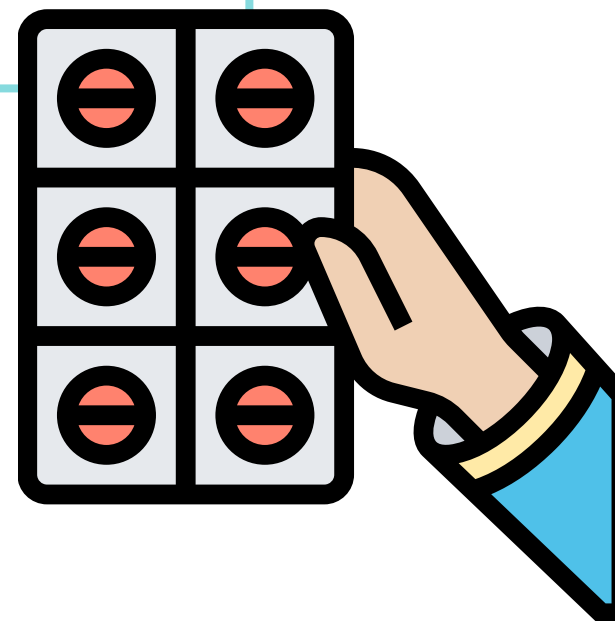


LO QUE DEBES SABER SOBRE ADHERENCIA

Qué es la adherencia al tratamiento

Es el proceso en el que el paciente toma la medicación como se le ha prescrito

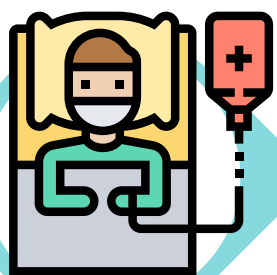


Por qué es importante la adherencia

La adherencia es el **factor modificable más importante** que compromete los resultados del tratamiento

Se estima que **20-50% de los pacientes NO toma correctamente su medicación**

La falta de adherencia tiene consecuencias:



Clínicas

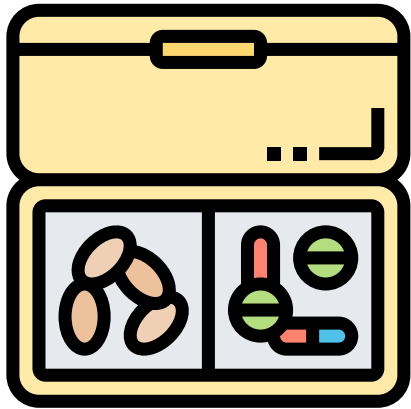


Económicas



Sociales

Consejos para no olvidarte de tomar la medicación



USA UN PASTILLERO

Te recordará visualmente que tienes que tomar la medicación y en caso de duda puedes consultar si la has tomado



CONSERVA SIEMPRE LA MEDICACIÓN EN EL MISMO SITIO

Si tienes la medicación en un lugar accesible, será más fácil acordarte de tomarla



TOMA LA MEDICACIÓN A LA MISMA HORA

Coincidiendo con alguna actividad rutinaria y diaria (ej. comida o cena, al entrar en casa, al acostarte...)



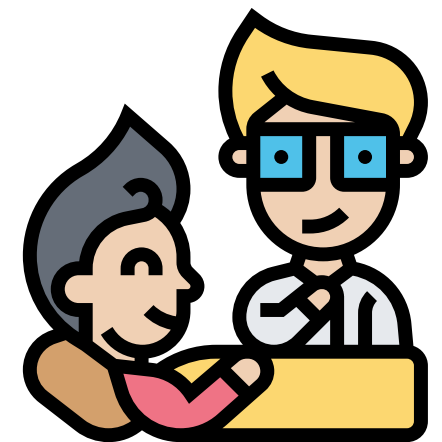
APROVECHA LA TECNOLOGÍA

Utiliza alarmas, mensajes y aplicaciones que te ayuden a recordar las tomas



PLANIFICA TU TRATAMIENTO

Elabora una tabla con el orden, horarios y cantidades y ponlo en algún sitio visible (ej. nevera)



DÉJATE AYUDAR Y PIDE CONSEJO

Familiares, amigos y profesionales sanitarios estamos para ayudarte

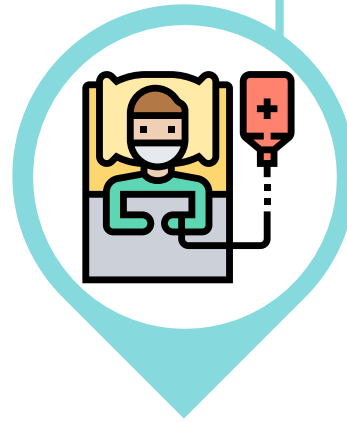
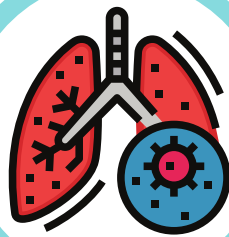
LO QUE DEBES SABER SOBRE **ADHERENCIA**

