



HIPERTENSIÓN Expertos insisten, con motivo del Día Mundial de la enfermedad, en el papel crucial del farmacéutico para mejorar la adherencia a través de un seguimiento continuo del paciente y con medidas como el control de la presión arterial

Cumplimiento terapéutico en HTA, asignatura pendiente en la botica

Sanidad presenta un plan para la reducción del consumo de sal

M. E. / J. G. V.

correo@farmaceutico.com
Mejorar la adherencia terapéutica en el paciente con hipertensión arterial (HTA) continúa siendo una tarea pendiente para la botica. Se estima que en España esta patología afecta al 35 por ciento de la población y se prevé un aumento derivado de las tasas de sobrepeso y obesidad, cuya incidencia se eleva cada año. En este sentido, expertos consultados por CF con motivo del Día Mundial de la enfermedad, que se celebra este lunes, insisten en que este sanitario juega un papel esencial para mejorar el cumplimiento del tratamiento farmacológico e higiénico dietético, ya que es una de las enfermedades de mayor consulta en las oficinas de farmacia.

Los últimos estudios apuntan que las tasas de incumplimiento rondan el 40 por ciento. Para fomentar la concienciación del farmacéutico, la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (Sefac) tiene prevista la puesta en marcha en los próximos meses de un grupo de hipertensión que ayude a un mayor control de la patología y a reducir la morbilidad y los elevados costes socio-sanitarios que produce. "Con esta iniciativa fomentare-

LOS 55, EDAD CRÍTICA

Porcentaje de HTA por grupos de edad.



Fuente: Ministerio de Sanidad e Instituto Nacional de Estadística.

mos la investigación en la farmacia a través de actividades de formación encaminadas a mejorar el cumplimiento", explica Zeneida Perseguer, coordinadora del grupo.

Su trabajo comenzará en el mes de noviembre, pero entre los objetivos marcados se prevé la instauración a nivel nacional de unos criterios homogéneos de derivación al médico desde la farmacia de los pacientes hipertensos con factores de riesgo vascular. "Debe fomentar la medición de la presión arterial (PA) por parte del paciente o cuidador", aconseja. Precisamente, añade, "una de las causas del mal control es la toma incorrecta de las cifras de PA".

Y es que la HTA es un factor de riesgo vascular que no actúa solo, sino que sue-

le ir acompañado de dislipemias, diabetes, obesidad, tabaquismo, sedentarismo, estrés... "Se debe estratificar el riesgo vascular total del paciente hipertenso y saber así los objetivos a los que responde cada uno", continúa Perseguer. Más de la mitad de adultos españoles y cerca del 25 por ciento de la población infantojuvenil tiene sobrepeso u obesidad. En estos sujetos, la hipertensión arterial es entre dos y tres veces más frecuente.

PERFIL DEL INCUMPLIDOR

Las principales causas de incumplimiento son los olvidos, creencias equivocadas del afectado, falta de conocimiento, actitud sobre la enfermedad padecida y el tratamiento prescrito. A priori, todos los pacientes pueden ser mal cumplido-

res, ya que, como apunta Alejandro Roca-Cusachs, presidente electo de la Sociedad Española de Hipertensión-Liga Española para la Lucha contra la Hipertensión Arterial (SEH-Lelha), "al principio de la terapia es cuando se dan más casos de incumplimiento".

La baja percepción de riesgo de la enfermedad para la salud que tiene la población adolescente también le coloca en el punto de mira.

Emilio Márquez, coordinador del Grupo de Cumplimiento de la SEH-Lelha, añade a esta lista a la población anciana, discapacitada, personas con enfermedades crónicas asintomáticas, polimedicadas y las patología psiquiátricas.

Concretamente, todos los expertos coinciden en que la causa más frecuente de

incumplimiento son los olvidos involuntarios en las tomas, que suponen entre el 22,6 y el 73,2 por ciento de los casos. Para reducir estas cifras, en 2008 nació la iniciativa *Alcanza tu Objetivo*, auspiciada por Novartis. Dos años más tarde, "un análisis realizado en 2.781 pacientes comprobó que en tan sólo tres meses se ha pasado de un 40 por ciento de pacientes controlados a un 52 gracias a la acción del farmacéutico", explica Márquez.

ESTRATEGIAS

La falta de tiempo de médicos y enfermeros realza la figura del sanitario en el control de una patología de consulta frecuente en botica. "Debe estar preparado para implementar estrategias", añade Márquez. Estas deben ser personalizadas y mantenidas en el tiempo. Por ejemplo, "hay que considerar las experiencias previas con antihipertensivos y su perfil de riesgo", indica Perseguer.

Asimismo, será necesario desarrollar una alianza con el afectado para que "comprenda la relación entre conducta, salud y enfermedad, y ayudarle a entender las dificultades para el cambio, además de involucrar a otros sanitarios y familiares", apostilla.

OPINIÓN NIEVES MARTELL *

Un paso más en la prevención de la HTA



Con motivo de la celebración del Día Mundial de la patología, la experta recuerda que, de no tomar cartas en el asunto, la prevalencia se puede disparar en los próximos años.

En la última década, la población española ha olvidado la importancia de mantener hábitos de vida saludables tan simples como seguir una dieta mediterránea o practicar ejercicio físico de forma regular. En consecuencia, vivimos en una sociedad con más casos de sobrepeso, dia-

betes, colesterol e hipertensión arterial, lo que, en definitiva, ha contribuido a situar a las enfermedades cardiovasculares entre las primeras causas de mortalidad en nuestro país.

La hipertensión arterial es uno de los principales factores de riesgo de este grupo de patologías. En España, su incidencia entre la población general adulta es de aproximadamente un 35 por ciento, lo cual supone que más de doce millones de españoles la padecen. De no tomar cartas en el asunto, prevemos que esta cifra vaya en aumento en los próximos años. La única fórmula para atajar este problema de salud es prevenirlo, y cuanto antes empezemos, mucho mejor para evitar complicaciones en la edad adulta.

UN RETO DE TODOS LOS SANITARIOS

Como profesionales de la salud tenemos por delante una importante labor educativa en la promoción de estilos de vida saludables. En nuestras manos está trasladar a la sociedad que simples acciones como, por ejemplo, reducir la ingesta de grasas saturadas, la práctica habitual de actividad física y tomar la medicación antihipertensiva indicada por su médico son suficientes para con-

seguir controlar las cifras de presión arterial por debajo de 140/90 mmHg, tal y como recomienda la Organización Mundial de la Salud. Si bien el médico y el personal de enfermería son esenciales en la promoción de hábitos cardiosaludables y la prevención de estos riesgos, el consejo que el paciente recibe en las oficinas de farmacia es igualmente importante a la hora de alertar del peligro que representan para la salud la hipertensión arterial, la obesidad y el tabaquismo. Asimismo, mediante las tomas periódicas de tensión arterial, el farmacéutico puede llevar un control de pacientes que estén en tratamiento o bien puede detectar nuevos pacientes con hipertensión y remitirlos al médico.

Por otra parte, en cuanto al tratamiento farmacológico, puede realizar un seguimiento de la medicación de los pacientes, detectando posibles problemas que comunique al médico. Por lo tanto, la colaboración entre el médico, la enfermería y el farmacéutico es esencial tanto en la prevención como en el manejo y control de estos pacientes.

*Coordinadora del Club del Hipertenso de la Sociedad Española de Hipertensión-Liga Española para la Lucha contra la Hipertensión Arterial (SEH-Lelha).