



## RICARDO MARTÍN

### Profesor de la Universidad CEU Cardenal Herrera.

El profesor de la UCH Ricardo Martín ofrece una taller de insulinización en las XX Jornadas de la Sociedad Valenciana de Hipertensión y Riesgo Vascular, que se celebran entre el 17 y 19 de febrero en el Centro de Congresos «Ciutat d'Elx». Martín también es asesor de la Asociación de Diabéticos de Elche.

«La enfermedad de la diabetes es un importante factor de riesgo cardiovascular»

JOSÉ A. MAS

El Centro de Congresos «Ciutat d'Elx» acoge entre el 17 y el 19 de febrero las XX Jornadas de la Sociedad Valenciana de Hipertensión y Riesgo Vascular. En este encuentro multidisciplinar participan dos profesores de Enfermería de la Universidad CEU Cardenal Herrera en Elche. Uno de ellos es Ricardo Martín, enfermero y asesor técnico de la Asociación de Diabéticos de Elche y Comarca.

#### Usted va a impartir un taller de insulinización a los enfermeros. ¿Hay que reciclarse?

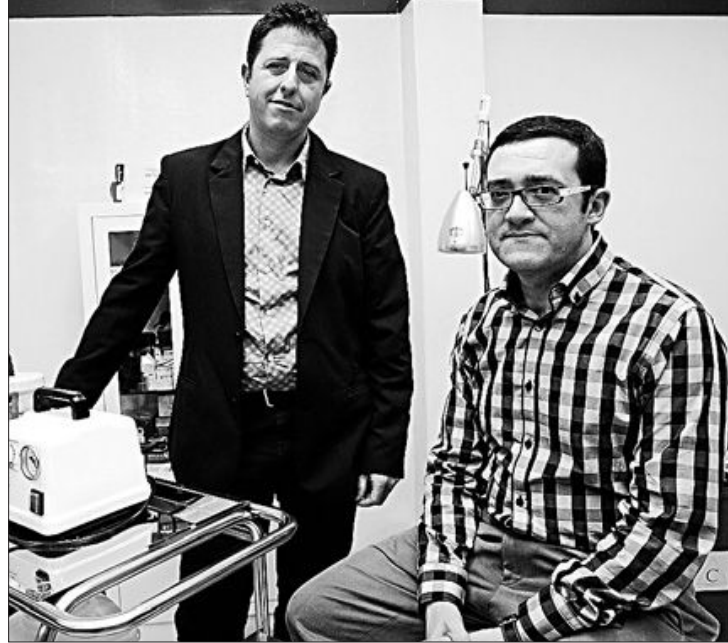
Efectivamente. Voy a tratar las nuevas recomendaciones sobre cómo se deben pinchar la insulina las personas con diabetes. La enfermería debe ser la primera en estar formada en todos los avances. La enfermería es la que educa al paciente y debemos dominar la técnica y explicar cuándo un paciente debe empezar a pincharse la insulina y cómo.

#### ¿Cuáles son esas nuevas recomendaciones?

Por poner algún ejemplo, antes se usaba una aguja de 12,7 milímetros y ahora se aconseja utilizarlas de 4, 5 y 6 milímetros. Son agujas más cómodas, causan menos dolor y son más efectivas. Es una práctica que ha cambiado mucho. Tenemos que tener en cuenta que hace quince años se utilizaban agujas de 16 milímetros.

#### ¿La diabetes puede prevenirse?

La diabetes tipo 2 (diabetes del adulto) sí



Los profesores del CEU Ricardo Martín y Andrés Navarro. DIEGO FOTOGRAFOS

puede prevenirse con una alimentación sana y la práctica de ejercicio físico, pero tenemos que apostar por la Educación para la Salud, por la prevención y la promoción de la salud a todos los niveles: desde la escuela, a los adolescentes, los adultos... e incluso la atención a los familiares de pacientes con alguna patología cardiovascular.

#### ¿Qué relación guarda la diabetes con la hipertensión y el riesgo vascular?

La diabetes es un importante factor de riesgo cardiovascular. De hecho, las recomendaciones más importantes que se deben dar a una persona con diabetes es llevar una alimentación sana y equilibrada y realizar ejercicio físico de forma regular. Debemos conocer en qué momento la persona con diabetes debe comenzar a pincharse insulina y saber recomendarle qué tipo de insulina debe utilizar para conseguir los objetivos de control de la glucemia (azúcar en la sangre), ya que el mal control de la diabetes conlleva mayor riesgo cardiovascular.

## ANDRÉS NAVARRO

### Profesor de la Universidad CEU Cardenal Herrera.

El docente del CEU Andrés Navarro también participa en el congreso sanitario que acoge Elche a partir de mañana. Andrés Navarro presentará una mesa redonda sobre farmacia. El profesor del CEU también forma parte del servicio de farmacia del Hospital General Universitario de Elche.

«El farmacéutico es el primero en aconsejar cómo se toman los medicamentos»

con pocos síntomas, se tiende a no tomar el tratamiento, porque no se ve el resultado inmediato y si los posibles efectos adversos. El farmacéutico de oficina de farmacia puede conocer lo que toman sus pacientes y saber cuándo tienen que volver a recoger la medicación. Hay diversas campañas de seguimiento en la oficina de farmacia que adquieren un papel fundamental en la concienciación del paciente.

#### Y dan consejos sobre el consumo adecuado de los fármacos...

Sí. Los farmacéuticos dan siempre el primer consejo de como tomar correctamente la medicación y advierten de los efectos adversos.

#### ¿Se hace un buen uso de los medicamentos en este tipo de patologías?

Es difícil. Estamos ante una patología que el paciente no advierte y, por lo tanto, no nota un beneficio inmediato. Y es que el efecto beneficioso del medicamento, en estos casos, se verá a largo plazo. Por eso, muchos de los efectos adversos se producen y dificultan el tomar el medicamento correctamente.

#### ¿Hay fármacos novedosos en este campo?

Más que salir novedades importantes, lo que se está demostrando es que su uso correcto es beneficioso. Estamos ante fármacos clásicos, aunque siempre es interesante seguir investigando para buscar medicamentos con menos efectos adversos y que mejoren el cumplimiento.

J.A.M

Otro profesor de Enfermería del CEU, el doctor Andrés Navarro, participa en estas jornadas sobre hipertensión y riesgo vascular dentro de la mesa redonda que abordará todo lo relacionado con la farmacia. Este farmacéutico, responsable del servicio de Farmacia del Hospital General Universitario de Elche, destaca la importancia del farmacéutico en el asesoramiento a los pacientes.

#### ¿Qué papel juega el farmacéutico en la prevención cardiovascular y la hipertensión?

El tratamiento de un paciente con hipertensión es multidisciplinar e incluye tanto médicos como farmacéuticos, enfermeros y otros profesionales. El farmacéutico aporta consejos sobre la medicación, nutricionales e intenta conseguir que el paciente sea consciente de su estado, ya que al ser una enfermedad