



UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE
MADRID

**CONVOCATORIA PROYECTOS
APRENDIZAJE-SERVICIO COMPLUTENSE**

Convocatoria 2020/2021

Título del Proyecto ApS

**ESTRATEGIAS DE USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS EN
PERSONAS MAYORES COMO MEJORA DE LA CALIDAD DE
VIDA Y DE PROMOCIÓN DEL BIENESTAR**

Persona Responsable del Proyecto: Elena González Burgos

Centro: Facultad de Farmacia

Departamento: Farmacología, Farmacognosia y Botánica



Componentes del equipo:

Nombre y Apellidos	PDI/PAS/ ESTUDIANTES	correo UCM
Alba Garcimartín Álvarez	AyDr - PDI	a.garcimartin@ucm.es
Ana García Aguilar	AyDr - PDI	ana.garcia.aguilar@ucm.es
Aránzazu Bocanegra De Juana	AyDr - PDI	aranboca@ucm.es
Elena María González Burgos	PCDi - PDI	elenagon@ucm.es
Francisca Gómez Oliver	TU - PDI	gomezof@ucm.es
José Antonio Guerra Guirao	AyDr - PDI	jaguerra@ucm.es
José Joaquín Merino Martín	AyDr - PDI	josejmer@ucm.es
Luis Miguel Bedoya del Olmo	TU- PDI	lmbedoya@ucm.es
Luis García García	PCD - PDI	lgarciag@ucm.es
Soledad Fernández Alfonso	CU - PDI	marisolf@ucm.es
Rosario García Broncano	PAS	rgarciab@ucm.es
Francisco Javier Manzano Lista	Estudiante Doctorado	fmanzan@ucm.es
Isabel Ureña Vacas	Estudiante Doctorado	isabelur@ucm.es
Marina Hernández Martín	Estudiante Doctorado	marinh04@ucm.es

Palabras clave:

Aprendizaje Servicio, Uso racional de medicamentos, Personas mayores, Farmacología, Calidad de vida, Promoción del bienestar.



ESTUDIANTES PARTICIPANTES

Han participado un total de 51 estudiantes (39 mujeres y 12 hombres) del Grado en Farmacia y del Doble Grado en Farmacia y Nutrición de la Facultad de Farmacia. La mayoría de los alumnos eran de 3^{er} curso (74,5%) pero también han participado estudiantes de 4^o (6%) y de 5^o (19,5%). Se crearon 8 equipos de trabajo (6-7 miembros/equipo) según las preferencias de taller y las cualidades de la persona (creativo, comunicador y as de las tecnologías). Además, se intentó equilibrar la proporción de hombres y mujeres. Por último, los integrantes de los talleres más específicos (diabetes, enfermedades respiratorias y patologías cardiovasculares) fueron principalmente alumnos de los cursos de 4^o y 5^o.

ENTIDADES PARTICIPANTES

Universidad Complutense de Madrid y Ayuntamiento de Coslada – Concejalía de Servicios Sociales y Mayores.

NECESIDAD SOCIAL ATENDIDA

Necesidad social. Este proyecto ApS responde a la demanda y necesidad de las personas mayores de los Centros de Mayores del Ayuntamiento de Coslada a recibir formación online sobre estilos de vida saludable. En especial, a conocer aspectos tan importantes del medicamento como son el cumplimiento terapéutico, las reacciones adversas o las interacciones medicamentosas con el fin de que se haga un uso racional de los medicamentos y se eviten problemas derivados de su uso incorrecto.

Necesidad educativa. Los nuevos modelos pedagógicos abogan por un papel activo de los estudiantes en los procesos de enseñanza-aprendizaje. La realización de talleres sincrónicos y la creación de vídeos-taller sobre el uso racional de medicamentos por parte de los alumnos, orienta al estudiante hacia la adquisición de su propio conocimiento a partir del conjunto de recursos de información disponibles. Además, se tratan otras competencias transversales como la comunicación lingüística, social y cívica, la creatividad, y la inteligencia emocional, entre otras.

Necesidad tecnológica. Necesidad de incorporar herramientas docentes innovadoras basadas en las TIC para ofrecer formación a personas mayores, colectivo principal de riesgo de la actual pandemia por COVID-19.



OBJETIVOS LOGRADOS

- A) Explicar al colectivo de personas mayores la patología y su tratamiento por parte del estudiante.
- B) Desarrollar el concepto de uso racional del medicamento y cómo este supone una mejora de la calidad de vida y de promoción del bienestar.
- C) Explicar que las reacciones adversas derivadas del mal uso de los medicamentos tienen riesgos asociados que pueden incluso suponer ingresos hospitalarios.
- D) Concienciar al colectivo de personas mayores de que una mejora del cumplimiento terapéutico facilitará un mejor control de la enfermedad y una reducción de la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles.
- E) Concienciar y transmitir a las personas mayores la importancia de seguir adecuadamente las indicaciones especificadas por el médico y el farmacéutico, así como las de los prospectos de los medicamentos para evitar los riesgos asociados a su mal uso.
- F) Aumentar la calidad de vida y el bienestar social del colectivo de personas mayores en los diferentes distritos de Coslada.

