

La automedicación responsable informada para enfermedades leves, garantía de una atención sanitaria adecuada en tiempos de crisis

Autocuidado + información + responsabilidad = sostenibilidad del sistema sanitario

* Entre el 40-60% de las visitas a Atención Primaria son dolencias que se podrían autotratar o simplemente tienen un carácter administrativo

* En España el mercado de fármacos sin receta está en torno al 20%

* La fitoterapia emerge como un pilar más para asentar el autocuidado guiado por el farmacéutico

Barcelona, jueves 24 de octubre.- Clásicamente la automedicación es un concepto que se asocia con tintes negativos y con un cierto fracaso de la sociedad y de los profesionales sanitarios. Sin embargo, en tiempos de crisis y con un modelo de sistema sanitario en peligro, **los autocuidados pasan a convertirse en un alternativa razonable, e incluso deseable en algunos casos, a las habituales prácticas asistenciales.** Pero no se trata de una automedicación de cualquier tipo ni para todas las enfermedades.

Como expone el Dr. José Luis Llisterri, presidente de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN), **“la automedicación responsable informada para las enfermedades leves es una medida prioritaria en el actual contexto de crisis económica y de sostenibilidad del sistema sanitario”**; a su juicio, **“neutraliza los costes de la factura farmacéutica y fomenta la responsabilidad individual”**.

En el transcurso de una mesa redonda que se celebra hoy en el 35º Congreso Nacional de SEMERGEN, **médicos de Familia y farmacéuticos debate sobre las aportaciones del autocuidado, la fitoterapia y la atención farmacéutica en el mantenimiento de la sostenibilidad del sistema de salud**, siendo ésta la primera vez que en un congreso de esta sociedad científica participan formalmente farmacéuticos comunitarios y la **Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC)**.

Para el moderador de esta mesa, el Dr. Gustavo Rodríguez Roca, médico de Familia. Centro de Salud de La Puebla de Montalbán (Toledo), **“el ciudadano requiere cada vez más información sobre el autodiagnóstico (e-Salud) y demanda asumir responsabilidades en su salud**, todo ello debido a una mayor accesibilidad al conocimiento médico. No sólo debemos **cubrir estas exigencias de nuestros pacientes, sino que también las debemos utilizar en su beneficio y en provecho del propio sistema de salud”**.

En España el mercado de fármacos sin receta está en torno al 20% y se estima que entre el 40-60% de las visitas a Atención Primaria son dolencias que se podrían autotratar o simplemente tienen un carácter administrativo. Partiendo de esta realidad, el presidente de SEMERGEN, insiste en las consecuencias positivas que puede tener un

autocuidado bien estructurado, informado y circunscrito a enfermedades leves. “No solo **lograríamos reducir el número de consultas en Atención Primaria (y, por tanto, los costes)**, sino que también se lograría disminuir el número de fármacos facturados a la Seguridad Social y también la cantidad de bajas laborales y/o de permisos para asistir al centro de salud (con la consiguiente ganancia en productividad laboral)”.

Pero para lograr estos objetivos **se requieren múltiples intervenciones y a diferentes niveles**. Según el Dr. José Luis Llisterri, “se debe intervenir en la administración, los usuarios, los médicos, los farmacéuticos, la reclasificación de productos farmacéuticos para el tratamiento de patologías leves, el etiquetado de medicamentos y prospectos...”.

El papel del farmacéutico


El autocuidado debe ir ligado a decisiones terapéuticas acertadas y, para eso, es fundamental el **farmacéutico comunitario, “un experto en salud y un sanitario esencial para conseguir que el autocuidado sea eficiente”**, explica el Presidente de la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC), Jesús Carlos Gómez Martínez.

La prestación farmacéutica es uno de los campos donde más se puede favorecer un autocuidado responsable y óptimo, por eso **“es necesaria la evolución de la actual práctica profesional del farmacéutico hacia una orientación más centrada en el paciente”**, afirma el Dr. Gustavo Rodríguez Roca, quien reconoce que “el paciente demanda nuevos servicios asistenciales de la Farmacia, no sólo relacionados con la dispensación de medicamentos; **se quiere una farmacia profesional y sostenible, comprometida con la salud y la eficiencia del sistema”**.

