinusitis, otitis).
- Neumopatías por inhalación, secundarias a reflujo habitualmente masivos.
- Asma del lactante.
- Retraso en el crecimiento.
- Malestar del lactante, que puede llegar a la apnea y a la bradicardia grave.

Consejos dietéticos para prevenir la dispepsia

Las comidas deben digerirse de forma relajada, lentamente, siguiendo un horario regular. Los alimentos se masticarán cuidadosamente. Hay que conceder la máxima importancia al desayuno —frecuentemente suprimido por los pacientes dispépsicos— y al almuerzo, que con frecuencia se reduce a un bocadillo.

El paciente intentará ingerir una alimentación racional y preparada de modo sencillo, evitando los fritos, las salsas, los excitantes, las bebidas alcohólicas, las especias, los embutidos y todos los alimentos ricos en restos celulósicos. Igualmente debe evitarse el tabaco.

Principales consecuencias de las caídas

La mayor parte de las personas mayores de 50 años que han sufrido una caída requiere cuidados.

Las fracturas representan más de la mitad de las lesiones graves. Entre los mayores de 65 años, una de las fracturas más frecuentes es la del cuello del fémur.

Toda fractura conlleva una hospitalización e inmovilización de la víctima. Esto puede tener como consecuencia riesgos de úlceras por decúbito y atrofia muscular por una posición tumbada prolongada.

En cuanto a las consecuencias psicológicas, puede aparecer miedo a desplazarse, falta de confianza en uno mismo, etc.

Cualquiera que sea su gravedad, estos accidentes aceleran los efectos del envejecimiento y aumentan los riesgos de dependencia.

Estas caídas son difíciles de sobrellevar desde un punto de vista físico y moral. A menudo no son confesadas por las víctimas, que ven en ellas un signo evidente de falta de autonomía. □

Insolación



La insolación es un aumento de la temperatura corporal debido a una temperatura exterior muy elevada. Puede ser consecuencia del efecto directo del sol sobre el cráneo o la nuca. Se manifiesta con cefaleas, agitación e hiperter-

mia. Ante esta situación, hay que situar al afectado en un lugar fresco, envolverlo en una sábana húmeda y fría y airearlo para bajar su temperatura corporal, mientras se espera la llegada de los servicios médicos. □