



# CONSEJOS DE SALUD EN ATENCIÓN PRIMARIA ADAPTADOS A CADA SITUACIÓN CLÍNICA

**Autor:** Ana Julia de la Villa Medina  
Facultad de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid.

## RESUMEN

El farmacéutico es un eslabón importante en el Sistema de Salud y su función asistencial es clave a la hora de mejorar la Salud Pública. Con este trabajo se pretende promover la salud y prevenir la enfermedad proporcionando consejos de salud para las patologías más prevalentes en Atención Primaria.

## OBJETIVOS

1. Elaborar una guía de recomendaciones y consejos de salud no farmacológicos para las patologías más prevalentes en Farmacia Comunitaria y Atención Primaria.
2. Fomentar la educación sanitaria: protección y promoción de la salud y prevención de la enfermedad en el contexto de Salud Pública.
3. Complementar la eficacia de los tratamientos farmacológicos con consejos de salud y hábitos de vida.
4. Adaptar un material técnico en el ámbito de la salud, a un vocabulario corriente para ponerlo al alcance de todos.

## JUSTIFICACIÓN

Poner al alcance de farmacéuticos y pacientes un material de consulta rápida con consejos y recomendaciones que deberían acompañar siempre a la dispensación de un fármaco, porque a veces las medidas no farmacológicas son tanto o más importantes que las farmacológicas a la hora de tratar una enfermedad y siempre son el mejor coadyuvante a la farmacoterapia.

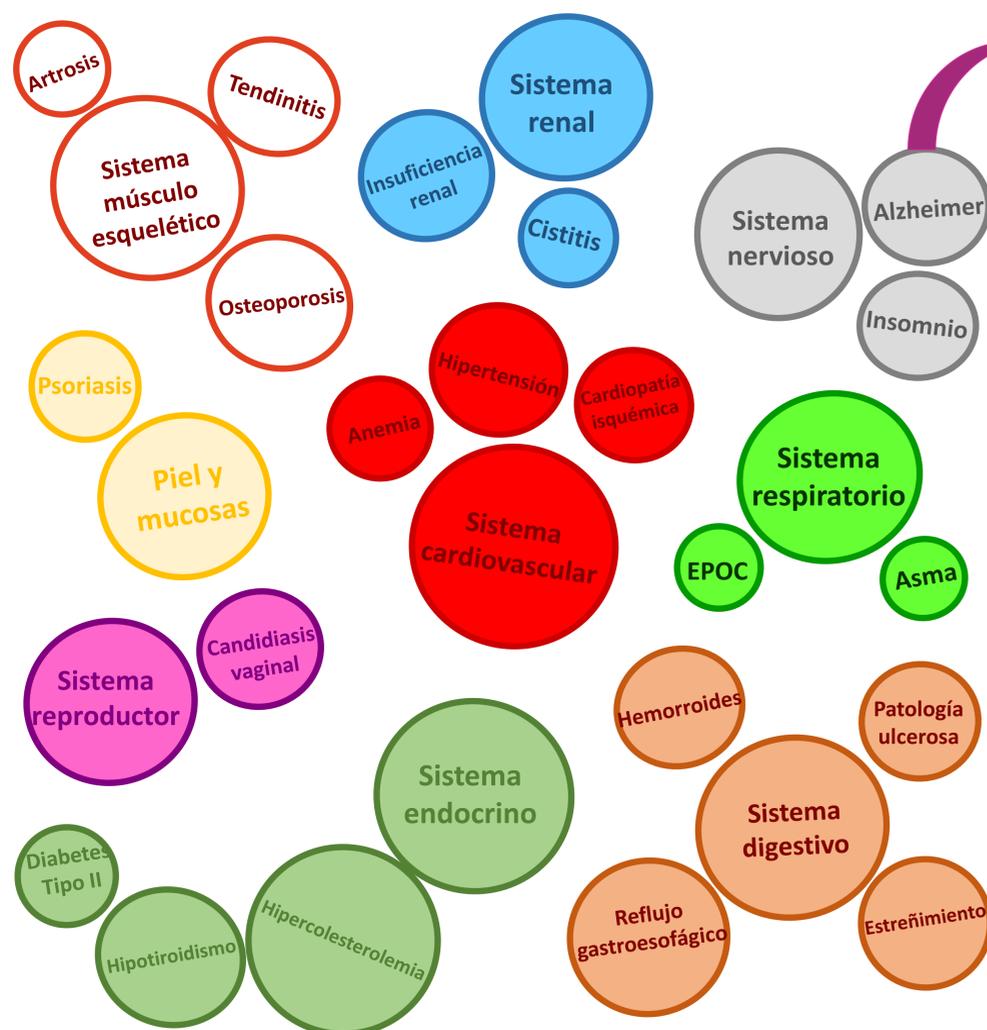
## MATERIAL Y MÉTODOS

-Revisión bibliográfica de las enfermedades más frecuentes y sus síntomas, evaluando los consejos, recomendaciones y advertencias para paliarlos o eliminarlos.  
-La búsqueda se ha realizado en bases de datos (MedlinePlus), Institutos de Salud (NIH), monografías, documentos, Sociedades Científicas y artículos publicados en la web.



## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se han propuesto más de 200 consejos para un total de 21 patologías diferentes englobadas en los siguientes grupos terapéuticos:



## ALZHEIMER

Trastorno cerebral que afecta gravemente la capacidad de una persona de llevar a cabo sus actividades diarias.

### RECOMENDACIONES

- Póngale una pulsera o una medalla identificativa.
- No conserve más que los objetos de uso cotidiano y siempre en el mismo sitio.
- Pídale las cosas con amabilidad y tranquilidad, así le colocará en una situación favorable para que responda.
- Un lenguaje que el paciente comprenderá durante mucho tiempo es sonreírle cuando le mire.
- Etc

## CONCLUSIONES

1. Se ha confeccionado una material de uso cotidiano, que incluye consejos de salud no farmacológicos y recomendaciones del estilo de vida.
2. Esta guía promueve la Salud Pública: protección y promoción de la salud y prevención de la enfermedad.
3. Este material complementa la relación farmacéutico-paciente, facilitando una mejora de la calidad de vida de los enfermos y mejorando la eficacia de la farmacoterapia.
4. Los consejos de salud se han adaptado a una terminología asequible, que pueda servir de guía de consulta a los ciudadanos.
5. Este trabajo pretende ser el germen de otro más exhaustivo, orientado a la realización de una tesis doctoral.

## BIBLIOGRAFÍA

-Clínica universidad de Navarra [página principal en internet]  
<http://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/cuidados-casa/cuidados-alzheimer>  
-Diez Jambriña, Olga [Página principal en internet] Disponible en:  
<http://www.webconsultas.com/hipotiroidismo/tratamiento-del-hipotiroidismo-580>  
-Vitónica [Página principal en internet] España; c2008 [actualizado 29 Oct 2008, citado 12 Dic 2015] Disponible en:  
<http://www.vitonica.com/lesiones/consejos-para-prevenir-y-curar-la-tendinitis>