Estos objetivos engloban los siguientes objetivos de aprendizaje:

- Integrar y aplicar los conocimientos adquiridos sobre administración de medicamentos, reacciones adversas, interacciones y, su uso en situaciones especiales (personas mayores) de una forma profesional mediante la realización de talleres online.
- Contribuir y promover el uso racional de los medicamentos en la sociedad.
- Intervenir en las actividades de promoción de la salud, prevención de enfermedad, en el ámbito individual, familiar y comunitario; con una visión integral y multiprofesional del proceso salud-enfermedad.
- Desarrollar habilidades de comunicación e información no verbal y oral en la realización de los talleres online.
- Promover las capacidades de trabajo y colaboración entre equipos de alumnos de diferentes clases y cursos de los Grados de Farmacia y, Farmacia y Nutrición.



- Fomentar que los estudiantes sean capaces de transmitir y explicar de forma sencilla y didáctica, a las personas mayores, conceptos y problemas relacionados con los medicamentos.
- Generar un sentimiento de responsabilidad, propia y hacia otros, de los conocimientos adquiridos en las asignaturas de Farmacología General y, Farmacología y Farmacoterapia que se le presuponen como al profesional sanitario.
- Ofrecer al alumno un aprendizaje orientado a la profesionalización.
- Fomentar el aprendizaje colaborativo y dotar al alumnado de capacidades que le permitan un acercamiento a la realidad laboral.
- Mejorar en el manejo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).
- Consolidar el uso del Campus Virtual como plataforma interactiva de enseñanza y aprendizaje para profesorado y estudiantes.

Estos objetivos engloban los siguientes objetivos personales:

- Aumentar la motivación y participación de los alumnos en el proceso de aprendizaje.
- Realizar una primera toma de contacto del alumno con el mundo profesional.
- Promover el desarrollo personal y social del alumno.

Estos objetivos engloban los siguientes objetivos sociales:

- Ayudar a las personas mayores a entender mejor aspectos relacionados con los medicamentos como su uso correcto, reacciones adversas e interacciones.
- Concienciar y transmitir a las personas mayores la importancia de cumplir con su tratamiento y los riesgos que entraña el incumplimiento terapéutico, la polimedición y la automedicación.
- Fomentar la responsabilidad ciudadana como pilar fundamental en la notificación voluntaria de problemas y sospechas de reacciones adversas.
- Dar a conocer qué es y por qué se producen interacciones con los medicamentos y qué consecuencias tiene.
- Dar a conocer por qué durante el envejecimiento se modifica el comportamiento de los fármacos en nuestro organismo.
- Promover el uso racional de los medicamentos.

- Promover la participación y el compromiso de la comunidad universitaria con la sociedad en materia de salud.

DESCRIPCIÓN EXPERIENCIA. ACTIVIDADES REALIZADAS

1. *Kick off meeting* (septiembre 2020). Contacto (mail y reunión virtual) con el Ayuntamiento de Coslada para continuar con el ApS UCM 2019, profundizando en las necesidades del colectivo y en las estrategias de salud para promover el uso racional de medicamentos entre las personas mayores. *Stakeholders: Las profesoras S. Fernández Alfonso, E. González Burgos y miembros del Ayuntamiento de Coslada.*
2. En la presentación del primer día de clase (finales septiembre 2020), se ha informado a los alumnos de las asignaturas de Farmacología General (3^{er} curso), de Farmacología y Farmacoterapia (4^o curso) y de Toxicología (5^o curso) del Grado en Farmacia y del Doble Grado de Farmacia y Nutrición sobre una próxima reunión de este proyecto ApS. *Stakeholders: Todos los profesores del equipo del proyecto y alumnos de las asignaturas.*

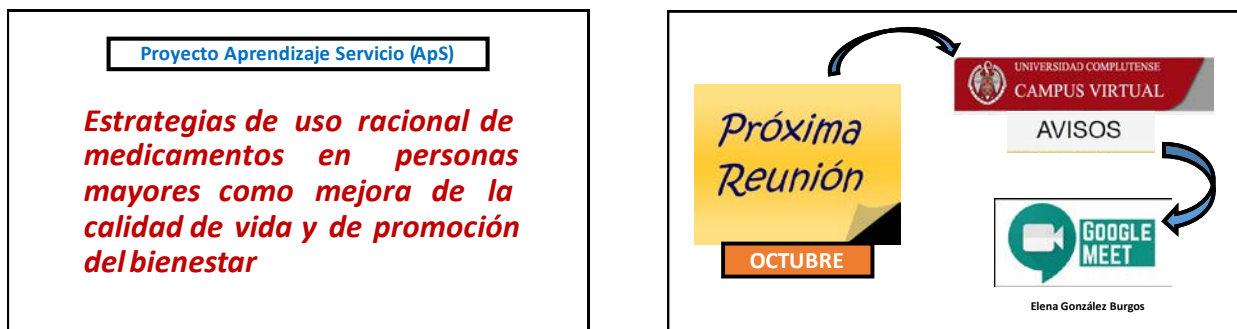


Figura 1. Imágenes representativas de la presentación del primer día de clase para anunciar una próxima reunión informativa sobre este proyecto ApS.



