

Piel de mariposa, una realidad muy dura

Un nombre que parece poético esconde la dura realidad de una enfermedad genética, rara e incurable que produce ampollas y heridas

Canarias7 saludable

suplemento semanal

¿En qué consiste la anosognosia?

El doctor René de Lamar aborda hoy en su colaboración semanal la alteración de la conciencia de padecer una enfermedad



EXCESOS DE CARNAVAL

Los riesgos de la ingesta alcohólica

Intoxicación etílica. El doctor Álex Planas, jefe de Urgencias de Hospital Perpetuo Socorro, explica los riesgos de la intoxicación etílica y cómo evitarla en época de fiestas.

HPS
HOSPITAL PERPETUO SOCORRO
UNIDAD DE URGENCIAS
www.hospitalperpetuosocorro.es

Intoxicación etílica aguda

EXCESOS QUE PUEDEN SALIR CAROS

Hospital Perpetuo Socorro. El alcohol constituye una de las causas más frecuentes de intoxicación y visita a los servicios de Urgencias. Por ello, y en épocas de especial consumo como las fiestas que acompañan a la celebración de los Carnavales, es conveniente conocer sus peligros y cómo actuar ante ellos, explica el doctor Álex Planas, jefe de Urgencias de Hospital Perpetuo Socorro

Canarias7 Saludable/ Las Palmas de Gran Canaria



Especialista. *El doctor Álex Planas, jefe de Urgencias de Hospital Perpetuo Socorro.*

La intoxicación etílica aguda es un síndrome clínico que provoca el aumento de etanol en sangre por encima de los niveles máximos de tolerancia que presenta el organismo. La causa es un consumo de bebidas alcohólicas brusco superior al que el cuerpo puede metabolizar. Y es que el alcohol constituye una de las causas más frecuentes de intoxicación y visita a los servicios de Urgencias. Por ello, y en épocas de especial consumo, como las fiestas que acompañan a la celebración de los Carnavales, es conveniente conocer sus peligros y cómo actuar ante ellos.

Y es que sus consecuencias no son baladíes y oscilan entre desinhibición y descoordinación, en los casos más leves de intoxicación, al riesgo de parada cardiorrespiratoria y fallecimiento en los más graves. «Las consecuencias de una intoxicación etílica aguda, el estadio más avanzado, pueden incluir pérdida del conocimiento, dificultad para respirar, hemorragia digestiva, gastritis, alteración hepática, coma, hepatitis aguda con riesgo de muerte, compromiso cardiovascular y muerte», alerta el doctor Álex Planas, jefe de la unidad de Urgencias de Hospital Perpetuo Socorro. Por ello, recomienda, es preferible evitar su consumo pero, si se opta por tomar alguna copa, es preciso tener en cuenta algunas recomendaciones.

Entre las principales se encuentra realizar una ingesta moderada y lenta, para que el cuerpo sea capaz de metabolizar el etanol, teniendo en cuenta que el organismo tarda una hora en procesar una copa, y nunca beber si se están tomando medicamentos o utilizando otras drogas, pues tal mezcla puede suponer un cóctel de peligrosas consecuencias. Mantener una correcta hidratación ingiriendo agua antes, durante y tras el consumo de alcohol, no beber con el estómago vacío y comer cada tres horas son otras medidas que ayudarán a evitar un mal trago y escuchar al cuerpo, que indicará cuándo la ingesta comienza a sobrepasarlo, son otras medidas de precaución.

Si la intoxicación es leve, beber agua, comer e incluso provocar el vómito pueden ser medidas adecuadas para contribuir a detener el proceso de absorción en la sangre del etanol, que se produce al llegar el alcohol al intestino delgado. De hecho, aunque se pare de beber, la intoxicación puede seguir aumentando, dado que aún no se ha producido la absorción de todo el alcohol. 'En caso de intoxicación aguda, es fundamental avisar a Emergencias, o trasladar a la persona afectada a un servicio de Urgencias. Vómitos, temblores, hiperventilación, confusión, convulsiones, sudoración o hipoglucemia son posibles señales de este estado. Hasta que reciba atención médica, «es importante tranquilizar a la persona intoxicada, mantenerla sentada o si no es posible, tumbada de lado, bajo una estrecha vigilancia para evitar ahogamiento o que pierda la consciencia. Además, hay que comprobar sus constantes vitales, aflojar las prendas ajustadas para facilitar la respiración y abrigar a la víctima para mantener su temperatura corporal».

Es preciso evitar tomar medidas muy extendidas en el imaginario popular, como hacer comer o ingerir a la víctima café, especialmente si se le añade sal, leche o cualquier otro remedio casero; o inducirle el vómito de ninguna manera, ya que existe riesgo de broncoaspiración, esto es, de que el contenido gástrico se traslade a los pulmones ante las graves dificultades motoras del organismo en esta fase, lo que puede acarrear graves complicaciones.

Por todo ello, evitar o consumir alcohol de forma moderada es la mejor medida para evitar que una fiesta se convierta en una auténtica pesadilla, asegura el doctor Planas. El consumo de alcohol en la población de riesgo (conductores, menores, embarazadas) está creciendo, especialmente en la franja de edad de 14-18 años (seis de cada 10 se han emborrachado alguna vez) y hay que concienciarse de que es un problema no sólo para ellos, sino para el conjunto de la sociedad, alerta el jefe de Urgencias de Hospital Perpetuo Socorro.

