



MyTAP Biosciences

Contenidos

Cumplimiento Terapéutico

CUMPLIMIENTO TERAPÉUTICO

**"Yo, sin llegar a ser viejo
- por que no me da la gana,
no por que no tenga años
para serlo....."
José Luis Olaizola. Escritor**

Es necesario un poco de imaginación para pensar que a principios del siglo pasado, la ancianidad fuese un fenómeno extraño. A menudo no nos damos cuenta de los avances espectaculares que ha experimentado la medicina en estos últimos 100 años, pero los datos están ahí: según el Anuario de Salud de 1999 la esperanza de vida en España en 1900 estaba en 34 años para el hombre y 36 para las mujeres, mientras que al terminar el siglo XX se había más que duplicado (75 y 82 años respectivamente). Y esta tendencia no va a disminuir. Si los expertos no se equivocan dentro de 25 años uno de cada cinco españoles tendrá más de 65 años....

Son muchas las razones de este aumento de la esperanza de vida (descenso de la mortalidad infantil, utilización de vacunas, mejora de la alimentación y condiciones sanitarias....) y es difícil determinar la importancia relativa de cada una de ellas. Pero es evidente que los avances en medicamentos han colaborado, no sólo en el incremento de la esperanza de vida, sino también en el aumento de la calidad de la misma.

Claro que de poco valen los avances terapéuticos, si el paciente no cumple adecuadamente el tratamiento.

Muchas veces no somos conscientes de la importancia del cumplimiento terapéutico ("de tomar la pastillita a su hora"). Pero está demostrado que, por citar algunos ejemplos, los errores en la dosificación de un antibiótico pueden favorecer la reaparición de la infección o el desarrollo de resistencia por parte del germen causante, que la interrupción de un tratamiento antihipertensivo puede favorecer la aparición de accidentes cerebrovasculares, o que el olvido de una dosis de una medicación para el corazón puede conducir a la aparición de arritmias o insuficiencia cardíaca. En Estados Unidos se calcula que entre el 10 y el 23% de los ingresos hospitalarios se podrían evitar si los pacientes tomaran adecuadamente su medicación, y que, por esta misma causa, se producen más de 125.000 muertes al año sólo en pacientes cardiovasculares

El problema del cumplimiento terapéutico en los pacientes de edad avanzada es mucho mayor que en los restantes, no sólo por la frecuencia de aparición (algunos autores calculan que menos del 40% de los pacientes de esta edad cumplen correctamente su tratamiento), sino también por las posibles consecuencias, ya que por diversas razones fisiológicas, estos pacientes, son más sensibles a la medicación y a los problemas relacionados con ella. Además hay que tener en cuenta que es en estos pacientes donde se da con más frecuencia la politerapia (tratamiento conjunto con numerosos fármacos). Para hacerse una idea del alcance de esta practica basta pensar que, como promedio, un paciente de esta edad esta tomando de 4 a 5 medicamentos bajo prescripción médica y 1 ó 2 de venta libre (especialidades farmacéuticas publicitarias o EFP).

Desde luego, es evidente que si queremos mejorar el cumplimiento terapéutico del paciente de edad avanzada debemos conocer las causas del incumplimiento. Y las principales, en opinión de casi todos los autores, son la falta de entendimiento de las instrucciones de la prescripción, y el simple olvido, relacionado en muchas ocasiones con el alivio de los síntomas o con un intento, más o menos inconsciente, de no recordar la enfermedad.

Usted, como paciente, debe de tener en cuenta la importancia de entender y cumplir las instrucciones de su tratamiento. No debe dudar en solicitar todo tipo de información a su médico o a su farmacéutico. Son profesionales y esa labor es parte de su trabajo.

Por otro lado no debe avergonzarse de necesitar una medicina, sea el motivo que sea. Ya hemos comentado la importancia que ha tenido el desarrollo de nuevos medicamentos en el aumento de la calidad y la esperanza de vida. El evitar la medicación no va a solucionar el problema. Al contrario, lo más probable es que la falta de tratamiento agrave su enfermedad. Por supuesto que algunos fármacos pueden causar reacciones más o menos graves, que pueden obligar a suspender un tratamiento. Este tema es demasiado amplio para tratarlos aquí, pero una buena forma de reducir estos problemas es evitar la automedicación, e informar a su médico, de cualquier tratamiento que este tomando, o que le haya dado problemas de cualquier tipo.

Sin duda, una de las mejores formas de no olvidar la toma de un medicamento, o la forma correcta de como tomarlo, es llevar un registro por escrito (lo que todos los estudiantes han llamado una "chuleta"). En los hospitales y otros centros sanitarios es muy frecuente la elaboración y control de estos registros a cargo de los respectivos servicios de farmacia o del personal de enfermería. También es frecuente su elaboración en ambulatorios para los pacientes en tratamiento con algunos medicamentos seleccionados (por ejemplo el sintronÒ). Por supuesto, cada paciente puede elaborar su "chuleta" de forma más o menos casera, pero cada vez son más las farmacias que como parte de sus programas de atención farmacéutica realizan este tipo de hojas de registro. Nuestro consejo es que no deje de acudir a cualquiera de ellas.

Dr. José María Alonso Herreros
Jefe Unidad Técnica Farmacia Hospitalaria
Hospital General Universitario de Murcia