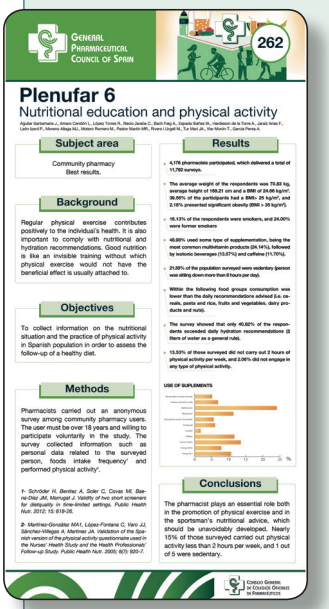
RESULTADOS DEL PROGRAMA PLENUFAR 6

Uno de cada 5 españoles es sedentario y pasa sentado 8 horas al día

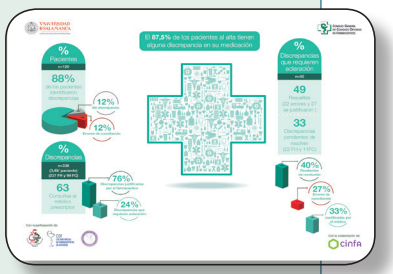


El Congreso Mundial de Farmacia y Ciencias Farmacéuticas 2017, en Seúl, ha servido de escenario a la presentación de los resultados preliminares de la sexta edición del Plan de Educación Nutricional por el Farmacéutico (Plenufar), de los que se desprende que el 21,55% (uno de cada 5 españoles) es sedentario y permanece sentado 8 horas diarias. Otro dato importante arrojado por esta encuesta es que solo el 40,82% cumple con las necesidades diarias de hidratación, es decir, ingiere al menos 2 litros de líquidos al día. También se aprecia, según el estudio, que el consumo de alimentos como cereales, pasta y arroz, frutas y verduras o lácteos entre la población española es inferior a las recomendaciones diarias.

En el programa Plenufar 6 participaron 4.176 farmacéuticos de toda España que durante los meses de abril, mayo y junio de 2017 ofrecieron educación nutricional en la actividad física a los usuarios que acudían a las farmacias comunitarias participantes. El objetivo de la campaña era, por un lado, formar a los millones de españoles que realizan algún tipo de actividad o ejercicio físico, para llevar a cabo una alimentación adecuada acorde a sus necesidades; y, por otro, recoger información sobre la situación nutricional y la práctica de la actividad física en la población española.

Datos del proyecto Concilia Medicamentos

El Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (CGCOF) también presentó en Saúl el programa Concilia Medicamentos, dirigido a mejorar la seguridad de los pacientes en torno a su medicación y conciliar sus medicamentos cuando reciben el alta hospitalaria y muchas veces ven modificado su tratamiento. Hay que tener en cuenta que la transición del paciente entre niveles asistenciales es una de las causas habituales de la aparición de errores asociados a la medicación, de ahí la intención de este programa de validar los procedimientos de conciliación de la medicación, así como un sistema de comunicación entre los farmacéuticos de los diferentes niveles.



El estudio se llevó a cabo en Avilés, Granada y Salamanca, y en él participaron 70 farmacéuticos comunitarios de 30 farmacias, 17 farmacéuticos de 3 hospitales y 3 farmacéuticos de Atención Primaria. Se analizó a un total de 120 pacientes que habían sido dados de alta tras un ingreso hospitalario; a 34 de ellos se les realizó el servicio de conciliación en la farmacia comunitaria y a 86, de farmacia hospitalaria.

Según los resultados, en el 87,5% de los pacientes se identificó alguna discrepancia (diferencias entre el tratamiento previo y posterior al ingreso que podía desconocer), con una media de 3,49 discrepancias por paciente. Una vez aclaradas, el 6,5% de las discrepancias se consideraron errores de conciliación. El estudio llega a la conclusión de que el alto número de discrepancias que requirieron aclaración indica la necesidad del Servicio de Conciliación de la Medicación.

NORMALIZACIÓN DE LA PRÁCTICA FARMACÉUTICA

El CGCOF presenta 4 nuevos procedimientos de BBPP

El Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (CGCOF) ha publicado 4 nuevos procedimientos de desarrollo al documento *Buenas Prácticas en Farmacia Comunitaria* (BBPP), un trabajo que da continuidad al documento publicado en 2013 basado en las directrices de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Federación Internacional Farmacéutica (FIP).

