

Que le proporcionan una medicación mejor



Las autoridades y otros miembros de los servicios sanitarios elaboran disposiciones relativas a cómo se debe prestar la asistencia sanitaria, estando dirigidas la mayoría a médicos, enfermeros, farmacéuticos y administradores. Muchas de estas disposiciones crean derechos para los pacientes, quienes, sin embargo, muchas veces los desconocen. Cambiar esta situación es el objetivo de la organización Koll på Läkemedel.

Koll på Läkemedel es una colaboración entre PRO (Organización Nacional de Pensionistas), SPF Seniorerna (Asociación Sueca para la Tercera Edad) y Apoteket (una cadena de farmacias) que persigue el objetivo de mejorar la medicación de las personas mayores. Parte del trabajo consiste en adaptar algunas de las disposiciones relativas a la asistencia sanitaria y darlas a conocer entre las personas mayores para que puedan actuar como pacientes preparados cuando acudan a un centro de salud.

Algunos instrumentos valiosos para las personas mayores que toman medicamentos son:

- Indicadores de la Dirección Nacional de Sanidad y Bienestar Social (Socialstyrelsen) para una buena medicación de las personas mayores.
 Analizan, entre otras cosas, los medicamentos que se deben evitar al tratar a pacientes de edad avanzada.
- Reglamento de Socialstyrelsen relativo a la gestión de medicamentos en los servicios sanitarios.

Contiene información que fortalece el derecho de las personas mayores a recibir una medicación adecuada.

«Preguntas sabias», folleto de Koll på Läkemedel.
 Material informativo que propone preguntas convenientes que plantear cuando se va al médico o se tienen otros contactos con los servicios sanitarios.

Encontrará información al respecto en la web de Socialstyrelsen: www.sos.se o en la web de Koll på läkemedel: www.kollpalakemedel.se.

El gran desafío de la medicación de las personas mayores

Con la edad aumentan la morbilidad y la aparición de afecciones que pueden causar enfermedades (por ejemplo, hipertensión o niveles altos de glucosa o grasa en sangre).

En consecuencia, muchas personas mayores deben tomar varios medicamentos, lo que se conoce como multimedicación o polifarmacia. No es extraño que un paciente tome entre 5 y 10 fármacos distintos y, en ocasiones, incluso más.

Al mismo tiempo, debido a las enfermedades y al envejecimiento, la capacidad del organismo para absorber y eliminar los medicamentos puede experimentar cambios y, por ejemplo, disminuir o aumentar. Este tipo de cambios pueden tener una gran repercusión en la eficacia del tratamiento y sus efectos secundarios.

Además, muchos medicamentos conllevan un aumento del riesgo de interacciones, es decir, que unos fármacos afecten a la acción de otros, lo cual puede tener un impacto negativo en el paciente.

Asimismo, muchas personas mayores con diferentes patologías experimentan efectos secundarios como, por ejemplo, un empeoramiento del equilibrio, lo cual se traduce en un mayor riesgo de sufrir caídas y lesiones. En conjunto, todos estos factores pueden dar lugar a que los beneficios del tratamiento sean dudosos.

La situación se ve complicada adicionalmente por el hecho de que a muchos pacientes —en particular a los de edad avanzada— les recetan medicamentos distintos médicos que no conocen las prescripciones de los demás. En consecuencia, ningún médico tiene una visión general de la medicación total del paciente. Cada fármaco recetado puede estar justificado, pero el efecto combinado de todos los fármacos que toma el paciente puede resultar desfavorable o incluso perjudicial. Por eso el tratamiento de los pacientes de edad avanzada y con varias patologías plantea un gran desafío y problemas específicos tanto para los médicos como para los pacientes.

Personas mayores con muchos medicamentos

Muchas personas mayores toman cada día varios medicamentos recetados por médicos distintos que no tienen una visión de conjunto de todos los tratamientos y necesidades del paciente. Pero si se toman medicamentos que no deben combinarse, existe el riesgo de experimentar efectos no deseados.

Además, las personas mayores con varias enfermedades suelen tomar más de diez fármacos al día y a muchos les recetan fármacos que son inadecuados para edades avanzadas.

