

# **EDUCACIÓN PARA LA SALUD DESDE UNA OFICINA DE FARMACIA: USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS CON PLANTAS MEDICINALES**

**ARIAS<sup>1,2</sup>, J. L. y SANTAMARÍA<sup>1</sup>, J. M.**

<sup>1</sup> Oficina de Farmacia Santamaría, Granada.

<sup>2</sup> Departamento de Farmacia y Tecnología Farmacéutica, Universidad de Granada. <jlarias@ugr.es>

---

**Palabras clave:** Educación para la salud; Uso racional de medicamentos; Campaña de educación sanitaria; Plantas medicinales; Promoción de la salud.

## **OBJETIVOS**

Nuestra iniciativa de divulgación científica y de enseñanza de las ciencias, en este caso sanitarias, deberá ser de gran utilidad para la población general. Asimismo, se logrará realizar un acercamiento de las plantas medicinales a la población, difundiendo así su importancia y la necesidad, como medicamentos que son, de utilizarlas de forma correcta con la ayuda del profesional farmacéutico, partiendo de una garantía absoluta de calidad, seguridad y eficacia.

## **MARCO TEÓRICO**

Numerosos son los programas de educación, centrados en la promoción de la salud, que han sido promovidos y desarrollados por diferentes organismos. Las virtudes y utilidad de éstos, en cuanto a la consecución de sus objetivos de educación para la salud a diferentes grupos poblacionales (estudiantes de diversos niveles académicos, tercera edad, inmunodeprimidos, etc.), han quedado perfectamente puestos de manifiesto (Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos de España, 2004). Entre los diferentes temas de salud sobre los que todavía queda una labor pendiente por realizar, en cuanto a concienciación y educación sanitaria, destaca el uso de las plantas medicinales y, en concreto, los medicamentos elaborados a base de éstas, por el consumidor de salud.

La Fitoterapia puede definirse como el tratamiento o prevención de las enfermedades mediante plantas medicinales. Su extraordinario desarrollo mundial, no es fruto del azar ni de la moda, sino que se debe a los estudios científicos de alto nivel realizados y que han demostrado las propiedades terapéuticas de éstas. Este hecho, unido a que cada vez se presentan formas farmacéuticas y fórmulas más eficaces y perfectamente adaptadas a uno u otro tipo de afección, hacen de la Fitoterapia una herramienta más dentro del arsenal de medicamentos clásicos (Bruneton, 1991).

Las plantas medicinales se encuentran en las oficinas de farmacia, herboristerías y grandes superficies. No obstante, los medicamentos de plantas medicinales, es decir, aquellos con indicaciones terapéuticas y autorizadas por el Ministerio de Sanidad y Consumo, según la Ley del Medicamento sólo pueden adquirirse en farmacias, ya que éstas garantizan una calidad farmacéutica. La cuál certifica que la Fitoterapia se consti-

tuye en parte del arsenal terapéutico de la oficina de farmacia, y que el farmacéutico sea el profesional sanitario que tiene todas las herramientas para poder aconsejar sobre el medicamento de plantas medicinales (Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos de España, 2001). Además, a pesar de que el margen de tolerancia es bastante amplio, no se puede descartar que puedan aparecer efectos secundarios y posibles interacciones con otros tratamientos, de ahí la necesidad de llevar a cabo una automedicación responsable y contar con el farmacéutico que nos asesora de forma conveniente (Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos de España, 2001-2003).

## **DESARROLLO DEL TEMA**

El diseño de esta campaña de educación para la salud desde una oficina de farmacia de ciudad consta de una primera fase en la que el farmacéutico realiza una exposición al público interesado, en dos sesiones divulgativas eminentemente prácticas de 1 hora de duración, de una serie de conceptos elementales sobre Fitoterapia. En la primera de estas sesiones, se tratan determinadas generalidades sobre Fitoterapia y su utilización para las afecciones del sistema nervioso central; y en la segunda se explica su aplicación en las afecciones del aparato digestivo, en el sobrepeso y en los problemas de circulación. Estos temas se han seleccionado por ser los de consulta más frecuente en la farmacia, para ser tratados con plantas medicinales. La participación en estas dos sesiones superó nuestras expectativas, ya que se logró la asistencia de un total de 96 personas; de las que el grupo de edad mayoritario fue el de adultos de edad comprendida entre los 40 y los 60 años, con un 83 %.