Factores que influyen en la falta de adherencia

Paciente

Enfermedad

- Patologías **crónicas**
- Ausencia de **síntomas**
- **Tiempo** de evolución
- **Expectativas** de curación
- **Aceptación** de la enfermedad
- **Gravedad**
- **Discapacidad**
- **Comorbilidades**



- **Edad/sexo masculino**
- Problemas **psicológicos/psiquiátricos**
- Vergüenza por el **estigma** social
- Abuso de **drogas/alcohol**

Tratamiento



- **Complejidad**
- **Confianza** en efectividad
- **Efectos adversos**
- Cambio en el **estilo de vida**

Socioeconómicos

- **Desempleo**
- **Pobreza**
- Condiciones de vida **inestable**
- Bajo **nivel educativo**
- Nivel de **formación**
- Poco **apoyo familiar**
- **Creencias** populares



Sistema sanitario
Equipo asistencial

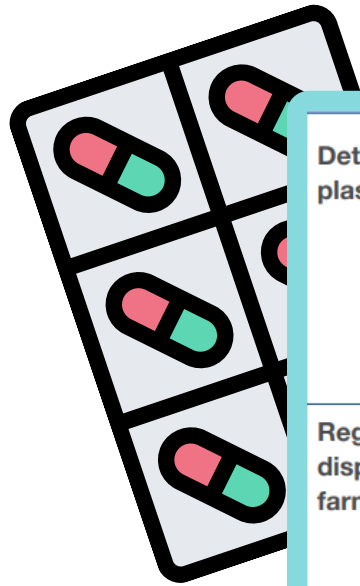
- Falta de **confianza** recíproca
- **Comunicación** deficiente (médico-paciente)
- Problemas en la **continuidad asistencial**
- **Accesibilidad** al sistema
- **Satisfacción** del profesional sanitario
- Falta de **conocimiento** sobre adherencia por prof. sanitarios

LO QUE DEBES SABER SOBRE ADHERENCIA

Cómo se mide la adherencia

Normalmente se emplean cuestionarios validados, registros de dispensación que indican para cuántos días tiene medicación o escalas visuales

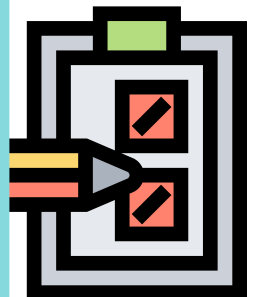
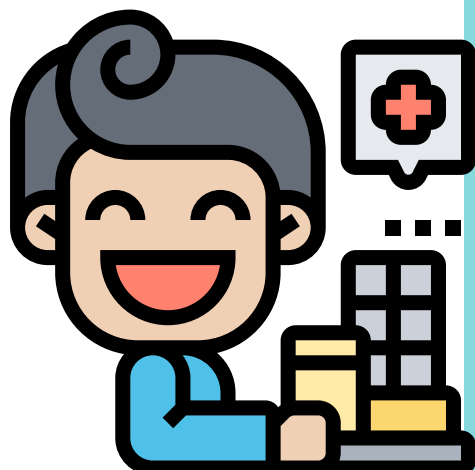
Es recomendable combinar siempre al menos dos métodos diferentes



Ventajas

Inconvenientes

Determinación plasmática	<ul style="list-style-type: none"> Método directo de adherencia Las concentraciones plasmáticas determinan directamente la respuesta Permite detectar o prevenir la toxicidad por fármaco Ventaja en población con farmacocinética alterada (embarazo, disfunción hepática, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> Caro e invasivo Los niveles pueden estar disminuidos por otras razones distintas a la no adherencia (por ejemplo, interacciones) Información sobre adherencia reciente No está estandarizada la recogida ni la interpretación
Registros de dispensación de farmacia	<ul style="list-style-type: none"> Datos fáciles de obtener en organizaciones cerradas con dispensación únicas Correlación moderada con resultados 	<ul style="list-style-type: none"> Sobrestimación No mide la frecuencia horaria Asume que la recogida de medicación equivale a adherencia No diferencia tipos de adherencia (olvidos puntuales, interrupciones, etc.) No es útil si la dispensación se realiza automáticamente o para períodos de tiempo largos
Recuento de medicación	<ul style="list-style-type: none"> Bajo coste Correlación moderada con resultados 	<ul style="list-style-type: none"> Mucho tiempo Sobrestimación Necesidad de colaboración del paciente (traer la medicación) Asume que el paciente no almacena medicación
MEMS/ dispositivos electrónicos	<ul style="list-style-type: none"> Buena correlación con resultados virológicos Análisis de dosis y frecuencia de administración Patrones de adherencia en el tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> Muy caro No disponible en muchos centros Infraestimación Vulnerable a fallos tecnológicos
Cuestionario/ adherencia autorreferida	<ul style="list-style-type: none"> Bajo coste Fácil de implementar Correlación moderada con resultados Permite investigar los motivos de la no adherencia Mide la adherencia cualitativa 	<ul style="list-style-type: none"> Muchos cuestionarios, poco estandarizado Sobrestimación de la adherencia Sensibilidad baja Información de la adherencia reciente (4 días, 30 días, etc.)



