

● Un día en la farmacia de...

Texto: Francesc Pla
Fotografías: ©Ruben Cacho

Ana Teresa Jódar
Farmacia Alcazarén (Alcazarén, Valladolid)

Vocación de farmacéutica rural

“
Quiero creer que se puede seguir dando una atención farmacéutica de calidad en los núcleos rurales, y apuesto por ello. Tengo proyectos de futuro aquí y lucharé por ellos como una jabata»

Ana Teresa Jódar Pereña se licenció en Farmacia por la Universidad de Salamanca y en la Isabel I de Burgos en Nutrición. Posee un máster en atención farmacéutica por la Universidad de Valencia y es especialista en ortopedia por la Universidad de Alcalá de Henares. Actualmente es titular de la Farmacia Alcazarén, vocal de Ortopedia en el COF de Valladolid y en el Consejo de Castilla y León, y directora del Posgrado de Experto en Ortopedia de la Universidad Isabel I de Burgos.



El rojo de la sangre de Ana Teresa Jódar algo debe tener que ver con el color de la cruz de la farmacia de sus padres. Una familia farmacéutica: el padre, ya fallecido, la madre y su hermano mayor comparten profesión. Cuando era una niña imaginaba que sería médico de bebés, y de joven su pasión por la química y los animales la tentaron con la ingeniería química y la veterinaria, pero pudo la farmacia. No tiene ninguna duda sobre el acierto de su elección: «Me considero una farmacéutica vocacional y específicamente farmacéutica asistencial». De hecho, renunció

de poder trabajar en la farmacia familiar, a continuar preparándose para un futuro concurso en Castilla y León. Sin embargo, el concurso no llegaba y en aquellos años su madre recibió una oferta de compra por su farmacia. «La decisión fue dura –reconoce–, en especial para mi madre, pero yo prefería el ámbito rural y ni de lejos podía igualar la oferta que habían hecho por ella.» La farmacia se vendió y ella se fue a trabajar como adjunta a otra farmacia que nada tenía que ver con su entorno familiar. «Esa temporada –recuerda– me permitió ensanchar horizontes y conocer



a una beca de investigación en farmacoepidemiología porque le gustaba mucho más el trato con el paciente en la farmacia. «He venido al mundo rural para quedarme», asegura con la rotundidad del que sabe que está en el sitio que quiere estar.

Al finalizar los estudios ya afloró su querencia por el mundo rural y prefirió realizar las prácticas tuteladas en una farmacia rural: «Conocía bien el funcionamiento de la farmacia en la ciudad por la farmacia de mis padres y quería tener otra perspectiva», explica, y añade que siempre ha querido lograr sus objetivos con su propio esfuerzo: «Preferí prepararme bien para el concurso de farmacias de Castilla y León del año 2005. Quedé bien situada, pero no pude optar a la farmacia porque aún no tenía el máximo de años trabajados».

Convicción e independencia

Su criterio independiente y su firme voluntad de ejercer en la farmacia rural la empujaron, a pesar de tener la posibili-

“ Me preocupa que un imprevisto o un problema de salud provoquen que el pueblo se quede sin servicio y los vecinos deban desplazarse a otro municipio »

distintas maneras de gestionar la farmacia, hasta que apareció la oportunidad de comprar una farmacia rural, la farmacia de Alcazarén de la que soy titular actualmente.»

Ana Teresa ha tenido una trayectoria profesional cuando menos curiosa: ejerció en la farmacia familiar en una ciudad para continuar de adjunta en otra farmacia urbana y acabar siendo titular de una farmacia rural. «Esto es lo que más me gusta», afirma con convicción.

Alcazarén es un pueblo de setecientos habitantes en la Tierra de Pinares de la provincia de Valladolid. Es tierra de cereales y de vides de la denominación de origen de Rueda, un pueblo de la España que va vaciándose: en medio siglo su población ha disminuido a la mitad. Aunque esta circunstancia no parece doblegar la voluntad de Ana Teresa: «Es mi primera farmacia como titular y en mis planes no está dejar de serlo. Me han hecho ofertas de compra varias veces, pero no es lo que quiero. Quiero desarrollar mi carrera profesional aquí y no contemplo es-

bitantes», nos cuenta con el semblante de preocupación y responsabilidad de quien sabe que es muy importante mantenerse al pie del cañón.

Reconoce que «trabajar sola añade mucha dificultad al día a día en el trabajo», sobre todo porque siempre le ha gustado trabajar en equipo. En el año 2009, cuando empezó a ejercer en esta farmacia, lo hizo con la ayuda de una auxiliar, pero ahora está sola: «El momento más duro que he pasado en esta farmacia fue tener que prescindir de ella, porque la farmacia no daba para más». La soledad le ge-



ta farmacia como un trampolín para saltar a otra en el ámbito urbano».

