

EL CONSEJO FARMACÉUTICO

J. MIR JULIÀ

Farmacéutico.

Recomendaciones en la autovigilancia de la diabetes

Sea cual sea el material para realizar la autovigilancia, deben seguirse algunas normas para que los resultados tengan fiabilidad.

Las manos deben estar limpias y secas.

El volumen de la gota de sangre debe ser suficiente. Cuando se usa un equipo de lectura toda la superficie de la placa reactiva debe estar impregnada de sangre. En el caso de las tiras que no absorben la sangre, la gota depositada sobre el reactivo debe ser gruesa y abombada. La gota se depositará de una sola vez. Si hay que limpiar, debe hacerse de forma rápida y completa.

Las tiras se protegerán de la luz y de la humedad. Hay que verificar la fecha de caducidad y calibrar el equipo según el código de las tiras.

El equipo de lectura debe estar limpio, verificando la limpieza al menos una vez a la semana.

Para verificar su fiabilidad debe hacerse una valoración comparativa con los valores obtenidos en las

determinaciones de la glucemia por el laboratorio.

Manchas en la piel

El anciano puede presentar unas manchas marrones en la piel. Se trata de manchas seniles conocidas como «flores de cementerio» por lo asociadas que están con la vejez. Aparecen en partes del cuerpo expuestas al sol. La piel de la cara dorsal de las manos, donde aparecen, es dos veces más delgada que la piel de la palma. Resiste mucho peor las agresiones del sol. Una vez aparecidas, estas manchas ya no se van. Las estaciones frías no las amortiguan, a diferencia de las pecas. Se debe recurrir a tratamientos dermatológicos. Las cremas despigmentantes pueden dar buenos resultados en las manchas más recientes. Las manchas más antiguas pueden eliminarse con aplicaciones de nitrógeno líquido. Cada sesión va seguida de un período de cicatrización, durante

el cual el sol está prohibido. Existen otros métodos como el *peeling* o la despigmentación por láser.

Insolación en la nieve

En la nieve, el efecto del sol sobre la piel se ve aumentado. Los labios reaccionan como una piel sin melanina. Su protección requiere el uso de productos antisolares específicos. Se debe vigilar los posibles brotes recidivantes de herpes labial. El efecto del sol sobre los ojos puede provocar la oftalmia de la nieve que comporta una quemadura corneal y aparece unas horas después de una exposición excesiva a los rayos UV. Empieza con prurito ocular que se vuelve progresivamente doloroso y se acompaña a veces de cefaleas, fiebre y malestar general. Aparece fotofobia y abundante lagrimeo. Los párpados se hinchan y las conjuntivas se enrojecen. El dolor se alivia con la oscuridad. La curación sobreviene a las 48 h. Puede prescribirse un colirio antiséptico.

Causas de problemas bucodentales

En el joven y en el niño, el cuidado de las caries o de los dientes rotos debe practicarse de inmediato.

En el adulto, una prótesis dental, funda o puente, puede estropearse y producir irritación de la mucosa.

Los traumatismos mecánicos, como morderse la mejilla, pueden deberse a una fractura dental, a un aparato de ortodoncia, a una prótesis mal ajustada o a una tetina de biberón demasiado larga, entre otras causas.

El abuso de alimentos demasiado calientes, picantes, tabaco o alcohol, es una fuente de agresión permanente de la mucosa bucal. Tampoco son infrecuentes



las alergias a una pasta dentífrica, a un desinfectante local, a edulcorantes o a un lápiz labial.

La administración de determinados medicamentos o la absorción de tóxicos profesionales, pueden inducir reacciones de intolerancia en toda la cavidad bucal. □

Evolución de la enfermedad de Alzheimer

En una fase avanzada el Alzheimer modifica considerablemente el comportamiento del enfermo. Éste puede fugarse, volverse violento y su capacidad intelectual se ve afectada de forma gradual. El enfermo olvida actos que ha realizado durante años (p. ej., una receta de cocina que hacía desde siempre). Comprender una conversación le resulta cada vez más difícil. Además, también se producen alteraciones físicas tales como dificultades para levantarse, alimentarse, desplazarse o controlar la vejiga. Esta enfermedad inspira a todo el mundo un gran temor, ya que puede conducir a una total dependencia física y mental. □