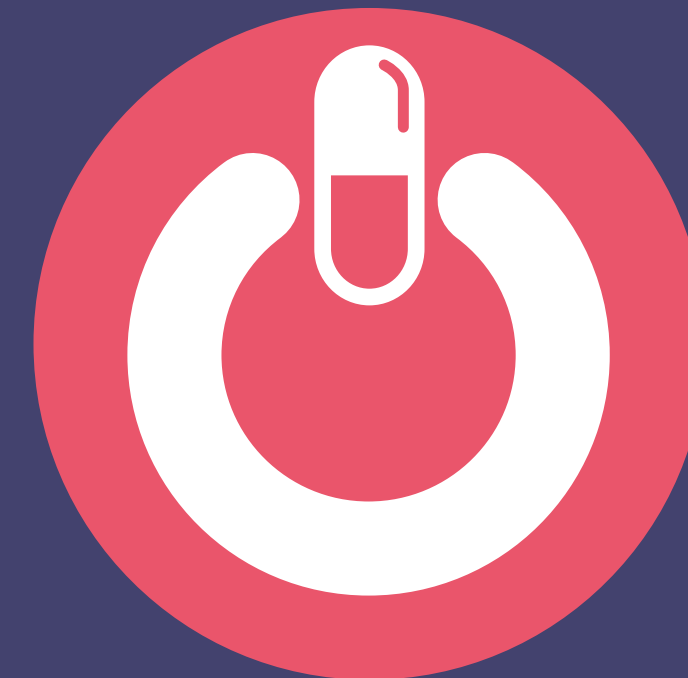


ACTIVANDO el derecho a la SALUD



Los **activos para la salud** son todos los recursos materiales e inmateriales que tenemos en nuestro entorno y que ayudan a **fomentar la salud, el bienestar y la fortaleza de las comunidades**. Estos activos permiten a las personas, no sólo enfrentar mejor las dificultades, sino también **promover hábitos saludables y mejorar su calidad de vida**.

El enfoque de activos en salud comunitaria se centra en **identificar y aprovechar los recursos y fortalezas de la comunidad**, en lugar de enfocarse en sus carencias. Ejemplos de este enfoque son, la participación comunitaria, el fortalecimiento de capacidades, la colaboración entre entidades y redes y el enfoque positivo en los recursos existentes.

La farmacia es un valioso activo de salud. Los alumnos de quinto de farmacia, en nuestra primera experiencia en contacto con este ámbito asistencial hemos querido identificar los siguientes ejemplos de activos de salud que hemos observado durante nuestras prácticas:

A nuestro alrededor reconocemos cantidad de activos para la salud pero, como alumnos de Farmacia, hemos querido centrarnos en los relacionados con esta:



Servicio Personalizado de Dosificación (SPD):

Es un servicio que ofrece la farmacia para aquellas personas que tienen dificultades a la hora de organizar la medicación. El farmacéutico prepara la medicación del paciente en un blíster semanal, y le ayuda a resolver dudas sobre su medicación, asegurándose de que la toma de manera correcta. En personas mayores o polimedicados es un activo para la salud porque les da seguridad en la toma de su medicación.



Farmacéutico:

Muchas personas acuden a la farmacia no solo para adquirir medicamentos, sino por el consejo, apoyo y acompañamiento que el farmacéutico les brinda. El farmacéutico es el contacto sanitario más cercano a la población, el que en muchas de las ocasiones soluciona problemas menores de los pacientes y el que actúa como confidente en muchas otras. Es mucho más que un profesional sanitario; es una persona comprometida con su comunidad, siempre dispuesta a ayudar y a ofrecer soluciones a los problemas que están a su alcance. Todo esto les convierte en un activo para la salud de la población a la que atienden.



Consejo farmacéutico:

El farmacéutico aconseja a los pacientes con el fin de mejorar su salud. Las recomendaciones del farmacéutico pueden ayudar a mejorar los estilos de vida, el uso de los medicamentos y de los recursos sanitarios.

Algunas de las recomendaciones que pueden dar son ejemplos de una vida saludable.



