

# No se puede dirigir si no se sabe analizar

Si no existe la Organización y el Control, los planes y las ideas después del primer impulso van perdiendo eficacia, van cayendo a la rutina, van cayendo en el conformismo y acaban con el tiempo por ser simplemente un recuerdo...

No se puede dirigir si no se sabe analizar y no se puede analizar si no hay datos verídicos y si no hay todo un sistema de recolección de datos confiables, sin mentiras y globos, si no hay toda la preparación de un sistema estadístico y hombres habituados a recoger el dato y transformarlo en números.

De manera que esta es una tarea esencial.

**Comandante Ernesto Che Guevara**

## Uso de medicamentos y conducción de vehículos

JOSÉ A. DE LA OSA

Aunque es un hecho conocido que los accidentes del tránsito tienen un origen multicausal, una especialista en Farmacología nos invita en esta oportunidad a "repasar" lo que califica de "asignatura pendiente" en el abordaje de este importante tema: el uso de medicamentos y la conducción de vehículos.

La doctora Gisela Jiménez López indica que una amplia gama de sustancias pueden afectar las capacidades psicomotoras, que incluyen el tiempo de reacción y la coordinación mano-ojo, y también las cognitivas que intervienen en la toma de decisiones adecuadas, necesarias ambas para una conducción segura.

Los mecanismos generales a través de los cuales un determinado fármaco podría afectar al conductor, pueden ser la somnolencia o efecto sedante (las personas se duermen manejando), reducción de los reflejos y aumento del tiempo de reacción, alteración de la percepción de las distancias y de la vista o la audición, estados de confusión y aturdimiento y, asimismo, trastornos musculares de carácter agudo, como espasmos, calambres y la incoordinación motora.

Los medicamentos con mayores efectos negativos sobre la capacidad de conducción son los utilizados para tratar la ansiedad, la depresión, los empleados para producir relajación muscular y los antihistamínicos, entre otros.

Ahondando en su análisis dice que los sedantes reducen la ansiedad y la agresividad, inducen el sueño, reducen el tono muscular y la coordinación motora. Todas estas acciones inciden en la capacidad de reacción y en los reflejos del paciente, por lo

que afectan directamente la conducción. Cuando se utilizan en dosis elevadas, producen efectos comparables a los de una intoxicación alcohólica.

Los antidepresivos actúan a nivel del sistema nervioso para recuperar el humor del paciente deprimido y, como presentan propiedades desinhibidoras y efecto sedante, provocan cansancio, torpeza e inseguridad, llegando a producir dificultad de concentración y pensamiento si el consumo se alarga en el tiempo.

Los relajantes musculares tienen un efecto directo sobre la capacidad de conducción, al igual que aquellos utilizados en el tratamiento de la psicosis.

Al referirse a los antihistamínicos dice que se relacionan con la sedación y, por tanto, disminuyen los reflejos necesarios para conducir sin peligro.

En cuanto a los pacientes diabéticos que son tratados con un hipoglucemante oral o con insulina, alerta de que tienen más riesgos de sufrir un accidente si presentan un episodio de hipoglucemia durante la conducción.

¿Recomendaciones generales? En estos casos, dice la especialista, se centran en no automedicarse, ni siquiera variar el horario de ingestión de la dosis sin previa consulta médica, leer el prospecto que acompaña al fármaco y consultar siempre al especialista los efectos específicos de sus indicaciones sobre la capacidad para conducir un vehículo automotor.

"Es esencial evitar la administración simultánea de medicamentos para impedir interacciones y nunca consumir alcohol para conducir", subraya la profesora Jiménez López, quien se desempeña en la Dirección Nacional de Medicamentos y Tecnologías Médicas, del Ministerio de Salud Pública.



FOTO: ISMAEL FRANCISCO

## Cuba cuenta con 11 millones 163 mil 934 habitantes

**Dan a conocer los datos preliminares del Censo de Población y Viviendas 2012, los que ratifican tendencias esperadas**

Leticia Martínez Hernández

Según datos preliminares del Censo de Población y Viviendas realizado en septiembre pasado, Cuba cuenta con 11 millones 163 mil 934 habitantes, de los cuales el 50,09 % son mujeres y el 49,91 % hombres, con lo que se confirma el equilibrio entre sexos de la población de la Isla.

Juan Carlos Alfonso Fraga, director nacional del Censo, explicó a **Granma** que estos resultados están en el entorno de lo esperado en variables como el sexo, la edad y la distribución de la población por territorios. Las cifras finales, que lógicamente tendrán mayor precisión y detalle, se obtendrán en junio del 2013. En estos momentos, acotó, los trabajos censales continúan en sus importantes etapas de revisión, codificación y digitación.

Dijo también que se están trabajando más de cuatro millones de cuestionarios, que incluyen 39 preguntas sobre las personas y sus viviendas, además de otros datos identificativos, todo ello genera un análisis profundo de cada respuesta. De ahí que se deba esperar un tiempo prudencial para obtener los resultados concluyentes. No se trata, enfatizó, de problemas de recursos, o de otra índole, sino del hecho real de que es un cúmulo inmenso de información para procesar. Y es que "el Censo es la investigación estadística fundamental que hace un país, y es además una de las más importantes en el campo social, precisamente por la cantidad de cifras que genera y por su complejidad".

Hasta el momento es posible informar que se censaron tres millones 931 mil 643 unidades de alojamiento, de las cuales tres millones 927 mil 020 son viviendas. La diferencia entre esas dos cifras, explicó Alfonso Fraga, corresponde a locales

de trabajo donde vive alguien permanentemente y a colectividades, entendidas estas, por ejemplo, como hogares de ancianos o casas para niños sin amparo filial.

Al comparar los resultados de los últimos dos Censos, ha habido un aumento en la cantidad de viviendas. Las cifras preliminares del 2012 constatan un incremento de 399 mil 026 con respecto al 2002.

Otro de los datos aportados es la cantidad de personas por unidad de alojamiento, fijada esta en 2,84. Dicha cifra disminuye en relación con el Censo anterior, cuando se contabilizó en 3,16. Según el especialista, esto indica que la construcción de viviendas creció más aceleradamente que la población.

Sobre este tema aseveró que en el decrecimiento de la población cubana es decisiva la baja natalidad. Recordó que el año 1977 fue el último en que Cuba tuvo como promedio dos hijos por cada mujer, a partir de entonces comenzó a decaer. "Actualmente el país tiene un desarrollo demográfico alto y crece poco".

En cuanto a las edades, las cifras del Censo coinciden en sus tendencias con el cálculo por el sistema estadístico. De esta manera se registra con 60 años o más un 18,3 % de la población cubana, lo cual ratifica el envejecimiento que vive el país, y entre cero y 15 años un 18,4 %. En consecuencia, la mayor concentración poblacional está en las edades comprendidas entre los 16 y 59 años, al ser el 63,3 % del total.

Por territorios, se corrobora que La Habana, Santiago de Cuba y Holguín son las provincias más pobladas, con el 37,9 % del total del país. Mientras, la Ciénaga de Zapata se mantiene como el municipio menos poblado con 9 000 habitantes y Santiago de Cuba como el de mayor población, con más de 500 mil.