

“Desmontar informaciones erróneas no siempre es fácil”

LA ATENCIÓN AL PACIENTE CRÓNICO EN LA FARMACIA ES UN PUNTAL. ASÍ LO DESTACA MARÍA JOSÉ CACHAFEIRO, QUE ES CONSIDERADA UNA ‘INFLUENCER’ DE LA SALUD. LA FARMACIA ESTÁ DESAPROVECHADA DESDE SU PUNTO DE VISTA EN TRES ASPECTOS PRINCIPALES: LA POSIBLE ATENCIÓN FARMACÉUTICA DOMICILIARIA, LA ATENCIÓN AL PACIENTE CRÓNICO Y LOS CRIBADOS.



María José Cachafeiro

Aunque no le gusta esta palabra en sí, la farmacéutica **María José Cachafeiro** es una *influencer* de la salud. Forma parte del equipo del blog *La Botica de Teté*, es autora de *La FarmAPPedia* (catálogo de Apps de uso y prescripción en la farmacia) y supera de largo los 6.000 seguidores tanto en Twitter como en Instagram. Ella, en sus perfiles, utiliza *farmacéutica*, *friki*, *skincare coach*, *CasiNutri*, *formadora*, *consultora* y *ponente*.

Dice que el término *influencer* se suele asociar a uno que no está enfocado a la farmacia y que “no siempre sus recomendaciones son las más adecuadas”. ¿Contra qué tienen que luchar constantemente los farmacéuticos con presencia en redes sociales? “Los sanitarios nos enfrentamos mucho a ‘la recomendación de la vecina o del frutero’”. Ahora, el ‘influencer’ llega a mucha más gente. Son personas que normalmente no tienen formación sanitaria, pero sus seguidores confían plenamente en ellas. Desmontar informaciones erróneas no siempre es fácil”, advierte. Cachafeiro apoyó en febrero la campaña contra la desinformación de medicamentos en redes sociales del Consejo General de Colegios Farmacéuticos y del Instituto #SaludsinBulos, del que es colaboradora. Precisamente, se está viendo en la crisis sanitaria del Covid-19 que los bulos corren como la pólvora por las redes sociales. “Hay mucha información falsa que circula por cierta mala fe, por el interés de quien la hace circular, y por quien, con toda la buena fe del mundo, la comparte creyendo que es correcta, para ayudar a sus amigos y familiares. Y lo que está haciendo realmente es propagar informaciones falsas. En el mejor de los casos, no ayuda. En el peor, puede perjudicar”, expone. Lamenta que, a veces, parece que “el malo de la película” es el sanitario que desmonta ese bulo.

Le preguntamos por las lecciones que saca de esta pandemia. *“A nivel farmacéutico o sanitario, la principal es que la Sanidad es muy importante. La mayoría lo sabíamos, pero no siempre se le ha dado la importancia que tiene. Está claro que los sanitarios, en una situación de este tipo, están dando la cara en primera línea, en todos los hospitales, en las consultas privadas, en las farmacias, en todas partes”,* indica. Otra lección que le gustaría que aprendiéramos es que *“es mejor sumar que restar y que estemos unidos”,* a pesar de que se tengan diferentes puntos de vista. *“Luchar por lo que creemos que es bueno no significa que haya que estar de acuerdo en todo, pero sí intentar apoyarnos en las partes que tenemos comunes. Con diferentes visiones, de una profesión a otra, sería importante que pudiéramos aprovechar esas cosas en común y tirar para adelante”,* reflexiona. Añade que unos estaban más digitalizados que otros, pero que el Covid-19 ha obligado a digitalizarse a la profesión prácticamente *“a la fuerza”*.

Protocolizar

¿La farmacia puede aportar más en la crisis sanitaria del coronavirus de lo que ha aportado? *“Nos han dejado hacer más cosas de las que hacíamos. Si bien, no se ha aprovechado lo suficiente”,* manifiesta. Argumenta que, en las CC AA en las que se les ha permitido ampliar la dispensación de los tratamientos crónicos, en lugar de llevar a cabo la función, probablemente porque no ha dado tiempo a protocolizar, han sido más bien unos *“administrativos que llamaban al centro de Salud”*. Alega que los farmacéuticos cuentan con unos conocimientos que no se aprovechan en general, que en estos momentos sí que se está haciendo algo más, pero no del todo.

