



**REAL E ILUSTRE  
COLEGIO DE FARMACÉUTICOS  
DE SEVILLA**

### 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](http://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.farmaceticosdesevilla.es](http://www.farmaceticosdesevilla.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)**