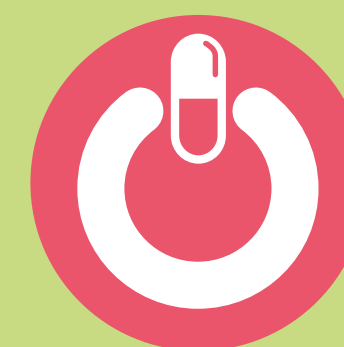
Activos de salud alrededor de la farmacia:

Alrededor de la farmacia también nos encontramos numerosos activos como, por ejemplo, los bancos donde las personas mayores disfrutan de un punto de encuentro al sol para sentarse y hablar de sus cosas. Por otro lado, son activos importantes, las áreas verdes y los parques, donde se fomenta la actividad física, como pasear o correr.



Cercanía del centro médico y la farmacia:

La farmacia y el centro médico del barrio son dos activos, que de forma individual son muy importantes para fomentar la salud y bienestar de nuestra comunidad, pero que en conjunto son aún más importantes por el trabajo en equipo que realizan. La buena relación y comunicación entre ambos servicios permite solucionar muchos problemas relacionados con el uso de los medicamentos.



Pobreza farmacéutica: una realidad invisible

Cuando pensamos en la pobreza farmacéutica nos vienen a la cabeza países lejanos sumidos en la pobreza o en medio de conflictos bélicos, aunque la realidad es que **la pobreza farmacéutica se encuentra a nuestro alrededor**, en un país europeo con asistencia sanitaria universal.

La pobreza farmacéutica es el término que se utiliza para describir el escaso acceso o el acceso inadecuado a medicamentos esenciales y necesarios debido a factores sociales, económicos, políticos o estructurales.



Una de las principales causas de esta cruel realidad es el **alto coste de los medicamentos**. En muchas ocasiones, la enfermedad es considerada un negocio para las grandes industrias farmacéuticas, por lo que elevan los precios de los medicamentos haciéndolos inaccesibles para la totalidad de la población.



Por otro lado, la **desigualdad social** hace que muchas personas no puedan acceder a servicios básicos de salud, tales como la atención médica primaria o los medicamentos necesarios para tratar sus enfermedades. Todo ello conlleva a una mayor incidencia de enfermedades y/o complicaciones que podrían haberse prevenido fortaleciendo la atención primaria.



Además, la pobreza farmacéutica también está relacionada con la **falta de información o la desinformación**, ya que, en primer lugar, el desconocimiento de muchos pacientes a diversas opciones de tratamiento les impide tomar bien sus decisiones en salud.

Principales causas

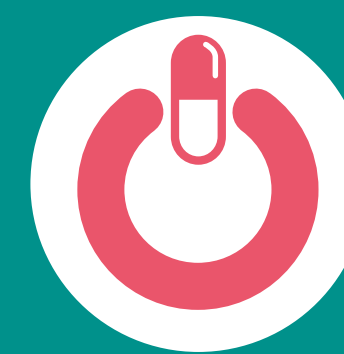


Desafortunadamente, **la pobreza farmacéutica también está presente en Aragón**, sobre todo, en aquellas familias cuya situación económica no les permite la obtención de los medicamentos necesarios para mejorar o mantener su salud. Es muy común que la persona con falta de recursos económicos renuncie a la compra de medicamentos para cubrir otros bienes básicos como la comida, o al revés, que incluso tenga que recortar parte de su presupuesto mensual destinado a la alimentación para hacerse cargo de los precios de su medicación.

Vivimos en un país con un sistema de salud consolidado, aunque los problemas de acceso a medicamentos y a los servicios de salud para que obtengan las recetas médicas necesarias en las áreas rurales, continúan siendo una

desigualdad silenciosa. Se debe a la distribución; los laboratorios y las empresas farmacéuticas priorizan las ciudades porque el mercado es más rentable. De esta manera, las zonas rurales quedan rezagadas.

La pobreza farmacéutica no se da sólo en zonas rurales aragonesas, en las capitales de provincia de nuestra comunidad autónoma y de todo el mundo, hay muchísimas personas que por sus bajos ingresos y desempleo no se pueden permitir pagar sus medicamentos recetados. A pesar de que el acceso a los distintos centros de salud y farmacias es más fácil en las ciudades, si los pacientes no pueden permitirse sus medicamentos prescritos pueden desencadenar complicaciones médicas graves y menor calidad de vida.







Farmacia comunitaria

Si preguntamos a un paciente habitual de una farmacia qué significa la farmacia que tiene al lado de casa y los farmacéuticos que trabajan en ella, probablemente nos respondan que no sabría que hacer sin ellos.

