

ATS 11 163

Hola, buenas noches. Con esta sintonía comenzamos un martes más vida y salud. Un espacio de información y educación sanitarias que coordina y dirige el curso de nivelación de los ayudantes técnicos sanitarios de la UNED.

El último día que estuvimos con vosotros iniciamos una serie de programas sobre consumo y salud y empezamos hablando de alimentos. Hoy vamos a continuar con esa serie y para ello tenemos con nosotros a María Rubio y a Begoña Alonso, profesoras de salud pública del curso de nivelación de ATS, que se van a referir algunas cuestiones referidas al consumo de medicamentos. Hola, buenas noches Begoña y buenas noches María.

Buenas noches. Bueno, vamos a empezar definiendo qué es un medicamento. Begoña.

Bueno, de forma muy genérica, son todas aquellas sustancias que se emplean para curar, en definitiva. Luego, el objeto del consumo de medicamentos inicialmente sería el de curar una dolencia o, por otra parte, también evitar el dolor. Es una forma de recobrar la salud perdida, sólo una de las formas de recobrar la salud perdida, no es la forma por excelencia.

Sin embargo, y sobre todo por el concepto que se tiene de quién es el responsable de la salud o en función de qué concepto sea este, así es los diferentes consumos o los diferentes hábitos de consumo de medicamentos. En primer lugar, creo que aún está muy arriesgada la idea de que el medicamento es el elemento mágico que sana por excelencia. Y esto no es del todo cierto.

Pese al desarrollo tecnológico alcanzado en el área sanitaria, es evidente que el mejor remedio para estar sano es cuidar de la salud y no dejar que ésta se deteriore, con la esperanza de que, si eso ocurre, siempre haya alguien o algo que pueda recuperarnos. ¿Hasta qué punto podemos decir que tenemos una cierta obsesión porque el médico nos recete algo, nos recete un medicamento y que no nos podamos ir a la consulta tranquilos si no nos receta alguna pastillita? O sea que a lo mejor las otras formas de tratamiento las tenemos un poco marginadas. Efectivamente.

El consumo de medicamentos está ligado a la idea generalizada de que la salud personal no es responsabilidad de cada individuo, sino que es responsabilidad de los técnicos sanitarios, los médicos, los farmacéuticos, las enfermeras, etc. Y por lo tanto el paciente o cliente reclama estos medios ajenos a ellos mismos para recuperar la salud como si fueran las instancias mejores para la resolución de los problemas. Y en este sentido se da frecuentemente que los pacientes y clientes tienen un grado de cumplimiento de los tratamientos mucho mayor en los aspectos medicamentosos que en aquellos aspectos que no implican estos elementos, como son los hábitos de vida o la alimentación, el descanso, etc.

Es curioso porque en las consultas se suele dar el caso de que cuando se dan una serie de orientaciones que son tratamientos, efectivamente, para la recuperación de la salud en muchos aspectos, si no está incluido el medicamento se suele preguntar, doctor, y no me receta usted

nada, ¿no? Entonces yo creo que también aquí hay ese otro elemento aparte de la exigencia por parte del consumidor, también hay una cierta actitud complaciente del sector sanitario en cuanto a no ponerse en aquellos aspectos que no son estrictamente necesarios los medicamentos para el tratamiento de algunas dolencias. Y esto se debe a que somos demasiado consumistas. Efectivamente, no podemos nosotros separarnos del mundo en el que vivimos.

Y nosotros vivimos en una sociedad de consumo donde se nos oferta la multitud de cosas y con una gran asequibilidad. Entonces los medicamentos no están exentos de este problema. Y efectivamente es uno de los elementos más dentro del consumismo.

Igual que consumimos salud en algunos aspectos, se tiene una clara idea de que el medicamento es otro elemento de consumo que por estar muy al alcance de las personas, bajo nuestro punto de vista, se consume en exceso. Yo de todas formas resumiría este problema en dos aspectos fundamentales o dos causas fundamentales por las cuales hay un elevado consumo de medicamentos. Por una parte es la falta de responsabilidad sobre nuestra salud individual y colectiva.

