

BARRA LIBRE DE FÁRMACOS

Dos tercios de las cajas de fármacos llevan más pastillas de las necesarias para el tratamiento.

EN España mueren entre 15.000 y 20.000 personas al año, más de 40 diarias, por una causa que podría atajarse en la mayoría de los casos: la automedicación. La Organización Mundial de la Salud ha alertado sobre el abuso de esta práctica, que genera pérdidas millonarias a la sanidad pública. Con la Ley del Medicamento, la Administración quiere poner freno a este problema.

ELISA SILIÓ

RESULTA MUY cómodo “tirar de botiquín” a la primera de cambio, dejarse recetar por un conocido al que le fue muy bien o acudir a Internet como

si de un médico se tratara. Pero hemos de tener en cuenta que cada persona reacciona de una manera distinta a un medicamento y, además, puede que la dolencia no sea la misma. Por no hablar de los olvidadizos, que repiten tomas y

mezclan los medicamentos sin tener en cuenta los posibles efectos secundarios.

Tomar una medicina sin control médico puede acarrear todo tipo de riesgos y llegar a complicar los síntomas de una enfermedad.

La asociación de ciertos medicamentos resulta peligrosa en ocasiones; y también inútil, ya que la ingestión conjunta quizás anule sus efectos. Podemos tomar un remedio para aliviar síntomas de fiebre, diarrea o dolor de cabeza que encubren la manifestación de alguna enfermedad más compleja. Asimismo, si padecemos una patología severa, tomar una pastilla puede alterar sus síntomas, lo que dificultara un correcto diagnóstico e incluso un “shock” si somos alérgicos a su composición.

Ser responsables. A pesar de que la automedicación entraña connotaciones negativas, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ve en su práctica responsable una fórmula válida de atención a la salud en el caso de dolencias leves (garganta, estómago, oído, tos...); aunque no deba desaparecer el contacto doctor-paciente. La automedicación responsable se refiere principalmente al uso de medicamentos de libre acceso –que no requieren receta médica– y se contrapone a la autoprescripción o uso indiscriminado de fármacos sin indicación ni supervisión facultativa.

La mitad de los mayores de sesenta años admite que guarda los medicamentos sobrantes de los tratamientos (el 73 por ciento toma alguno a diario) para tomarlos por su cuenta ante los mismos síntomas, según un estudio de la Confederación Española de Organizaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios (CEACCU) sobre hábitos de salud en esa franja de edad. La Sociedad Catalana de Medicina Familiar y Comunitaria (SCMFyC), por su parte, aumenta el porcentaje hasta el 80 por ciento en su comunidad autónoma. Esta situación es posible ya que dos tercios de las cajas de fár-

Ley del Medicamento

UNO de los principales objetivos de la recientemente aprobada Ley del Medicamento radica en acabar de una vez por todas con la automedicación. Para ello ha puesto en marcha campañas de concienciación –con anuncios televisivos donde se ve a un tendero recetando medicamentos–; así como un sistema de multas que penaliza económicamente (con cantidades entre los 30.000 y los 90.000 euros) a los farmacéuticos que vendan medicamentos para los que se requiere receta.

Esta medida ha sido contestada por estos profesionales, quienes argumentan: “¿Qué hacer con una persona aquejada de una lumbalgia que llega a una farmacia de guardia con un informe médico pero sin receta porque en urgencias no prescriben? ¿No se le atiende?”.

macos llevan más pastillas de las necesarias para el tratamiento (concretamente en el 61,2 por ciento de las ocasiones, de acuerdo con el trabajo de la CEACCU).

Automedicarse genera problemas no sólo económicos –el Estado gasta en fármacos innecesarios más de 1.600 millones de euros anuales–; esta práctica está relacionada con un 33 por ciento de los ingresos hospitalarios, según datos del Ministerio de Sanidad. En un reciente Congreso Nacional de la Sociedad Española de Farmacia Hospitalaria se indicó que uno de cada tres trastornos de la salud tiene su origen en problemas relacionados con los medicamentos y un 76 por ciento de dichos trastornos podría haberse evitado.

