



NOTA DE PRENSA

LOS FARMACÉUTICOS DE SEVILLA OFRECEN UN DECÁLOGO CON RECOMENDACIONES PARA DISFRUTAR DE LA FERIA DE ABRIL DE FORMA SALUDABLE

- **Consejos sobre hidratación, cuidado de la piel, prevención de crisis respiratorias o sobre consumo de alcohol, entre otros, se incluyen entre estas recomendaciones prácticas y de fácil cumplimiento**
- **El Colegio de Farmacéuticos de Sevilla recuerda a los ciudadanos que pueden localizar la farmacia de guardia más cercana a través de sus dispositivos móviles en la web de la corporación, www.farmaceticosdesevilla.es**

Sevilla, 20 de abril de 2015.- Con motivo de la celebración de una nueva edición de la Feria de Abril, el Colegio de Farmacéuticos de Sevilla ofrece a los sevillanos y visitantes que participarán en esta fiesta de la ciudad, un decálogo de recomendaciones, prácticas, sencillas y de fácil cumplimiento, que ayudarán a evitar trastornos de salud a los cientos de miles de personas que pasarán por el Real de Los Remedios a lo largo de esta semana:

- 1. Hidratación continua, sobre todo en el caso de personas de mayor edad y en menores, a fin de evitar los efectos del calor, en especial en las horas centrales del día. Es recomendable, por tanto, beber agua en abundancia.**
- 2. Aquellas personas que padezcan enfermedades respiratorias (asma, EPOC, etc.) deben extremar la precaución durante estos días. Es fundamental no abandonar el tratamiento prescrito por el médico y en caso de duda sobre su administración, consultar al farmacéutico.**
- 3. Los niveles de polen se encuentran muy altos esta primavera a consecuencia de las lluvias caídas durante el otoño y el invierno, a lo que se une la alta concentración de partículas de polvo y sequedad del ambiente del Real. Por ello, es aconsejable que las personas que padecen patología respiratoria, especialmente de origen alérgico, tengan en cuenta también las medidas higiénico-sanitarias para prevenir crisis. En su farmacia, podrán facilitarle toda la información que precise.**

4. Las previsiones meteorológicas pronostican temperaturas estables y fuerte incidencia de los rayos del sol. Recomendamos que se use protección solar en cara, cuello y brazos. Solicite información a su farmacéutico sobre cuál puede ser la protección más adecuada para su piel.

5. Todas aquellas personas que vayan a visitar la Feria y vayan a hacerlo durante un largo espacio de tiempo, deben utilizar un calzado cómodo, así como ropa holgada que también permita una buena transpiración.

6. Extremar la precaución con el consumo de alcohol, especialmente si se está en tratamiento con algún medicamento, debido a las interacciones entre alcohol y determinados fármacos.

7. Recuerde que el alcohol tomado con medicamentos antiinflamatorios potencia su efecto ulcerogénico (que puede provocar una úlcera) y si se combina con paracetamol, muy consumido como analgésico y antipirético, aumenta la hepatotoxicidad (daños en el hígado).

8. Los ansiolíticos e hipnóticos como las benzodiazepinas potencian los efectos depresores del alcohol sobre el sistema nervioso.

9. El cóctel medicamentos antidepresivos-alcohol puede llegar a ser incluso mortal.

10. En general, el alcohol, aún en pequeñas concentraciones, tiene un efecto depresor sobre el sistema nervioso: disminuye la atención, la velocidad de reacción y los reflejos. Por tanto, durante esta celebración festiva, modere su consumo.

El Colegio de Farmacéuticos de Sevilla recuerda a los ciudadanos que pueden localizar la farmacia de guardia más cercana a través de sus dispositivos móviles en la web de la corporación, www.farmaceuticosdesevilla.es.

También durante los días de Feria, las más de 400 farmacias de la ciudad de Sevilla son espacios de salud en los que se puede pedir el asesoramiento y consejo de un profesional sanitario ante cualquier duda sobre estas y otras cuestiones para vivir una Feria saludable.

Para más información:

Gabinete de comunicación del Colegio de Farmacéuticos de Sevilla: Tomás Muriel (95 462 27 27 / 605 603 382)