

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID
FACULTAD DE FARMACIA
DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA Y MATERNO-INFANTIL



TRABAJO DE FIN DE GRADO
BOTIQUINES FAMILIARES EN
ALUMNOS DE 5º DE FARMACIA

Autoras

**Irene Navarro de la Fuente
Begoña Sáez-Torres de Vicente**

Tutoras

**Paloma Astasio Arbiza
Paloma Ortega Molina**

Madrid, Junio de 2018

Índice

Resumen	3
Introducción	4
Objetivos	6
Resultados	8
Discusión	11
Conclusión	16
Bibliografía	17
Anexo	18

Resumen

El farmacéutico ocupa un lugar privilegiado en la participación de programas de promoción de la salud dirigidos a la población para inculcar la importancia de un buen control y conservación de sus medicamentos. Es importante que estos profesionales tengan los conocimientos necesarios para asesorar a los pacientes y despejar las posibles dudas que les surjan. Nuestra **hipótesis** ha sido estudiar a la población de quinto curso de Grado en Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid para comprobar si sus conocimientos sobre botiquines son los adecuados.

Los **objetivos** fueron descubrir si la población conocía el uso del botiquín y sus requerimientos, no solo farmacológicos, si no de mantenimientos y entorno.

En cuanto al **población y métodos**, es un estudio observacional descriptivo de corte transversal en el que se lleva a cabo la recopilación de información de los botiquines de 108 estudiantes de su domicilio o su lugar de residencia. Se realiza una entrevista estructurada en la que se recogen datos sociodemográficos del paciente, así como su grado de conocimiento sobre la custodia de la medicación y material sanitario almacenados.

Los **resultados y discusión** obtenidos han sido que la mayoría de las personas que conforman la unidad familiar de nuestros estudiantes, conocen la ubicación del botiquín, pero no en su totalidad. En la mitad de las familias con niños, éstos tienen acceso al botiquín y un cuarto de los encuestados consideran que sus botiquines no se adecúan a sus necesidades. La mayoría de ellos conservan sus medicamentos en un lugar inapropiado.

Los tres tratamientos más utilizados son los fármacos analgésicos, antipiréticos y antiinflamatorios.

Por otro lado, muchos de los participantes que poseen vehículo, llevan un botiquín adicional en el mismo. Y una elevada proporción revisa el material del botiquín con mucha frecuencia, 3 veces o más al año en un 20.36%.

Las **conclusiones** a las que hemos llegado tras el análisis de los datos recogidos son, por un lado, que no todos los estudiantes conocían las directrices recomendadas por las organizaciones sanitarias sobre el almacenamiento y composición de botiquines, y por otro lado, que un alto porcentaje era consciente de los cuidados que requiere y de la necesidades que debe cubrir.

Palabras clave: botiquín familiar, estudiantes, farmacia, salud pública, medicamentos, almacenamiento, necesidades.

Introducción

En el entorno familiar hay tal variedad de botiquines, como usuarios y necesidades tenga que cubrir. Es importante tener un botiquín actualizado, pero también debe estar preparado para lo que no esperamos. Puede que nunca estemos cerca de la vitrocerámica, pero si nos ocurre un accidente y nos quemamos, desde luego queremos poder actuar con la mayor velocidad posible a fin de reducir el daño causado. El botiquín no debe limitarse a los medicamentos que necesitamos en el día a día, también debe cubrir las posibles situaciones que puedan darse por accidente, sin caer en la trampa del almacenamiento sin sentido. Más vale prevenir que curar, pero en caso de que ocurra cualquier suceso, ¿no es mejor poder tratarnos en el menor tiempo posible y de la manera más adecuada?

Ahí entra nuestra labor como farmacéuticos, nuestro servicio de atención farmacéutica, y donde se ve reflejada nuestra capacidad de asesoramiento a la población. Somos los profesionales sanitarios que estamos más a pie de calle y los primeros que debemos aprender y comprender los principios del botiquín y su finalidad. Asesorar y corregir errores que pueden derivar en problemas de salud, por equivocaciones, falta de conocimiento o mal uso es algo que no podemos hacer si no conocemos los elementos básicos.

Un botiquín es el lugar donde se reúnen los medicamentos y productos sanitarios a los que puede necesitar acceder, ya sea por su demanda diaria o en caso de accidentes o emergencias que ocurran en la vida cotidiana; por lo que un buen diseño y estado de los componentes del botiquín es fundamental ¹.

Debido a que en todos los hogares hay botiquines destinados a guardar los medicamentos para el tratamiento de sus enfermedades crónicas, así como para el alivio de síntomas leves o urgentes, en este trabajo se ha diseñado una campaña de revisión de botiquines caseros con el objetivo de supervisar las características de los botiquines almacenados en los hogares de los encuestados.

Existen numerosas guías y folletos informativos que contienen la información necesaria sobre el mantenimiento de los botiquines caseros, como el elaborado por la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid, que indica unas pautas básicas en cuanto a conservación y almacenamiento del botiquín casero, se pueden resumir en las siguientes ²:

- Se debe situar en un lugar limpio, seco y fresco.
- No se debe situar en el baño o en la cocina, ya que hay cambios frecuentes de humedad y temperatura.
- Situarlo en un sitio protegido de la luz, evitando la exposición directa al sol.
- Se debe guardar en un lugar seguro, fuera del alcance de los niños.
- Los medicamentos se guardarán siempre en su envase original y con su prospecto.
- No acumular medicamentos en desuso.