Por su parte, la OMS alertó ya hace años de que el abuso sin sentido de antibióticos ha causado que determinadas cepas bacterianas se hayan hecho invulnerables a estas medicinas: el 70 por ciento de las infecciones respiratorias resiste a



Uno de cada tres trastornos de la salud tiene su origen en problemas relacionados con los medicamentos.

La mitad de los mayores de 60 años admite que guarda los medicamentos sobrantes de los tratamientos para tomarlos por su cuenta ante los mismos síntomas



La receta electrónica permitirá al farmacéutico tener en su ordenador información sobre lo que toma un paciente de tratamiento crónico.

los antibióticos más comunes y el 60 por ciento de las hospitalarias no responde a cuatro antibióticos.

Receta electrónica. ¿Qué hacer para parar este uso sin control de las recetas? La CEACCU propone ajustar las dosis de los envases a los tratamientos y Sanidad comparte su idea; su intención es trabajar conjuntamente con los fabricantes en este sentido. Lo que el ministerio descarta es que sean los propios farmacéuticos quienes despachen a los pacientes el número exacto de pastillas. Hacerlo supondría una manipulación de los medicamentos que conllevaría problemas legales.

Un primer paso en este sentido será la próxima implantación de un sistema de receta electrónica –ya en pruebas– gracias al cual el farmacéutico tendrá en su ordenador la información sobre lo que toma un paciente de tratamiento crónico y la duración del tratamiento. Su uso, esbozado en la nueva Ley del Medicamento, descongestionará mucho

los ambulatorios, que reciben un 73 por ciento de consultas superfluas.

Organizadores de pastillas. Desde la SCMF y C plantean la necesidad de que los médicos aumenten el tiempo de visita de los enfermos para evitar la automedicación. En su opinión, mejorar la educación sanitaria de los pacientes y facilitar un tratamiento con una dosis única al día ayudarían a evitar el incumplimiento terapéutico, muchas veces agravado por la pérdida de la memoria, la soledad y los déficit sensoriales. Una solución para estos pacientes puede ser los organizadores de pastillas, disponibles en farmacias a un precio asequible (desde 11 euros) que recuerdan las tomas por horas y días de la semana.

Los riesgos de la automedicación quedan bien reflejados en un estudio realizado por el hospital Francesc de Borja de Gandía (Valencia), donde se detectó que un 7 por ciento de los pacientes (con mayoría femenina) que acudía a

La Organización Mundial de la Salud ha alertado de que el abuso de antibióticos ha causado que determinadas cepas bacterianas se hayan hecho resistentes a estas medicinas

las consultas de los centros de salud padecía cefaleas, que se habían cronificado por el abuso del uso de fármacos. En muchos casos la cefalea empezó con episodios esporádicos y se convirtió en molestias casi diarias. Esta situación venía generada porque los pacientes recurrían a los ergóticos (un tipo de analgésico) que no precisan receta médica; frente a los triptanes (medicación específica para esta patología), más efectiva y con menos efectos adversos.

Medicamentos por Internet.

Aunque la situación es aún peor en Estados Unidos. Un considerable grupo de población de entre veinte y cuarenta años se automedica estimulantes, antidepresivos y otros fármacos para tratar problemas como la depresión, la fatiga, la ansiedad o la falta de concentración. ¿Cómo lo hacen? Intercambian pastillas con prescripción no utilizadas, obtienen medicamentos sin receta por Internet –uno de cada cuatro enfermos acude a la Red para satisfacer sus dudas de salud– y, en algunos casos, mientan a los médicos para obtener medicaciones que, a su juicio, necesitan. ■

La automedicación está relacionada con un 33 por ciento de los ingresos hospitalarios

F. GONZÁLEZ URBANEJA

La verde a las nueve



El color cuenta, vaya si cuenta; y el sabor, y el tamaño, y el aspecto, y el envoltorio... Me refiero a las píldoras, esos medicamentos resultado del milagro entre la química moderna y la aún más moderna investigación farmacéutica; que consiguen –con notable éxito– aplacar o dominar el dolor y la enfermedad para proporcionar a muchos seres humanos sosiego y tranquilidad. Simplemente saber que el remedio existe y que está al alcance de la mano, contribuye a la seguridad y la paz personal.

