



El color de mi cristal



Joan R. Lladós

Farmacéutico comunitario

jrlldos001@cofb.net @

“
La utilización de medicamentos sin receta es un tema demasiado importante para dejarlo exclusivamente en manos del consumidor o de las recomendaciones publicitarias

Andante sin receta, *ma non troppo*

Cada vez más potentes y específicos, los medicamentos se han consolidado como un arma terapéutica de primera magnitud, y su consumo en las últimas décadas se ha convertido en algo habitual gracias a avances como la universalización de la asistencia sanitaria pública, una mayor democratización de la información sobre salud y un nuevo rol del ciudadano con respecto al control de su propia salud. A pesar del efecto positivo que estas mejoras han producido en los niveles de salud de la población, actualmente la relación entre las limitaciones presupuestarias y la saturación de nuestro sistema sanitario público está provocando una desviación (no siempre transparente) de los recursos hacia el ámbito privado, así como un desplazamiento del propio gasto público hacia el futuro.

En este contexto, la utilización de medicamentos que no precisan receta médica puede suponer una poderosa herramienta para contribuir a la necesaria eficiencia y al ahorro, tanto para el sistema público como para el propio usuario. Para el erario público, el ahorro se produce tanto en el gasto directo en medicamentos (completamente a cargo del usuario) como en el derivado de la desmasificación de las consultas. Para el usuario, en cambio, el ahorro procede del menor desplazamiento necesario (ubicuidad de las farmacias en el territorio) y de una menor pérdida de tiempo (sin cita previa ni listas de espera), aumentando así su productividad. La suma de estos ahorros puede llegar a ser bastante mayor que el coste del propio medicamento.

El mayor acceso a la información, especialmente a través de Internet en páginas no siempre fiables, está consolidando un incremento del interés de los individuos por el cuidado de su propia salud y la automedicación. Es cierto que los principios activos de los medicamentos de venta sin receta presentan numerosos beneficios potenciales para el usuario (eficacia, seguridad, riesgos mínimos, accesibilidad rápida y elevada, amplias posibilidades de elección, coste aceptable y

un rol activo en el autocuidado). Pero también lo es que ningún fármaco está totalmente exento de riesgo, y que ni la eficacia ni la seguridad de un tratamiento farmacológico dependen sólo de las cualidades intrínsecas del medicamento, sino de su correcta utilización. Por ello, la presión creciente de los pacientes por asumir el autocontrol de su salud y su tratamiento no debería convertirse en una opción que, aunque perfectamente válida y aceptada, constituya un camino que deba recorrer en solitario el propio usuario.

Y es precisamente la actuación profesional del farmacéutico la mejor herramienta para optimizar la adecuación, eficacia y seguridad de cada medicamento en cada persona en una circunstancia concreta. Siempre y cuando, ante la demanda del paciente, el farmacéutico sea capaz de activar de forma sistemática una verdadera intervención proactiva, basada en criterios clínicos y amparada en protocolos consensuados. Dicha intervención debe incluir la obtención de información (sobre el paciente, su dolencia actual, otras enfermedades y tratamientos...) para que su posterior evaluación permita establecer un verdadero plan de acción que incluya medidas de autocuidado y la provisión del medicamento más adecuado con la información necesaria o, en su defecto, la correspondiente derivación por escrito al médico.

La utilización de medicamentos sin receta en sociedades como la nuestra es un tema demasiado importante para dejarlo exclusivamente en manos del consumidor o de las recomendaciones publicitarias. Las características de la farmacia y las funciones del farmacéutico deben ser consideradas como un elemento estructural del mecanismo idóneo que permita a los pacientes tomar las decisiones adecuadas para un desarrollo seguro y efectivo del autocuidado y la automedicación. La protocolización de estos servicios y su obligado cumplimiento serían una verdadera garantía para todos. ●

Automedicación, ¿debe el farmacéutico promoverla?

Sí y no

En una sociedad que se caracteriza por un fácil acceso a un gran volumen de información, en un contexto de crisis económica, con recursos sanitarios limitados y disminuidos, con importantes listas de espera y dificultad en la accesibilidad al sistema sanitario, podemos preguntarnos si debemos promover la automedicación. La respuesta puede ser sí y no. Sí, si promovemos una automedicación responsable. No, si promovemos un uso de fármacos indiscriminado, sin indicación ni supervisión facultativa.

Entendemos como automedicación la toma de un medicamento por iniciativa propia, sin ninguna intervención de un médico o farmacéutico en el diagnóstico, prescripción o supervisión del tratamiento.

La automedicación responsable implica el uso de medicamentos para el tratamiento de síntomas menores, que el paciente reconoce de otras ocasiones, y siempre y cuando no haya otros síntomas añadidos que puedan hacer pensar que se trata de una patología distinta. Este concepto va más allá de la simple prescripción de fármacos, ya que pueden ser medicamentos de acceso libre o medicamentos prescritos con receta previamente por el médico.

La Organización Mundial de la Salud considera que la automedicación responsable puede ser una forma de atención válida de la salud en los países desarrollados. De esta manera, para determinados procesos no sería necesaria la atención sanitaria directa, lo que evitaría visitas a centros de salud y disminuiría los costes sanitarios.

La automedicación responsable lleva implícito un aumento del conocimiento de la cultura sanitaria por parte de los pacientes; se promueve el uso de medicamentos en el tratamiento de determinados síntomas de patologías crónicas o recurrentes, el paciente los reconoce y toma la medicación que otras veces ya se le había prescrito. De esta manera se incrementa la autonomía y la responsabilidad en el cuidado de la salud. No obstante, no podemos dejar de mencionar

los riesgos que comporta la automedicación, como son:

- Toxicidad: aparición de efectos secundarios, reacciones adversas o intoxicaciones por medicamentos.
- Diagnóstico incorrecto, que puede traducirse en una falta de eficacia del fármaco, por utilizarlo en situaciones en que no está indicado, o en una prolongación o enmascaramiento de un síntoma o enfermedad.
- Aparición de resistencias, sobre todo en la utilización de antibióticos.
- Mayor riesgo de provocar dependencia a fármacos.
- Errores en la utilización del fármaco: infra o supradosis, aparición de interacciones con otros tratamientos...

Teniendo en cuenta que la automedicación en nuestra sociedad es una realidad, debemos intentar que sea lo más responsable y segura posible. Para ello, debemos diseñar estrategias para reducir los riesgos. Será imprescindible enseñar a nuestros pacientes la naturaleza de su enfermedad, los síntomas y las características de los distintos tratamientos. El paciente ha de saber cuándo debe consultar a un profesional sanitario porque el riesgo de automedicarse sobrepasa los beneficios. Todo ello englobado en un marco más amplio, que es el incremento de la autonomía y responsabilidad de los pacientes en el cuidado de su salud. ●



Cristina Vedia

Farmacóloga clínica.
SAP Barcelonès
Nord i Maresme.
ICS Departament de
Farmacologia Clínica.
UAB

@cvedia.bnm.ics@gencat.cat

**Sí, si
promovemos una
automedicación
responsable. No,
si promovemos
un uso de
fármacos
indiscriminado,
sin indicación ni
supervisión
facultativa**



ENTRA EN LA WEB Y COMÉNTALO

#automedicacion