



### **NOTA DE PRENSA**

#### **LOS FARMACÉUTICOS ONUBENSES INSISTEN EN MANTENER LA TRANQUILIDAD ANTE EL INCREMENTO DE CASOS DE GRIPE Y SOLICITAN A LA POBLACIÓN SEGUIR MEDIDAS BÁSICAS DE PREVENCIÓN BASADAS EN LA VACUNACIÓN Y UNA CORRECTA HIGIENE**

- **En próximas semanas se espera que se produzca un pico en el número de casos de gripe, que este año se desarrolla a partir del virus H1N1, el conocido como virus de la gripe A. Pese a ello, desde el Colegio de Farmacéuticos de Huelva abogan por no generar alarma dado que la cepa del virus afecta de manera leve al grueso de la población.**
- **Es conveniente distinguir entre los síntomas de la gripe y el resfriado: entre los primeros se suceden la fiebre alta y el dolor muscular, articular y de cabeza intensos; entre los segundos es habitual congestión nasal y estornudos continuos e intensos**

**Huelva, 16 de enero de 2014.-** El inicio del nuevo año ha venido marcado por el incremento del número de casos de gripe, que en esta ocasión se desarrolla fundamentalmente a partir del virus H1N1, conocido popularmente como el virus de la gripe A, famoso por la pandemia que se produjo en el año 2009. Pese a ello, el Colegio de Farmacéuticos de Huelva insiste en trasladar a la población un mensaje de tranquilidad, y ante la previsión sanitaria de que se alcance un pico en el número de casos, el virus afecta de manera leve al grueso de la población. La posibilidad de que se produzcan cuadros más severos queda reducida tan sólo a pacientes englobados en los denominados grupos de riesgo (personas que padezcan varias patologías de carácter crónico, embarazadas o aquellas que padezcan obesidad mórbida).

A modo de prevención, los farmacéuticos onubenses recomiendan a la población seguir una serie de medidas muy sencillas, que van desde la vacunación –en especial en los grupos de riesgo y en los mayores de 65- hasta la adopción de medidas básicas de higiene, tales como taparse boca y nariz a la hora de toser y/o estornudar así como lavarse continuamente las manos para así evitar la difusión del virus.

Dado que comparten una sintomatología muy similar y que induce a equívocos, también es conveniente saber distinguir entre gripe y resfriado común. En la gripe aparece fiebre alta (por encima de 38-39º C), dolor muscular, articular y de cabeza intensos. La congestión y los estornudos son muy leves. Por contra, en el resfriado la fiebre es baja o inexistente y el dolor es simple malestar, mientras que la congestión nasal y los estornudos son continuos y molestos.

A fin de distinguir con mayor seguridad entre un cuadro gripal o un resfriado, los farmacéuticos de Huelva recuerdan a la población onubense que cuentan con más de 229 oficinas de farmacia repartidas por la provincia en la que podrán encontrar atención y orientación inicial sobre qué patologías padecen, y en los casos en que no sea necesario pasar por consulta médica, el farmacéutico podrá indicar un medicamento anticatarral o antigripal que podrá aliviar los síntomas.

Estos medicamentos llevan habitualmente un analgésico para aliviar la fiebre o el malestar junto a un antihistamínico, y un descongestivo para aliviar una secreción nasal excesiva. También pueden contener mucolíticos, antitusivos o incluso, cafeína para compensar la somnolencia que pueden causar los antihistamínicos. En cualquier caso, el farmacéutico debe recomendar el preparado que mejor se adapte a la sintomatología del paciente teniendo en cuenta los posibles efectos secundarios, estilo de vida del paciente y patologías que éste pueda padecer.

Asimismo, la adherencia al tratamiento (tanto en caso de gripe como de resfriado) debe acompañarse de otras recomendaciones, tales como la ingesta de abundante líquido, seguir una dieta rica en zumos de frutas, caldos de verdura y pescado, purés y yogur, permanecer en reposo o evitar bebidas como el café, el té o todas aquellas que presenten agentes estimulantes o contengan alcohol.

**Para más información:**

**Gabinete de comunicación del Colegio de Farmacéuticos de Huelva: Manuela Hernández (95 462 27 27 / 651 867 278) y Tomás Muriel (95 462 27 27 / 605 603 382)**