



Paloma Casado, vicepresidenta de SEMERGEN: “El autocuidado de la salud es una posible solución a la saturación del sistema sanitario”

- **Médicos de atención primaria, farmacéuticos, administración sanitaria, consumidores, industria farmacéutica y medios de comunicación debaten sobre la importancia del autocuidado de la salud en Barcelona**
- **“Hay que mejorar la educación de los ciudadanos y realizar campañas de promoción del autocuidado”, afirmó Carme Sabater, directora de la Coordinadora d’Usuaris de Sanitat de Catalunya (CUS)**

Barcelona, 19 de noviembre de 2008.- El autocuidado de la salud es una de las posibles soluciones a la situación de saturación que vive el sistema sanitario español. Así se expresó Paloma Casado, vicepresidenta de SEMERGEN (Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria) en una charla-debate organizada por la Asociación para el Autocuidado de la Salud (anefp) y celebrada en Barcelona para conmemorar el XXX aniversario de la asociación.

“Tenemos que empezar a mentalizarnos todos de que debemos cuidar de nuestra propia salud”, explicó Casado. “Los médicos de atención primaria –añadió– queremos dedicar tiempo a los pacientes que realmente lo requieren, porque hay pequeñas dolencias que se pueden tratar sin necesidad de acudir a la consulta”.

En su intervención, la vicepresidenta de SEMERGEN hizo un repaso a los cambios producidos en el sistema de salud español en los últimos treinta años y destacó especialmente la aparición de un nuevo modelo de relaciones entre los médicos y sus pacientes. “Hemos pasado de una relación paternalista, en la que la figura del médico era sagrada, a un modelo basado en una relación más igualitaria”.

Este cambio se debe, principalmente, al aumento del nivel de educación sanitaria de los ciudadanos españoles, que tienen muchas más fuentes de información a las que recurrir y un mayor nivel formativo. Sin embargo, Casado alertó del riesgo que supone el exceso de información, que hace difícil discernir cuál es correcta y cuál no. En este sentido la vicepresidenta de SEMERGEN pidió a la administración sanitaria una mayor formación de los ciudadanos para fomentar el autocuidado de la salud.



“Hay un déficit de educación de los ciudadanos, que reciben mucha información, pero no saben diferenciar la que es relevante de la que no”, coincidió Carme Sabater, directora de la Coordinadora d’Usuaris de la Sanitat. Por este motivo, apostó por hacer más campañas de formación en los centros sanitarios y en las oficinas de farmacia que expliquen qué es el autocuidado de la salud y cuáles son sus ventajas para los ciudadanos.

El papel de los farmacéuticos

En este sentido, Jordi de Dalmasas, presidente del Colegio de Farmacéuticos de Barcelona (COFB), destacó el papel que pueden desempeñar los farmacéuticos a la hora de ayudar a los pacientes a interpretar correctamente la información de que disponen, ya que son los profesionales sanitarios más próximos y accesibles al ciudadano, con cerca de 22.000 farmacias en España, de las cuales más de 3.000 se encuentran en Cataluña. “Las farmacias no deben ser simplemente un lugar de dispensación de medicamentos, tenemos un campo de actuación muy amplio para contribuir a la mejora de la salud de los ciudadanos y evitar el colapso del sistema sanitario”, recalcó Dalmasas.

“Los farmacéuticos son los verdaderos directores del autocuidado de la salud”, destacó Rafael García Gutiérrez, director general de anefp. Sin embargo, en su opinión el último responsable sobre su propia salud es el ciudadano, que debe saber distinguir entre el autocuidado responsable destinado a tratar síntomas leves con medicamentos que no precisan receta médica y la automedicación peligrosa e irresponsable basada en la toma de medicamentos que sí requieren un diagnóstico médico preciso sin la prescripción necesaria.

“Lamentablemente –continuó García Gutiérrez- la sociedad española es muy poco favorable al autocuidado de la salud”. Buena parte de esta falta de sensibilidad se debe al hecho de que los ciudadanos españoles prefieren acudir al médico para obtener un fármaco gratuito, incluso para dolencias leves, antes que recurrir al autocuidado de la salud. Por este motivo, el representante de anefp solicitó a las administraciones sanitarias una mayor implicación en el fomento del autocuidado de la salud.

En esta línea, la responsable del Servei de Planificació Farmacèutica del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, Neus Rams, aseguró que la administración sanitaria catalana lleva ya muchos años trabajando para fomentar el autocuidado de la salud entre los ciudadanos, aportando herramientas como la figura del paciente experto o la universidad del paciente, que ayudan a los ciudadanos a ejercer con mejores conocimientos su propia responsabilidad en el cuidado de la salud.

No obstante, Rams mostró su apoyo al autocuidado de la salud y lo diferenció de la automedicación peligrosa. “Si la automedicación se ejerce de forma irresponsable, se puede volver en contra del propio paciente en forma de reacciones adversas a los medicamentos”, explicó la representante del Departament de Salut de la Generalitat.

Para Àngels Gallardo, periodista de El Periódico de Catalunya, que también participó en la charla-debate organizada por anefp, el principal problema para el desarrollo



del autocuidado de la salud es que en los últimos treinta años se ha tendido a magnificar la figura del médico y se han desprestigiado otras vías para el mantenimiento de su salud. “Ahora toca recuperar la confianza de los pacientes en remedios y soluciones que realmente son válidos, pero de una manera seria y sin contradicciones”, concluyó Gallardo.

A esta charla debate también asistieron miembros del Consejo Directivo de la Asociación para el Autocuidado de la Salud y representantes de distintas instituciones del sector como Josep M^a Pons, miembro del Gabinete de la Consellera de Sanitat de la Generalitat de Catalunya; Jesús Gómez, vicepresidente de SEFAC; o Montserrat Torrent, directora de la Organización de Consumidors i Usuaris de Catalunya.

La **Asociación para el Autocuidado de la Salud** (anefp), trabaja para mejorar la salud y la calidad de vida de los ciudadanos y para promover el autocuidado responsable de la salud como instrumento idóneo para hacer frente a los problemas de salud leves y transitorios. Esta asociación, creada en 1978, agrupa a las compañías farmacéuticas que fabrican y comercializan medicamentos sin receta, así como un gran número de empresas del sector de la fitoterapia, la homeopatía, la cosmética y los complementos de la dieta.

Para más información:

Nuria Sastre
Comunicación anefp
prensa@anefp.org
91 435 35 69 (Ext. 6)

Rubén Marcos
Europa Press Comunicación
rubenmarcos@europapress.es
91 359 26 00 / 600 90 54 74