- Limpiar y revisar al menos una vez al año el botiquín para retirar todo aquello en mal estado o caducado, y reponer lo que sea necesario.
- Nunca tirar los medicamentos a la basura ni al desagüe, pueden contaminar el medio ambiente. En las farmacias hay un contenedor específico (Punto SIGRE) para la retirada de medicamentos deteriorados o caducados.

A la hora de preparar un botiquín se recomienda el uso de un recipiente que pueda cerrarse. Puede incluir material de cura (algodón, gasa estéril, tiritas, vendas, esparadrapo, suturas quirúrgicas, una cinta de goma, solución salina, algún antiséptico como agua oxigenada, alcohol para desinfectar el material y lavar la piel sana, etc.), accesorios que ayuden en la cura (tijeras, pinzas, un termómetro, vaselina estéril, una jeringa desechable, un aplicador de frío, etc.) y medicamentos. Puede tener incluso un manual de primeros auxilios, que sirva de ayuda en caso de determinados accidentes. Es muy útil poner una etiqueta en la tapadera del botiquín, con teléfonos de emergencia de utilidad (por ejemplo, centros de salud, ambulancias o el Instituto Nacional de Toxicología ³).

Pese a que el botiquín es una herramienta básica en el día a día, no se le suele conceder la importancia que merece, y es frecuente que se descuide su mantenimiento y su reabastecimiento. Debido a ello, no siempre que se necesita está accesible o cumple con los requerimientos sanitarios que debería tener, pasando de ser una herramienta útil en momentos de necesidad, a una carga o simplemente, consiguiendo que se deje de lado su uso. Aunque existen unas directrices generales de cómo debe ser el botiquín ideal, el contenido del mismo depende del sujeto y de sus necesidades. El autocuidado y autonomía del paciente depende de su conocimiento sobre los medicamentos a los que tiene acceso en su botiquín ya sea dada su patología, la que hace que requiera un uso frecuente de los mismos, o por el contrario, dada la ausencia de patología, hace que les den un uso esporádico. En ambos casos, es fundamental el papel del farmacéutico para la independencia y seguridad de las personas. El médico desde la prescripción y el farmacéutico desde la dispensación e indicación farmacéutica, intentan que los pacientes reciban los medicamentos necesarios y adecuados para resolver sus problemas de salud ⁴.

La realidad es que muchos pacientes no finalizan sus tratamientos, ya sea ante una enfermedad infecciosa cuando el paciente abandona el antibiótico, porque experimenta una remisión de los síntomas y de la enfermedad, u ante cualquier otra patología en cuanto el paciente experimenta un estado de mejoría, decide ponerle fin al tratamiento por voluntad propia antes de lo indicado. Esto trae consecuencias negativas desde el punto de vista de la salud pública (dado el creciente número de resistencias, patologías mal tratadas...). Así como el riesgo que supone tener excedentes domiciliarios en los botiquines, ya sean los destinados a aliviar dolencias, caducados, en mal estado y los resultantes de tratamientos ya finalizados, al final, acaban formando parte de su botiquín casero ⁴.

El objetivo de la presencia de un botiquín casero en los hogares es disponer de los elementos necesarios para tratar pequeñas heridas, dolencias leves ³o mantener controlada la situación

mientras esperamos la visita a un facultativo ⁵. En ningún caso sustituye a una oficina de farmacia ni debe concebirse como un almacén de medicamentos ³.

La gran accesibilidad del botiquín para los pacientes puede, en ocasiones, favorecer la automedicación, actividad que resulta muy arriesgada sobre todo en aquellos casos en los que se utilizan medicamentos que precisan legalmente receta médica, y que están en botiquines familiares procedentes de prescripciones médicas anteriores ⁶.

Nace así una preocupación por nuestra parte como profesionales sanitarios de estudiar el contenido y gestión de los botiquines familiares. En el campo de la atención farmacéutica tenemos la responsabilidad de educar sanitariamente a la población en cuanto al uso racional de los medicamentos. Además, el concepto de atención farmacéutica va más allá del objetivo de la utilización racional de los fármacos y debe ser entendido desde una perspectiva más amplia, que incorpore los conceptos de promoción de la salud y de prevención de la enfermedad ⁷. Surge la necesidad de proporcionar información y recomendaciones farmacéuticas con estos fines dirigidos al paciente, de manera oral y escrita, en cada servicio que se realiza.

Mediante este trabajo, se pretende estudiar si se comprende y se lleva a cabo un correcto uso del botiquín, si éste se ajusta a las necesidades y si cumple con los requerimientos establecidos por los organismos oficiales de salud. Se ha elegido como muestra para ello a los estudiantes de 5 curso de grado en Farmacia de los grupos A1 y C1 de la Universidad Complutense de Madrid, ya que los farmacéuticos tienen un mayor trato con el paciente y pueden enseñar y aconsejar sobre el botiquín y su correcto uso. Se ha diseñado un estudio epidemiológico observacional a través de un cuestionario que han respondido 110 alumnos.

Objetivos

El principal objetivo del estudio es determinar si los futuros profesionales farmacéuticos de los grupos A1 y C1 de la facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid conocen la figura del botiquín, su importancia y si están por tanto capacitados para aconsejar y ayudar a los pacientes y a despejar dudas a la hora de equipar correctamente sus botiquines.

Objetivos específicos:

1. Analizar las características de almacenamiento y la periodicidad con la que son revisados los botiquines familiares almacenados en los hogares de los encuestados para poder proporcionar unos consejos sobre su conservación.
2. Conocer si estos mismos profesionales sanitarios cuentan con un botiquín ajustado a los requerimientos mínimos recomendados por las autoridades sanitarias y si cumple con las expectativas de cada usuario para poder proporcionar una educación sanitaria

acorde con sus necesidades farmacológicas para mejorar su grado de conocimiento y conseguir una mayor adherencia terapéutica.