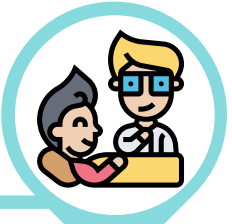
MEMS: medication event monitoring systems.

LO QUE DEBES SABER SOBRE ADHERENCIA

Cómo mejorar la adherencia



Apoyar al paciente,
no juzgar ni culpabilizarlo



Individualización de las intervenciones



Aceptar los principios de **autonomía del paciente** y la toma de **decisiones compartida**



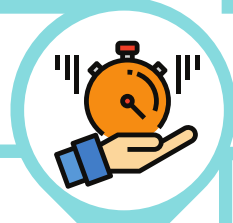
Generar **vínculos de confianza** suficiente entre el paciente y el profesional



Las intervenciones para mejorar la adherencia son un **medio para conseguir el fin** último de mejorar el control de la patología



La **coordinación del equipo asistencial** implicado en el cuidado del paciente es clave para conseguir mejorar la adherencia



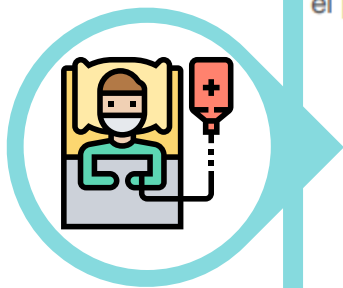
Los **beneficios** de las intervenciones **disminuyen con el tiempo**



Cambiar la idea de que la intervención en un momento determinado será eficaz siempre

LO QUE DEBES SABER SOBRE ADHERENCIA

Factores que influyen en la falta de adherencia y posibles estrategias de intervención



Factores	Causas de falta de adherencia	Posibles intervenciones
Factores sociales, económicos y educativos	<ul style="list-style-type: none"> Falta de apoyo social o familiar Recursos escasos Nivel educativo bajo 	<ul style="list-style-type: none"> Buscar una alianza con la familia y allegados Conocer las necesidades sociales Reclutar organizaciones comunitarias Educación intensiva y explicaciones claras, comprensibles y adaptadas
Factores relacionados con el equipo asistencial	<ul style="list-style-type: none"> Falta de recursos Atención masificada e impersonal Ausencia de coordinación entre diferentes servicios Insuficiente formación en los fármacos utilizados Insuficiente formación en comunicación con el paciente Falta de accesibilidad 	<ul style="list-style-type: none"> Accesibilidad y continuidad asistencial Equipo multidisciplinar Recursos materiales y humanos suficientes y coordinados Formación sólida en el tratamiento y en las técnicas de comunicación con el paciente Plantear la terapia directamente observada en determinados ámbitos asistenciales
Factores relacionados con el tratamiento	<ul style="list-style-type: none"> Tamaño y palatabilidad de las unidades galénicas Número de dosis diarias Intrusión en la vida del paciente Falta de adaptación a las preferencias y necesidades del paciente Efectos adversos 	<ul style="list-style-type: none"> Individualizar y adecuar el tratamiento a las rutinas del paciente Simplificar el régimen terapéutico Revisar el tratamiento de los pacientes polimedicados y suspender la medicación no necesaria Negociar y consensuar el plan terapéutico Técnicas especiales para la toma de la medicación Información y educación en el manejo de los efectos adversos
Factores relacionados con el paciente	<ul style="list-style-type: none"> No aceptación Rechazo del diagnóstico Rechazo del tratamiento Insuficiente comprensión de la enfermedad y su tratamiento y de la relación riesgo/beneficio Olvidos Barreras 	<ul style="list-style-type: none"> Mejorar la información/educación del paciente Trabajar para modificar las creencias erróneas del paciente respecto a la enfermedad y su tratamiento Entrevista motivacional Intervenciones sociopsicoafectivas Recordatorios de la toma de medicación (alarmas, aplicaciones, diarios de medicación, etc.)

LO QUE DEBES SABER SOBRE ADHERENCIA

Más información