Y por otra parte son los hábitos consumistas de la sociedad en general y la facilidad de adquirir estos productos. En definitiva esto se resume en una actitud generalizada que podríamos definir como que hay una inadecuada educación sobre el consumo de los medicamentos. ¿De quién tiene responsabilidad esto? Pues por una parte de los propios consumistas, los clientes pacientes y también por parte del sector sanitario que aunque ahora ya se viene rectificando en este sentido, como he dicho antes, ha habido una actitud bastante compaciente en este sentido.

También es una falta de información supongo. Efectivamente. Por eso yo decía que es una inadecuada educación.

La educación está bastante referida también a los niveles de información con respecto al tema. Y sobre todo me imagino información con respecto del médico al paciente. Porque si te mandan algo pues tú lo compras porque no tienes ni idea si es bien, si está bien o está mal.

Pero en realidad es el médico el que debería informarte hasta qué punto ese medicamento te va a solucionar o no te va a solucionar. Yo creo que sí que se informa. Yo no sé si del todo adecuadamente.

Creo que el problema del exceso de uso de medicamentos es dual. No es solo por parte del personal sanitario, que efectivamente hay una parte en la cual existe la responsabilidad de informar adecuadamente, sino también esos hábitos de consumo por parte de los miembros que forman la comunidad, que efectivamente tienen esa actitud consumista como la necesidad de consumir cualquier otra cosa. Y la de consumir la salud evitando la responsabilidad de ellos mismos, que es la cuestión fundamental, que es responsabilizarse del cuidado diario de su salud en muchos aspectos.

Hay un tema importante con respecto a esto y es con la implantación de los nuevos equipos de atención primaria. Este problema se va a ir solucionando. De hecho en la atención tradicional de ambulatorios y consultorios muchas veces la escasez de tiempo para atender al enfermo, esa escasez se cambiaba por una receta.

Y ahora con la implantación de los equipos de atención primaria cada médico, cada enfermero tiene más tiempo para dedicarle al enfermo y por un lado la adecuada educación para la salud y por otro lado la dedicación de más tiempo hace que vaya bajando un poco esta dualidad de la que estábamos hablando. Teniendo en cuenta que los hábitos de vida no se cambian de la noche a la mañana efectivamente. La educación de un colectivo tan grande como es este, que es toda la población, es lenta y yo creo que necesita de la participación de los dos sectores, el sanitario por un lado y la población en general.

En cualquier caso, el punto fundamental es que nos responsabilicemos de nuestra propia salud. ¿En qué cifras se puede concretar este consumo de medicamentos, María Rubio? Pues la verdad es que a mí me parece que gastamos muchísimo dinero en medicamentos en España. Voy a dar unas cifras así muy por encima y comparativas de lo que se gastaba en la Comunidad de Madrid en el año 87 y lo que se ha gastado en el 89 en consumo farmacéutico de la seguridad social tan solo.

Entonces en el año 87 se gastó un poco más de 26.350 millones de pesetas y en el año 89 va por 32.649 millones de pesetas. Esto es un incremento de casi un 24% de diferencia. La verdad es que es mucho.

Quizás esto lo podríamos ligar un poco, aunque no creo que sea tu responsabilidad de ello y es por un lado la evolución de la población. Estamos viviendo en una comunidad donde la población está envejeciendo bastante y posiblemente la tercera edad sea uno de los mayores consumistas de medicamentos, uno de los mayores dependientes del sistema sanitario. De todas formas, eso no puede ser la única causa que lo justifique.

María, te has referido al consumo de medicamentos en la tercera edad, pero por ejemplo en los niños, ¿tienes alguna cifra que nos indique qué consumo se está dando ahora mismo? Sí, antes de hablar con los niños vamos a concretar un poco más en el tema de adultos. Una prescripción de medicamentos, en una consulta de Medicina General, por ponerte un ejemplo, de cada cuatro personas que acuden a la consulta, de cada cinco, perdón, a cuatro se les receta y a estos cuatro que se les recetan se les da una receta. Y en niños baja un poco la cifra, pero yo no sé si es como está hecho esto por porcentaje de poblaciones, que nos ha disminuido la pirámide de población en los últimos años, pero en niños, de cada cuatro niños que acuden a las consultas de pediatría, a tres se les receta y de estas recetas, de estos niños que se les receta, pues se llevan 1,2 recetas por niño, cosa que es bastante elevada si comparamos con cifras europeas que ahora mismo no tenemos aquí.