En el procedimiento "Servicio de Adherencia Terapéutica en Farmacia Comunitaria" se recuerdan cuáles son los objetivos de este servicio: maximizar la efectividad y seguridad del tratamiento; optimizar los recursos sanitarios disponibles; fomentar la educación sanitaria en la sociedad; mejorar la calidad de vida de los pacientes y registrar y documentar la intervención profesional.

En "Servicio de Dispensación a través de sitios web de medicamentos de uso humano no sujetos a prescripción médica" se hace un repaso a todas las condiciones que deben garantizar el acceso a este tipo de medicamentos, a través de sitios web de farmacias comunitarias, y su entrega en condiciones óptimas, de acuerdo con la normativa legal vigente.

Tal y como se recoge en "Procedimiento de Formulación Magistral", el desarrollo de medicamentos llevado a cabo por la industria a lo largo de las últimas décadas ha generado un avance espectacular en la calidad de vida de numerosos pacientes, pero existen casos especiales en los que hay que disponer de opciones terapéuticas individualizadas, en las que la formulación magistral es determinante.

Por último, en el "Procedimiento de gestión de falta de suministro, problemas de suministro y desabastecimientos de medicamentos de uso humano" se hace hincapié en el papel del farmacéutico para asegurar que los ciudadanos accedan a los medicamentos y productos sanitarios con todas las garantías.

CONVENIO CON FAS

El Consejo General se implica en la prevención del alcoholismo juvenil

El presidente del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (CGCOF), Jesús Aguilar, y el director de la Fundación Alcohol y Sociedad (FAS), Bosco Torremocha, han suscrito un acuerdo de colaboración para promover la participación de los farmacéuticos comunitarios en la prevención del consumo de bebidas alcohólicas entre los menores de edad.

De esta forma, los farmacéuticos participantes dispondrán de una guía de intervención y recibirán formación a través de internet para prevenir el consumo indebido de bebidas alcohólicas y colaborar en la resolución de los problemas sanitarios derivados. Además, las farmacias participantes llevarán a cabo una campaña de sensibilización dirigida a la población general, ofreciéndoles información y material divulgativo, en especial a menores y sus familiares.

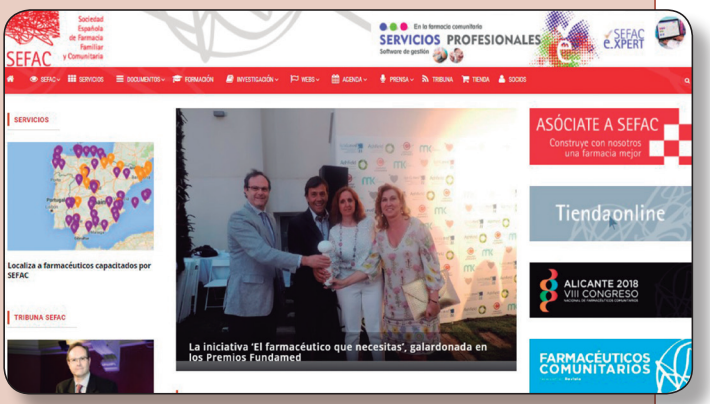
"Los datos son claros y exigen medidas eficaces y realistas, que impliquen a toda la sociedad. Prevenir el consumo de bebidas con contenido alcohólico entre los menores es prioritario para nosotros y consideramos primordial contar con la colaboración de la comunidad farmacéutica, como prescriptores de hábitos saludables y fuente de información primaria en temas de salud", comentó Bosco Torremocha durante la firma del convenio, que tendrá 3 años de duración.

Por su parte, Jesús Aguilar alertó sobre el problema de salud pública que representa el consumo abusivo e indebido de bebidas alcohólicas y el inicio a edades tempranas, motivo por el que se ha sumado a esta iniciativa "para aprovechar el potencial de la red de farmacias comunitarias y los farmacéuticos para trabajar en su prevención". El presidente del CGCOF puso el consumo abusivo de alcohol como ejemplo de problema social y sanitario, "ámbitos ambos en los que la farmacia comunitaria puede contribuir trabajando con jóvenes y sus familiares para evitar el consumo temprano y prevenir así futuros perjuicios sobre la salud".

