

LAS PERSONAS QUE SUFREN ALGUNA PATOLOGÍA DEBEN SER PRECAVIDOS

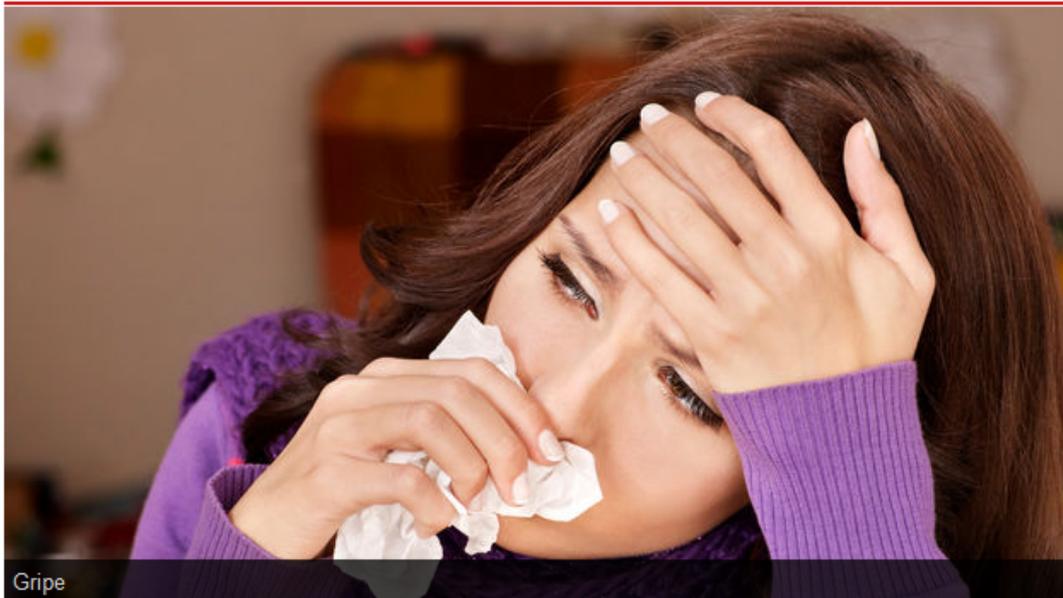
Los cambios bruscos de temperatura pueden provocar infartos

28/11/2012 - T.I.

- ▶ Un estudio indica que una reducción de un grado centígrado en la temperatura está directamente relacionado con un aumento de 2% en el riesgo de sufrir un ataque al corazón.
- ▶ Ventilar bien las casas, lavarse las manos y evitar los lugares frecuentados, algunas de las medidas para evitar los contagios de catarros y gripes.

Me gusta 1 | Twittear 2 | +1 0 | Imprimir | Twitter | Facebook | G+ | +

Deja tu comentario



Gripe

ÚLTIMA HORA

- ▶ La Fundación Mapfre impulsará la contratación de un centenar de

personas con discapacidad intelectual

- ▶ Echániz aboga por un sistema de salud objetivo, justo conforme a las rentas y que disuada de uso innecesario
- ▶ Salud detecta 235

Los cambios bruscos de temperatura pueden producir espasmos coronarios y con ello un **mayor número de infartos de miocardio o anginas de pecho**, de ahí que los médicos aconsejen a las personas que sufren alguna patología cardiovascular que lleven precaución estos días si van a salir a la calle.

Un estudio realizado por investigadores del London School of Hygiene & tropical Medicine, publicado en la **revista British Medical Journal**, certifica, incluso, que la reducción de un grado centígrado en las temperaturas está directamente relacionado con un aumento del 2% en el riesgo de ataque al corazón.

Los médicos insisten en la **necesidad de concienciar a la sociedad y a los profesionales de la sanidad de la importancia de evitar la transmisión del virus** de la gripe entre las personas más vulnerables.

Pero además, con la ola de frío que afecta a España **los virus campan "a sus anchas" y se multiplican los casos de gripe, catarro y numerosas enfermedades de las vías respiratorias** propias del invierno, que pueden evitarse con algunos consejos básicos: **abrigarse bien, airear espacios, extremar la higiene y vacunarse.**

Una de las explicaciones a este devenir de virus, según señala a Efe Pilar Román, presidenta de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI), es que con el frío **se paralizan los pelillos de la nariz.** De esta forma, **dejan de actuar de barrera frente a los virus y a las bacterias** que hay normalmente en el ambiente.

"Con la bajada de las temperaturas, se paralizan estos pelillos con lo que no atrapan los virus. Además, **llega más frío a los pulmones** y la colonización de esos virus es mayor", según comenta la doctora.

Por eso, para prevenir que los virus se apoderen de nosotros, es muy importante cumplir eso que repiten las madres cada día a sus hijos de **'tápate la nariz y la boca al salir a la calle, abrígate!**' porque, según la doctora, "esto, es cierto".

Los **resfriados comunes, las faringitis, amigdalitis, laringitis, bronquitis, pulmonía y neumonías** son las enfermedades que más se propagan en esta época del año y algunas de estas patologías pueden suponer un gran riesgo para algunas personas que padecen otras patologías crónicas, sobre todo cardiovasculares y reumáticas.

"Una gripe, una pulmonía, una faringitis -explica la doctora- no tiene por qué ser grave en principio si se da en un joven saludable, pero **si afecta a una persona mayor con otras enfermedades puede descompensarlas** e incluso provocar la muerte".

Además de **inmunizarse, proteger la boca y la nariz**, se deben adoptar otras precauciones para no dejarse atrapar por los virus del invierno, como **lavarse las manos al regresar a casa**, evitar en la medida de lo posible los lugares más frecuentados o airear las casas, porque "con el frío, como tenemos las ventanas más cerradas, se acumulan más los virus y todos los respiramos".

Las epidemias anuales de gripe pueden afectar a todos los grupos de edad, pero quienes tienen mayor riesgo de sufrir complicaciones son los menores de dos años, los **mayores de 65, las embarazadas y las personas de todas las edades** en grupos de riesgo, especialmente las comprendidas entre los 50 y los 64 años.

Pero además, también es importante, según Román, que se vacunen los profesionales sanitarios, el personal que está en contacto con ancianos, los cuidadores, los maestros, es decir **"todos aquellos que están al cuidado de personas con menos defensas"**.