

AUTOMEDICACIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud, el Autocuidado se define como: "lo que las personas hacen por si mismas para mantener su salud, prevenir y tratar la enfermedad."

Dentro de este marco quedan incluidos los conceptos de automedicación y de automedicación responsable.

La **automedicación**, se define como la selección y el uso de medicamentos por parte del usuario para el tratamiento de enfermedades o síntomas reconocibles por él mismo.

En este sentido, forma parte de las actividades del autocuidado de la salud, al igual que el cuidado de la higiene, la nutrición, el estilo de vida, y la influencia de factores socioeconómicos y ambientales.

En la **automedicación responsable**, el usuario trata sus enfermedades o síntomas con medicamentos que han sido aprobados, están disponibles para la venta sin prescripción y que son seguros y eficaces cuando se usan en las condiciones establecidas. Es por lo tanto una actividad legal, pero requiere información calificada e independiente para poder tomar buenas decisiones.

Se debe tener especial cuidado cuando los grupos vulnerables, como niños, ancianos y/o mujeres embarazadas se automedican.

La automedicación responsable no pretende dejar a un lado el estratégico rol del médico: el contacto con el usuario no debe desaparecer

Una automedicación responsable necesita entonces de:

1. medicamentos de probada seguridad, calidad y eficacia
2. medicamentos indicados para condiciones que puedan ser auto reconocidas o para algunas situaciones crónicas o recurrentes, luego de un diagnóstico médico inicial.

Para la automedicación responsable se requiere información sobre los medicamentos que describa:

- cómo debe ser el uso
- efectos posibles y efectos adversos
- cómo monitorear si el medicamento ha sido efectivo
- posibles interacciones
- precauciones y advertencias
- duración del tratamiento
- cuándo consultar al médico.

Si una persona opta por la automedicación, debe ser capaz de:

- reconocer los síntomas a tratar
- determinar que está en condiciones apropiadas para la automedicación
- elegir un producto de automedicación acorde a los síntomas manifestados
- seguir las instrucciones para el uso del producto descritas en la rotulación y las que se suministren al momento de la dispensación

Se entiende por **autoprescripción**, la intención de adquirir medicamentos de venta bajo receta sin contar con ella.

La automedicación responsable, se refiere principalmente al uso de medicamentos de libre acceso, aquellos que no requieren receta médica y se contraponen a la autoprescripción, o uso indiscriminado de fármacos sin indicación ni supervisión facultativa.

La información y la educación sanitaria pueden ayudar a que la automedicación sea de manera responsable y positiva y a que se consiga erradicar la automedicación indeseable y peligrosa.

La publicidad y la comercialización de los medicamentos de venta libre debe ser clara, precisa y mostrar un equilibrio justo entre los beneficios y riesgos.

El rol del Químico Farmacéutico es un elemento clave para ayudar a los usuarios a tomar decisiones referentes al autocuidado y a la automedicación responsable, así como para proveer e interpretar la información disponible acerca de los medicamentos.

La promoción y la comercialización no deben estimular la automedicación irresponsable, es decir, la adquisición de medicamentos innecesarios o en cantidades excesivas.

Referencias:

- La Declaración de Tokio. Buenas Prácticas de Farmacia: Normas de Calidad de Servicios Farmacéuticos” FIP. 1993
- The role of the pharmacist in self-care and self-medication. Report of the 4th Consultative Group on th Role of th Pharmacist. 1998.
- Boletín para consumidores N° 15 de la Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (ANMAT).
- Libro Marco regulatorio de los productos farmacéuticos y afines . Asociación de Química y Farmacia del Uruguay.
- Declaración de la Asociación Médica Mundial sobre la Automedicación, Adoptada por la Asamblea General de la AMM, Washington 2002.
- salud@indalia.es