

**12 AL DÍA**  
**11/09**

**OTRO PASO HACIA LA META.** El presidente Barreda presentó ayer tres alternativas para conectar

Ciudad Real y Toledo por autovía en un paso más por acercar a la sociedad castellano-manchega a una importante meta, la de mejorar su vertebración y sus comunicaciones. Por ello, en el marco de este

anuncio, la voz de los empresarios de la provincia, Arturo Mesa, se congratuló de una noticia que era «imprescindible» para el colectivo que representa. En este sentido, se mostró seguro de que «se elegirá la mejor opción que acortará kilómetros y dará más seguridad». Durante los próximos meses, las propuestas tendrán que pasar los pertinentes

trámites antes de que se elija el trazado definitivo y Fomento licite la obra para que las máquinas empiecen a trabajar cuanto antes en una infraestructura tan esperada y tan 'parada' desde hace años. No en vano, en una primera fase, se estiman que circularán 25.000 automóviles entre ambas ciudades.



# Los farmacéuticos instan a «la calma y la prevención» en una campaña

La higiene se revela como «la mejor manera de evitar el contagio» • Creis asegura que «la gripe A es menos agresiva que la estacional»

• Augusto Ortega, responsable de este trabajo junto a Sagrario Pérez de Ágreda, instó a la población a usar de un modo racional los medicamentos para no generar resistencias.

res, las mesas o los picaportes de las puertas por las que pasan muchas manos y que por tanto, tienen más probabilidades de provocar el contagio.

Por último, para evitar infectar a los demás una vez que se contrae la gripe A, los farmacéuticos recuerdan consejos generales como tapar nariz y boca con un pañuelo al estornudar y después tirarlo a la basura, o evitar tocarnos las zonas sensibles de la cara que son «puerta de entrada para el virus».

Augusto Ortega, técnico del Centro de Información del Medicamento del COF ciudadrealense encargado de elaborar este trabajo junto a Sagrario Pérez de Ágreda, indicó que en los dípticos editados por el colegio se incluyen los tratamientos y se aboga por el uso racional de los mismos. «La fiebre alta, el dolor muscular y de cabeza, así como la tos, se están tratando con los antigripales (oseltamivir y zanamivir) que han vuelto a venderse en las farmacias bajo prescripción médica», según señaló Ortega.

R. SANTAMARTA / CIUDAD REAL

El Colegio Oficial de Farmacéuticos (COF) de Ciudad Real presentó ayer su última campaña de educación para la salud centrada en esta ocasión en la gripe A. En ella, según explicó el presidente de la institución, Julián Creis, se pone el acento en «la calma y la prevención» para hacer frente al virus pandémico (H1N1). «No debemos confundir la frecuencia con la gravedad», aseguró la voz de los farmacéuticos de la provincia tras poner de relieve la experiencia del invierno austral. «Se ha comportado de manera menos agresiva que el estacional, pero ha quedado demostrado que es mucho más contagioso», según precisó.

Por ello, con esta nueva iniciativa, el Colegio Oficial de Farmacéuticos busca reforzar las campañas puestas en marcha por el Ministerio de Sanidad, así como por la Consejería de Salud y Bienestar Social, pero sobre todo persigue llegar a la población ciudadrealense con «un mensaje de serenidad» en el que las medidas higiénicas sean «la mejor forma de evitar el contagio».

**LIMPIEZA.** Lavarse las manos al menos durante un minuto, especialmente tras toser, antes de comer o al volver de la calle es la principal de ellas. Si no es posible utilizar agua y jabón, el COF manifiesta que la alternativa son toallitas impregnadas en alcohol o geles y soluciones hidroalcohólicas para desinfectar la piel en seco.

También se recomienda mantener limpias las superficies de alto riesgo, como los mostrados



De izquierda a derecha: Sagrario Pérez de Ágreda, Julián Creis y Augusto Ortega. / LT

**Mantener limpias las superficies como mesas y picaportes es recomendable**

En esta línea, puntualizó que «una utilización inadecuada de los medicamentos puede contribuir a generar resistencias del virus, reduciendo su efectividad». De esta manera, una buena automedicación es fundamental y ésta ha de pasar por antitérmicos

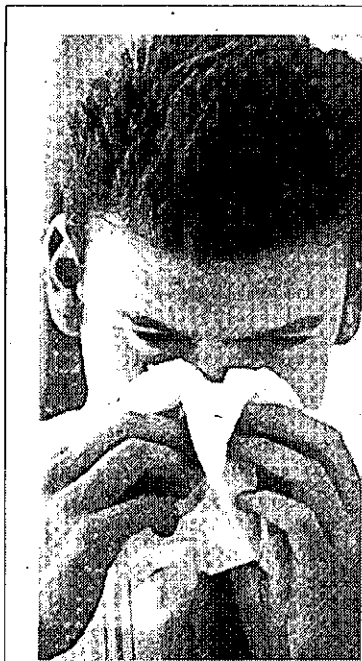
para bajar la fiebre, analgésicos para aliviar los dolores y los antihistamínicos dirigidos a reducir la congestión nasal. Sin embargo, según apostilló Ortega, «los antibióticos no están indicados para la gripe».

La campaña elaborada por el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Ciudad Real estará presente en toda la red de farmacias de la provincia, formada por cerca de tres centenares de oficinas.

Pero, además, se llevarán a cabo cuñas en radio y se emitirá un spot publicitario que, bajo el eslogan *Prevención y calma*, incide en que es un virus parecido al de la gripe estacional. Con respecto a ésta, ya ha concluido la campaña

**Augusto Ortega recuerda que «los antibióticos no están indicados para tratar la gripe»**

ña de vacunación, para la que la Consejería de Salud y Bienestar Social adquirió un total de 140.621 dosis de vacunas con la finalidad de distribuir las entre los hospitales y centros de salud de la provincia y ganar la batalla al virus.



## Pasarla o no pasarla, he ahí la cuestión

A pesar de todas las barreras preventivas, entre ellas la más eficaz de todas, la inmunización, todos los inviernos la gripe deja en la cama a un buen número de ciudadanos, origina complicaciones a los enfermos crónicos y representa un importante gasto en bajas laborales y fármacos para el sistema sanitario.

¿Qué hacer entonces si el virus ya se ha alojado en el cuerpo? Ante todo, paciencia. La influenza es una enfermedad de

origen vírico que se transmite con facilidad por vía respiratoria. Una vez contraída la infección sólo cabe el tratamiento de sus síntomas con antitérmicos, analgésicos, bebidas calientes y guardando cama.

**PROFILAXIS.** Pero para librarse de ella, lo mejor es la profilaxis. No en vano, la Organización Mundial de la Salud (OMS) asegura que si la cobertura de vacunación supera el 40 por ciento se reduce la transmisión del

virus, los reingresos de personas mayores y crónicos y los brotes epidémicos en hospitalizados.

La gripe, sea A ó B, dura de una a dos semanas, cursa con dolor de cabeza y garganta, estornudos, molestias musculares y articulares, tos intensa, quebrantamiento, falta de apetito y fiebre alta que oscila entre los 38 y los 40 grados. No obstante, hay que cuidarse ya que entre las complicaciones más frecuentes se encuentran la otitis, la sinusitis y la neumonía.