*Y es que, para la mayoría de la población, **el farmacéutico de oficina de farmacia es su sanitario de confianza**, al que acuden cuando quieren y con facilidad cuando tienen cualquier duda.*

La **farmacia comunitaria** ha evolucionado mucho en los últimos años y con ella las funciones del farmacéutico comunitario. Antes, las farmacias se consideraban “tiendas” a las que se iba a comprar medicamentos y productos relacionados con la salud. En cambio, hoy en día, son centros de salud de primera línea, capaces de ofrecer una variedad de servicios que antes solo se encontraban en clínicas u hospitales. Dicho de otra manera, actúa de **punto entre el sistema de salud y la comunidad**, ayudando a las personas a acceder y utilizar correctamente su medicación promoviendo la salud y bienestar.

Con el tiempo, los farmacéuticos han ido asumiendo **nuevos roles en la sociedad**, tales como:




-  Educadores en salud.
-  “Gestores” de medicamentos.
-  Promotores de la salud pública, por ejemplo, participando en campañas de vacunación o donación de sangre.
-  Colaboradores con otros profesionales sanitarios.



La farmacia es, muchas veces, el **primer contacto de las personas con el sistema de salud**.

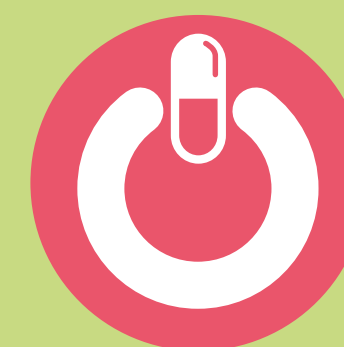
Ser el primer punto de referencia nos da la oportunidad y la responsabilidad de identificar problemas de salud antes de que se agraven. Es gratificante saber que, con una intervención a tiempo, podemos ayudar a un paciente a recibir la atención médica que necesita.

La farmacia comunitaria y el farmacéutico han logrado un impacto significativo en la sociedad debido a su accesibilidad y capacidad para responder a las necesidades de salud de manera rápida y efectiva, trayendo consigo **beneficios** como:

-  **Descongestión del sistema de salud**, mediante la resolución de consultas que no requieren de la atención del médico.
-  **Reducción de costes en el sistema sanitario**, promoviendo prácticas preventivas, evitando así posibles hospitalizaciones.
-  **Acceso a una atención sanitaria para personas con pocos recursos**, siendo el caso de las farmacias rurales.

Tanto el farmacéutico como la farmacia son elementos fundamentales en el sistema de salud y en el bienestar de la población. La **evolución de sus funciones y la integración de servicios de salud avanzados** han transformado a las farmacias en centros de atención primaria accesibles y cercanos, y a los farmacéuticos en profesionales de salud proactivos y comprometidos con el bienestar de sus pacientes.

Gracias a esta transformación, la farmacia comunitaria no solo mejora la calidad de vida de los pacientes, sino que también juega un papel esencial en la prevención de enfermedades y la promoción de la salud en la sociedad.



Donaciones apropiadas de medicamentos

La donación apropiada de medicamentos es un proceso que busca **proporcionar fármacos de manera segura, ética y eficiente** a las comunidades que los necesitan.

Para que una donación sea adecuada, los medicamentos deben cumplir varios requisitos:

- En primer lugar, deben **responder a las necesidades de salud específicas** de la población receptora, considerando las enfermedades prevalentes en esa zona.
- Además, los medicamentos donados deben **estar dentro de su vida útil**, evitando así riesgos sanitarios derivados de productos vencidos.
- Y deben **provenir de fuentes confiables** (como laboratorios farmacéuticos), ya que las devoluciones de particulares pueden no haber sido almacenadas de forma segura.

Una donación de medicamentos bien ejecutada no solo salva vidas y mejora la salud pública, sino que también promueve una conciencia social sobre el uso responsable de los fármacos y la importancia de evitar residuos.

Las directrices del **Punto SIGRE** aseguran que este proceso no solo tenga un impacto positivo en las comunidades receptoras, sino también en la protección del medio ambiente.

