



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

Irene Rubio Calderón

Facultad de Farmacia, Universidad Complutense de Madrid

INTRODUCCIÓN

El farmacéutico presenta un papel fundamental en la optimización de recursos sanitarios mediante el consejo farmacéutico dirigido al paciente concreto, por el cual se convierte en promotor de la salud. De esta manera, su actuación a nivel de individuo se traduce en la mejora de la Salud Pública.

OBJETIVOS

1. Elaborar una guía de consulta rápida sobre recomendaciones y consejos no farmacológicos relacionados con algunas de las patologías más frecuentes en Atención Primaria.
2. Complementar la eficacia del tratamiento farmacológico con cambios en el estilo de vida y hábitos saludables.
3. Mejorar la calidad y esperanza de vida de los pacientes mediante consejos de salud y estilos de vida al alcance de su mano.
4. Crear una base para el posterior diseño de resúmenes impresos destinados a su entrega al paciente, con un lenguaje coloquial y de fácil comprensión para su empoderamiento.

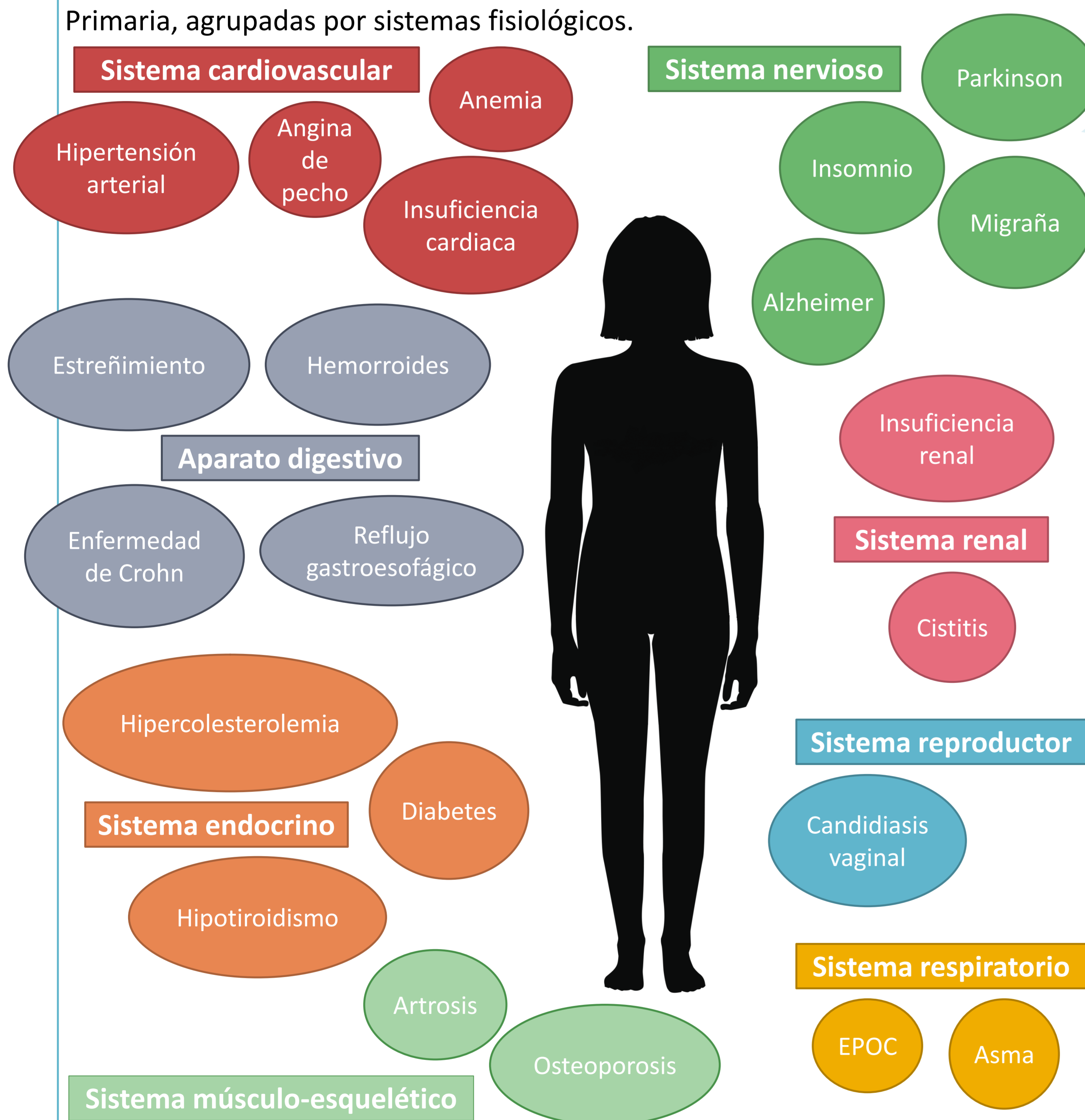
MATERIAL Y MÉTODOS

Revisión bibliográfica de las enfermedades más prevalentes en España, consultando las recomendaciones y consejos de salud aportados en cada una de las citas bibliográficas para la mejora de la sintomatología de la enfermedad e incluso la remisión de dichos síntomas.

La búsqueda ha tenido lugar en Guías de Salud de las Comunidades Autónomas, enciclopedias médicas (MedlinePlus), bases de datos (Fisterra), consejos procedentes de la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC), artículos publicados por universidades, monografías y artículos de revistas.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se han propuesto distintos consejos de salud y hábitos saludables relacionados con algunas de las patologías más frecuentes en Atención Primaria, agrupadas por sistemas fisiológicos.



PARKINSON

Enfermedad crónica y progresiva que surge como consecuencia de la pérdida de neuronas dopaminérgicas. Se caracteriza por la aparición de trastornos afectivos y del movimiento entre los que destacan temblor en reposo, rigidez, bradicinesia e inestabilidad postural, entre otros.

