

ANEXOS

GLOSARIO DE TÉRMINOS (1)

• **POLIMEDICACIÓN**

Se denomina polimedicación al consumo continuado de cinco fármacos o más, aunque pertenezcan a un mismo grupo terapéutico, durante un periodo mínimo de seis meses, ya sea por vía oral, parenteral o inhalatoria ⁶. Sin olvidar aquellos remedios de herbolario con actividad biológica significativa (sedantes, laxantes,...)⁵.

Además de la definición cuantitativa, que tiene en cuenta el número de fármacos, existe una definición cualitativa de la polimedicación que hace referencia a uso no indicado o inadecuado²¹.

• **PLURIPATOLOGÍA**

Se considera pluripatología a partir de dos o más enfermedades crónicas, las cuales derivan en una fragilidad clínica y la disminución de la autonomía del paciente ⁹.

• **REACCIÓN ADVERSA MEDICAMENTOSA**

Se define reacción adversa medicamentosa (RAM) como cualquier respuesta a un medicamento que sea nociva y no intencionada y que tenga lugar a dosis que se apliquen normalmente en el ser humano para la profilaxis, el diagnóstico o el tratamiento de enfermedades, o para la restauración, corrección o modificación de funciones fisiológicas.

Este término incluye también todas las consecuencias clínicas perjudiciales derivadas de la dependencia, abuso y uso incorrecto de medicamentos, incluyendo las causadas por el uso fuera de las condiciones autorizadas y las causadas por errores de medicación.

Las reacciones adversas se pueden clasificar según tipos:

- Farmacológicas: Acciones conocidas y predecibles que raramente tienen consecuencias que puedan comprometer la vida. Relativamente frecuentes, guardan relación con la dosis.
- Idiosincrática: Está la llamada verdadera con un comportamiento poblacional conocido en algún subgrupo.
- De efecto a largo plazo: debida habitualmente a mecanismos adaptativos. También los efectos de rebote por suspensión están en esta categoría.
- Efectos de latencia larga como por ejemplo efectos teratogénicos²².

• **ERROR DE MEDICACIÓN**

Se entiende por error de medicación (EM) cualquier incidente prevenible que pueda causar daño al paciente o dé lugar a una utilización inapropiada de los medicamentos¹¹.

- **ADHERENCIA O CUMPLIMIENTO TERAPÉUTICO**

La Organización Mundial de la Salud define el cumplimiento o adherencia terapéutica como la magnitud con que el paciente sigue las instrucciones médicas, pero la definición de Haynes y Sackett puede ser más completa al definirlo como el grado en que la conducta de un paciente, en relación con la toma de medicamentos, el seguimiento de una dieta o la modificación de hábitos de vida, coincide con las instrucciones proporcionadas por el médico o personal sanitario⁸.

Los factores asociados con el incumplimiento son múltiples e interrelacionados y pueden ubicarse en el ámbito del paciente (edad, problemas sociales, laborales, económicos, nivel de instrucción, creencias,...), de la enfermedad (depresión, ansiedad, trastornos de la personalidad, pérdida de memoria, gravedad del proceso, enfermedades asociadas, otros tratamientos, presencia o ausencia de sintomatología, ...), de la terapéutica (tratamientos complejos, coste elevado, efectos secundarios, no aceptación del tratamiento, duración indefinida de la prescripción,...), del entorno (existencia de problemas familiares, barreras en la accesibilidad como horarios, burocracia,..) y del médico (mala relación médico-paciente, baja satisfacción del paciente y/o poca confianza con su médico, interinidad del profesional, sensación de no ser escuchados, sensación de que no se les conoce, cambios por genéricos, etc.)⁷. La polimedición, la acumulación de fármacos, la confusión de genéricos, la complejidad de la indicación médica, la duplicidad terapéutica, los problemas cognitivos, la falta de información al paciente, las creencias negativas y determinadas características de los medicamentos disminuyen la adherencia al tratamiento⁶.

- **PRESCRIPCIÓN ADECUADA/PRESCRIPCIÓN INADECUADA**

Una prescripción se considera adecuada para una indicación determinada cuando existe una evidencia clara que apoya su uso en esa indicación, es bien tolerada y presenta un perfil de coste-efectividad favorable, incluyéndose además, en pacientes de edad avanzada, criterios como el pronóstico de la enfermedad, la esperanza de vida y el estado funcional del paciente⁹.

Se considera que es inapropiada cuando el riesgo de sufrir efectos adversos es superior al beneficio clínico, especialmente cuando hay evidencia de la existencia de alternativas terapéuticas más seguras y/o eficaces. La prescripción inapropiada también incluye el uso de fármacos con una mayor frecuencia o mayor duración de la indicada, el uso de fármacos con un elevado riesgo de interacciones medicamento-medicamento o medicamento-enfermedad, y fármacos duplicados o de la misma clase⁴.