3. En el mes de octubre, se ha realizado una reunión virtual a través del Google Meet para informar sobre este proyecto ApS UCM 2020. Al finalizar la reunión se ha pedido que todos los estudiantes finalmente interesados en participar envíen un correo a la persona responsable del proyecto para crear los grupos de trabajo. *Stakeholders: Todos los miembros del equipo del proyecto y alumnos interesados en el proyecto.*



Figura 2. Imágenes representativas de la presentación de la reunión informativa sobre el ApS para los alumnos interesados en participar.

4. Se ha dado de alta un seminario en Moodle del Campus Virtual para el proyecto ApS UCM 2020 (Finales octubre 2020). Este seminario se ha utilizado para colgar recursos, notas informativas, etc. La dirección web de este seminario es <https://cv4.ucm.es/moodle/course/view.php?id=13932>. *Stakeholders: el profesor Jose Antonio Guerra Guirao.*



Figura 3. Seminario creado en el Campus Virtual para el ApS. La dirección web de este seminario es <https://cv4.ucm.es/moodle/course/view.php?id=139321>

5. Se ha desarrollado una página web denominada **SeguriMed ApS** (Noviembre 2020 – actualizaciones continuadas). La dirección web es <https://www.ucm.es/segurimed/>.
Stakeholders: la profesora M. Soledad Fernández.



Figura 4. Página web creada. <https://www.ucm.es/segurimed/>



6. Creación de los grupos de trabajo entre los alumnos interesados en el proyecto (Noviembre 2020). *Stakeholders: E, González-Burgos y R. García Broncano.*

Se han creado un total 8 equipos de trabajo (6-7 miembros/equipo) según las preferencias de taller y las cualidades de la persona (creativo, comunicador y as de las tecnologías). Además, se ha intentado equilibrar la proporción de hombres y mujeres. Por último, los integrantes de los talleres más específicos (diabetes, enfermedades respiratorias y patologías cardiovasculares) fueron principalmente alumnos de los cursos de 4º y 5º.

- **Grupo 1.** ¿Por qué los medicamentos actúan de forma diferente en las personas mayores? *Profesores responsables: A. García, A. Bocanegra, JJ Merino.*
- **Grupo 2.** ¿Por qué es importante tomar de forma correcta la medicación? Trucos y consejos para facilitar el cumplimiento terapéutico. *Profesores y alumno de Doctorado responsables: A. Garcimartín, J.A. Guerra, M. Hernández.*
- **Grupo 3.** Efectos secundarios de la medicación. ¿Cómo detectarlos y qué hacer? *Profesores y alumno de Doctorado responsable: E. González, L.M. Bedoya, I. Ureña.*
- **Grupo 4.** ¿Qué precauciones debo tener en cuenta si tomamos más de un medicamento y/o planta medicinal? *Profesores y alumno de Doctorado responsable: L. García, S. Fernández, F. Gómez, F. Manzano.*
- **Grupo 5.** Diabetes y tratamiento farmacológico. *Profesores responsables: A. García, A. Bocanegra, JJ Merino.*
- **Grupo 6.** Enfermedades respiratorias (asma y EPOC) y tratamiento farmacológico. *Profesores y alumno de Doctorado responsable: E. González, L.M. Bedoya, I. Ureña.*
- **Grupo 7.** Hipertensión e insuficiencia cardíaca. Su tratamiento farmacológico. *Profesores y alumno de Doctorado responsables: A. Garcimartín, J.A. Guerra, M. Hernández.*
- **Grupo 8.** Arritmias y tratamiento farmacológico. *Profesores y alumno de Doctorado responsable: L. García, S. Fernández, F. Gómez, F. Manzano.*



7. Los profesores y alumnos de Doctorado responsables de cada grupo se han reunido con los alumnos para ir elaborando el contenido de los talleres de las sesiones sincrónicas y asincrónicas. El número de sesiones se ha ajustado a las necesidades de cada grupo y la complejidad del tema a tratar (Noviembre 2020 – Abril 2021).

8. Realización de las sesiones sincrónicas. Estos talleres online se han realizado dentro de un ciclo en salud dirigido a las personas mayores dentro de la Concejalía de Servicios Sociales y Mayores del Ayuntamiento de Coslada. Las sesiones han tenido lugar desde el 14 de abril al 6 de mayo de 2021 (miércoles y jueves, 1 hora -presentación y debate-), previa inscripción, a través de la plataforma digital Jitsi Meet. Los asistentes a estos talleres sobre uso racional de medicamentos habían recibido previa formación para el manejo de esta plataforma.

Para anunciar estos talleres, el Ayuntamiento de Coslada y los estudiantes participantes en este ApS han diseñado carteles que se han difundido a través de redes sociales y páginas web.

En el Anexo I se muestran los carteles diseñados. En el Anexo II se exponen de forma representativa algunas de las presentaciones de los talleres sincrónicos.

9. Realización de vídeos. Los alumnos han elaborado vídeos cortos sobre los temas y contenido de los talleres sincrónicos para el canal Youtube de Coslada Mayores (https://www.youtube.com/channel/UCHZDqkulo6WDw6W1_zDDzdQ).



