

**SOCIEDAD**

Textos: **V. Pavés**; Fotos: **El Día**

## Las consecuencias de olvidar el tratamiento

Entre el 40 y 66% de los pacientes dejan su tratamiento en verano. Los canarios suelen seguirlo estrictamente, pero también hay quien lo abandona sin conocer cómo puede afectar esta decisión a su salud.

**L**as vacaciones de verano implican ir a la playa, pasear por la montaña, descansar y olvidarse del trabajo, pero también dejar de hacer ejercicio y atiborrarse en restaurantes y en chiringuitos de playa. Esto, junto a los olvidos de tratamiento, puede ejercer efectos nocivos en la salud, sobre todo en lo referente a enfermedades cardiovasculares.

Y es que coger dos kilos más en verano puede "aumentar la presión arterial, así como el riesgo de sufrir un infarto de miocardio o cerebral", informa el cardiólogo canario Aridane Cárdenes León. De esta manera, asegura que, "a pesar de la evidencia sobre los beneficios que se obtienen gracias a ellos, el cumplimiento terapéutico a largo plazo continúa siendo muy poco satisfactorio".

De hecho, hay estudios que describen que en torno al 40 y el 66% de los pacientes cardiovasculares "no realiza un adecuado cumplimiento farmacológico". Las consecuencias de este "olvido" pueden ir desde privar de los beneficios del tratamiento al cuerpo hasta los denominados "efectos rebote".

"Afortunadamente, no existen efectos perjudiciales a la hora de suspender la mayoría de los tratamientos", incide el cardiólogo. Sin embargo, existen diferentes grupos de fármacos que pueden resultar nocivos cuando se suspende su toma habitual. Uno de ellos es el "efecto rebote", que se produce cuando se dejan de consumir medicamentos que controlan una determinada función biológica y que puede exacerbarse cuando son suspendidos. Algunos de los fármacos que registran este efecto serían los anticoagulantes, relajantes musculares o analgésicos.

En el caso de pacientes con enfermedades cardiovasculares, concretamente "los que han sufrido un infarto reciente y colocación de stents en las arterias coronarias, la suspensión de fármacos como la aspirina, aumenta significativamente el riesgo de que se inutilicen los stents y presenten nuevamente un nuevo infarto de miocardio", remarca el cardiólogo.

Un último ejemplo sería el de algunos fármacos cardiovasculares para el tratamiento de la angina de corazón, como son los betabloqueantes o los

calcioantagonistas. "Su suspensión ha de ser siempre progresiva y controlada", pues hay riesgo de que la crisis de dolor vuelva a aparecer. Además, la suspensión indebida de un tratamiento antibiótico podría impedir la curación completa de la infección, favoreciendo la aparición de resistencias al mismo.

No obstante, en opinión de Cárdenes, "el principal efecto nocivo es que el paciente se priva de los beneficios que dicho tratamiento estaba produciendo en su organismo en relación a la estabilización o la curación de la enfermedad".

Pero, ¿por qué dejamos los tratamientos? Aunque la mayor parte de la población canaria es "bastante consciente e implicada" con su enfermedad y se toma muy en serio el cumplimiento de la medicación, según las diferentes investigaciones, muchos de ellos simplemente la abandonan por un olvido. Un factor, que según Cárdenes, "aumenta en

épocas de vacaciones o viajes". No obstante, no es el único. Otras causas descritas son "la negativa a depender de la medicación y la negación de la enfermedad", explica Cárdenes. Asimismo, remarca que "son numerosos los pacientes que dejan el tratamiento por voluntad propia por los efectos secundarios y el temor a estos".

El problema es que, además, lo abandonamos por cuenta propia, sin informar de la decisión a los médicos hasta la siguiente consulta. Un "error", asegura Cár-

denes, pues "en ocasiones puede suponer un riesgo importante". Es "fundamental" comunicar esta decisión al facultativo y aprovechar el momento para exponerle nuestras dudas o temores. Por tanto, este verano, relájate y diviértete, pero no olvides tu medicación.

**Muchos pacientes lo dejan por TEMOR a los EFECTOS secundarios que genera**



**El aumento de peso en más de 2 kg eleva el riesgo de INFARTO de miocardio**

El efecto que puede provocar la suspensión de un tratamiento puede oscilar entre un efecto rebote hasta inhabilitar la eficacia de una prótesis.

### CONDUCCIÓN

## Los accidentes de quad abren el debate sobre sus riesgos

Efe, Madrid

En la segunda quincena de julio fueron cuatro las personas, incluido el piloto Ángel Nieto, que sufrieron accidentes mortales con quads, un vehículo de ocio, inestable y para conductores experimentados, según expertos consultados por Efe, que ofrecen recomendaciones para reducir riesgos.

Un uso correcto del casco integral, respetar la distancia de seguridad al adelantar a los quads y la responsabilidad a la hora de manejarlos son algunas de las demandas de los expertos, que difieren en cuanto a su "peligrosidad".

"El problema no es el quad, sino quién lo maneja", asegura a Efe José Luis Gallego, especialista en el uso del cuatriciclo de la Asociación Pro Guardia Civil (Aprog), quien reclama que los vehículos respeten la distancia de seguridad al adelantar a los quads y medidas de protección para los usuarios.

## La inestabilidad del vehículo obliga a extremar la prudencia y a protegerse

"En los últimos años ha habido mucho inconsciente que se ha dedicado a hacer el animal en las carreteras" -añade Diego J. Hipólito, presidente de la Asociación Nacional del Quad-, por lo que "se ha demonizado este vehículo".

"Tienes que saber llevarlos", apunta, sin embargo, la presidenta de la asociación Stop Accidentes, Ana Novella, quien define los cuatriciclos como "vehículos inestables".

Fue el caso de Nieto, que el 26 de julio sufrió un traumatismo craneal al ser embestido por otro vehículo en Ibiza, y el de una joven de 17 años que, el 30 de julio, murió al caer de un quad en el municipio de Xunqueira de Espadanedo (Ourense). Días antes, el 25 de julio, un hombre de 38 años falleció tras impactar contra una farola en la localidad burgalesa de Aranda de Duero, y en el mismo mes -día 15- perdió la vida un niño de 13 al quedar enganchada su toalla en la cadena de su miniquad.