DEPRESCRIPCIÓN

La deprescripción es el proceso de "desmontaje" de la prescripción de medicamentos por medio de su análisis, mostrando y tratando de resolver sus contradicciones y ambigüedades tanto a nivel global como a nivel individual¹².

- **ENTREVISTA MOTIVACIONAL**

La entrevista motivacional (EMot) es una técnica dirigida a la identificación de los factores de motivación para el cambio y la consecución del posicionamiento del paciente. Se establece principalmente en el respeto al paciente, sus creencias y su escala de valores¹¹.

- **CALIDAD DE VIDA**

La calidad de vida relacionada con la salud expresa la manera en que las personas experimentan su bienestar físico y mental además de la satisfacción con su vida cotidiana⁹.

CUESTIONARIOS SEGUIMIENTO TERAPÉUTICO (2)

Tabla 1. Cuestionario de Morisky-Green

1. ¿Olvida alguna vez tomar los medicamentos para tratar su enfermedad? Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>
2. ¿Toma los medicamentos a las horas indicadas? Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>
3. Cuando se encuentra bien, ¿deja de tomar la medicación? Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>
4. Si alguna vez le sienta mal, ¿deja usted de tomarla? Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>

* Imagen disponible en el buscador de google

Tabla 2. Cuestionario de comunicación de autocumplimiento de Haynes y Sackett

1. La mayoría de las personas, por una u otra razón, tienen dificultad en tomar comprimidos. ¿Tiene usted dificultad en tomar todos los suyos? Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>
2. Para los que respondan que no tienen dificultad, se insiste: ¿los toma? Todos los días <input type="checkbox"/> Muchos días <input type="checkbox"/> Algunos días <input type="checkbox"/>
3. Muchas personas tienen dificultad en seguir los tratamientos. ¿Por qué no me comenta cómo le va a usted? (recoger lo que diga el paciente)

* Imagen disponible en el buscador de google

GASTO SANITARIO (3)

Datos de recetas facturadas del Sistema Nacional de Salud (Diciembre 2016)²².

COMUNIDAD AUTÓNOMA	2016	2015
ARAGÓN	27.841.532	27.073.254

Datos de recetas facturadas del Sistema Nacional de Salud (Acumulado 2017)²².

COMUNIDAD AUTÓNOMA	ACUMULADO 2017
ARAGÓN	7.034.126

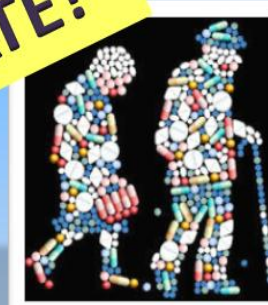
CARTEL DEL PROGRAMA (4)

LA POLIMEDICACIÓN. UN ARMA DE DOS FILOS.

PROGRAMA DE SALUD PARA PACIENTES POLIMEDICADOS

- Si es usted mayor de 65 años.
- Consume 5 fármacos o más.
- O no consigue manejar su medicación.

¡ANIMATE!



¿QUÉ ES?

¿QUÉ
PELIGROS
TIENE?

¿ME
PERJUDICA?



LUGAR

- Centro de salud
- Coordinado por enfermería
- Pregunte en la consulta.

* Cartel informativo del programa de salud. Elaboración propia.

TRÍPTICO (5)


* Tríptico informativo para repartir en la sesión 1. Elaboración propia.

<h3>CÓMO ACTUAR SI PASA ALGO</h3> <ul style="list-style-type: none">• Si los síntomas son leves y desaparecen por si solos o con medicación, no olvides comentarlo la próxima vez que tengas consulta.• Si sufres una reacción que ya conocía la probabilidad de que ocurriera, proceda como le dijo su médico y coménteselo para que le modifique el tratamiento.• Si los síntomas son graves, no ceden o van a peor, acuda a urgencias del centro sanitario más cercano . Si es posible, lleve consigo una copia de todo el tratamiento que tiene pautado.		<h3>PROGRAMA DE SALUD. POLIMEDICACIÓN</h3>  <ul style="list-style-type: none">• ¿Qué es?• Que puedo hacer y qué no.• Importancia del cumplimiento terapéutico.• ¿Qué puede ocurrir? ¿Qué debo hacer si pasa?
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

5

6

1

<h3>LO QUE HAY QUE SABER DE LA POLIMEDICACIÓN</h3> <ul style="list-style-type: none">• La polimedicación es, desde el punto de vista cuantitativo, el consumo continuado de 5 fármacos o más durante un periodo mínimo de 6 meses, incluyendo los remedios de herbolario con actividad biológica significativa• También puede considerarse, desde el punto de vista cualitativo, como el uso no indicado o inadecuado de los fármacos.	<h3>QUÉ HACER Y QUÉ NO</h3> <p>Aunque la polimedicación a veces es necesaria, no esta exenta de riesgos.</p>  <ul style="list-style-type: none">• Automedicación. Siempre antes de comenzar o terminar de tomar un fármaco consúltelo con su médico.• Errores de medicación. Olvidos, repeticiones o equivocaciones, utilizar todos los métodos al alcance para evitar cualquiera de estas circunstancias.	<h3>IMPORTANCIA DEL CUMPLIMIENTO TERAPÉUTICO</h3> <ul style="list-style-type: none">• La adherencia terapéutica es el grado en que la conducta de un paciente coincide con las instrucciones proporcionadas por el personal sanitario• Una mala adherencia empeora la situación de polimedicación. Esto puede llevar a un aumento de dosis innecesario, a la suma de fármacos para tratar un mismo problema, ...
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2

