

Programa de salud: automedicación segura de AINEs y analgésicos

Nuria *Ramírez Arias*, Luis Alfonso *Aparcero Bernet* (tutor)
Centro Universitario San Juan de Dios (Sevilla, España)

Correspondencia: nuriaram.arias@gmail.com (Nuria Ramírez Arias)

Introducción

En este Programa de Promoción de la Salud, se pretende concienciar a una población determinada sobre la importancia de la automedicación responsable de antiinflamatorios no esteroideos (AINEs) y ANALGÉSICOS, centrándonos principalmente en Ibuprofeno, Paracetamol y Ácido Acetil Salicílico, pues según la búsqueda bibliográfica realizada, son los fármacos más utilizados por la población.

Justificación

Actualmente, el consumo de fármacos en España se encuentra levemente por encima de la media del resto de países de la Unión Europea. Además, la automedicación irracional con analgésicos es un problema de salud muy extendido en el mundo, pues afecta a numerosos países como Irán, Brasil, España, EEUU, Italia, Malta, etcétera (Martín, 2012).

Algunos autores, han corroborado esta forma de automedicación a través de sus estudios.

Por ejemplo, un estudio realizado en España a 1859 alumnos, reveló que el 97,7% practicaba la automedicación como una “conducta histórica en su vida” y que, a pesar de consumir principalmente medicamentos de libre prescripción, desconocían sus efectos adversos (Martín, 2012).

Por otro lado, otros autores, como Matoulková, Dosedel, Ruzková y Kubena (2013), realizaron un estudio en la República Checa, sobre el conocimiento del ibuprofeno en jubilados, en el que se reveló que el 57.8% no conocía la existencia de efectos adversos, mientras que un 16% creía que no tenía.

No obstante, realizamos una investigación previa mediante un cuestionario autoadministrado, para analizar las necesidades de información de nuestra población diana sobre el uso de estos fármacos.

Tras realizar los cuestionarios en la localidad elegida para impartir el Programa, se comprobó que solo el 17,64% contestó de forma correcta a más del 50% de las preguntas. Con ello, corroboramos que la mayoría de la población encuestada necesita ampliar sus conocimientos sobre los mismos.

Objetivos

Objetivo general: Aumentar el grado de conocimientos, habilidades y actitudes sobre el uso seguro de antiinflamatorios no esteroideos y analgésicos, concretamente de Paracetamol, Ibuprofeno y Aspirina, en una población definida.

Objetivos específicos:

- Conseguir que la población determinada conozca las indicaciones del Ibuprofeno, Paracetamol y Aspirina.
- Lograr que una población definida conozca los efectos secundarios de AINEs y analgésicos.
- Formar a la población descrita para que conozcan las posibles interacciones de los AINEs y analgésicos con otros fármacos.
- Conseguir que la población descrita conozca la importancia de no automedicarse con fármacos sujetos a prescripción médica.

Metodología

Población diana y captación

La población diana seleccionada es mujeres y hombres mayores de 50 años de la localidad de Albaida del Aljarafe (Sevilla), pues presentan mayor riesgo de presentar interacciones y efectos adversos, al tener mayor probabilidad de existencia de enfermedades crónicas y polimedicación (Carabias, 2011). Los criterios de exclusión seleccionados son aquellos usuarios cuyo nivel cognitivo le impida seguir el taller.

Para justificar la necesidad de impartir este taller en la localidad elegida, se administró un cuestionario previo. Este cuestionario es autoadministrado y se encuentra formado por 16 preguntas, la mayoría de respuesta abierta, para así conocer realmente el grado de conocimiento de la población encuestada.

El cuestionario fue cumplimentado por 17 personas, en la cual el 99% fueron mujeres.

Tras pasar los cuestionarios, se demuestra la necesidad de realizar el Programa de Salud, pues el grado de conocimiento de la población sobre la automedicación es insuficiente.

Entre las preguntas menos acertadas o incompletas se encuentra la relacionada con los efectos secundarios. La mayor

parte de los encuestados consideran que el Paracetamol no presenta ningún efecto adverso y solo el 11.7 % consideran que sí tiene, pero no especifican cuáles son. En cuanto a los efectos adversos del Ibuprofeno, la población posee mayor grado de conocimientos pues en este caso, el 58.8 % sí considera que presenta efectos secundarios, siendo la subida de tensión el más conocido. Respecto a la Aspirina, una gran parte de los encuestados expresan no conocer ninguno de usos (47.06%), justificando que no lo han consumido nunca. Resulta de interés destacar también que, entre las fuentes de información utilizadas para el consumo de estos fármacos, la segunda más prevalente fue consultar a familiares/vecinos (29.41 %). Por último, también resulta significativo que el 88.23 % nunca haya recibido educación sanitaria sobre la automedicación y el uso de estos fármacos, a pesar de que a la mayoría le gustaría asistir.