Población y métodos

Diseño del estudio: Se trata de un estudio observacional descriptivo de corte transversal.

Periodo del estudio: en el mes de diciembre la encuesta estuvo disponible para que los alumnos la realizaran. En enero, todas las encuestas habían sido respondidas.

Población de estudio: Estudiantes de quinto curso de la asignatura de Salud Pública del Grado en Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid. La población accesible la conformaron todos alumnos de la asignatura de las clases A1 y C1.

Criterios de inclusión: Pertener a los grupos A1 y C1 antes mencionados.

Criterios de exclusión: Fueron excluidos dos encuestados de 36 y 41 años puesto que se alejaban de la media y podían distorsionar los resultados. La población finalmente fue de 108 sujetos (n=108).

Variables de estudio:

- Las variables sociodemográficas de nuestra población fueron la edad, el sexo, el tipo de residencia en la que comparten su botiquín, lo que nos permitía contabilizar el número y la edad de las personas que vivían en el domicilio familiar y que hacían uso del botiquín, incluyendo niños, además de si éstos tienen acceso a él.
- La ubicación del botiquín y las características del mismo. Si dicha ubicación es conocida por todos los miembros que lo van a utilizar, su disponibilidad y la facilidad y seguridad en el acceso al mismo.
- La última variable fue el propio contenido de botiquín, el estado de los medicamentos y si se adecuaba a las necesidades del usuario. Por otro lado, también se estudió la presencia de teléfonos de emergencia y la existencia de un segundo botiquín en los vehículos.

Creación del formulario y recogida de datos: Se elaboró un cuestionario utilizando Google Formularios. Todas las preguntas eran de respuesta cerrada y de elección múltiple. Las preguntas se formularon basándose en las recomendaciones y directrices dadas por la Cruz Roja, la OMS, y otros manuales sobre contenidos y ubicación de botiquines¹⁰.

En el mes de noviembre de 2017 se realizó una prueba piloto para valorar la adecuación del cuestionario; la realización de esta prueba indicó la de realización de algunos cambios en el diseño de las preguntas y permitió la obtención de la versión definitiva del cuestionario. Tras

obtener la versión definitiva las autoras y tutoras de este trabajo avisaron en el aula de la existencia de dicho formulario. Finalmente, lo realizaron un total de 110 estudiantes, lo que representó una tasa de respuesta del 100%. El formulario de preguntas se encuentra en el Anexo I.

Análisis estadístico: El software estadístico que se empleó para el análisis de los datos recogidos fue el programa IBM SPSS Statistics versión 24, mediante el cual se crearon tablas de frecuencia que nos han permitido interpretar los datos de una manera sencilla y representativa. Todos los datos se calcularon con su correspondiente intervalo de confianza al 95% para proporciones, asegurando su fiabilidad.

Resultados

La media de edad de los encuestados es de 22.34 años, de los cuales el 80 % son mujeres y el 20% hombres.

Los resultados obtenidos a través de la encuesta corresponden a datos sobre la ubicación, la accesibilidad, si se haya apartado de factores físico-químicos que puedan alterar los principios activos como el calor o la humedad, cada cuanto tiempo éste es revisado, la composición, quién hace uso de él, si está al alcance de los niños, si hay medicamentos caducados y si tienen algún número de emergencias en él.

1.- Entorno.

La primera pregunta que se hizo fue para conocer en qué entorno viven nuestros encuestados (**Figura 1**). La mayoría vive con su familia (75 %; IC: 65.31-81.59) o comparte piso (21.30%; IC: 14.49-29.68), lo cual se ajusta a la edad y situación de la población diana.

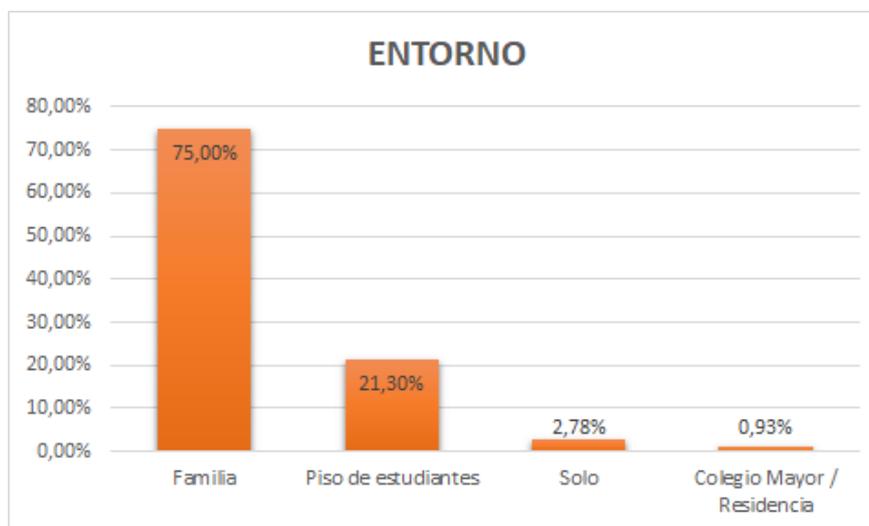


Figura 1. Distribución de la población estudiada según el lugar de residencia

2.- Ubicación y almacenamiento.