La segunda fase de nuestra iniciativa tuvo como escenario la oficina de farmacia y fue desarrollada durante nueve meses. La metodología seguida consistió en el abordaje, de forma trimestral, de los siguientes módulos temáticos: control de peso (centrado en la resolución de las siguientes cuestiones: ¿cuándo se considera que existe sobrepeso y cuándo obesidad?, ¿por qué engordamos?, ¿adelgazar es una moda?, ¿tiene solución?, ¿cómo podemos actuar con plantas medicinales?, consejos de su farmacéutico), menopausia (con el objetivo de resolver los puntos: ¿qué es la menopausia?, ¿cuánto duran los sofocos?, ¿qué me puede pasar?, ¿y el aspecto físico?, ¡habrá que empezar a cuidarse!, consejos de su farmacéutico) e insomnio (con el que se pretende dar respuesta a los interrogantes: ¿qué es el insomnio?, ¿por qué no puedo dormir?, ¿necesitamos todos dormir 8 horas?, ¿qué hacer?, ¿cómo nos pueden ayudar las plantas medicinales?, consejos de su farmacéutico) (Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos de España, 2004-2005). Durante esta segunda fase, el farmacéutico fundamentará su consejo en los siguientes pilares: la escucha de la consulta del paciente y la realización de las preguntas que estime necesarias; un buen conocimiento del medicamento de plantas medicinales; la observación de otros tipos de tratamiento que en ese momento pueda estar siguiendo el paciente, y la detección de posibles interacciones; el consejo farmacéutico debe siempre complementarse con reglas higiénico-dietéticas que enseñen al paciente a modificar sus hábitos de vida si éstos son incorrectos; el seguimiento de la farmacovigilancia; y la remisión del paciente al médico cuando el motivo de la consulta, los síntomas o las características del paciente lo hagan aconsejable.

En esta segunda fase de la campaña de educación sanitaria, el número de consultas recibidas fue de 427; de éstas, el 17 % precisó la derivación al médico y el resto (83 %) fueron resueltas satisfactoriamente por el farmacéutico, lográndose la resolución del problema de salud. Asimismo, se realizó un estudio, mediante cuestionario autoadministrable, entre la población beneficiaria de esta iniciativa, obteniéndose una valoración muy positiva de ésta y de su utilidad (92 %). Asimismo, se nos sugirieron otros temas de interés para ser desarrollados en sucesivas campañas educativas sanitarias.

**Conclusiones:** Los resultados obtenidos nos permiten concluir que la presente campaña de educación para la salud cumple sobradamente con el objetivo de llamar la atención de la población sobre la importancia de las plantas medicinales y sobre la necesidad de un uso correcto. Esta iniciativa permite, asimismo, reivindicar la labor del farmacéutico como educador de la población sobre temas de salud. La valoración que ha recibido esta actividad sanitaria desarrollada ha sido muy positiva por parte de la población beneficiaria, sobretodo en cuanto a contenidos y utilidad.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES DE FARMACÉUTICOS DE ESPAÑA (2004). Campañas Sanitarias. *Farmacéuticos* nº 291.
- CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES DE FARMACÉUTICOS DE ESPAÑA (2001). *Programa EDUFAR de Educación Sanitaria sobre Plantas Medicinales por el Farmacéutico*. Madrid: Acción Médica S. A.
- CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES DE FARMACÉUTICOS DE ESPAÑA (2001-2003). *Plantas Medicinales y Fitoterapia*. Madrid: Acción Médica S. A.
- CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES DE FARMACÉUTICOS DE ESPAÑA (2004-2005). *Campaña de Uso Racional de Medicamentos con Plantas Medicinales*.
- BRUNETON, J. (1991). *Elementos de Fitoquímica y de Farmacognosia*. Zaragoza: Acribia S. A.