Figura 5. Banner del Canal Youtube de Coslada Mayores.

10. Divulgación del proyecto a través de las redes sociales (Noviembre 2020-Junio 2021). Se ha creado una cuenta en Twitter para dar difusión al proyecto: https://twitter.com/ucm_aps. Asimismo, se ha diseñado un logo para el perfil de Twitter.

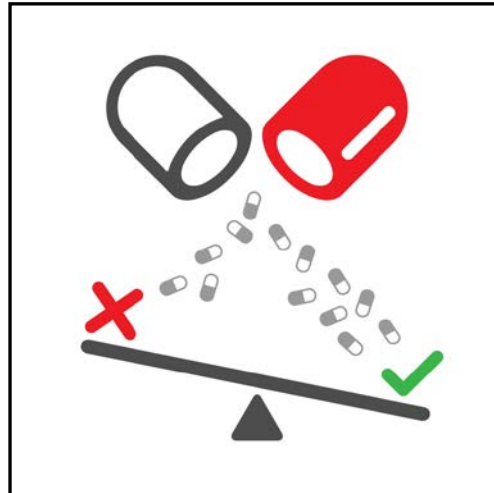


Figura 6. Logo diseñado para el perfil de Twitter.

Además, Onda Cero Coslada ha realizado una entrevista a Gema Montero y Cristina Moreno, técnicas de la concejalía de mayores, sobre este proyecto ApS de “Estrategias de uso racional de medicamentos en personas mayores”. La entrevista está colgada en la página de Facebook de Onda Cero Coslada: <https://www.facebook.com/ondacerocoslada/videos/3982260285204355/>

La revista Tribuna Complutense nos ha realizado también una entrevista para hablar del proyecto. La entrevista titulada “*Farmacia lidera un proyecto de Aprendizaje Servicio para enseñar a los mayores a usar los medicamentos*” está disponible en <https://tribuna.ucm.es/news/farmacia-lidera-un-proyecto-de-aprendizaje-servicio-para-ensenar-a-los-mayores-a-usar-los-medicamentos>

11. Se han creado y realizado encuestas de satisfacción sobre este proyecto ApS dirigidas a las personas mayores y a los estudiantes participantes (Mayo-Junio 2021).

12. Reunión final virtual/presencial entre el equipo del proyecto y el Ayuntamiento de Coslada para valorar este proyecto ApS (Junio 2021).

13. Elaboración de la memoria final del ApS UCM 2020 (Julio 2021).



CRONOGRAMA

	Sept.	Oct.	Nov.	Dic.	En.	Feb.	Mar.	Abr.	May.	Jun.
I. Kick off meeting										
II. Presentación proyecto ApS										
III. Reunión virtual alumnos interesados										
IV. Sesión formativa ApS UCM 2019 y 2020										
V. Dar de alta seminario Moodle en Campus Virtual										
VI. Crear grupos de trabajo entre alumnos										
VII. Reuniones profesores/alumnos para los talleres										
VIII. Desarrollo de una web										
IX. Publicación talleres										
X. Divulgación del proyecto en redes sociales										
XI. Realización encuesta satisfacción										
XII. Reunión final										
XIII. Elaboración de la memoria										

EVALUACIÓN APRENDIZAJES, IMPACTO Y TRANSFERENCIA

Se han elaborado dos encuestas “*ad hoc*” para evaluar el aprendizaje e impacto de este proyecto ApS en las personas mayores y en los alumnos participantes. Las encuestas se han creado en Formularios de Google.

Lo más destacable de la encuesta dirigida a las personas mayores (107 respuestas) es que la gran mayoría consideran que este proyecto ApS mejora su calidad de vida y promoción de bienestar (63% totalmente de acuerdo y 36% de acuerdo). Además, destacan el hecho de que estos talleres hayan sido impartidos por alumnos universitarios, valorando su actuación como excelente (89%).

Por otro lado, de la encuesta dirigida a los alumnos se destaca que para la gran mayoría de los estudiantes este proyecto ApS ha reforzado conocimientos y/o aprendido nuevos conceptos, que hay un aumento significativo del interés por el Grado en Farmacia / Doble Grado Farmacia y Nutrición y, que la participación activa en las actividades de este proyecto será de utilidad para su futura profesión como farmacéuticos.

Vinculación con ODS y sus metas

El proyecto se ajusta al ODS 3 – Salud y bienestar, concretamente al punto 3.4. *De aquí a 2030, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante su prevención y tratamiento, y promover la salud mental y el bienestar.*

Indicador 3.4.1. Tasa de mortalidad atribuida a las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, la diabetes o las enfermedades respiratorias crónicas



- Tasa de mortalidad atribuida a las enfermedades cardiovasculares
- Tasa de mortalidad atribuida a las enfermedades respiratorias crónicas
- Tasa de mortalidad atribuida a la diabetes

Nuestro proyecto ApS se ajusta a esta meta e indicador, ya que los talleres planteados están dirigidos al uso racional de los medicamentos indicados en el tratamiento de estas enfermedades, que son muy prevalentes en el colectivo de personas mayores.