Se preguntó sobre la ubicación del botiquín, y el 91.66% responde afirmativamente a que conoce donde se encuentra su botiquín en el domicilio, pero un 8.34 % (IC: 4.43-14.95) de nuestros encuestados la desconoce.

A la vista de los resultados cabe añadir que, aunque la mayoría de los encuestados guardan su botiquín en algún lugar concreto de la casa, dicho lugar no es el adecuado. Se recomienda guardarlo en habitaciones donde no haya humedad, cambios de temperatura ni donde esté expuesto a la luz, lo cual descarta como lugares óptimos de almacenamiento el baño y la cocina, que son dos de los lugares más habituales en nuestra población (**Figura 2**).

De manera indirecta, hemos podido calcular cuántas personas guardan su botiquín en un solo lugar, o lo que es lo mismo, cuántas personas tienen un único botiquín. De tal forma, que el 69.73% tiene un solo botiquín en su hogar, y el 30.27 % , dispone de 2 o más botiquines.

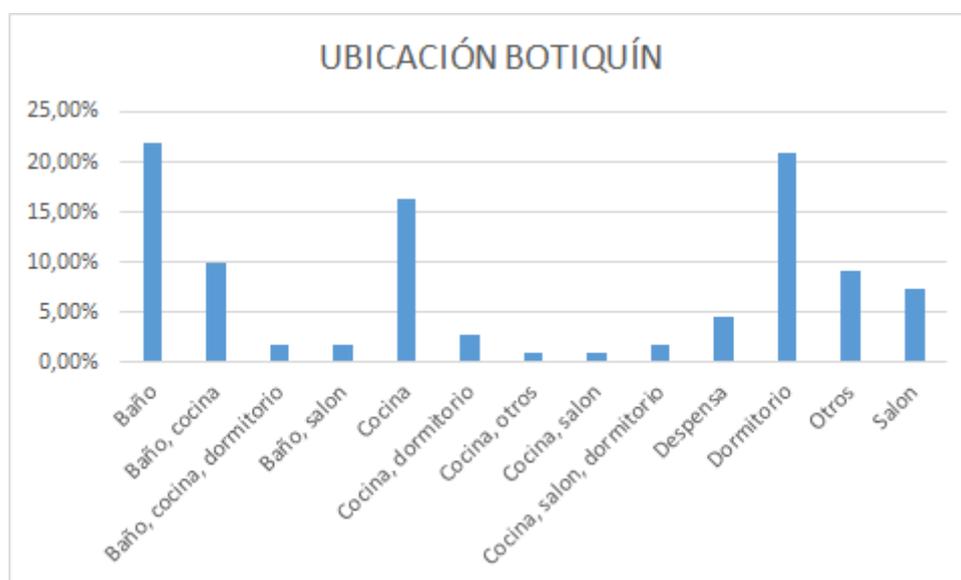


Figura 2. Ubicación de los botiquines

3.- Tiempo de revisión.

Estudiando la periodicidad con la que se revisa el botiquín, obtenemos unos resultados positivos puesto que el 68.16% (IC: 59.88-76.98) lo revisa al menos una vez al año e incluso el 20.36% (IC: 13.32-28.67) lo revisa 3 o más veces al año. De estos datos podemos deducir la siguiente relación directa “a mayor tasa de revisión del botiquín, menos medicamentos caducados tendrán en sus casas y habrá una mayor seguridad para los usuarios”.

4.- Composición del botiquín.

Dividimos la composición del botiquín en medicamentos y productos sanitarios, para así facilitar el análisis.

4.1.- Medicamentos

Tras recopilar los datos, se dividen en tres grupos según el porcentaje de tenencia en el botiquín. Entre los de mayor presencia encontramos que:

- El 100% de los encuestados tenían analgésicos en el botiquín.
- El 99.07% tenían antiinflamatorios.
- El 95.37% tenían antipiréticos.
- El 75% tenía antiácidos (no especificado antiácido o protector gástrico) y antitusivos.
- Los laxantes estaban presentes en un 74.04%.
- Los antihistamínicos se encuentran en un 69.44%.

No muy por debajo se encontraron los siguientes grupos de medicamentos:

- 50% tratamientos para picaduras.
- 44.44% corticoides.
- 43.52% antiflatulentos y antidiarreicos.
- Fitoterapia 40.74%.
- Un 28.70% tenía antihipertensivos y un 11.11% tenía diuréticos.

En menor porcentaje se vio que:

- Los broncodilatadores estaban presentes en un 19.44% de los botiquines de los encuestados.
- El 80% de los encuestados eran mujeres, pero solo un 14.81% dijeron tener anticonceptivos.
- Homeopatía 11.11%
- Un 9.26% tenía anticoagulantes.
- El uso de sedantes es del 8.33%.
- Un 4.26% tenía antidiabéticos en su botiquín.
- Un 3% tenían adrenalina en sus botiquines.
- Un 1.85% tenía antiepilépticos a su disposición en el botiquín.

4.2.- Material de cura.

Los resultados de la encuesta muestran que los materiales cura que más abundan son las tijeras de punta redonda (97.22%), termómetros (87.04%), soluciones desinfectantes (84.26%), y esparadrapo (83.33%). Seguido de ellos están el suero fisiológico (69.44%), vendas (68.52%),

tiritas (59.26%) y pinzas (42.59%). Por último, los dos productos menos abundantes fueron los guantes de goma (25%) y las gasas (12.04%).

5.- Botiquín en vehículo.

Entre aquellos que tienen un vehículo, un 15.59% (IC: 9.97-23.56) afirmaron tener otro botiquín en él.