Teniendo en cuenta que tomar muchos medicamentos puede suponer un gran problema, debe perseguirse el objetivo de reducir la cantidad de fármacos prescritos. Sin embargo, la multimedicación no ha cambiado tan claramente como lo ha hecho el empleo de medicamentos inadecuados durante los últimos años. Una forma de mejorar la medicación de las personas mayores es ofrecer revisiones periódicas de los medicamentos. Socialstyrelsen ha decidido que todas las personas mayores de 75 años que tomen más de cinco medicamentos tienen derecho a exigir una revisión anual. En calidad de paciente, por lo tanto, tiene usted derecho a concertar una cita con su médico para que lleve a cabo esta revisión.

Medicamentos inadecuados que deben evitar las personas mayores

El documento «Indikatorer för god läkemedelsterapi hos äldre» (Indicadores para una buena medicación de las personas mayores) de Socialstyrelsen establece que deben evitarse determinados medicamentos en el tratamiento de las personas mayores. Denominamos a estos medicamentos inadecuados porque conllevan un riesgo elevado de que las personas mayores sufran efectos secundarios. En los servicios sanitarios hay una falta de conocimiento de estos medicamentos.

En el documento «La lista desaconsejable» (Okloka listan), que está disponible, entre otros lugares, en la web de Koll på läkemedel, se rec-





ogen los medicamentos inadecuados para las personas mayores. Es necesario generalizar el conocimiento de estos fármacos a fin de reducir su empleo y, por lo tanto, los efectos secundarios innecesarios.

Por ejemplo, se debe mejorar el conocimiento de la relación entre el empleo de medicamentos inadecuados y el hecho de que las personas mayores sufran caídas, las cuales son demasiado frecuentes.

Muchas personas mayores siguen tomando medicamentos inadecuados

Las personas mayores que toman medicamentos inadecuados corren un alto riesgo de presentar efectos secundarios. Las personas jóvenes y de mediana edad tienen un riesgo notablemente menor de manifestar efectos secundarios derivados de estos medicamentos. La iniciativa Koll på läkemedel y otros proyectos han logrado que el empleo entre los mayores de 80 años haya disminuido en los últimos años desde aproximadamente un 31 por ciento en alqunos de los medicamentos en 2010 hasta alrededor de un 15 por ciento en 2017. A pesar de las recomendaciones de Socialstyrelsen y del trabajo encaminado a reducir su empleo, este sique siendo considerable. También se observan grandes variaciones entre provincias y municipios. En algunos municipios la cifra de uso de medicamentos inadecuados sigue siendo cercana al 30 por ciento en este grupo de edad, mientras que en otros ha descendido por debajo del 10 por ciento. Cabe señalar asimismo que a las mujeres se les recetan más medicamentos inadecuados que a los hombres. Koll på läkemedel persigue el objetivo de que siga disminuyendo el porcentaje de personas mayores que toman estos medicamentos y de que se mantenga bajo; aunque, por motivos médicos, el empleo de estos fármacos probablemente nunca podrá desaparecer por completo.

Información y formación

Puede consultarse más información sobre los medicamentos para las personas mayores en la web www.kollpalakemedel.se.

En ella también se encuentran formaciones en línea y materiales que se pueden utilizar en actividades para informar y formar a las personas mayores en relación con los medicamentos.

LA LISTA DESACONSEJABLE

Así llama Koll på Läkemedel a los medicamentos que, según Socialstyrelsen, se deben evitar al tratar a personas mayores y que suelen estar sujetos a prescripción médica. La lista es de agosto de 2018. Puede consultarse una lista actualizada en www.kollpalakemedel. se o en la web de Socialstyrelsen www.sos.se /aldre/aldreshalsa/aldreochlakemedel.

Nombre del principio activo (nombre genérico)	Nombre del medicamento ¹	
FÁRMACOS PARA ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES Y NÁUSEAS		
Hiosciamina	Egazil	
Hioscina	Scopoderm	
Dimenhidrinato	Calma	
Meclizina	Postafen	
Butilbromuro de hioscina	Buscopan	
FÁRMACOS PARA TRATAR PROBLEMAS DE VEJIGA		
Oxibutinina	Ditropan	
	Kentera	
	Oxibutynin	
Tolterodina	Detrusitol	
	Tolterodin	
Solifenacina	Vesicare	
Darifenacina	Emselex	
Fesoterodina	Toviaz	
ANALGÉSICOS		
Codeína	Citodon	
	Panocod	
	Kodein	
	Paracetamol/kodein	
	Altermol	
	Treo Comp	
Orfenadrina, combinaciones	Norflex	
	Norgesic	
Productos combinados con morfina	Morfin-skopolamin	
	Spasmofen	
Productos combinados con cetobemidona	Ketogan	
Tramadol	Dolatramyl	
	Gemadol	
	Nobligan	
	Tiparol	
	Tradolan	
	Tramadol	
FÁRMACOS PARA EL PARKINSONISMO		
Biperideno	Akineton	
Trihexifenidilo	Pargitan	

