



ATENCIÓN FARMACÉUTICA: CONSEJOS DE SALUD EN ATENCIÓN PRIMARIA ADAPTADOS A CADA SITUACIÓN CLÍNICA

Desirée Centeno Fernández

Facultad de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid.

Resumen:

El **farmacéutico** es el profesional sanitario especialista en el medicamento. El objetivo de la **intervención farmacéutica** es promover el correcto uso de la medicación y la adherencia al tratamiento a la vez que educar al paciente en su patología, promover la Salud Pública y prevenir la enfermedad. Con este trabajo se pretende facilitar el desarrollo de la **ATENCIÓN FARMACÉUTICA** proporcionando una guía de consejos de salud no farmacológicos para algunas de las patologías más comunes en Atención Primaria.

Metodología:

- **Revisión bibliográfica** sobre algunas de las enfermedades de mayor prevalencia en España. Se han recogido consejos e indicaciones para mejorar los síntomas, resolverlos o paliarlos.
- Se han usado **bases de datos, monografías, documentos y artículos** publicados en páginas web de Colegios Farmacéuticos, asociaciones de pacientes, clínicas y guías de salud.

Justificación:

Poner a disposición de los profesionales sanitarios y pacientes un **material de consulta rápida** con consejos, advertencias y recomendaciones que deberían **acompañar siempre a la dispensación** de un medicamento para complementar el tratamiento con el fin de alcanzar mejores resultados.

Objetivos:

- Elaborar una **guía de recomendaciones sanitarias no farmacológicas** para algunas de las patologías de mayor prevalencia en Farmacia Comunitaria y Atención Primaria.
- **Mejora la calidad de vida del paciente** y los hábitos higiénico-sanitarios de la población mediante consejos de salud no farmacológicos pero coadyuvantes a éstos.
- Promover la **Salud Pública** haciendo hincapié en la importancia de la prevención de la enfermedad y el uso racional del medicamento.
- Ofrecer un **material accesible y de fácil comprensión** independientemente del nivel de conocimiento en materia de salud del lector.



Resultados y discusión: se han propuesto más de 150 consejos para 22 patologías englobadas en los siguientes grupos terapéuticos:

SISTEMA NERVIOSO

Alzheimer
Parkinson
Insomnio
Ansiedad

PIEL Y MUCOSAS

Psoriasis
Dermatitis

SISTEMA CARDIOVASCULAR

Hipertensión arterial
Anemia

SISTEMA DIGESTIVO

Gastroenteritis
Reflujo
Estreñimiento
Hemorroides

SISTEMA MÚSCULO-ESQUELÉTICO

Osteoporosis
Lumbago
Tendinitis

SISTEMA ENDOCRINO

Diabetes Mellitus II
Hipercolesterolemia

SISTEMA RENAL

Cistitis

SISTEMA REPRODUCTOR

Candidiasis

SISTEMA RESPIRATORIO

Deshabitación tabaco
Asma
EPOC

Psoriasis: enfermedad en la piel de origen autoinmune que produce zonas con placas de escamas blancas. Aparecen frecuentemente en codos, rodillas, espalda, cabeza, palmas de las manos y plantas de los pies.

- Dúchese con agua tibia una vez al día y aclare bien los restos de productos (como crema hidratante) que puedan quedar en su piel.
- Aplíquese crema hidratante con urea diariamente. En la composición del jabón y champú es aconsejable que haya ácido salicílico (queratolítico).
- Puede usar productos a base de avena en el baño para calmar el picor y la sensación de sequedad.
- Evite productos que contengan perfumes y no se use colonia directamente sobre la piel.
- Abrígue bien en invierno; en verano tome el sol y báñese en el mar.
- Mantenga un peso adecuado: las placas de psoriasis salen con frecuencia en los pliegues de la piel.
- Aféitese justo después del baño, cuando el vello está blando.
- Use ropa de fibras naturales y suaves (algodón) y evite telas ásperas (lana). Use jabón suave para lavar la ropa.
- Use compresas mojadas en agua fría para calmar la incomodidad.
- Limite el uso de cremas con corticoides a las exacerbaciones y úselas exclusivamente en las zonas con placas.
- Es una enfermedad crónica que todavía no tiene un tratamiento definitivo. Los fármacos biológicos parecen estar funcionando bastante bien en el tratamiento de la psoriasis.
- No se desanime si tarda tiempo en encontrar el tratamiento adecuado o si deja de tener efecto el que siempre le había funcionado.

Conclusiones:

- Se ha elaborado un **guía de consejos y recomendaciones sanitarias de carácter no farmacológico** para algunas de las patologías más comunes en Atención Primaria con el objetivo de ayudar tanto al paciente en su enfermedad como al profesional sanitario en su labor.
- Mediante las indicaciones vertidas se pretende **complementar y reforzar el tratamiento farmacológico** pautado por el médico con el fin de **mejorar la calidad de vida** del paciente que haga uso de esta guía.
- Esta guía pretende **promover la Salud Pública** y educación en materia de sanidad del paciente persiguiendo la conservación de la salud, la prevención de la enfermedad y el uso racional del medicamento.
- El material ofrecido se ha realizado con una **redacción sencilla y accesible** para que pueda ser usada por cualquier persona aunque carezca de conocimientos sobre este campo.

Bibliografía:

- MedlinePlus [página principal en internet] Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000434.htm>
- Diario Farma [página principal en internet] Disponible en: <https://www.diariofarma.com/2016/12/09/cinco-recomendaciones-una-piel-psoriasis>
- Fundación Española del Aparato Digestivo [monografía en internet] Disponible en: <https://www.saludigestivo.es/wp-content/uploads/2016/03/guia-estreñimiento-para-web-20120425180854.pdf>