6.- Adaptación personal del botiquín.

Aunque la mayoría consideran que sus botiquines están adaptados a lo que necesitan, un 23.64% (IC:16.83-32.66) cree que no están adecuados a sus necesidades, lo que supone un cuarto de la población (**Figura 3**).

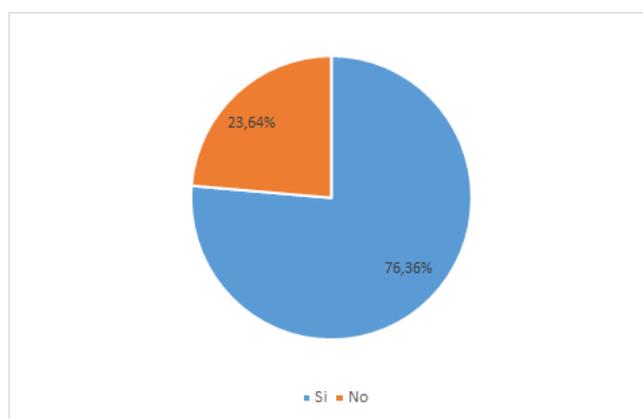


Figura 3. Adaptación de los botiquines a sus requerimientos personales.

7.- Teléfonos de emergencias

La gran mayoría de los participantes (96.33%; IC: 90.94-98.56) aseguran no tener ningún número de teléfono de emergencias en el botiquín.

Discusión

La totalidad de la población encuestada tiene un botiquín en su lugar de residencia, por eso un buen diseño del mismo es fundamental. Como ya hemos comentado, el profesional farmacéutico tiene un papel clave en la revisión de botiquines, ya que gracias a la información sobre los tratamientos farmacológicos y a la educación sanitaria proporcionada, se puede conseguir minimizar los posibles errores y aumentar el grado de conocimiento de la población, para que cuando se necesite, su uso sea idóneo.

Sin embargo, a vista de los resultados, no podemos decir que nuestra población se encuentre, a día de hoy, plenamente capacitada para asesorar sobre los botiquines. Sus conocimientos

sobre la composición y las normas de conservación del botiquín son insuficientes, y un porcentaje importante tampoco era consciente de su ubicación ideal. No obstante, no se trata de un desconocimiento total, y la mayoría de la población sí conoce casi todos los aspectos necesarios, aunque no los llevasen a cabo. Por tanto, la mejora en este aspecto puede ser considerable. Con tan solo dar a conocer las pautas necesarias para llevar a cabo una correcta revisión de los medicamentos y su estado, y algún consejo sobre su ubicación y composición, más orientativos que didácticos, estos futuros profesionales pueden llegar a estar sobradamente formados como para dar un servicio asistencial al paciente de excelente calidad, ayudando así a un mejor control de la medicación de la que se dispone en el domicilio y a una mayor facilidad de uso de los recursos del botiquín en caso de emergencia.

Durante el planteamiento del estudio nos encontramos con dos puntos que comprometen su validez. El primero de ellos fueron los posibles sesgos, que no pudieron minimizarse al máximo. El sesgo de selección implicaba que los sujetos seleccionados para la encuesta no eran representativos de la población general, pero sí podían serlo de los futuros profesionales egresados de nuestra Facultad. Otro sesgo importante era el de memoria, ya que se contestó el cuestionario sin tener el botiquín delante y sin haberlo revisado previamente (no se les avisó de ello), pudiendo ser esto causa de equivocación a la hora de enumerar los medicamentos de los que se disponían.

Sin embargo, la limitación más importante ha sido la temporalidad, ya que habiendo dispuesto de un mayor periodo de tiempo se hubiera conseguido encuestar a los demás grupos de 5º curso, así como poder hacer una segunda revisión del botiquín pasados seis meses para evaluar si las preguntas realizadas en el cuestionario les hicieron corregir sus hábitos de almacenamiento del botiquín. En la segunda revisión habríamos analizado más parámetros que surgieron a la hora de analizar la primera toma de muestras como son la existencia de los excedentes domiciliarios de antibióticos, si conservaban la caja original con su prospecto o si los medicamentos caducados se destinan al punto SIGRE.

Nuestra población está principalmente compuesta por jóvenes universitarios, cuya media de edad ronda los 22 años, y por tanto es lógico que la mayoría de ellos aún viva en el domicilio familiar. Por ello, sus botiquines no están personalizados para una sola persona, sino que en ellos se custodian los medicamentos necesarios para todos los miembros del domicilio.

Acerca del almacenamiento, las recomendaciones indican que los productos farmacéuticos se guarden en lugares frescos, secos y sin cambios de temperatura. La Sociedad Española de Quimioterapia indica que en el 97% de los hogares españoles existen medicamentos, de los cuales entre el 35 y el 67% los almacena en lugares como el cuarto de baño (28%), la cocina (25%), el salón/comedor (24%), y el dormitorio (20%). Se consideran zonas no adecuadas el baño y la cocina, dado que son espacios más susceptibles a fluctuaciones de temperatura y/o humedad, pudiendo alterar la estabilidad de los medicamentos. El 84.25% (IC: 76.44-90.03) de nuestros encuestados consideran que lo almacenan apartado de los factores físico químicos que puedan alterar la composición, pero al preguntarles dónde lo guardaban, observamos que

lo hacían de manera incorrecta en un 67.59% (IC: 58.64-75.92), ya que en su mayoría se colocaba en lugares como la cocina o el baño. Esta incongruencia nos lleva a pensar que nuestra población no es consciente de que lo guardan en lugares inadecuados.