En **situaciones límite, como guerras o catástrofes naturales**, se realizan donaciones de medicamentos para ayudar. Cuando el medicamento llega, un porcentaje relativamente alto no es necesario para las situaciones específicas de la emergencia y no solventan la necesidad. Las donaciones inservibles que se reciben con más frecuencia son la de medicamentos caducos, algunos de varios años atrás. En fin, que la buena intención no genera una solución y en cambio complica al país receptor con problemas como el almacenaje o la destrucción del producto.

Por ello, la donación de medicamentos **debe llevarse a cabo a través de diversas organizaciones no gubernamentales (ONG)** que colaboran con hospitales, clínicas y comunidades de países que presentan carencias en el sistema de salud. Estas organizaciones se aseguran de que los medicamentos donados cumplan con todas las normativas sanitarias y que su distribución se realice de forma justa. Para muchos países en vías de desarrollo, la donación de medicamentos representa una fuente de acceso a tratamientos que de otro modo no serían posibles o tendrían que acceder al mercado negro, siendo un peligro para esos pacientes.



Punto SIGRE. Medicamento y Medio Ambiente





Determinantes Sociales de la Salud

La Organización Mundial de la Salud define los **Determinantes Sociales de la Salud (DSS)** como “las circunstancias en que las personas nacen, crecen, trabajan, viven y envejecen, incluido el conjunto más amplio de fuerzas y sistemas que influyen sobre las condiciones de la vida cotidiana”.

Estos determinantes abarcan factores biológicos, ambientales, conductuales, sociales, culturales, económicos, laborales y, evidentemente, el conjunto de servicios sanitarios creados para prevenir la enfermedad y mejorar o restaurar la salud.



De todos los determinantes de la salud, únicamente los **determinantes biológicos** son a priori inalterables ya que vienen condicionados por los factores hereditarios y la carga genética del individuo. Del resto de determinantes de la salud, son los **determinantes sociales** los que más influyen en las posibilidades de poseer una buena salud. En particular, el nivel socioeconómico tiene un enorme impacto en el resto de los determinantes. La pobreza acarrea discriminación, condiciones de vivienda poco favorables o higiénicas, inseguridad alimentaria (e incluso malnutrición), necesidad de aceptar trabajos precarios y un largo etcétera.

Es cierto que las desigualdades, en lo que respecta a determinantes sociales para la salud, entre países son muchos mayores que las desigualdades en el ámbito internacional. Y las diferencias se van estrechando a medida que acotamos a niveles de población inferiores. A pesar de esto, los determinantes sociales como el acceso a los servicios de salud, la educación, las condiciones laborales, los ingresos por unidad familiar y la vivienda varían enormemente incluso a nivel local, entre distintas zonas de un mismo municipio.

La red de farmacias supone un recurso valioso para toda la población, pues favorece un acceso igualitario a los recursos.

En Zaragoza

Por poner un ejemplo, Zaragoza registra una de las **tasas de personas sin hogar más baja de las grandes ciudades españolas** y se sitúa muy alejada de la media española. Sin embargo, tras realizar el Ayuntamiento por primera vez, el año pasado, un censo de personas sin hogar, se contabilizaron a **163 personas que viven y duermen al raso cada noche** en las calles de la capital aragonesa. Estas personas se ven privadas de los servicios más básicos de salubridad y habitabilidad, lo que influye muy negativamente en su salud tanto física como mental.

Por otro lado, además de los individuos sin hogar, **el 15% de la población se sitúa bajo el umbral de la pobreza**, lo que implica un número muy considerable de personas en riesgo de exclusión.

Equidad en la salud significa que todos debemos poder tener la oportunidad de alcanzar nuestro, por decirlo de una manera, máximo potencial de salud, sin estar limitados por la posición social o económica. Esto requiere **políticas y acciones que aborden las desigualdades estructurales**. Por ejemplo, invertir en educación y servicios de salud en comunidades desfavorecidas puede tener un impacto significativo en la reducción de las disparidades en salud.

En el ámbito farmacéutico, la red de farmacias supone un recurso valioso para toda la población,

pues favorece un acceso igualitario a los recursos, así como tener la asistencia de un profesional en salud en la puerta de casa, con amplios horarios y presente en muchos municipios, tanto urbanos como del mundo rural. Es una puerta abierta a nuestra salud, que nos permite tener acceso a consultas o consejos de primera mano, profesionales, que pueden ayudar a disminuir las brechas sociales existentes. Además de hacer una gran labor de sensibilización y altavoz de las desigualdades sociales en el acceso a la salud.