Una mejora del cumplimiento terapéutico, así como una mejor comprensión de la patología y de su tratamiento por parte del paciente (talleres online previstos) facilitará: 1) un mejor control de la enfermedad, 2) una reducción de la mortalidad prematura por estas enfermedades no transmisibles y 3) una reducción de las reacciones adversas a estos medicamentos, que son causa frecuente de ingreso hospitalario.

¿EXPECTATIVA DE CONTINUACIÓN? NECESIDADES

Este proyecto es una continuación del anterior ApS UCM 2018-2019 "*Identificación de problemas relacionados con el medicamento y estrategias de mejora en personas mayores*". Este proyecto tenía como objetivo principal identificar, cuantificar y analizar los factores que se asocian con problemas relacionados con el medicamento en personas mayores y buscar estrategias de promoción de la salud y prevención de futuros problemas en este colectivo.

En el presente proyecto ApS hemos elaborado y diseñado estrategias de prevención y mejora en torno al cumplimiento terapéutico, al uso racional del medicamento, y a la identificación temprana de RAM, entre otros problemas relacionados con el medicamento e identificados en las encuestas realizadas a las personas mayores en el ApS 2018-2019.

Los talleres han tenido un gran éxito entre nuestros mayores. Al finalizar el ciclo en salud, las personas mayores nos han pedido que hagamos más talleres el próximo año sobre uso racional de medicamentos. Además, el equipo de profesorado de este ApS ha identificado diversidad de problemas relacionados con el medicamento entre nuestros mayores (potenciales interacciones, mal manejo) por lo que consideran fundamental dar continuidad a este ApS.



UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID



Por otro lado, dados los satisfactorios resultados en las personas mayores, queremos ampliar el colectivo diana, realizando talleres orientados a jóvenes de los institutos de Coslada. En el Departamento de Farmacología, Farmacognosia y Botánica de la Facultad de Farmacia, al que pertenecen los miembros de este ApS, se imparten las asignaturas de Farmacología General, Farmacología y Farmacoterapia y, Toxicología, con contenido de gran relevancia para nuestros jóvenes y directamente relacionados con la seguridad del medicamento (anticonceptivos hormonales, drogas de abuso).



ANEXO I – carteles



CONCEJALÍA DE SERVICIOS SOCIALES Y MAYORES



"ESTRATEGIAS DE USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS EN PERSONAS MAYORES COMO MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA Y DE PROMOCIÓN DEL BIENESTAR"



PROYECTO INTERGENERACIONAL DE APRENDIZAJE - SERVICIO

CICLO DE CONFERENCIAS I

APRENDE SOBRE TU MEDICACIÓN:

1. ¿Por qué los medicamentos actúan de forma diferente en las personas mayores?
 Fecha: miércoles 14 de abril de 16:30 h. a 17:30 h.

USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS:

2. ¿Por qué es importante tomar de forma correcta la medicación? Trucos y consejos para facilitar el cumplimiento terapéutico.
 Fecha: jueves 15 de abril de 16:30 h. a 17:30 h.

CICLO DE CONFERENCIAS II

REACCIONES ADVERSAS A MEDICAMENTOS:

3. Efectos secundarios de la medicación: cómo detectarlos y qué hacer.
 Fecha: miércoles 21 de abril de 11:30 h. a 12:30 h.

INTERACCIONES ENTRE MEDICAMENTOS:

4. Qué precauciones debo tener si tomamos más de un medicamento y/o planta medicinal
 Fecha: jueves 22 de abril de 16:30 h. a 17:30 h.

CICLO DE CONFERENCIAS III

DIABETES Y ENFERMEDADES RESPIRATORIAS ¿QUÉ SABES DE ELLAS?

5. Taller de Diabetes.
 Fecha: miércoles 28 de abril de 16:30 h. a 17:30 h.

6. Taller de Enfermedades Respiratorias.
 Fecha: jueves 29 de abril de 16:30 h. a 17:30 h.

CICLO DE SALUD:



En el siguiente ciclo de conferencias saludables te ofrecemos un espacio de información online para concienciar sobre la correcta pauta y uso de los medicamentos y la promoción de hábitos de vida saludable.

Las acciones propuestas están vinculadas a los **Objetivos de Desarrollo Sostenible 2030.**

CICLO DE CONFERENCIAS IV

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES: VIGILA TU CORAZÓN, EL CONTROL LO TIENES TÚ.

7. Hipertensión arterial e insuficiencia cardíaca.
 Fecha: miércoles 05 de mayo de 16:30 h. a 17:30 h.

8. Arritmias.
 Fecha: jueves 6 de mayo de 16:30 h. a 17:30 h.

INSCRIPCIONES:

Para participar en este proyecto intergeneracional en el ciclo de conferencias online, puedes inscribirte por:

CORREO ELECTRÓNICO:
 cosladaconlosmayores2@gmail.com

TELÉFONO / WHATSAPP:
 608 83 77 54 / 649 77 24 20.

- PLAZO ABIERTO DE INSCRIPCIÓN -

Figura 7. Cartel diseñado por la Concejalía de Servicios Sociales y Mayores del Ayuntamiento de Coslada para anunciar el ciclo de salud (talleres online sobre uso racional de medicamentos).