Cómo absorbe el alcohol el cuerpo humano

■ Hay muchos factores que determinan la forma en la que el organismo absorbe el alcohol, pero tener en cuenta los principales puede ser de gran ayuda para evitar una intoxicación, que se convierte en aguda cuando se superan los 3g/L, teniendo en cuenta que se pueden alcanzar los 0,50-1,00 g/L con 500 ml. de cerveza, 250 ml. de vino o 80 ml. de ron.

Uno de los principales es la edad, ya que la tolerancia al alcohol y sus daños son mucho más graves en menores de 21 años y por tanto se produce un mayor número de intoxicaciones etílicas agudas. Respecto al género, las mujeres presentan un mayor peligro de ver afectados órganos como el corazón o el hígado, ya que metabolizan el alcohol más lentamente y ante una ingestión similar presentan mayor concentración en la sangre. A esto se suma el peso y la masa muscular, que suele ser menor en las féminas, contribuyendo también a una mayor afectación con una menor ingesta.

El tipo de bebida escogida también influye, tanto por su graduación como por la capacidad de absorción en la sangre. Las bebidas fermentadas como la cerveza o el vino presentan una menor graduación y capacidad de absorción más lenta que las destiladas, permitiendo una mayor capacidad de metabolización al organismo. Comer antes de consumir alcohol, preferiblemente carbohidratos, también contribuye a reducir la rapidez de absorción del alcohol. La tolerancia al alcohol, antecedentes familiares de alcoholismo o ser un bebedor crónico u ocasional son otros factores que determinan el nivel de absorción, y por tanto el riesgo de intoxicación teniendo siempre en cuenta que el etanol es un importante tóxico celular que produce graves consecuencias para la salud por lo que evitar el consumo de alcohol es siempre la mejor medida.



HPS
HOSPITAL PERPETUO SOCORRO
SERVICIO MÉDICO OFICIAL
www.hospitalperpetuosocorro.es
TRANS GRAN CANARIA
www.transgrancanaria.net



C7

Taquicardia afectiva

Psicología. Científico de Granada desarrollan el estudio más completo sobre los mecanismos fisiológicos del amor

Canarias7 Saludable
Las Palmas de Gran Canaria

Científicos de la Universidad de Granada han llevado a cabo los estudios más completos hechos hasta la fecha sobre los mecanismos fisiológicos que provoca el amor en las personas y han medido estos efectos tanto a nivel central (cerebral) como periférico (cardíaco, muscular y de sudoración). El trabajo ha determinado que cuando una persona está enamorada y contempla una fotografía de la cara de su amado se produce lo que los científicos del Centro de Investigación Mente, Cerebro y Comportamiento (CIMCYC) han denominado «taquicardia afectiva». Es decir, su corazón sufre una deceleración inicial, disminuye la frecuencia cardíaca por unos segundos, para posteriormente acelerarse rápidamente, ha informado hoy la universidad.

Además, la visión del rostro de la persona amada aumenta la sudoración o conductividad eléctrica de la piel a partir del primer segundo y medio, y provoca una activación del músculo cigomático facial, que es el responsable de la sonrisa. Este último patrón se produce en mayor medida en las chicas que en los chicos debido, probablemente, a cuestiones culturales, ya que las mujeres tienen una mayor facilidad para expresar sus emociones que los hombres. La actividad cerebral que se produce es además mucho mayor cuando contemplamos fotos de personas queridas que las de desconocidos.

Los investigadores que han hecho este trabajo pertenecen al Laboratorio de Psicofisiología Humana y Salud y, desde el año 2010, analizan los patrones fisiológicos que producen las emociones positivas en los sujetos.

Para llevar a cabo esta investigación, trabajaron con una muestra formada por estudiantes de la Facultad de Psicología, jóvenes de 20 a 29 años, a quienes pidieron que hicieran una fotografía con unas condiciones determinadas de tamaño y en blanco y negro de su padre o madre, así como de su pareja, con quien debían llevar un mínimo de seis meses de relación. Estas fotos de las caras deben ser neutras, es decir, sin ninguna expresión emocional de alegría o tristeza que pueda interferir en la reacción de los participantes, y se proyectan de manera aleatoria durante cuatro segundos durante el experimento, han explicado los investigadores Jaime Vila y Pedro Guerra.

SENSORES. Posteriormente, los científicos completaron un experimento con todos los participantes, en el que les colocaban sensores en el rostro, cabeza y manos, y monitorizaban su actividad fisiológica central y periférica, al tiempo que les presentaban fotografías de cinco caras: dos de personas queridas, dos de personas desconocidas y una de un bebé como grupo control.

El patrón fisiológico del amor hechos por los científicos también revela que este sentimiento positivo es un protector del estrés. Cuando los participantes estaban contemplando la foto de una persona querida, al darles un susto mediante un fuerte ruido inducido a través de los auriculares, la respuesta de sobresalto que se producía era mucho menor que cuando esto ocurría sin visionar la foto.

Estrés e insomnio infantil por el uso del móvil

Los pediatras están detectando en sus consultas un uso cada vez mayor del móvil por parte de los niños y alertan del riesgo de adicción. Insomnio, estrés, bajada del rendimiento escolar o cambios en la conducta son algunos de los signos que pueden dar la señal de alerta. El uso de las nuevas tecnologías por parte de los más pequeños es uno de los asuntos que se están abordando en el 14º Curso de Actualización en Pediatría, de la Asociación Española de Pediatría de Atención. Su presidenta, Concha Sánchez, insiste en que el uso del móvil constituye un problema que, incluso, llega a interferir en la comunicación en las consultas. «Cada vez más los padres llegan con los móviles abiertos y los niños también y están más pendientes de sus teléfonos que de lo que dice el pediatra. Tenemos que ver donde está el límite entre lo normal y lo patológico», subraya la doctora.