La variedad de lugares en los que se almacenaban los botiquines nos hizo pensar que los alumnos tenían más de un botiquín en casa. Se encontró un trabajo que informa que en el 37% de los hogares se guardaban los medicamentos en más de una habitación ¹⁰. En nuestro estudio en el 30.27% de los hogares también se indicó la presencia de más de un botiquín. En este trabajo, al igual que en otros analizados ¹¹, preguntamos no sólo por la habitación en la que se guardaban, si no el lugar dentro de la habitación. Los datos obtenidos reflejan que el principal lugar donde lo ubicaron era dentro de algún armario (46.30%), en segundo lugar, un cajón (28.70%), en tercer lugar, una caja (20.37%), luego en estanterías (1.85%) y, por último, en un 0.93% en un neceser, cesta o caja. Concluimos, por tanto, que aunque la habitación donde se guarde no suele ser la adecuada, la ubicación dentro de ella sí lo es, y permite su fácil alcance para los miembros del domicilio.

En relación a la periodicidad con la que se revisaba el botiquín, en otros estudios encontramos que el 66,4% señalaba que lo hacía en un periodo comprendido entre los 0 y los 12 meses, el 13,6% en un periodo superior a un año y el 20% no lo revisaba periódicamente ⁴. En otro estudio, esta vez con estudiantes de farmacia de la universidad de Granada, los valores eran que un 31 % indicó que lo revisaba una vez al año, dos veces un 22 %, más de dos veces al año un 18 % y el 29 % admitió no revisarlo nunca. Estos datos son algo similares a los hallados en nuestra encuesta dado que el 31.48% lo revisa 1 vez al año, el 13.89% 2 veces al año, un 20.37% 3 veces o más y un 31.48% no lo revisa nunca. ¹²

Así pues, pudimos comprobar que los encuestados de nuestro trabajo que lo revisaban como mínimo 3 veces al año, son los que tienen una tasa más baja de respuesta “no lo sé” a si tienen medicamentos caducados, es decir, son los que tienen, como es de esperar, mayor control en su botiquín. Así pues, los que no lo revisaban, contestaban en un 47.05% (IC:38.57-57.00) que no sabían si tenían medicamentos caducados.

No hemos podido hallar evidencias estadísticamente significativas en cuanto a quién revisa más el botiquín. El único rango de edad en el que la diferencia era algo superior correspondía a la franja de 17 a 40 años, pero este dato no revela nada concreto, debido a la amplitud del mismo.

Podemos relacionar cada cuanto se revisa el botiquín con la presencia de medicamentos caducados. En el presente estudio los hogares que tenían medicamentos caducados representaban el 14.81%, otros estudios reportaron que esta cifra oscilaba entre el 11 y el 12%. ¹³

El porcentaje es más elevado fue del 63%, cuando se analizaron dos factores simultáneamente: medicamentos sin uso o caducados ¹⁴. El estudio realizado por SIGRE apunta que el 20 % de los ciudadanos no comprueba la fecha de caducidad cuando vuelve a utilizar un medicamento

guardado en el botiquín, este hecho podría corroborar la presencia de medicamentos caducados en los hogares ¹⁴. Otros trabajos apuntan que el almacenamiento en los hogares es una práctica común, ya que el 46% de los pacientes acumulan medicamentos y un 20% de los fármacos corresponden a productos almacenados de restos de tratamientos anteriores ^{8,9}.

Podemos pensar que cuanto más gente haga uso de un solo botiquín, más variedad de medicamentos habrá y, por tanto, más cantidad de medicamentos puedan ser acumulados. También sería lógico pensar que, ante tal variedad de medicamentos, la revisión de las caducidades y su estado se haga más trabajoso, pudiendo ser esta una explicación ante el bajo índice de revisiones del botiquín.

En 2013 el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad estudió cuales eran los medicamentos más consumidos en España. A la cabeza iban los protectores gástricos, luego los analgésicos y antipiréticos, seguidos de cerca por los antiagregantes, los antiinflamatorios, las estatinas, benzodiazepinas, diuréticos y antibióticos ¹⁵. Los datos recogidos en nuestra encuesta muestran que esta tendencia continúa sin apenas cambios pese a haber pasado 5 años desde el estudio del Ministerio de Sanidad, dado que de los 26 medicamentos sobre los que se consultaron, encontramos a la cabeza los analgésicos, los antiinflamatorios, los antipiréticos, los antitusivos y los antiácidos.

La razón por la cual los antitusivos se encuentran en cuarta posición de los más frecuentes, se puede achacar a que la encuesta se realizó en invierno y este tipo de medicamentos son más vendidos en esta época del año. Lo mismo ocurre con los antiácidos, que también comparten el cuarto lugar. Esto puede ser debido a que son los llamados “protectores gástricos” lo cual propicia un abuso de este tipo de medicamentos.

Acerca de los laxantes, que estaban presentes en un alto porcentaje, nos hace pensar sobre un posible mal uso de este grupo de medicamentos y sobre la tendencia que hay a acumular medicamentos no necesarios.

También podemos observar el elevado porcentaje en el que se hallan los antihistamínicos, puede ser una señal de que cada vez la población sufre de más alergias.

En cuanto a los antihipertensivos y diuréticos, podemos decir que estos fármacos están dirigidos a tratar la hipertensión, cuya incidencia es mucho más alta en gente de mayor edad que los individuos de nuestra población, excepto casos concretos, por eso, aunque a nivel global sean de los fármacos más consumidos, vemos un porcentaje relativamente bajo.