Para la captación de la población, se ha realizado un póster, y un tríptico informativo. El póster se exhibirá en la puerta del Centro de Salud de Albaida y en el tablón informativo del Ayuntamiento. Además, también se dejarán trípticos informativos en las consultas de enfermería y medicina del Centro de Salud. Previamente, hablaremos con los profesionales de medicina y enfermería para que entreguen el tríptico a aquellos pacientes que cumplan los criterios de inclusión. La captación del Programa, también se realizará a través de la página web y las redes sociales del ayuntamiento, Twitter y Facebook. El taller se realizará en el Salón de Usos Múltiples de Albaida del Aljarafe (Sevilla), en la calle Libertad.

Evaluación

Para la evaluación de nuestro Programa de Promoción de la Salud nos basaremos en el autor Avedis Donabedian, el cual defiende que la calidad asistencial debe medirse mediante la evaluación de la Estructura, el Proceso y los Resultados (Martín et al., 2008).

- Evaluación de la estructura: Para evaluar el grado de satisfacción de los usuarios, se les entregará un cuestionario de calidad, en el cual se tratarán factores en cuanto al nivel de satisfacción de los recursos humanos y materiales utilizados. El cuestionario será tipo Likert. Además, habrá dos preguntas de respuesta abierta para conocer la existencia de posibles aspectos a mejorar o si desean aportar alguna sugerencia con respecto al Programa.

- Evaluación del proceso: Para obtener un número aproximado de personas que van a asistir, los usuarios deberán acudir al Ayuntamiento o Centro de Salud para inscribirse o mediante vía telefónica. El Programa de Promoción de la Salud será impartido durante dos horas en un solo día. Se incrementaría un día más, por cada fracción de 15 personas inscritas. Antes de empezar la sesión, el docente pasará lista, para comprobar que hayan asistido el total del número de personas

Bibliografía

- Carabias Martín, F. (2011). Automedicación en universitarios. Disponible en: https://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/110649/1/DMPSPMM_Carabias_Martin_F_Automedicacion.pdf [acceso: 05/02/2018].
- Martín Antoniano, I.A. (2012). Estudio descriptivo de la dispensación de analgésicos. Su autoconsumo en una población universitaria. Disponible en <http://eprints.ucm.es/17327/1/T34059.pdf> [acceso: 05/02/2018].

inscritas, en caso de no ser así, se llamará a la persona para identificar el motivo de su falta. Además, al finalizar el Programa, los docentes anotarán todas las dificultades y obstáculos que se hayan presentado, para así abordarlos y mejorar futuros Programas.

- Evaluación de resultados: Para evaluar si se ha cumplido los objetivos marcados, al finalizar, se entregará un cuestionario a todos los usuarios para determinar los conocimientos adquiridos. Por otro lado, se podrá comprobar la evolución y mejora de los usuarios en cuanto al grado de conocimientos, comparando los resultados de dicho cuestionario con los resultados del cuestionario previo. Además de esta evaluación inmediata, se realizará una evaluación diferida a los 6 meses de la impartición del taller. Esta evaluación consistirá en evaluar el grado de conocimientos y de habilidades, mediante entrevistas a los usuarios. Si los resultados obtenidos no corresponden a los objetivos marcados, se replanteará nuevos objetivos y una metodología más adecuada para llevar a cabo el Programa.

Plan de trabajo

Contenidos

Se dividen en dos bloques didácticos. Por un lado, el primer bloque titulado “Automedicación” y, por otro lado, el segundo bloque, titulado “AINEs y analgésicos”. En el primer bloque se tratará el primer tema “¿Qué es la automedicación?”, y en el segundo bloque se tratarán el resto de temas “Conceptos básicos”, “Indicaciones”, “Efectos adversos y factores de riesgo”, “Interacciones” y “Recursos electrónicos”.

Cronograma

El Programa constará de 2 sesiones. Entre las dos sesiones se establecerá un periodo de descanso de 10 minutos. Además, al finalizar las sesiones habrá un espacio de tiempo para cumplimentar dos encuestas.

Primera sesión: Esta sesión estará formada por los siguientes temas: “¿Qué es la automedicación?”, “Conceptos básicos de AINEs y analgésicos” e “Indicaciones”.

La duración de esta sesión será de 50 minutos. Al finalizar, se dispondrá de unos 5 minutos para preguntar dudas.

Segunda sesión: Constará de los siguientes temas: “Efectos adversos de AINEs y analgésicos”, “Recursos electrónicos” e “Interacciones”.

La duración de la sesión será de 50 minutos. Al finalizar, los usuarios dispondrán de 5 minutos para exponer sus dudas. Por último, se pasarán dos encuestas en la que se establecerá un periodo de 15 minutos aproximadamente para la realización.

- Martín, M.C., Cabré, Ll., Ruiz, J., Blanch, Ll., Blanco, J., Castillo, F., Galdós, P., Roca, J., y Saura, R.M. (2008). Indicadores de calidad en el enfermo crítico. *Med Intensiva*, 32(1), 23-32. doi: 10.1016/S0210-5691(08)70899-4 [acceso: 21/03/2018].
- Matoulková, P., Dosedel, M., Ruzková, B., y Kubena, A. (2013). Information and awareness concerning ibuprofen as an ingredient in over the counter analgesics: a questionnaire-based survey of residents of retirement communities. *Acta Pol Pharm*, 70(2), 333-338. Disponible en <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23614290> [acceso: 05/02/2018].