La gente del pueblo, su gente, es lo que da sentido a su labor. «Sin duda lo mejor de esta farmacia es la gente, tanto la de Alcazarén como los 186 habitantes de Hornillos de Eresma, donde tengo un botiquín», explica. Los vecinos del pueblo son plenamente conscientes de la importancia de que exista una farmacia. «La gente participa en las actividades que organizo, incluso ellos me proponen temas para tratar o actividades a realizar», comenta con orgullo.

No es posible, en estas semanas de pandemia y confinamiento, obviar las circunstancias excepcionales que está viviendo toda la farmacia y especialmente la farmacia rural. «En estos días tan difíciles se pone de manifiesto que es un servicio sanitario fundamental. He preparado la farmacia para disminuir al mínimo el riesgo de contagio. Es importantísimo evitar cualquier contagio. Si la COVID-19 entra en el pueblo, se puede llevar por delante a la mitad de los ha-

nera una carga de ansiedad adicional. «Me preocupa —explica— que un imprevisto o un problema de salud provoquen que el pueblo se quede sin servicio y los vecinos deban desplazarse a otro municipio. La media de edad es muy elevada y la movilidad no es fácil para ellos.» Las palabras de Ana Teresa nos transmiten con claridad el alto sentido de la responsabilidad que imprime ser titular de una farmacia única en un municipio.

“**Muchos de mis pacientes están en Facebook. Es una herramienta muy útil para dar a conocer novedades e informar a la población»**

Sobresfuerzo y formación

La farmacia rural, según Ana Teresa, tiene un grave problema de índole económica. «La despoblación y las medidas constantes de contención del gasto nos afectan con mucha más intensidad que a las más grandes», argumenta, y añade: «Otra cuestión que nos complica mucho la viabilidad es la escasez de personal dispuesto a trabajar en nuestras farmacias, lo que representa un sobresfuerzo muy importante y dificulta en gran medida la posibilidad de asistir a cursos de formación».

Le gustaría formarse sobre gestión, pero nos comenta con cierta dosis de crítica: «Leo sobre el tema, pero la mayoría de lo que encuentro está muy enfocado a las macrofarmacias, por lo que tiene una más que dudosa aplicación a las farmacias como la mía». Ana Teresa nos resume su estrategia en este campo: «Por ahora, realizo una gestión de supervivencia, ajustando al máximo el *stock* e incorporando novedades de forma muy prudente».

Su labor se centra en la dispensación de medicamentos, pero también incorpora otros servicios profesionales como la toma de la tensión arterial y la determinación de la glucemia: «Estoy capacitada para la realización de SPD por el ConCyL, pero no tengo ningún tratamiento activo. Los servicios profesionales deben ser remunerados, de igual modo que se cobran la toma de la tensión o las consultas de nutrición». Sin embargo, nos comenta que tiene varios pacientes que participan en el programa ADCOM destinado a aumentar la adherencia en pacientes polimedcados. «Fue un programa –recuerda– en el que se adherían indicaciones en los envases. Fracasó por lo farragoso del registro de datos, pero yo sigo realizándolo aun sin el registro porque es útil para los pacientes.»

Debemos buscar mecanismos que modulen las graves desigualdades entre farmacias que implican a menudo que profesionales deban trabajar en condiciones insostenibles»

Su formación en ambos campos le permite ofrecer también servicio de nutrición y de ortopedia con adaptación individualizada, «éste tremendamente necesario en el mundo rural con una población muy envejecida».

Intenta colaborar en la implantación de hábitos saludables. «En el año 2017 creé el grupo Andarines de la Botica, con el que salimos a caminar los martes y los jueves durante una hora», nos comenta, y añade que actualmente se estaba formando también en deshabituación tabáqui-

ca, aunque la COVID-19 la ha obligado a posponerlo. «Lo cierto es que me meto en todos los charcos», reconoce, y se nota que le gusta mojarse los pies.

Tiene claro que no debe quedarse aislada en su pueblo y que desde él quiere participar y colaborar en los debates y las iniciativas del colectivo: «Pertenezco a la SEFAC, que me aporta la formación y es una asociación que impulsa y realza la esencia del farmacéutico comunitario como el profesional sanitario que realmente es». Pertenece también a la SEFAR, «con la que más me identifico porque apoya con decisión a la farmacia rural. Es una asociación combativa, incluso con el propio gremio, al que le gusta presumir de nosotros pero que considero no nos ayuda como debiera. A veces tengo la sensación de que nos utiliza».