Recomendaciones:

- Seca bien y evita la humedad en la piel, especialmente en los pliegues.
- Espera a vestirse cuando la primera dosis de la medicación de ese día haya hecho efecto.
- Separa la hora de las comidas con la de la toma de medicación.
- Cuando estés comiendo, traga sólo pequeños bocados y bien masticados.
- A la hora de hablar, expresa las ideas de manera concisa.
- En casa, organiza los muebles para evitar tropiezos.
- La cama debe tener una altura adecuada.

CONCLUSIONES

1. Se ha elaborado una guía de consulta rápida en la que se exponen diferentes recomendaciones y consejos eficaces para disminuir los síntomas y mejorar el curso de algunas de las enfermedades más comunes en Atención Primaria.
2. Los medicamentos constituyen una parte importante en el manejo de las patologías pero se ha demostrado que incorporar medidas no farmacológicas en el tratamiento de las enfermedades puede llegar a ser incluso más eficiente que el tratamiento farmacológico, y siempre coadyuvante.
3. Mediante esta guía se pretende que los pacientes adopten medidas fáciles y al alcance de su mano para mejorar el curso de su enfermedad e incluso remitir los síntomas de la misma.
4. Se ha creado una base para el diseño futuro de resúmenes impresos para algunas patologías, cuyo objetivo es la entrega de los mismos a los pacientes que lo precisen en la Oficina de Farmacia. Esta iniciativa facilitaría el papel del farmacéutico en la promoción de la salud y prevención de la enfermedad.



BIBLIOGRAFÍA

- Guía de Práctica Clínica para el Manejo de Pacientes con Enfermedad de Parkinson. [Internet]. Ed: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad e Instituto Aragonés de Ciencias de la Salud. 2014.
- Cun.es [Internet]. Navarra: Clínica Universidad de Navarra; [citado 14 mar 2019]. Cuidados para el paciente con enfermedad de Parkinson [aprox. 5 pantallas]. Disponible en: <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/cuidados-casa/cuidados-parkinson>