Está claro entonces que somos unos buenos clientes de farmacia, pero todo este dinero que nos gastamos en la farmacia luego nos lo tomamos, lo consumimos porque es demasiado. Sí,

yo creo que queda muy claro que somos muy buenos clientes de farmacia. Yo también tengo bastante claro que no todo lo que compramos en la farmacia nos lo tomamos, también por beneficio para todos nosotros, pero ¿quién no tiene en su casa un cajón, un maletín, una vitrina llena de medicamentos y además de vez en cuando hace limpieza y tiene que tirar más de la mitad porque está caducado? Además de eso, el tener esas farmacias familiares no quiere decir que la gente, que tengamos una medicación que vayamos a necesitar en un momento determinado, o sea, esa medicación que se tiene guardada posiblemente no se vuelva a utilizar, además porque cada medicamento está indicado para un proceso determinado y ninguno de nosotros podemos determinar en qué momento necesitamos o no necesitamos un medicamento.

Entonces en este sentido se deberían desarrollar pues grandes campañas para que la gente en su casa no tenga más allá de lo que necesita para el dolor de cabeza. Bueno, otro problema del que no hemos hablado, porque hasta ahora nos hemos referido a los medicamentos que se recetan bajo prescripción médica, pero no hemos hablado de la automedicación y nos queda muy poco tiempo. Me gustaría que os refirierais a este aspecto que me parece que es muy importante.

Mira, yo creo que efectivamente hay un alto índice de automedicación. Yo creo que fundamentalmente es porque hay mucha información al respecto, cada vez se tratan más aspectos de salud de una forma generalizada, no sólo para expertos, y en este sentido la población se hace sin querer experta, no se hacen expertos y no se creen expertos en el asunto. Yo creo que los sistemas de información en este sentido deben de aclarar mucho más, y yo creo que ya lo están empezando a hacer, sobre la importancia que tiene el que los medicamentos pueden ser nocivos para la salud y no beneficiosos para la misma.

Un medicamento bien tomado puede ser beneficioso para la salud, pero un medicamento mal tomado efectivamente es un riesgo, un riesgo muchísimo más grande que cualquier otro elemento. Y yo creo que en esto de la automedicación influye también cierta desconfianza del sistema y de los expertos en la materia. Nos confiamos muchísimo más de nuestra amiga o de nuestro vecino que muchas veces de las orientaciones sanitarias por parte de los expertos, sobre todo porque ahora se tiende mucho más a evitar la medicación, y eso en general no gusta al consumidor.

Yo creo que esos son dos elementos que están influyendo efectivamente en la automedicación que también van unidos a eso que yo decía antes de que existe una inadecuada educación al respecto. Es otro de los elementos que dentro de la educación sanitaria se debe de hacer hincapié sobre él, y que en definitiva sí que está empezando a disminuir porque efectivamente se está viendo claramente que el medicamento, aunque sirve para la salud, efectivamente puede ser también un elemento a una causa o la génesis de otras muchas enfermedades. También se está recurriendo supongo a tratamientos de otro tipo que no sean químicos, por ejemplo plantas, hierbas, todo este tipo de cosas.

Me parece que ahora también está de moda, por así decirlo. Sí, yo en ese sentido creo que no se puede negar que existen esos tratamientos y que además son eficaces. Dentro del sistema sanitario hay unas pautas de medicamentos y yo creo que en ese sentido yo me refiero a ellas.

Al igual que hay otros elementos que son beneficiosos para la salud, sobre todo yo hago hincapié en los hábitos de vida que son los elementos fundamentales para la defensa de la salud, el tener unos hábitos de vida adecuados. Y los medicamentos no son más que como la muleta cuando uno se estropea una pierna, pero no podemos acudir a la muleta para poder andar a diario. Bueno pues el tiempo se nos acaba, tenemos muchas cosas pendientes porque este tema es desde luego interesante, pero no tenemos más remedio que despedir.

Gracias Begoña Alonso y María Rubio por vuestra participación en Vida y Salud. Hasta otro día. Gracias a ti.

Y ahora en la programación de la UNED, como todos los martes a esta hora, La Voz de la Pizarra. Presenta este espacio Ricardo Vadorri.