

CONDUCCIÓN SEGURA EN LAS ENFERMEDADES CRÓNICAS

JUAN CARLOS GONZÁLEZ LUQUE. DGT
ELENA VALDÉS RODRÍGUEZ. DGT
F. J. ÁLVAREZ GONZÁLEZ. Universidad de Valladolid

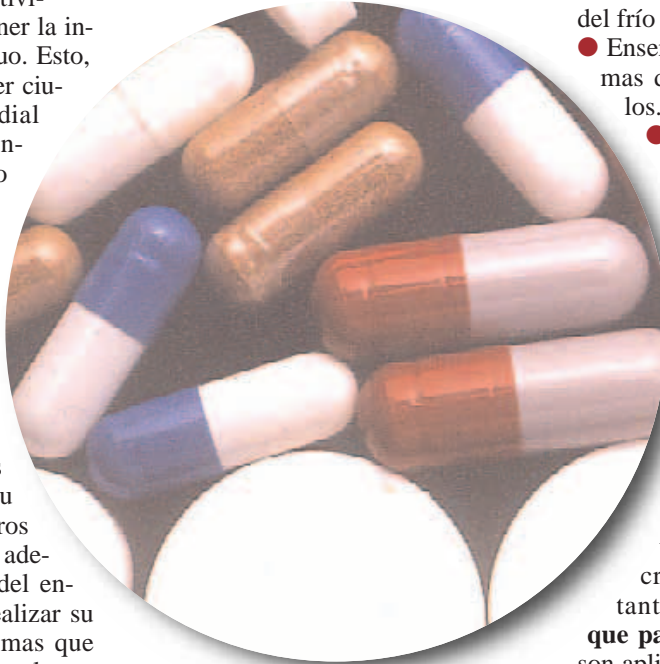
Conducir es esencial para mantener la independencia del individuo, incluso aunque padezca enfermedades crónicas. Conocer los síntomas de su enfermedad, cómo tratarla y hacer caso al consejo médico sobre las limitaciones que puedan afectar a la conducción son claves para mantenerse dentro de límites seguros al volante.

La conducción es una actividad esencial para mantener la independencia del individuo. Esto, importante para cualquier ciudadano, resulta primordial para aquellos que sufren una enfermedad crónica. El equilibrio entre autonomía y seguridad va a depender en gran medida del conocimiento que tenga el enfermo de su patología.

La mayoría de las enfermedades crónicas que pueden originar disminución en las capacidades para conducir un vehículo pueden hacerlo bien por sus manifestaciones agudas o por el deterioro derivado de su evolución. Tanto unas como otros pueden ser minimizados con un adecuado conocimiento por parte del enfermo no sólo de cómo debe realizar su tratamiento, sino de los problemas que de forma aguda o crónica le va a plantear su enfermedad.

Conocer los síntomas

Un ejemplo de complicación aguda, en el seno de una enfermedad evolutiva, es la hipoglucemia (bajo nivel de glucosa en sangre), que es el problema fundamental que puede plantearse a quien padece Diabetes Mellitus de forma repentina durante la conducción. Esa hipoglucemia dará lugar a la aparición inicial de sensación de hambre, temblor y sudoración; si no se trata de forma precoz, puede continuar con síntomas de confusión y desorientación, llegando a producir una pérdida de conciencia. La hipoglucemia puede tener múltiples causas: dosis excesiva de medicación, no haber ingerido suficientes alimentos, presentar alguna enfermedad febril, vómitos, etc. que desajusten el tratamiento médico prescrito. Un conocimiento correcto de la enfermedad, de sus posibles manifestaciones, del manejo de la medicación y las interferencias que ésta pueda tener con otros fármacos o sustancias como el alcohol evitará, en la mayoría de las ocasiones, que se produzcan



síntomas severos y que el paciente se exponga a una situación de riesgo vial. Las principales **recomendaciones al conductor diabético** para evitar problemas derivados de la hipoglucemia son:

- Aprenda a reconocer sus síntomas de hipoglucemia.
- Realice controles de glucosa en sangre antes de conducir, fundamentalmente en situaciones especiales: antes de un viaje.

La hipoglucemia produce hambre, temblor y sudoración. Si no se trata de forma precoz, continúa con confusión y puede hacer perder la conciencia

- No conduzca si sus niveles de glucosa son demasiado bajos (pregunte a su médico qué es demasiado bajo para usted).
- Conozca cómo y cuándo debe tratar su hipoglucemia, especialmente si está conduciendo.
- Lleve siempre en su coche hidratos de carbono de absorción rápida para el tratamiento de la hipoglucemia y su información médica.
- En los viajes proteja su medicación del frío y del calor
- Enseñe a sus acompañantes los síntomas de hipoglucemia y cómo tratarlos.

- No conduzca cuando su médico le haya prescrito un cambio en la dosis o el tratamiento hasta no estar seguro de que tiene controlados los niveles de glucosa en sangre.

Las complicaciones que al diabético le pueden surgir a lo largo de su evolución —como cardiopatía isquémica, afectación renal o de la visión— no difieren esencialmente, en cuanto a su repercusión en la seguridad vial, del resto de las patologías crónicas de otras personas. Por tanto, los **consejos al conductor que padece una enfermedad crónica** son aplicables a todos los enfermos crónicos.

- Comunique a su médico sus hábitos de conducción
- Pídale consejo respecto a la conducción de vehículos
- Siga sus advertencias en relación con la medicación.
- No consuma alcohol antes de conducir, especialmente si está en tratamiento con medicamentos: en muchos casos, la suma de las dos sustancias puede perjudicar seriamente sus capacidades.
- Si sufre algún proceso agudo (gripe, gastroenteritis...), puede interferir con su enfermedad y la suma de medicaciones disminuir su capacidad de conducción.
- Si está fatigado o no ha dormido bien, descanse antes de iniciar un viaje.
- Si es posible, y fundamentalmente si tiene problemas de visión, viaje en las horas centrales del día (evite el amanecer, el atardecer y la noche).

En las enfermedades crónicas, la conducción segura se sustenta en dos pilares: en el adecuado conocimiento de la enfermedad por el conductor y en un oportuno consejo médico. ♦