Cachafeiro tampoco tiene claro que la atención farmacéutica domiciliaria se haya podido realizar de la forma más adecuada posible. *“El servicio a domicilio que ha hecho la mayoría de las farmacias no ha sido sólo de entrega. Ha llevado detrás otro valor, y se debería avanzar sobre ese camino, porque cada vez hay más población vulnerable o con poca movilidad, con cierta edad, que no siempre puede acudir a la farmacia”,* describe. Comenta que, en ocasiones, mandan a alguien que no está informado de las circunstancias exactas del paciente, que no sabe qué preguntar o que no siempre se lo comunica al paciente de manera adecuada. En ese caso, considera que sería más útil el hacer algo que por su puesto se normativice y que esté protocolizado.

Sobre qué debería proponer el Gobierno para que las farmacias puedan hacer más en la desescalada, apunta a que *“la atención al paciente crónico en la farmacia es un puntal”*. *“Ya sabemos que no todas las CC AA funcionan igual, y en unas se hacen más cosas que en otras, La farmacia está desaprovechada desde mi punto de vista en tres aspectos principales”,* precisa. Uno, lo ya mencionado de la posible atención farmacéutica domiciliaria.

Dos, la atención al paciente crónico. *“Cada vez tenemos patologías más crónicas y los pacientes acuden menos al médico, porque con la receta electrónica sólo tienen que ir a las revisiones de forma puntual o si se encuentran mal. Y en la farmacia es donde tienen el contacto más habitual, al menos una vez al mes”,* expresa. Insiste en que la farmacia tiene mucho ahí que aportar.

Test rápidos, “siempre que estemos formados”

Respecto a la reivindicación de que las farmacias puedan realizar test rápidos de Covid-19, María José Cachafeiro recalca que para ello habría que estar formados: *“Como sanitarios, podemos hacer muchas cosas que no hacemos, siempre que estemos formados. No tengo claro que, a día de hoy, en todas las farmacias, haya gente formada suficientemente para llevar a cabo el test rápido, pero todos tenemos la capacidad de formarnos. En ese caso, sería una buena opción. Por otro lado, tendríamos que contar con test con fiabilidad y sensibilidad adecuadas. Cuando descubres que alguien está inmunizado es cuando un test rápido contribuye más. Por el estudio de seroprevalencia del Instituto Carlos III, lo está un porcentaje muchísimo más bajo de lo que, en principio, creíamos la mayoría. Con un porcentaje más alto, vería más utilidad a los test rápidos. Si ya sabes que estás inmunizado, tendrías más opciones de hacer una desescalada más rápida. De estar más tranquilo, por ti y por los tuyos”*.

Y tres, los cribados. De VIH o de cáncer de colon, entre otros. *“Es uno de los aspectos asistenciales y de más contacto con el paciente. Eso sí, hay CC AA en las que prácticamente no te permiten hacer casi ningún tipo de cribado”,* declara. Hace hincapié en el potencial de la farmacia, por su dispersión, por alcanzar un mayor público, y que puede ser una primera línea de cribaje, antes de pasar a una segunda en un centro de Salud o en los hospitales.

El tema más recurrente en las farmacias, *“el tema del año”,* según afirma, es el de las mascarillas. *“La gente tiene muchas dudas. Además, se ha ido cambiando aparentemente de opinión sobre su recomendación de uso, probablemente porque no había suficiente stock en un principio. Eso genera mucha incertidumbre y poca credibilidad”,* puntualiza. Ella, desde el primer momento, ha pensado que la mascarilla es útil, porque frena las gotículas con el virus.

Recuerda que hay que exponerse al sol con cuidado y protección. *“Durante un año normal, te vas exponiendo de una manera progresiva y, en éste, hemos estado prácticamente toda la primavera en casa”,* avisa. Ella está viendo casos de gente que nunca se había quemado, porque la piel no está acostumbrada y no ha pasado ese período de adaptación que necesita. Lo adecuado es protegerse todos los días, aunque no se vaya a la playa o se practique deporte al aire libre. *“Este año, más que nunca”,* certifica. Aconseja complementar la protección solar con un suplemento oral.

“Desde las farmacias en general, y los farmacéuticos que estamos en redes sociales, en particular, deberíamos recordar que a la gente no sólo hay que darle lo que pide sino lo que necesita. Nos están pidiendo que les hablemos de mascarillas, o de cremas cosméticas, pero tenemos

que aprovechar también para hacer otro tipo de campañas, como las centradas en la resistencia de antibióticos, en la lucha contra los bulos o en otro tipo de información sanitaria”, termina. Su objetivo es que la población cuente con una información de mayor calidad en muchos temas que son importantes para todos. +

“NOS HAN DEJADO HACER MÁS COSAS DE LAS QUE HACÍAMOS. SI BIEN, NO SE HA APROVECHADO LA FARMACIA LO SUFICIENTE”