Nombre del principio activo (nombre genérico)	Nombre del medicamento ¹
CONTRA LA ANSIEDAD, LA ANGUSTIA	Y EL INSOMNIO, Y ESPASMOLÍTICOS
Hidroxicina	Atarax
	Hydroxyzine
Diazepam	Stesolid
Propiomacina	Propavan
Nitrazepam	Mogadon
	Nitrazepam
	Apodorm
Flunitrazepam	Flunitrazepam
FÁRMACOS AN	ITIDEPRESIVOS
Clomipramina	Anafranil
	Klomipramin
Amitriptilina	Saroten
Nortriptilina	Sensaval
Maprotilina	Ludiomil
FÁRMACOS CONTRA, P. E	J., ALERGIA Y ANSIEDAD
Alimemazina	Theralen
Prometazina	Lergigan
Clemastina	Tavegyl
ANTIPSICÓTICOS	/NEUROLÉPTICOS
Clorprotixeno	Truxal
Proclorperazina	Proklorperazin
Levomepromazina	Nozinan
	Levomepromazine
Clozapina	Clozapine
	Leponex
ANTICOLINÉRGICOS (que no se	e han citado en otras categorías)
Atropina	Atropin
Glicopirronio	Robinul
FÁRMACOS PARA LA	ARRITMIA CARDIACA
Disopiramida	Durbis Retard
FÁRMACOS PAF	RA LA DIABETES
Glibenclamida	Daonil
	Glibenklamid

¹En la tabla solo consta el nombre comercial principal (marca), es decir, no se incluyen el nombre de la farmacéutica ni las diferentes presentaciones del medicamento, p. ej., mite, forte, etc. En la web se recogen todas las variantes de los medicamentos con los diferentes principios activos.





Consejos para personas mayores que toman medicamentos

Si es usted una persona de edad avanzada y toma alguno de estos medicamentos, o si es familiar de una persona de edad avanzada a quien le han recetado un medicamento de la lista de medicamentos inadecuados para uso regular, es importante que se lo explique al médico. Lleve la lista a la próxima visita y pídale al médico que evalúe si corre usted el riesgo de presentar efectos secundarios.

Si ha experimentado algún efecto secundario, es esencial que informe al médico.

Siempre puede consultar la información sobre los diferentes efectos secundarios de los medicamentos en el prospecto que trae el envase, o bien puede entrar en www.fass.se y buscar el prospecto en cuestión.

Seleccione FASS Allmänhet (público general) y escriba el nombre del producto en el cuadro de búsqueda para acceder al prospecto.

Las disposiciones de Socialstyrelsen pretenden que las personas mayores que toman muchos medicamentos reciban un mejor tratamiento. El problema de la multimedicación se ha hecho más común al haber cada vez más fármacos nuevos y aumentar las prescripciones. El riesgo de que las personas mayores sufran efectos secundarios y lesiones es mayor que en otros grupos de edad, y también aumenta al tratar cada enfermedad de forma aislada, en lugar de que el médico realice una valoración de conjunto. También es demasiado habitual que no se realice un seguimiento y evaluación periódicos del tratamiento iniciado.

Sus derechos sabios

Las disposiciones de Socialstyrelsen comprenden tres elementos que pueden exigir las personas mayores que toman medicamentos:

Revisión simple de los medicamentos

 Una revisión simple de los medicamentos consiste en determinar todos los medicamentos que toma y en evaluar si el tratamiento en su conjunto es eficaz y seguro. Si es mayor de 75 años y toma más de cinco medicamentos, puede solicitar una revisión simple de los me-



dicamentos una vez al año, por ejemplo:

- Al ir al médico en régimen ambulatorio (en el centro de atención primaria, etc.).
- Al cambiar de forma de asistencia, p. ej., si le ingresan en el hospital, si empieza a recibir asistencia sanitaria a domicilio o si se muda a un centro residencial especializado.
- Como mínimo una vez al año si vive en un centro residencial especializado o si recibe asistencia sanitaria o ayuda a domicilio.

Los pacientes que hayan pedido una revisión simple de los medicamentos también deberán recibir información de los posibles problemas que se hayan detectado, las causas y las medidas que se van a tomar.