Muchas personas, sobre todo a partir de cierta edad, suelen tener a mano la bolsa de medicinas. A distintas horas del día, alinean píldoras de colores; a cada comida o cena, al levantarse o al acostarse; organizan el consumo de la dosis farmacológica por la apariencia, conforme a códigos subjetivos y arbitrarios o a la de una agenda programada como los horarios de los viejos trenes británicos, siempre a su hora.

“ La sociedad del bienestar tiene varios pilares: el derecho a la salud, a la educación, a la jubilación, al subsidio de desempleo o por incapacidad... y a disponer de medicinas ”

Revisar esa bolsa de píldoras, o el armario o el cajón de medicinas de cualquier hogar proporciona buena información sobre el carácter y la personalidad de quien lo utiliza. Revela preocupación, ofuscación o incluso atolondramiento. Acumulación de productos caducados revelará ansiedad, despreocupación, desorden... Y una clasificación alfabética, con cada unidad en su caja y todas con fecha de vigencia adecuada, significará que estamos ante una persona ordenada y cuidadosa.

Hay quien utiliza medicamentos cuando los necesita, de ciento en viento, para usos precisos y

prescritos. Y los hay que dependen de esos medicamentos como del aire, medicina preventiva, auto-sugestión y garantía. A estos últimos los medicamentos les resultan deseados e inevitables compañeros de travesía; no pueden viajar sin su compañía, sin la confianza de que ante la menor eventualidad hay una cápsula verde, azul o roja o bicolor que remedia el mal.

La rutina en el uso de esos medicamentos conduce a su incorporación a lo cotidiano, como si de una marca de colonia se tratara. Medicamentos bajo prescripción o receta o de libre adquisición y acceso. Forman parte de lo habitual. Hay oficinas del sistema de salud que son como expendedores de recetas de farmacia y personas que han incorporado a su agenda diaria la visita a esas oficinas para hacer acopio de recetas.

La sociedad del bienestar tiene varios pilares: el derecho a la salud, a la educación, a la jubilación, al subsidio de desempleo o por incapacidad... y el derecho a disponer de medicinas. Casi una cuarta parte del gasto sanitario se destina a farmacia, un epígrafe creciente en el coste de los servicios públicos pero también en el presupuesto familiar que tiene en farmacias y parafarmacias una visita periódica e imprescindible.

Para algunos automedicarse significa conocerse; para otros la prescripción tiene que ser profesional, realizada por quien conoce causas y efectos, incluso los no buscados. La segunda vía parece la correcta, la recomendable; la primera forma

parte de la patología de una sociedad confiada pero necesitada de seguridad y de garantías. Una sociedad como la actual que nunca dispuso de tantas oportunidades y recursos pero que siente inseguridades e incertidumbres sin cuento.

Un ilustre médico proponía que una persona sana es alguien insuficientemente

explorado, una proposición que podía trasladarse a otra del tipo: sano es aquel que no precisa ser medicado. No he encontrado una estadística sobre cuántos sanos ni medicados se pueden encontrar en las sociedades desarrolladas, probablemente se trata de una *rara avis*. Pero lo cierto es que desde que los medicamentos existen, píldoras verdes o rojas..., la esperanza de vida aumenta y la calidad de esa vida mejora. Porque cuando duele, ¿quién hace ascos a la medicación? Y como ya son las nueve de la tarde, toca la verde.

Fernando González Urbaneja es periodista.