CONOCIMIENTO, ACCIÓN, RESPONSABILIDAD



APRENDE SOBRE TU MEDICACIÓN

¿POR QUÉ LOS MEDICAMENTOS ACTÚAN DE FORMA DIFERENTE EN LAS PERSONAS MAYORES?
Miércoles 14 de abril de 16:30 a 17:30 horas

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE TOMAR DE FORMA CORRECTA LA MEDICACIÓN?
TRUCOS Y CONSEJOS PARA FACILITAR EL CUMPLIMIENTO TERAPÉUTICO
Jueves 15 de abril de 16:30 a 17:30 horas

A TRAVÉS DE LA PLATAFORMA ONLINE JITSÍ:
[HTTPS://MEET.JIT.SI/TALLERESUCMCSLADA](https://meet.jit.si/talleresucmcoslada)



PROYECTO APRENDIZAJE-SERVICIO COMPLUTENSE 2020/2021

Figura 8. Cartel diseñado por los alumnos de los talleres de envejecimiento-medicamentos y cumplimiento terapéutico.

TALLER EFECTOS SECUNDARIOS DE LA MEDICACIÓN. ¿CÓMO DETECTARLOS Y QUÉ HACER?

SESIÓN: 21 ABRIL 2021 (MIÉRCOLES)
HORA: 11:30-12:30 H
ENLACE:
<https://meet.jit.si/TalleresUCMCoslada>

1. ¿QUÉ ES UNA REACCIÓN ADVERSA A UN MEDICAMENTO (RAM)?
2. TIPOS DE RAMS
3. ¿CÓMO DIFERENCIAMOS UNA RAM DE UN SÍNTOMA DE ENFERMEDAD? ¿QUÉ HACEMOS ANTE UNA SOSPECHA DE REACCIÓN ADVERSA?
A. DÓNDE CONSULTAR INFORMACIÓN
B. NOTIFICACIÓN DE SOSPECHA
4. CÓMO PODEMOS EVITAR LA APARICIÓN DE UNA RAM

TALLER ¿QUÉ PRECAUCIONES DEBO TENER EN CUENTA SI TOMAMOS MÁS DE UN MEDICAMENTO Y/O PLANTA MEDICINAL?

SESIÓN: 22 ABRIL 2021 (JUEVES)
HORA: 16:30-17:30 H
ENLACE:
<https://meet.jit.si/TalleresUCMCoslada>

EXPOSICIÓN SOBRE LAS INTERACCIONES ENTRE MEDICAMENTOS MÁS RELEVANTES, QUE PUEDEN OCURRIR EN PACIENTES POLIMEDICADOS, Y LOS RIESGOS QUE SUPONEN.

- ¿TOMAS MÁS DE 3 MEDICAMENTOS?
- ¿TOMAS INFUSIONES, O PLANTAS MEDICINALES?
- ¿CONOCES EL PELIGRO DE LAS INTERACCIONES ENTRE LOS MEDICAMENTOS QUE TOMAS?

EN ESTA SESIÓN VIRTUAL, HABLAMOS SOBRE...

1. ¿QUÉ SON LAS INTERACCIONES DE MEDICAMENTOS?
2. ¿CUÁLES SON LOS MEDICAMENTOS QUE PUEDEN INTERACCIONAR ENTRE SÍ?
3. ¿QUÉ CONSECUENCIAS TIENEN ESTAS INTERACCIONES?

Os esperamos!

Proyecto Aprendizaje-Servicio Complutense 2020-2021

Figura 9. Cartel diseñado por los alumnos de los talleres de reacciones adversas a medicamentos (RAM) e interacciones.



DIABETES Y ENFERMEDADES RESPIRATORIAS: ¿QUÉ SABES DE ELLAS?



DESCUBRE LOS ASPECTOS PRINCIPALES SOBRE ALGUNAS DE LAS ENFERMEDADES MÁS FRECUENTES EN LA SOCIEDAD ACTUAL

¿EN QUÉ CONSISTE?



Dos talleres formativos en los que se abordarán las características generales de la Diabetes, Asma y EPOC, así como el diagnóstico, tratamiento y manejo de las mismas.

¿CÚANDO?

De 16:30 a 17:30h



- TALLER DE DIABETES: Miércoles 28 de abril del 2021
- TALLER DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS: Jueves 29 de abril del 2021

¿DÓNDE?



A través de la Plataforma Jitsi, accediendo en el siguiente enlace:

<https://meet.jit.si/TalleresUCMCoslada>



Proyecto Aprendizaje-Servicio Complutense 2020-2021



Figura 10. Cartel diseñado por los alumnos de los talleres de diabetes y enfermedades respiratorias.



Proyecto Aprendizaje - Servicio Complutense 2020-2021

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

VIGILA TU CORAZÓN, EL CONTROL
LO TIENES TÚ



SESIONES EN DIRECTO

Hipertensión arterial e insuficiencia
cardiaca: Miércoles 5 mayo
Arritmias: Jueves 6 mayo

16:30 - 17:30



Alumnos de Farmacia
¡Responden todas las
dudas!