INTERNET

SEFAC rediseña su página web

Con el objetivo de adaptar su área digital al avance que se ha experimentado en los últimos años, la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC) ha rediseñado su página web (*www.sefac.org*). Así, el nuevo sitio dispone de más recursos tecnológicos (más capacidad en su buscador de contenidos, diseño modular y adaptativo para facilitar la lectura en terminales móviles, etc.) y quiere servir de gran escaparate de toda la actividad que se genera en la Sociedad, no solo para los profesionales de la farmacia sino también para los pacientes.



Para ello, en la sección "Documentos", se ha creado un apartado específico dirigido a pacientes, en el que se irán incorporando periódicamente distintos contenidos prácticos dirigidos a la población y vinculados con la labor asistencial de los farmacéuticos comunitarios.

Una de las grandes novedades es la incorporación de un nuevo servicio dirigido a los socios de SEFAC: el directorio online de farmacéuticos capacitados en servicios profesionales farmacéuticos (SPF), que hará posible que aquellos socios que hayan completado alguno de los programas de capacitación de SEFAC (CESAR, impacHta, EPOCA, Revisa) puedan publicar sus datos de contacto y hacerlos visibles para todas aquellas personas interesadas, y difundir así su labor en SPF.

También es novedoso el espacio "Tribuna SEFAC", una sección que, recogiendo el testigo de los antiguos "Blogs SEFAC", acogerá de forma periódica la opinión de distintas voces expertas vinculadas a la Sociedad sobre la actualidad científica y profesional. Este nuevo espacio permitirá también a los socios aportar sus comentarios y opiniones sobre los asuntos en cuestión.

Asimismo, la página ofrece más funcionalidades en sus intranets, con las que se pretende aumentar la comunicación en los grupos de trabajo, comisiones, delegaciones y la junta directiva (con un espacio específico para enviar sugerencias). De cara al exterior, la web permite solicitar información y realizar el trámite de asociarse, así como acceder a la tienda online, que se ha centralizado para permitir adquirir en un solo sitio tanto las publicaciones de SEFAC como el material diseñado para el uso con los pacientes, matricularse en cursos y acceder al *software* de SPF SEFAC e_XPERT.

PROMOVIDA POR SEFAC Y GSK

Formación en dolor musculoesquelético para farmacéuticos

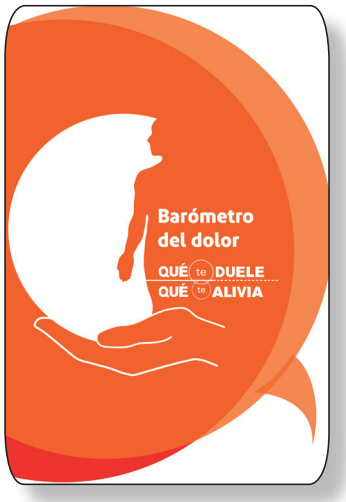
Entre el 5 de octubre de 2017 y el 10 de enero de 2018 se va a llevar a cabo el curso Indicación Farmacéutica en Dolor Musculoesquelético, organizado por la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC) con el patrocinio de GSK Consumer Healthcare, una formación cuyo objetivo es la puesta al día de los conocimientos sobre este tipo de dolor por parte de los profesionales de la farmacia, así como profundizar en el manejo de los tratamientos farmacológicos y promover una indicación farmacéutica basada en conocimientos actualizados.

A través de los 3 módulos del curso los farmacéuticos podrán explorar los aspectos generales del dolor (tipos, causas, tratamiento farmacológico) y la situación del dolor en España (incidencia, consecuencias en el rendimiento), y también aprenderán a avanzar en la relación farmacéutico-paciente: desde principios básicos de comunicación hasta técnicas para generar confianza y empatía en los pacientes.

"Todos los días los farmacéuticos estamos en contacto con personas que sufren dolor. Nuestro papel es clave para ayudarlas a conocer mejor su dolor y elegir la opción terapéutica más conveniente en cada caso. Por esto, este curso representa una excelente oportunidad para reforzar esta función", afirma Eloi Merencio, coordinador del Grupo de Dolor de SEFAC.

