

Iniciativa de semFYC-SEFAC para hacer llegar pautas de autocuidado a pacientes crónicos ante un escenario de distanciamiento social

- Se han elaborado tres decálogos de autocuidado para pacientes con Enfermedades Cardiovasculares, Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) y Asma, que se remitirán hacia las farmacias comunitarias como punto de distribución hacia los pacientes.
- Se trata de la primera colaboración conjunta dirigida a pacientes entre la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria y la Sociedad Española de Medicina de Familiar y Comunitaria.

23 de junio de 2020

La Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria y Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria han alcanzado un acuerdo para elaborar y posteriormente distribuir, a través de las farmacias, decálogos de autocuidado dirigidos a pacientes crónicos. Estas recomendaciones han sido redactadas y diseñadas para concentrar en una única página consejos y pautas para que los pacientes apliquen a sus rutinas. Por el momento se han editado documentos específicos con pautas de autocuidado saludables y enfocadas a la prevención de la salud para pacientes con enfermedades cardiovasculares, EPOC y asma.

Los documentos aúnan la visión transversal y en continuidad que ofrece el especialista en Medicina Familiar y Comunitaria con la proximidad y accesibilidad de las farmacias, con el objetivo de ampliar la continuidad asistencial en beneficio de este perfil de pacientes. Cabe señalar que, a causa de la crisis sanitaria motivada por la COVID-19, buena parte de los pacientes que padecen patologías crónicas han visto cómo el confinamiento acrecentaba sus dudas en materia de autocuidado, seguimiento y procedimientos de actuación ante agravamientos.

Desde este punto de vista, "la continuidad asistencial se refuerza cuando los pacientes reciben la misma información en todos los niveles asistenciales. Una información clara, fiable y concordante, hace que las personas conozcan mejor su problema de salud y les da confianza para tomar decisiones de manera independiente facilitando el autocuidado", señala Gisela Galindo, vicepresidenta 2ª de la semFYC.

Por su parte, Jesús C. Gómez, presidente de SEFAC, señala que "el papel de la farmacia comunitaria durante la pandemia se ha visto acrecentado al ser un centro sanitario considerado esencial y al que muchos pacientes han tomado como referencia para resolver sus dudas y consultas, de ahí la importancia de iniciativas como esta, en la que, junto con los médicos de familia, podemos ofrecer recomendaciones contrastadas para que los pacientes sepan mejor cómo afrontar sus dudas respecto a sus patologías y la COVID-19".

Hasta la irrupción de la COVID-19, las consultas sobre patologías crónicas significaban un 80% de las consultas para los médicos de familia y comunitaria. Sin embargo, durante las fases más graves de la punta epidémica, buena parte de las consultas para pacientes crónicos se redirigieron hacia atención telefónica u otros sistemas de telemedicina.

“Muchos pacientes crónicos han visto cómo, durante este proceso, han tenido que tomar más protagonismo, si cabe, en el control de su enfermedad, pues asumieron que como colectivo de riesgo era importante no contagiarse de COVID-19, pero también era importante no entrar en un agravamiento o crisis de la enfermedad que padecen”, señala Gisela Galindo.

“Hay, además, otro factor muy importante que a veces se ha pasado por alto en todo este proceso y que empezaremos a detectar: las consecuencias del miedo sobre el bienestar emocional de unos pacientes que, a menudo, además de crónicos, son frágiles” señala Galindo, para quien “los elementos de apoyo en continuidad, proximidad y accesibilidad son importantes. Establecer el vínculo entre la consulta del médicos de familia, la farmacia y el cuidado domiciliario, es clave”.

// Las principales patologías crónicas

Algunas de las recomendaciones para pacientes que aparecen en estos documentos son comunes a las diferentes patologías. En concreto, se aconseja a los pacientes no dejar la medicación que tienen prescrita; extremar la higiene de manos; mantener el confinamiento y la distancia de dos metros respecto a otras personas con riesgo con las que se convivan; y consultar con el Centro de Salud en caso de síntomas como fiebre y tos.

También las hay específicas para cada patología. Por ejemplo, a los pacientes con hipertensión se les aconseja contactar telefónicamente con el centro de salud en caso de presión arterial elevada (por encima de 160 y/o 110 mmHg), tras medirla tres veces y no conseguir normalizarla (igual o por debajo de 140 y 90 mmHg). Para los enfermos de EPOC se recuerda que no deben usar nebulizadores ni sistemas jet, por existir mayor riesgo de diseminación de COVID-19 a otros pacientes o al personal sanitario; y en caso de que sea inevitable, hacer uso de él en una habitación con presión negativa y con un filtro o mascarilla quirúrgica cubriendo el nebulizador.

Del mismo modo, quienes padezcan asma deben usar una cámara —de uso individual; no debe compartirse— espaciadora en cartucho presurizado para los fármacos. Por su parte, a los pacientes con enfermedad cardiovascular se les aconseja extremar la adherencia al tratamiento médico y evitar la ingesta excesiva de líquidos para que no los retengan y no se desestabilicen.

Las guías que por ahora se han editado conjuntamente para distribuir cubren las principales patologías crónicas y se dirigen a pacientes diabéticos, hipertensos, con hipercolesterolemia, con artrosis, pacientes que han padecido un infarto, anticoagulados, con EPOC o asmáticos.

SOBRE SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MEDICINA DE FAMILIA Y COMUNITARIA (SEMFC)

La semFC es la federación de las 17 Sociedades de Medicina de Familia y Comunitaria que existen en España y agrupa a más de 20.000 médicos de familia. La especialidad de Medicina de Familia persigue la mejora de la atención a la salud de los usuarios de la Sanidad Pública del Sistema Nacional de Salud a través de una atención más cercana a las personas, su familia y su entorno comunitario.

SOBRE SOCIEDAD ESPAÑOLA DE FARMACIA FAMILIAR Y COMUNITARIA (SEFAC)

Constituida en diciembre de 2000, la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC) se presentó en sociedad en marzo de 2001 y es una asociación científica y profesional de ámbito nacional con más de 4.400 asociados y trece delegaciones en quince Comunidades Autónomas que tiene como objetivo prioritario profundizar en la cartera de servicios asistenciales de la farmacia comunitaria y convertirse en interlocutor científico de referencia del farmacéutico comunitario con las distintas administraciones y con el resto de las profesiones sanitarias.

PRENSA

- Sobre Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC)
Mario Vaillo 915221313 / 691763892 mvaillo@sefac.org
- Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (SEMFC)
Anna Serrano +34679509941 comunicacion@semfyc.es