Posteriormente, se entregará al paciente una lista de medicamentos actualizada. Si no se puede dar la información al propio paciente, se le facilitará a un familiar.

Todas las medidas deberán documentarse en la historia clínica del paciente.

2. Revisión exhaustiva de los medicamentos

Una revisión exhaustiva de los medicamentos es un examen más extenso y minucioso. Debe ofrecerse al mismo grupo de pacientes si sigue habiendo algún problema después de una revisión simple. Por lo demás, se aplicarán los mismos requisitos. Una revisión exhaustiva de los medicamentos también está sujeta a seguimiento y documentación. Asimismo, se entregará información personalizada del resultado al paciente.

3. Informe de medicamentos

El informe de medicamentos es una descripción de los medicamentos que se han prescrito o se han cambiado a pacientes que han estado ingresados y que van a seguir siendo tratados de forma ambulatoria. Debe darse al paciente o a un familiar al recibir el alta del hospital. El mismo día que el paciente reciba el alta, esta información deberá transferirse al centro ambulatorio (es decir, al centro de atención primaria del paciente). También se entregará una copia del informe de medicamentos y una lista de medicamentos actualizada al paciente o a un familiar.

Ayuda adicional

También tiene la opción de recibir ayuda e información de los farmacéuticos de su farmacia. Aparte de los consejos que le den al recoger los medicamentos, puede solicitar:

Asesoramiento personal sobre los medicamentos

En las farmacias Apoteket puede concertar una cita para recibir

asesoramiento personal sobre los medicamentos. El servicio es gratuito y consiste en que un farmacéutico especializado se siente con usted y revise toda la medicación que toma para darle consejos teniendo en cuenta sus necesidades.

Ayuda experta electrónica (EES)

En calidad de paciente, puede usted solicitar en su farmacia una revisión EES.

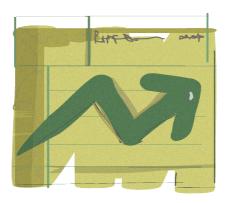
EES es un sistema que puede emplear el farmacéutico para analizar sus recetas con el objetivo de mejorar el uso de los medicamentos y aumentar su seguridad como paciente. El sistema puede identificar medicamentos con el mismo efecto, medicamentos que tienen interacciones, medicamentos inadecuados y errores de dosis. La Agencia Sueca para la e-Salud es responsable del EES. También

En la web www.kollpalakemedel.se encontrará más consejos y ayuda que pueden serle útiles para su medicación. Entre en la sección Guider och Råd (Guías y consejos) y clique en För patienter (Para pacientes). En la sección Guías y consejos también hay información y ayuda para los familiares.

encontrará información en la web de Koll på Läkemedel.

Preguntas sabias

Muchos problemas relacionados con la medicación pueden solucionarse hablando con el médico o el farmacéutico. Siempre que vaya al médico, es conveniente que se prepare para poder hacerle las preguntas adecuadas, ya que no siempre es fácil que se acuerde de qué quería preguntar. Por eso existe el folleto Preguntas sabias, que puede serle de gran ayuda.



Está disponible en la web www.kollpalakemedel.se, donde también puede pedirlo en formato impreso, solo tiene que clicar en «Beställ» (Pedir). También puede enviar un correo electrónico a kollpalakemedel@apoteket.se o dirigirse a su asociación local dentro de PRO o SPF Seniorerna.

Resumen de sus derechos

Si es una persona de edad avanzada (en particular mayor de 75 años y toma más de cinco medicamentos), benefíciese de sus derechos la próxima vez que vaya a su centro de atención primaria pidiendo:

- · Una revisión simple de medicamentos.
- Un informe por escrito del resultado de la revisión y las medidas tomadas, si procede.
- Que no se le receten más medicamentos inadecuados si no existen motivos especiales para ello.
- Una cita para plantear las preguntas sabias relativas a su medicación.

También debería exigir que un médico asuma la responsabilidad global de todos sus medicamentos y asegurarse de que este también disponga de la información relativa a los medicamentos que le hayan recetado otros médicos y a los fármacos sin receta/remedios naturales, etc. que tome.

Encontrará más información y los datos de contacto en www.kollpalakemedel.se

También puede descargarse este folleto en PDF en la web.

Contacto: kollpalakamedel@apoteket.se

Koll på läkemedel ha producido el presente folleto. Una colaboración entre





