

NOTA DE PRENSA

Madrid, 13 de diciembre de 2010



Carretas, 14 7º C1 28012 Madrid Tel. 915 221 313
Fax 914 354 888 sefac@sefac.org www.sefac.org

El farmacéutico resulta clave para diferenciar entre gripe y resfriado y recomendar el tratamiento más adecuado o derivar al médico si es preciso

- De las infecciones que afectan al aparato respiratorio, el 80% están provocadas por virus, y entre ellas las más comunes son la gripe y el resfriado, que son causantes de alrededor del 50% de todas las infecciones respiratorias agudas.
- SEFAC dedica la última entrega de 2010 de la campaña *Recomendaciones SEFAC a la población*, reconocida de interés sanitario por el Ministerio de Sanidad a ofrecer pautas para diferenciar entre una gripe y un resfriado y abordarlas correctamente.
- Con frecuencia se habla indistintamente de gripe o resfriado porque sus síntomas son parecidos, pero la realidad es que se manifiestan de manera distinta. El farmacéutico es esencial para ayudar a diferenciar los síntomas y recomendar el tratamiento o estrategia más adecuado o derivar al médico si es preciso.

El aparato respiratorio es el único órgano interno abierto al exterior, y que está en contacto continuo con contaminantes, partículas y microorganismos, algunos de los cuales nos provocan infecciones tan frecuentes como son la gripe y el resfriado. Aunque ambas infecciones curan solas y son de remisión espontánea, son muy molestas, afectan a la calidad de vida y pueden derivar en problemas más graves como otitis, sinusitis, neumonías, etc. Con frecuencia se habla indistintamente de gripe o resfriado porque sus síntomas son parecidos, pero la realidad es que se manifiestan de manera diferente: en la gripe aparece fiebre alta, mayor de 38-39º C, dolor muscular, articular y de cabeza intenso y la congestión y los estornudos son muy leves. Por contra, en el resfriado la fiebre es baja y el dolor es sólo un simple malestar, pero la congestión nasal y los estornudos son acusados y molestos.

Dadas las similitudes de estas dos infecciones el papel del farmacéutico resulta fundamental en su misión de asesorar y concienciar a los pacientes de la importancia de prevenir, tratar y diferenciar la gripe del resfriado, y es esta la razón por la que la **Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC)** dedica la última entrega del año 2010 de sus *Recomendaciones SEFAC a la población*, campaña reconocida de interés sanitario por el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, a la prevención y tratamiento de estas enfermedades tan prevalentes en estos meses de frío.

La nueva ficha, que ya está disponible en www.sefac.org, facilita diez recomendaciones imprescindibles para la prevención y tratamiento de la gripe y resfriado, tales como extremar las precauciones para evitar su

transmisión; taparse la boca y nariz al toser o estornudar y utilizar pañuelos desechables cuando aparezcan los estornudos o la tos para disminuir las secreciones y evitar su posible dispersión; seguir una dieta basada en alimentos líquidos o semilíquidos si se padece gripe o resfriado para una recuperación más rápida; permanecer en reposo durante la convalecencia; mantener una atmósfera húmeda ya que ayudará a disminuir la posible deshidratación; abstenerse de fumar, beber alcohol, café, té o infusiones estimulantes; ser consciente de que cada tratamiento dependerá de los síntomas individualizados e intensidad y de que el uso de antibióticos será prescrito por el médico y sólo si existen complicaciones bacterianas; o tener en cuenta que la vacunación para evitar la gripe es muy recomendable en personas mayores de 65 años, con enfermedades crónicas y en los grupos de riesgo que determinen cada año las autoridades sanitarias.

Como complemento a estas recomendaciones, la ficha trata de aclarar algunas de las preguntas curiosas sobre estas patologías, como, por ejemplo, por qué cada año publican cifras de casos de gripe, comparado con ejercicios anteriores, y sin embargo no publican las del resfriado (debido a que la gripe es una enfermedad de declaración obligatoria del médico a las autoridades sanitarias para la elaboración anual de estadísticas, mientras que el resfriado no es una enfermedad de declaración obligatoria, y por tanto, no se conocen estadísticas fiables año a año).

La ficha está disponible para su descarga en PDF en www.sefac.org, con objeto de que los medios de comunicación hagan de ella y/o de su contenido la difusión que estimen conveniente.

Sobre SEFAC

Constituida en marzo de 2001, la **Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC)** es una asociación científica y profesional de ámbito nacional con delegaciones en distintas autonomías que tiene como objetivo prioritario profundizar en la cartera de servicios asistenciales de la farmacia comunitaria y convertirse en un interlocutor científico de referencia del farmacéutico comunitario con las distintas administraciones y con el resto de las profesiones sanitarias. En marzo de 2010 SEFAC ha sido galardonada con cuatro de los premios a las *Mejores Iniciativas de la Farmacia en 2009*, que concede el periódico *Correo Farmacéutico*. Más información en www.sefac.org.

Para más información, contactar con Verónica Cuevas en vcuevas@sefac.org o en el teléfono 91 522 13 13.