El curso, que es gratuito y exclusivo tanto para socios de SEFAC como para aquellas personas a las que GSK proporcione un código personalizado de invitación, tiene solicitada la acreditación a la Comisión de Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias. Toda la información se puede consultar en *https://www.campussefac.org/dolor_muscular/inicio*.

España, en el top 10 mundial



Según el *Barómetro del dolor*, un estudio promovido por Voltadol, España se encuentra entre los 10 países del mundo que presentan mayor dolor corporal entre su población (63%), muy por encima de la media mundial (56%), junto con Australia, Estados Unidos, Canadá y Portugal, entre otros. La espalda es la zona que más afecta a los españoles (37%), un porcentaje más alto que el del resto de los países del mundo (30%), seguido del dolor de cuello (35%) y lumbares (31%).

Debido a este dolor corporal, España se encuentra entre los países del mundo con mayor número de bajas laborales: de media, 3,1 días, frente a la media mundial de 2,6 días de baja. El estudio refleja también la forma en la que el dolor afecta a la calidad de vida de los españoles, ya que cerca del 75% de las personas que sufren dolor corporal admiten que esta situación perjudica su día a día.

Otro dato arrojado por el *Barómetro* es que los farmacéuticos son, junto con los médicos y la industria farmacéutica, las fuentes de información sobre el dolor preferidas por los españoles. Además, la confianza en el farmacéutico alcanza unos niveles muy altos en nuestro país, situándose en un 85%.

OBSERVATORIO DEL MEDICAMENTO

La venta de fármacos por internet en España es insignificante

En nuestro país, la adquisición de medicamentos a través de internet "no constituye una prioridad ni para el sector ni para los pacientes". Esta es la conclusión a la que han llegado los responsables de la Federación Empresarial de Farmacéuticos Españoles (FEFE) tras realizar un análisis sobre este mercado en su Observatorio del Medicamento. De acuerdo con los datos de la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS) correspondientes a 2016, solo el 1,2% de las farmacias están autorizadas para la venta a distancia, y su distribución es poco homogénea, siendo Cantabria, Cataluña, la Comunidad Valenciana y Madrid las regiones en las que las farmacias autorizadas superan la media nacional. Por el contrario, Asturias, Navarra y Galicia registran el menor índice de autorizaciones solicitadas y concedidas.

Para FEFE, las principales razones que explican esta escasa oferta de farmacias a distancia son las limitaciones incluidas en el RD 870/2013, las exigencias impuestas por algunas comunidades autónomas y unos descuentos limitados que impiden a estas webs diferenciarse. Por ejemplo, en algunas regiones como Madrid y Galicia, el control de las infracciones en publicidad es muy riguroso, con importantes sanciones económicas. En definitiva, las farmacias autorizadas para la venta en internet tienen muchas dificultades para rentabilizar su inversión y, por su parte, los consumidores siguen prefiriendo de forma mayoritaria la atención y los servicios que prestan las "farmacias de proximidad", apoyadas por todas las organizaciones de farmacéuticos.

Farmacia y atención hospitalaria

Por otro lado, el informe del Observatorio del Medicamento correspondiente a junio de 2017 pone de manifiesto que las farmacias prestarían un mejor servicio en la dispensación de fármacos a los pacientes mayores sujetos a la atención hospitalaria o ambulatoria. "El hecho de que la mayor parte del gasto hospitalario en medicamentos se dedique a pacientes no hospitalizados o ambulantes ha tenido, y tiene, consecuencias sobre los pacientes que se ven obligados a desplazamientos y pérdida de jornadas de trabajo. En algunas comunidades autónomas se está produciendo una lenta pero sensible vuelta a la dispensación en las farmacias de los medicamentos que antes se dispensaban en los hospitales, y a ello han contribuido tanto la especificación legal de cuáles son los medicamentos reservados a la dispensación hospitalaria como diversas sentencias de Tribunales Superiores de Justicia o el propio Tribunal Supremo", se señala desde FEFE.