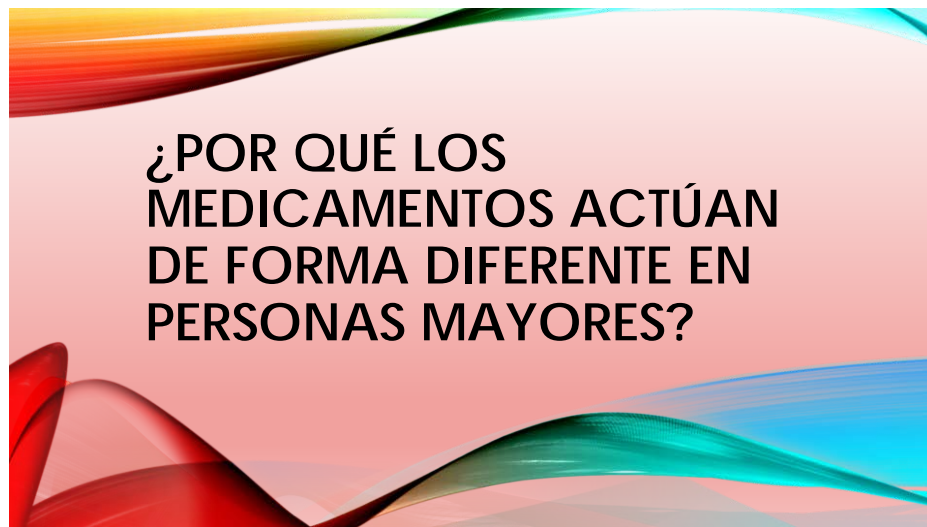


Enlace a las sesiones
<https://meet.jit.si/TalleresUCMCoslada>

Figura 11. Cartel diseñado por los alumnos de los talleres de patologías cardiovasculares.



ANEXO II – presentaciones de los talleres sincrónicos

- **Grupo 1.** ¿Por qué los medicamentos actúan de forma diferente en las personas mayores?




Conceptos clave

- **Excipiente:** sustancias que dan consistencia, forma, olor, sabor o color al medicamento
- **Principio activo:** es toda sustancia o mezcla de sustancias responsables de la acción del medicamento



Medicamento genérico

¡SON IGUALES!
Tienen el mismo principio activo



Medicamento de marca

Figura 12. Ejemplo de la presentación del taller sobre medicamentos-envejecimiento.

- **Grupo 2.** ¿Por qué es importante tomar de forma correcta la medicación? Trucos y consejos para facilitar el cumplimiento terapéutico.

APRENDE SOBRE TU MEDICACIÓN

¿Por qué los medicamentos actúan de forma diferente en las personas mayores?

*¿ Por qué es importante tomar de forma correcta la medicación?
Trucos y consejos para facilitar el cumplimiento terapéutico*

¿Por qué es importante tomar de forma correcta la medicación?

1. Beneficio: variable → curar, mejorar la evolución
 - Específicos
 - Sintomáticos
 - Preventivos
 - Sustitutivos
2. Toxicidad
3. Coste económico

Figura 13. Ejemplo de la presentación del taller sobre cumplimiento terapéutico.

- **Grupo 3.** Efectos secundarios de la medicación. ¿Cómo detectarlos y qué hacer?.



Taller 3

EFFECTOS SECUNDARIOS, ¿CÓMO DETECTARLOS Y QUÉ HACER?



REVISAR EL PROSPECTO DEL MEDICAMENTO

- Características principales del fármaco: indicaciones, dosificación, **efectos adversos**, contraindicaciones, interacciones con otros medicamentos...

- Búsqueda en internet →

Centro de Información de Medicamentos (CIMA) de la AEMPS



Figura 14. Ejemplo de la presentación del taller sobre RAM.

- **Grupo 4.** ¿Qué precauciones debo tener en cuenta si tomamos más de un medicamento y/o planta medicinal?.

¿QUÉ PRECAUCIONES DEBO TENER EN CUENTA SI TOMAMOS MÁS DE UN MEDICAMENTO Y/O PLANTA MEDICINAL?

1. ¿QUÉ SON LAS **INTERACCIONES** DE MEDICAMENTOS?
2. ¿CUÁLES SON LOS **MEDICAMENTOS** QUE PUEDEN INTERACCIONAR ENTRE SÍ?
3. ¿QUÉ **CONSECUENCIAS** TIENEN ESTAS INTERACCIONES?

CARLA GARCÍA SERRUYA
CAROLINA ORTIZ CARRASCO
CELIA RUIZ GONZÁLEZ
JORGE MARTÍNEZ GALLAR
JUAN THOMAS MENDOZA GUIDERA
SORINA CEZARA TINCU

Facultad de Farmacia UCM



Figura 15. Ejemplo de la presentación del taller sobre interacciones.



- **Grupo 5.** Diabetes y tratamiento farmacológico.



Figura 16. Ejemplo de la presentación del taller sobre diabetes.

- **Grupo 6.** Enfermedades respiratorias (asma y EPOC) y tratamiento farmacológico.