La **atención farmacéutica**, entendida ésta como Dispensación-Indicación Farmacéutica-Seguimiento farmacoterapéutico, **es clave en la evolución de la actual práctica profesional del farmacéutico hacia una orientación más centrada en el paciente**. Desde SEMERGEN, indica su presidente, **“queremos impulsar la Atención Farmacéutica y conseguir la implicación de todos** (organizaciones profesionales y administración sanitaria) en su desarrollo”. Y es que, como añade Yolanda Tellaeché, Presidenta del Instituto de Formación de COFARES **“el hecho de que el farmacéutico comunitario ejerza fuera de los centros de salud no puede colocarlo fuera del sistema: todos tenemos que hacer un esfuerzo de integración”**.

Pero esto solo es posible si se parte de un elemento esencial: la formación. En opinión de la Presidenta del Instituto de Formación de COFARES, **“la formación es imprescindible para una farmacia evolucione hacia un perfil más asistencial**. Formación planificada y seleccionada, según los objetivos buscados: autocuidado personalizado basado en el conocimiento, prevención y promoción de la salud, formación para el envejecimiento y cuidados de larga duración”.

Aunque se reconoce que los farmacéuticos tienen, en general, una formación adecuada a la demanda actual de su actividad, **“estamos en proceso de adaptación, fundamentalmente en la actualización de conocimientos en el plano asistencial”**, señala la presidenta del Instituto de Formación de COFARES.



Los farmacéuticos facilitan la personalización del autocuidado o, lo que es lo mismo, realizan un autocuidado asistido. El medicamento o producto sanitario tiene sus garantías de calidad y el farmacéutico define si es adecuado, cómo, cuánto y hasta cuándo lo debe o puede tomar una persona en concreto. En definitiva, destaca Yolanda Tellaeché, “**el farmacéutico aporta al paciente seguridad y confianza, mientras que al sistema sanitario le reporta eficacia en el uso correcto de los medicamentos y productos sanitarios de autocuidado**”.

Buscando soluciones hasta debajo de las plantas

En este contexto, la fitoterapia emerge como un pilar más para asentar el autocuidado guiado por el farmacéutico, más aún cuando **se detecta “un claro regreso de las plantas medicinales a la Farmacia** (en este momento el canal farmacia es seleccionado por algo más de un 35% de los usuarios de fitoterapia)”, según la presidenta del Instituto de Formación de COFARES, quien asegura que “**los conocimientos del paciente y su medicación que tiene el farmacéutico lo colocan en una posición preferente en el uso de las plantas medicinales**”.

La fitoterapia permite abordar muchos problemas de salud antes de llegar al tratamiento con medicamentos de prescripción y complementar tratamientos con medicamentos. El Presidente de SEFAC, Jesús Carlos Gómez Martínez, asegura que “**es una alternativa de valor sanitario con estudios científicos que la avalan**, permite conseguir resultados terapéuticos y redonda en beneficios de salud y de rentabilidad económica para el Sistema Nacional de Salud”.

En SEMERGEN se concede una creciente trascendencia al papel de la fitoterapia e, incluso, recientemente se ha creado un Grupo de Trabajo específico en esta área.

Acerca de SEMERGEN

La Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria, SEMERGEN, es la sociedad científica decana de la Atención Primaria en España, con 40 años de experiencia. Se estableció con el objetivo fundamental de promover la Medicina de Familia mediante el mantenimiento y mejora de la competencia profesional de los médicos, fomentando la investigación y facilitando la formación continuada del médico con el fin de mantener la calidad en el cuidado de la salud de los ciudadanos.

Dispone de 17 delegaciones autonómicas y celebra elecciones democráticas cada 4 años. En 1999 se creó la Fundación SEMERGEN. Este año celebra su 35 Congreso Nacional en Barcelona, del 23 al 26 de octubre, además de decenas de congresos autonómicos, jornadas y talleres. Cualquier información acerca de las actividades que organiza la Sociedad la podrás encontrar en www.semergen.es.

Para más información:

Guillermo Castilla

Responsable de Prensa y Comunicación de SEMERGEN

617 90 50 69 / gcastilla@semergen.es