Actualmente está explorando ASPROFA, que «es una asociación muy joven y que creo que aporta una visión innovadora de la farmacia», y también está implicada a nivel institucional: «Soy vocal de Ortopedia del COF de Valladolid y del ConCyL. Creo que es bueno aportar a la profesión en algún momento, aunque no voy a presentarme a la reelección».

Redes sociales

Es una farmacéutica muy activa en las redes sociales. Está presente en Facebook, Twitter e Instagram, y dispone de una página web con un blog que ha reactivado recientemente. «El trabajo en la Vocalía y el grado en nutrición han acaparado mucho tiempo y las he abandonado un poco, pero ahora quiero retomarlas», explica. «Muchos de mis pacientes –añade– están en Facebook. Es una herramienta muy útil para dar a conocer novedades e informar a la población. Ahora estoy poniéndome al día en Instagram porque es la red más utilizada por los jóvenes y me interesa mucho llegar también a ellos.»

Considera imprescindible la presencia de Internet en la sociedad actual. «Me ha sorprendido –dice– la repercusión en un pueblo. Las redes sociales nos permiten que la sociedad visualice a la farmacia como un servicio de salud y empaticen con el farmacéutico como persona.» Ana Teresa tiene muy presente y como primordial la faceta personal de las redes sociales: «La presencia en Internet no debe ser un postreo, debe ser el reflejo de la personalidad del farmacéutico que hay detrás. Eso que algunos califican de imagen de marca yo lo llamo sencillamente coherencia».

Apuesta por la farmacia rural

Ana Teresa está dispuesta a construir el futuro de su farmacia. «Quiero creer –nos confiesa– que se puede seguir dando una atención farmacéutica de calidad en los núcleos rurales, y apuesto por ello. Tengo proyectos de futuro aquí y lucharé por ellos como una jabata.»

Uno de los nubarrones que amenazan a la farmacia rural es la despoblación. «No creo –opina– que haya zonas

de España que se estén vaciando. Las estamos vaciando entre todos, privándolas de servicios, de puestos de trabajo y de dignidad.»

Defiende contundentemente que es beneficioso impulsar políticas que favorezcan que la gente se quede en los pueblos. «Es un error –dice– hacer creer que invertir en el medio rural es tirar el dinero. Es una inversión que evita la masificación de las ciudades, que evita por tanto la contaminación, favorece la disminución de la especulación del suelo, contribuye al mantenimiento de los recursos naturales, aumenta la oferta turística, favorece la disminución de mayores dependientes porque el tejido social de los pueblos les permite vivir en casa mucho más tiempo. Deberíamos potenciar estos valores e invertir en esa España que vamos vaciando. Mantenerla en lugar de despojarla de servicios.»

Cree que sólo la coherencia de las actuaciones y de las actitudes puede fortalecer el modelo de farmacia basado en la propiedad del farmacéutico y la capilaridad de los establecimientos. «Si anteponemos la faceta empresarial a la sanitaria –concreta– deja de tener sentido el binomio titularidad/propiedad, y si las farmacias rurales dejan de ser viables, la capilaridad se diluye.» Y añade: «Considero imprescindible primar nuestra labor asistencial y proporcionar soluciones para la viabilidad de las farmacias rurales, que deben venir tanto de la Administración como del propio sector. A menudo no nos sentimos ni escuchados ni representados por quienes están al frente de la profesión.» Insiste en la necesidad de la solidaridad del sector: «Las farmacias de núcleos grandes gozan de una regulación de módulos poblacionales y de planificación geográfica que no tiene sentido sin la capilaridad que proporcionamos las instaladas en el medio rural. Mantener esas farmacias debería ser una cuestión que involucrara a todo el sector. Debemos buscar mecanismos que modulen las graves desigualdades entre farmacias que implican a menudo que profesionales deban trabajar en condiciones insostenibles».

Vivimos tiempos de miedo, de incertidumbre, de tristeza y de cansancio. Momentos en los que no debe-

Farmacia Alcazarén
Calle Hontanilla, 1. 47238 Alcazarén (Valladolid)
Tel.: 983 609 024
Email: infor@farmaciaalcazaren.com
Web: www.farmaciaalcazaren.com
Twitter: @farmandarina
Instagram: @farmaalcazaren

mos arrinconar lo que es el alma de nuestra profesión. Sin ella, sin su esencia asistencial, podremos enriquecer nuestros bolsillos, pero vamos a empobrecernos como profesionales. En Alcazarén lo tienen claro. ●

frikton

PREVIENE LA CAÍDA DEL CABELLO

LABORATORIO Q. B. PELAYO