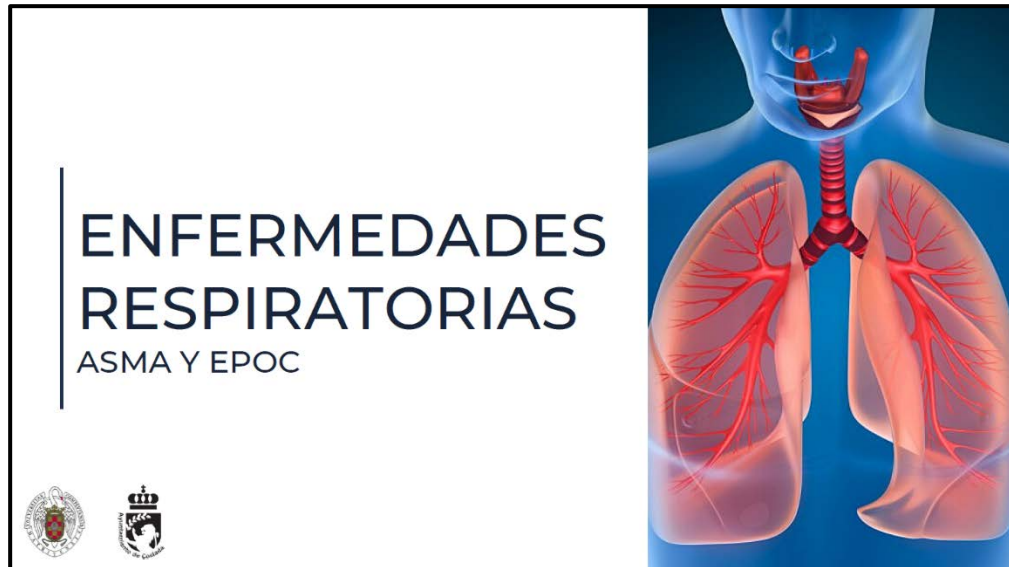
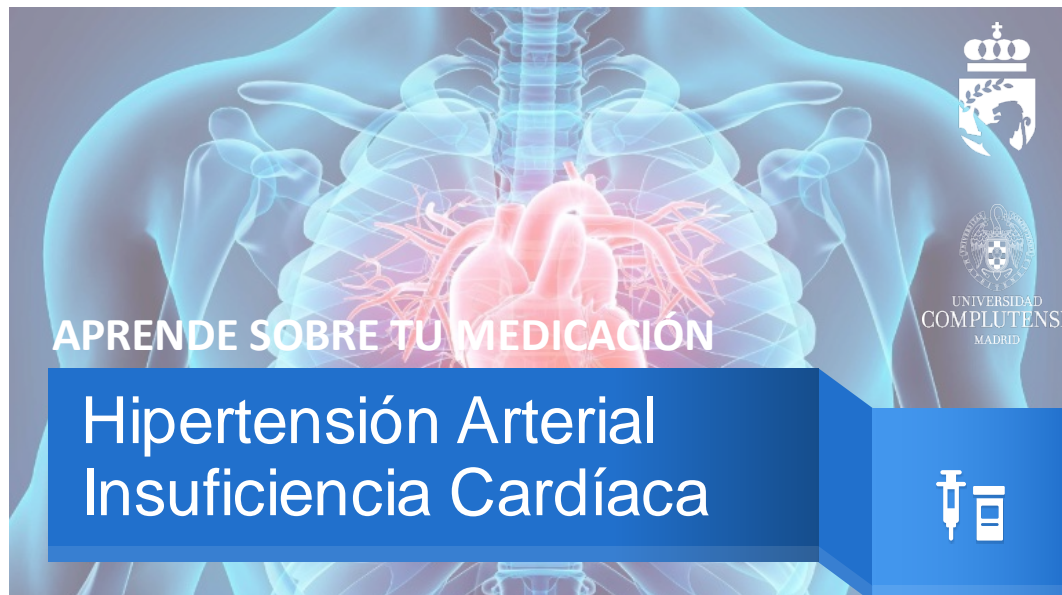


Figura 17. Ejemplo de la presentación del taller sobre asma y EPOC.

- **Grupo 7.** Hipertensión e insuficiencia cardíaca. Su tratamiento farmacológico.



Preguntas frecuentes

¿TOMA DE FORMA ADECUADA SU MEDICACIÓN PARA LA TENSIÓN?

- La pauta dependerá del medicamento que le haya recetado su médico y de la patología. Por ello es importante tener claro qué tomamos, para qué y cómo hay que tomarlo. Si tiene dudas debe aclararlas cuanto antes con su médico o farmacéutico.
- EVITE la automedicación
- Algunos consejos prácticos:
 - ✓ Tome los diuréticos siempre por la mañana
 - ✓ Si se trata de un medicamento con una sola toma diaria, establezca una hora fija y si puede ser mejor durante la cena
 - ✓ Busque un sistema para recordar tomar su medicación (recuerde el taller 2 sobre cumplimiento terapéutico)



Figura 18. Ejemplo de la presentación del taller sobre hipertensión arterial e insuficiencia cardíaca.

- **Grupo 8.** Arritmias y tratamiento farmacológico.



Figura 19. Ejemplo de la presentación del taller sobre arritmias.