3







4

FOLLETO (6)

DISPOSITIVO	DESCRIPCIÓN	INDICADO PARA	PRECIO	DÓNDE ENCONTRARLO
	Pastillero 1 día/ 4 tomas. Iconos grandes.	Para llevar en el bolsillo en desplazamientos en el día.	3€ (unidad)	productosparamayores.com (página en internet) Teléfono de contacto: 659201309
	Pastillero semanal. 1 compartimento para cada día.	Personas que utilicen además otros métodos de organización. Se debe conocer que pastillas corresponden a cada toma del día	Varía en función de la tienda pero no sobrepasa los 5€	Tienda de chinos
	Pastillero semanal. 3 tomas diarias. Iconos.	Cualquier persona	Preguntar en tienda Mediano: 18€ Grande: 25€	Mundo abuelo C/ Corona de Aragón nº22 productosparamayores.com (página en internet) Teléfono de contacto: 659201309
	Pastillero semanal. 4 tomas. Iconos. Compartimentos grandes. Funda con tarjetero	Cualquier persona. Permite llevar tarjetitas con información referente a la medicación.	Preguntar en tienda	Mundo abuelo C/ Corona de Aragón nº22
	Pastillero semanal. 5 tomas diarias. Se puede usar cada cajón individualmente.	Cualquier persona.	24€	productosparamayores.com (página en internet) Teléfono de contacto: 659201309
	Pastillero semanal. 4 tomas diarias. Funda de plástico a modo de estuche. Compartimentos grandes.	Cualquier persona	23€	Asister.es (página en internet) Teléfonos de contacto: 978-623-985 616-996-624

* Folleto informativo de algunos dispositivos disponibles para repartir en la sesión 2. Elaboración propia.

CUARTILLA DE CHEQUEO DE LA MEDICACIÓN (7)

MEDICAMENTO NOMBRE Y DOSIS								DURACIÓN/ OBSERVACIONES	
	AL LEVANTARSE	DESAYUNO	COMIDA		POR LA TARDE	CENA			AL ACOSTARSE
			1 HORA ANTES			1 HORA ANTES			

Cuartilla de chequeo de la medicación. Tabla original tomada de google y modificada posteriormente.

ENCUESTA DE EVALUACIÓN (8)

El objetivo de este programa de salud es aportar toda la información necesaria relacionada con la polimedición y, en la medida de lo posible, ayudar a la mejora de la calidad de vida de todas las personas que consumen 5 fármacos o más. Con la intención de conocer la eficacia del programa para su posterior implantación, se ha desarrollado una breve encuesta que deberá de ser respondida al final de este.

1. Respecto a la información que se ha dado a lo largo de las sesiones del programa, ¿Cómo la calificaría?

- Insuficiente
- Normal
- Buena
- Excesiva

2. Con relación al desarrollo de las sesiones, ¿Qué aspectos podrían mejorarse?

- El contenido. Es demasiado denso.
- El número de sesiones. Da la sensación de que falta información.
- La dinámica. Resultan muy pesadas.
- Están bien tal como se han realizado.

1. La realización de las sesiones en pequeños grupos de 10 resulta, en su opinión:

- Demasiada gente, considerando el tipo de pacientes y las necesidades particulares de cada uno.
- Es un número adecuado.
- Alguna sesión sería mejor realizarla individualmente.
- No tengo opinión.

4. ¿Cuál es su opinión acerca de la utilidad del programa?

- El programa no cumple con el objetivo que pretende.
- El programa solo suple la falta de información pero no mejora la situación del polimedicado.
- Resulta muy útil para mejorar el manejo del régimen terapéutico.
- No tengo opinión

5. En cuanto a los profesionales que dirigen el programa:

- Es suficiente con la enfermera que lo dirige.

- Sería beneficioso la incorporación de profesionales de otras disciplinas.
- Hacen falta más enfermeras para dirigir el programa.
- No tengo opinión

6. Tras el programa, ¿ha experimentado algún cambio beneficioso?

- Si, he notado un gran mejoría.
- Bueno, algo he mejorado pero no mucho.
- No, estoy en el punto de partida.
- Estoy en ello. Me está costando un poco ponerlo en práctica.

7. Describe brevemente las sensaciones que despiertan en ti este programa.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

(Cuestionario de elaboración propia siguiendo las recomendaciones de M.C. Martín Arribas. Instituto de Investigación de Enfermedades Raras. Instituto de Salud «Carlos III») ²³