Respecto a los anticoagulantes, son fármacos muy utilizados junto con los antiagregantes, pero se hallan en un bajo porcentaje en los botiquines de los encuestados. Este hecho puede deberse a la juventud de la población encuestada, pero dado que la mayoría viven con sus familias, es posible que haya habido un sesgo de memoria.

El uso de los sedantes está más extendido en la población de lo que pensamos, pero solo el 8.33% dijo disponer de ellos. La disparidad de datos puede deberse o bien a un desconocimiento de composición del botiquín, o bien puede significar que al ser una población joven no requiere tanto de ellos.

Solo un 3% tenían adrenalina en sus botiquines, lo que es lógico, ya que solo se recomienda a alérgicos graves.

Respecto al material de curas, al igual que en otros estudios ¹⁰, vemos que lo más común es la presencia de termómetros, algodón y gasas. Esto se corresponde con un nivel bastante poco especializado de productos sanitarios. En general, a la vista de nuestros resultados, podemos decir que los botiquines actuales están mejor surtidos de medicamentos que de material sanitario.

En cuanto a si todos los que conforman la unidad familiar o lugar de residencia saben dónde se ubica el botiquín y a si tienen teléfonos de emergencias, no se han encontrado estudios donde se hubiese formulado directamente esta pregunta. En nuestro estudio, casi un cuarto considera que en su botiquín había medicamentos innecesarios, este dato se ajusta a otros datos hallados en estudios en los que un 39 % indicó que en su botiquín había medicamentos innecesarios ¹².

En relación a la seguridad, se considera una ubicación de riesgo la presencia de fármacos en lugares accesibles a menores de 12 años. Teniendo en cuenta esta premisa, nos ha parecido llamativo que de los hogares con niños de nuestros encuestados (5.55%; IC: 2.55-11.49) en la mitad de los hogares con niños (2.72 %; IC: 0.94-7.78), éstos tienen acceso al botiquín familiar. Este porcentaje es ligeramente superior al obtenido en otros trabajos ¹². Aun así, no deja de ser llamativo y sin lugar a dudas es un dato preocupante que debería tenerse en cuenta como posible objetivo para futuras campañas de concienciación.

No todos los encuestados disponían de vehículo propio, por lo que se incluyó también a que hicieran uso de él. Dentro de este grupo, solo un 16,4% afirmaron disponer de un botiquín de emergencias. Aunque los requerimientos de los botiquines caseros y los que se adaptan mejor al vehículo no son los mismos, la necesidad de disponer de él es igual de importante. Este es un aspecto a mejorar para aumentar la seguridad en carretera.

El último punto fue la disponibilidad de los teléfonos de emergencias en el botiquín, una práctica recomendada, pero no llevada a cabo por nuestra población. Aunque pueda parecer simple, ante una emergencia podemos ponernos nerviosos, entrar en shock, o que otra persona tenga que hacer uso del botiquín y por el motivo que sea no conozca los teléfonos de emergencia, por tanto, es crucial disponer de ellos para llevar a cabo una actuación más rápida en caso de necesitarlo. Solo un 3.8% de los encuestados dijo tener el teléfono de los servicios de urgencias, pero ninguno tenía apuntados ni el teléfono de los bomberos, de la policía ni de protección civil.

Conclusiones

- Los botiquines de los encuestados demostraron estar lo suficientemente abastecidos como para hacer frente a las emergencias que pueden surgir en el día a día.
- La ubicación del botiquín, la mayoría de las veces, no es la correcta, ya que se suele guardar en el baño y/o la cocina, y no en lugares alejados de la humedad y los cambios de temperatura.
- Un tercio de los encuestados no revisa el botiquín a lo largo del año, y casi una cuarta parte desconoce el estado y la caducidad de los medicamentos y del material sanitario que tienen. Un porcentaje similar admite tener medicamentos que no necesita.
- De las familias que tienen niños, prácticamente la mitad, no guardan los medicamentos en lugares fuera del alcance de éstos, siendo esto un riesgo de intoxicación para los más pequeños.
- Todos los encuestados afirman no tener ningún teléfono de emergencia.
- De aquellos que tienen vehículo, un elevado porcentaje tiene un segundo botiquín en él.