BARÓMETRO DE PIC

El autocuidado, un gran desconocido para 9 de cada 10 españoles

De acuerdo con el *Barómetro sobre el autocuidado de la población española* elaborado por PIC, marca perteneciente al Grupo Artsana, 9 de cada 10 españoles desconoce en qué consiste el autocuidado ("conjunto de decisiones de salud tomadas por el individuo, que comprende todas las acciones de salud no organizadas", según la OMS), un desconocimiento que resulta aún más relevante si se tiene en cuenta que, tal y como se desprende del mismo informe, el 49,5% de los encuestados padece alguna enfermedad tratable mediante autocuidado. El desglose de estos datos refleja que son 3 las enfermedades que marcan el mapa de estas patologías en nuestro país: la hipertensión (un 12,8%), la obesidad (12,5%) y el asma (11,6%).

Los resultados de la encuesta apuntan también a una diferenciación entre hombres y mujeres: en el caso de la hipertensión, la brecha se abre hasta en 6,5 puntos (el porcentaje de mujeres es del 9,5%, mientras que el de hombres se dispara hasta el 16%). En diabetes también existen diferencias significativas: un 12,1% de hombres frente al 6,5% de mujeres encuestadas; relación que se invierte en el caso de la artrosis: un 9,1% de mujeres afirma padecer esta patología frente al 5,3% de los hombres.

En cuanto al análisis por edades, entre los mayores de 65 años, un 35% afirma sufrir hipertensión, un 22% artrosis y diabetes y un 17% obesidad, mientras que el asma es una enfermedad "más joven", ya que mientras en el resto de las patologías el porcentaje aumenta a medida que crece la edad, en ella la curva es descendente: un 13% la padece entre los 18 y los 24 años, mientras que el pico se produce entre los adultos jóvenes de 25 a 34 años, con un 18,7%. A partir de ahí, el porcentaje decrece hasta caer a un 1,3% entre los españoles de 55 a 64 años.

Internet + especialista

Otra de las conclusiones del *Barómetro* es la confirmación del peso que tiene internet como herramienta de consulta sobre autocuidado, ya que el 77,6% de los encuestados afirma que recurre a la red para buscar información genérica (37,1%) o sobre temas concretos (39,9%) de autocuidado. Los jóvenes entre 18 y 34 años son los que más utilizan internet para informarse en este campo (un 89,6%), porcentaje que desciende hasta el 21,3% entre los 55 y 64 años y a un 12% entre los mayores de 65. Los blogs profesionales de salud son las webs de referencia para el 59,5%, seguidos de las páginas profesionales (54,4%) y la Wikipedia (32,2%).

La encuesta refleja también que, aunque se fían de lo que pueden encontrar en internet, un 54,8% reconoce que prefiere consultar con un especialista, un dato especialmente curioso teniendo en cuenta que un 54,2% de los españoles reconoce que, tras su visita al médico y su posterior diagnóstico, consulta en la red la información facilitada por el profesional sanitario, cifra que se dispara hasta el 62,3% en el segmento de jóvenes de 25 a 34 años.

ACUERDO CGCOF-POP

Alianza para favorecer el empoderamiento del paciente

El presidente de la Plataforma de Organizaciones de Pacientes (POP), Tomás Castillo, y el del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (CGCOF), Jesús Aguilar, han firmado un convenio marco de colaboración para desarrollar acciones conjuntas que incorporen la visión de los pacientes, favorezcan su empoderamiento y promuevan el papel de la farmacia en el mismo, facilitando para ello el intercambio de información entre ambas partes.

Aguilar valoró muy positivamente este acuerdo: "Como organizaciones colegiales, nuestra misión es escuchar a los pacientes, conocer sus necesidades y saber responder desde la profesión farmacéutica. Para el Consejo General los pacientes son una prioridad en nuestro trabajo diario porque es a quienes tenemos que prestar servicios, y son ellos quienes tienen que demandarlos y apoyarlos en el desarrollo de la farmacia asistencial".

Tomás Castillo, por su parte, destacó que esta iniciativa "da un paso más en la fructífera relación de la farmacia y los pacientes. Para estos, la farmacia es el establecimiento sanitario más accesible, y el farmacéutico, uno de los profesionales sanitarios más cercanos, por lo que juntos debemos avanzar en el desarrollo de esta relación y mejorar los servicios que los pacientes podemos demandar a nuestros farmacéuticos".