

La Organización Mundial de la Salud define la **ADHERENCIA A UN TRATAMIENTO** como el cumplimiento del mismo; es decir, tomar la medicación de acuerdo con la dosificación y el programa prescrito; y la persistencia, tomar la medicación a lo largo del tiempo de tratamiento indicado.

Los medicamentos son uno de los principales recursos terapéuticos para cuidar la salud. Sin embargo, sus beneficios pueden verse alterados por errores en su prescripción y administración.

CONSECUENCIAS DE LA FALTA DE ADHERENCIA

- Empeora la calidad de vida de la persona.
- Impide el control de la enfermedad.
- Genera una mayor probabilidad de recaídas y agravamiento.
- Puede inducir a la aparición de efectos secundarios o intoxicaciones.
- Puede aumentar las posibilidades de fallecimiento.
- Supone un incremento de los recursos socio-sanitarios.
- Desde un punto de vista médico, puede hacer que los tratamientos lleguen a ser ineficaces por la aparición de resistencias o favorecer la mayor virulencia de la enfermedad.

MÁS DEL 50% DE LAS PERSONAS CON UNA ENFERMEDAD CRÓNICA NO CUMPLE EL TRATAMIENTO.

Mejorar la adherencia, según la Organización Mundial de la Salud, debe convertirse en una parte fundamental de los esfuerzos para incrementar la salud de la población.

A modo de resumen

LOS MEDICAMENTOS SON UNO DE LOS PRINCIPALES RECURSOS TERAPÉUTICOS PARA CUIDAR LA SALUD. SIN EMBARGO, SUS BENEFICIOS PUEDEN VERSE ALTERADOS POR ERRORES EN SU PRESCRIPCIÓN Y ADMINISTRACIÓN.

LA FALTA DE ADHERENCIA DISMINUYE LA EFICACIA DEL MEDICAMENTO Y PUEDE PROVOCAR LA APARICIÓN DE EFECTOS SECUNDARIOS, EMPEORANDO LA CALIDAD DE VIDA DEL AFECTADO.

EL PACIENTE DEBE INVOLUCRARSE EN SU ENFERMEDAD Y TOMAR PARTE EN LAS DECISIONES QUE SE ADOPTEN.

EL PACIENTE DEBE SEGUIR EL TRATAMIENTO QUE MEJOR SE AJUSTE A SUS NECESIDADES Y FORMA DE VIDA.

LAS ASOCIACIONES DEBEN FAVORECER UN MAYOR CONOCIMIENTO DE LA ENFERMEDAD PARA CONCIENCIAR A LOS AFECTADOS DE LA IMPORTANCIA DEL TRATAMIENTO.

DIÁLOGOS
PFIZER - PACIENTES

La adherencia al tratamiento

CUMPLIMIENTO Y CONSTANCIA
PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA



Defensor
del Paciente



Trabajando juntos
por un mundo más sano™



Trabajando juntos
por un mundo más sano™

Barreras a la adherencia

El problema de la adherencia al tratamiento afecta a todos los agentes del sistema sanitario:

AL PACIENTE

- Desconocimiento de la enfermedad.
- Dificultad para entender las pautas del médico.
- Miedo a los posibles efectos adversos.
- No sentir ni percibir el riesgo que representa para su salud.
- Bajas expectativas de mejora.
- Escasa implicación en la toma de decisiones sobre su salud.

AL PROFESIONAL SANITARIO

- La dificultad para adaptar el tratamiento a la realidad y necesidades del paciente.
- Escaso tiempo para la persona que acude a la consulta.

AL SISTEMA SANITARIO

- La dificultad del sistema para favorecer la mayor formación.
- Escasas medidas de intervención efectivas para mejorar la adherencia.

AL TRATAMIENTO

- Complejidad del tratamiento: administración de varios medicamentos.
- Terapias prolongadas.
- Fracaso de tratamientos previos.
- Cambios en la terapia prescrita.

Errores más frecuentes

OLVIDOS

Si no se tiene bien definido el horario para la ingesta de un medicamento, coincidiendo con horas clave (desayuno, comida, etc.) existe un 80% de probabilidad de olvidar tomarlo.

EQUIVOCACIONES

Cuando se tienen que ingerir 2 ó 3 medicamentos diferentes sin llevar un registro de lo que se va tomando hay un riesgo constante de error.

REPETICIÓN DE DOSIS

Es un error frecuente en las personas que olvidan o confunden la hora a la que deben ingerir los medicamentos y, a veces, toman una doble dosis de los mismos.

Intervenciones

Aumentar la efectividad de las intervenciones de la adherencia terapéutica tendrá una repercusión mayor sobre la salud de la población que cualquier otra medida.

ESTRATEGIA PARA EL MÉDICO

- Ajustar el tratamiento a las necesidades del paciente y simplificarlo al máximo.
- Informar al paciente correctamente y darle instrucciones claras.
- Confirmar en cada consulta que el tratamiento se sigue adecuadamente.
- Utilizar materiales didácticos.
- Identificar las metas y compartirlas con el paciente.

Una buena comunicación médico-paciente es el factor que más influye en el cumplimiento terapéutico.

ESTRATEGIA INSTITUCIONAL

- Crear las herramientas para la formación de médicos y pacientes.
- Facilitar herramientas que puedan detectar la magnitud del problema y generen cambios de comportamiento en el paciente.
- Fomentar una mayor participación del personal sanitario.
- Poner en marcha programas de ayuda/asesoramiento telefónico.

¿Cómo reducir los errores?

- Establecer un calendario con horarios y días donde conste cuándo debe tomarse cada medicamento, el color del envase y la dosis.
- Pedir a un familiar que lleve control de cada medicamento.
- Ordenar los medicamentos por sector de mañana, tarde y noche y mantenerlos en un lugar visible.
- Facilitar la información adecuada a cada persona sobre sus factores de riesgo, la dosis y frecuencia de toma de medicamentos, hábitos y estilos de vida que debe modificar y beneficios del tratamiento.
- El médico debe motivar al paciente para obtener los cambios de conducta necesarios (educación sanitaria).
- No salir nunca de la consulta del médico con dudas.

ESTRATEGIA PARA EL PACIENTE

- El paciente debe adoptar un sentido de cumplimiento y responsabilidad en la administración del medicamento, teniendo siempre en mente que lo que le ha recetado el médico es la base para mejorar su salud.
- El paciente debe cumplir cada una de las instrucciones escritas en su receta.
- El paciente debe involucrar a su familia y amigos en la adherencia.
- El paciente debe participar en su enfermedad y ser responsable de las decisiones que se adopten.
- El paciente con una enfermedad crónica debe entender que es un proceso continuado y sus esfuerzos le proporcionarán mejor calidad de vida.

Las asociaciones de pacientes deben promover un mayor conocimiento de la enfermedad y hábitos de vida saludables, lo que repercutirá en el seguimiento del tratamiento.

Los pacientes que participan activamente en el cuidado de su salud experimentan mejoras significativas en su calidad de vida, presentan una mayor confianza en su capacidad de controlar su enfermedad y se sienten más satisfechos (Instituto de Salud Carlos III).