Bibliografía

- 1.- Solà, Montserrat, Garrido, Eva, et al (2016) EARNING EXPERIENCE FOR NURSING STUDENTS. Doi: <https://dx.doi.org/10.1590/0104-070720160002190014>
- 2.- Cruz Martos E, Larrubia Muñoz O, et al. Colaboración del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Madrid (COFM) y la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU). (2011) El Botiquín + casero. Recuperado de: <http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-disposition&blobheadername2=cadena&blobheadervalue1=filename%3DBotiquin+casero.pdf&blobheadervalue2=language%3Des%26site%3DPortalSalud&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1311007411697&ssbinary=true>
- 3.- Battle C, De Conte O (2001). Botiquín de viaje. Auxilio rápido. Revista Ars Pharmaceutica 15: 61-68.
- 4.- Hernández EB, Llamas JM, et al. (2004)Educación sanitaria: el botiquín casero. Seguimiento Farmacoterapéutico;2 (1):46-49. Disponible en: <http://www.cipf-es.org/sft/vol-02/046-049.pdf>
- 5.- Garrote A, Bonet R.(2001)De viaje en verano: el botiquín. Offarm ; 6: 71-84
- 6.- Alfonso T. 1999 El rol del farmacéutico en la automedicación. Uso de Medicamentos: análisis desde la experiencia en España. Pharm Care Esp.; 1: 157-164.
- 7.- Belon JP,2002 Consejos en la farmacia, 2 Ed. Barcelona: Masson;
- 8.- Vacas Rodilla E, Castellá Dagá I, et al. (2009)Automedicación y ancianos. La realidad de un botiquín casero. Atención Primaria. 41 (5): 269-274.
- 9.- Villafaina Barroso A, Salgado Morcillo RM, Iglesias Torrecilla EM. (2005)Resultados de la campaña de revisión de botiquines domésticos de personas incluidas en programas de asistencia social, por los farmacéuticos de Atención Primaria. Barcelona, .
- 10- Mintegui I, Álvarez I, et al.1995 Características del botiquín familiar en el barrio de Rekaldeberri-Bilbao. Aten Primaria; 16:397-406
- 11.- Echave P, Pérez A, López JR, et al.(2006) Análisis de los botiquines caseros: ¿acumulan medicaciones nuestros pacientes? Med GenNov; 90: 725-716(7):397-406
- 12.- Arias JL, Ruiz MA, Gallardo V.(2009) El futuro farmacéutico y el botiquín familiar: Aprendiendo a realizar educación sanitaria. Ars Pharm. 2009 Feb; 50(2):118-23. Disponible en: http://farmacia.ugr.es/ars/ars_web/. (visitada 28/3/18)
- 13.-Mintegui I, Álvarez I,et al. 1995 Características del botiquín familiar en el barrio de Rekaldeberri-Bilbao. Aten Primaria. 1995 Oct 16:397-407
- 14.- SIGRE Medicamento y Medio Ambiente. Madrid: SIGRE; 2015 Disponible en: http://www.sigre.es/wp-content/uploads/2013/12/5_notaprensaEl20.pdf (Visitado 2/2/18)
- 15.- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad .2015. Los 15 medicamentos genéricos más consumidos en España . Disponible en : <http://pmfarma.es/noticias/20807-los-15-medicamentos-genericos-mas-consumidos-en-espana>. (Web visitada el 29/01/18)
- 16.-OMS, Comité Internacional de la Cruz Roja et al. 2011. El botiquín médico interinstitucional de emergencia de 2011. Directrices Interorganismos. Disponible en : <http://apps.who.int/medicinedocs/documents/s19070es/s19070es.pdf> (Visitada el 28/1/18)

ANEXO I

CUESTIONARIO SOBRE BOTIQUÍN FAMILIAR

Un botiquín es un lugar donde reunimos medicamentos y productos sanitarios a los que podemos acceder fácilmente en caso de accidentes o emergencias que ocurran en la vida cotidiana, por ello un buen diseño y estado de los componentes del botiquín es fundamental. Además, deberán estar adaptados a las necesidades de las personas que los vayan a utilizar. Para ayudarnos a estudiar cómo los estudiantes de farmacia tienen los suyos, hemos elaborado este breve cuestionario. Por ello solicitamos tu colaboración y te pedimos que, por favor, lo cumplimentes con la máxima sinceridad.

Tus respuestas solo serán utilizadas con fines estadísticos, nunca serán tratadas de forma individual y en todo momento se garantiza el anonimato de las mismas.

¡Muchas gracias!

1. Sexo:

- Hombre
- Mujer

2. ¿Con quién vives?

- Familia
- Col. Mayor / Residencia
estudiantes
- Solo
- Piso de estudiantes.

3. ¿Compartes tu botiquín?

- Niños menores de 12 años.
- De 12 a 16 años.
- De 17 a 40 años.
- De 40 a 60.
- >60 años

4. ¿Todos los miembros de la vivienda saben dónde se ubica el botiquín?

- Si
- No

5. ¿Dónde ubicas el botiquín?

- Baño
- Cocina
- Despensa
- Salón
- Dormitorio
- Otro

6. ¿Está al alcance de los niños?

- Si
- No
- No hay niños en casa.

7. ¿Está tu botiquín apartado del calor, luz y humedad?

- Si
- No

8. ¿Cada cuánto revisas tu botiquín?

- No lo reviso
- 2 veces al año
- 1 vez al año
- 3 o más veces al año

9. ¿Tienes medicamentos caducados?

- Sí
- No lo sé
- No

10. Tu botiquín está en:

- Caja
- Armario
- Cajón
- Otro

11. Marca el material sanitario que contiene tu botiquín:

- Gasas
- Suero fisiológico
- Esparadrapo
- Pinzas
- Solución desinfectante
- Tiritas
- Termómetro
- Guantes de goma
- Tijeras de punta redonda
- Vendas

12. ¿Qué tipo de medicamentos tienes en tu botiquín?

- Adrenalina
- Analgésicos
- Ansiolíticos
- Antiácidos
- Anticoagulantes
- Anticonceptivos
- Antidiabéticos
- Antidiarreicos
- Antiepilépticos
- Antiinflamatorios
- Antihistamínicos
- Antihipertensivos
- Antipiréticos
- Antitusivos
- Broncodilatadores
- Corticoides
- Diuréticos
- Hipnóticos
- Homeopatía
- Fitoterapia
- Laxantes
- Mucolíticos
- Productos para picaduras
- Sedantes
- Tratamiento para picaduras

13. ¿Tienes en el botiquín algún teléfono de emergencias?

- Si
- No

14. ¿Está tu botiquín adecuado a tus necesidades?

- Sí, contiene medicamentos que uso cuando los necesito y se adecuan a mis necesidades
- No, hay medicamentos que no uso nunca