

## L'index farmacologic a "Comarca al Dia"

(CITA I COMENTARI DE L'OBRA QUE AMB EL MATEIX TITOL HA EDITAT L'ACADEMIA DE CIENCIES MEDIQUES DE CATALUNYA I BALEARIS)

### Sobre la Hipertensió

"Els pocs estudis epidemiològics fets entre nosaltres suggereixen que el 13% de la població masculina de 40 a 60 anys és hipertensa d'acord amb les definicions de l'OMS (Organització Mundial de la Salut). Per extrapolació aquestes dades suggereixen que la hipertensió és també entre nosaltres el primer problema sanitari crònic de l'adult. Una bona educació del pacient sobre la naturalesa i els riscos que comporta la seva malaltia són essencials pel seguiment del tractament."

"Si n'hi ha, cal tractar l'obesitat i les situacions vitals "stressant". És important desaconsellar l'hàbit de fumar, per-

què així es redueixen els factors de risc per a l'afectació vascular. Si la ingesta de sal és excessiva, és fonamental reduir-la."

Comentari: El problema de la hipertensió arterial és molt extens i aquí només voldriem fer referència a uns quants conceptes:

- afecta a un gran nombre de la població (es parla de 5 milions d'hipertensos a tot Espanya,
- és una afecció crònica i controlable,
- per la greujetat de les seves complicacions, cal tractar-la i controlar-la correctament,
- la seva aparició està en relació amb els hàbits de vida i d'alimentació de les persones: si-

tuacions atressants, estat d'excitació, medi urbà i laboral generador de tensions, ingesta de begudes alcohòliques, alimentació rica en sal, tabaquisme, obsessió...

- molts hipertensos poden ésser controlats modificant aquests hàbits: dieta sense sal, pèrdua de pes, restricció de begudes alcohòliques i tabac, vida més sana en general,
- quan aquestes mesures no són suficients cal recórrer al tractament farmacològic que ha de ser rigurosament seguit segons les instruccions del metge i sols modificat per la indicació d'aquest.

**¿UNA TORRE AL PRECIO DE UN PISO?  
¡¡¡Y PARA VIVIR TODO EL AÑO!!!  
SE TERMINO LA ESPECULACION...SI LE SEDUCE**

**LA IDEA LLAMENOS SIN COMPROMISO YA...**

**COBER  
EMPRESA  
CONSTRUCTORA**

C/ JOAN PRIM, 106 - 3o.  
TELS. - 849 01 16

**GRANOLLERS**

**...Y HABLAREMOS DE TODO UN POCO**