**Educación en salud, la clave para empoderar a la población en el autocuidado responsable y potenciar el bienestar social y económico**

El apoyo y adopción por todos los actores del ecosistema de salud, las políticas públicas y un entorno regulatorio favorable, son también habilitadores del autocuidado.

LUGAR, XXX de julio de 2023. En el Mes del Autocuidado de la Salud y como parte del Día del Autocuidado que se celebra el 24 de julio cada año, la Asociación Latinoamericana de Autocuidado Responsable (ILAR) realizó el webinar “Educación en salud como habilitador crítico para empoderar a la población en el autocuidado responsable”.

Los panelistas abordaron temas para empoderar a la población en su autocuidado, resaltando la participación de los profesionales de la salud, la comunicación y promoción de prácticas de autocuidado, los beneficios y oportunidades del etiquetado electrónico en productos, y la importancia de la colaboración pública-privada para la educación en salud.

El autocuidado es la capacidad de las personas, las familias y las comunidades para promover la salud, prevenir enfermedades, mantener la salud y hacer frente a la enfermedad y la discapacidad con o sin el apoyo de un profesional de la salud. Incluye el uso de medicamentos de venta libre, suplementos alimenticios, dispositivos, diagnósticos y/o intervenciones digitales de alta calidad basados en la evidencia que se pueden proporcionar total o parcialmente sin la necesidad de una prescripción médica.

La estrategia Salud 2020 de la Organización Mundial de la Salud y la Política sobre Atención Integrada para Mejorar los Resultados de Salud, aprobada en 2022 por la Organización Panamericana de la Salud destacan la educación en salud como un elemento clave para promover el empoderamiento y la participación de los individuos en la toma de decisiones respecto de su salud.

Juan Thompson, director general de ILAR, moderó el evento y compartió datos sobre el valor social y económico del autocuidado y la relevancia de la educación en salud. Según un estudio[[1]](#footnote-1) realizado por la Federación Global de Autocuidado (GSCF), en América Latina se ahorran 7.2 mil millones de dólares a los sistemas públicos de salud cuando las personas ponen en práctica el autocuidado, y se proyecta **que para el año 2030, el ahorro en los sistemas públicos de salud podría llegar a los 13 mil millones de dólares gracias al autocuidado.**

Thompson destacó que, “para que la educación en el autocuidado de la salud avance en la región, es necesario que los individuos tengan acceso a información confiable, útil y de calidad, que sea consistente con sus necesidades y que permita un uso seguro y eficaz de productos de autocuidado”.

Las personas pueden obtener la información requerida a través de los profesionales de la salud como los farmacéuticos y nutricionistas, la publicidad, el etiquetado e insertos en los productos de autocuidado.

La colaboración y participación de los distintos actores es necesaria para articular los esfuerzos. En 2021 ILAR y el Foro Farmacéutico de las Américas (FFA) firmaron un acuerdo de colaboración para fomentar el autocuidado responsable y eficaz.

En su presentación, “Empoderando el autocuidado: el rol del farmacéutico”, la Dra. Magaly Rodríguez de Bittner, vicepresidenta del Foro Farmacéutico de las Américas (FFA), mencionó que en América Latina, la farmacia es uno de los principales lugares donde las personas pueden recibir más información sobre el autocuidado, y la educación y capacitación que tienen los farmacéuticos les permite traducir información de calidad basada en evidencia en consejos sólidos e imparciales sobre productos y estrategias de autocuidado para el público.

Sin embargo, hay algunos obstáculos, como la disminución de la fuerza laboral de las farmacias que ha reducido la disponibilidad de farmacéuticos para asesorar, educar, evaluar a los individuos y ayudarles a monitorear su salud.

Otro factor por considerar son las restricciones regulatorias que pueden limitar la capacidad de los farmacéuticos para extender recetas o iniciar terapias para enfermedades menores, que generalmente podrían manejarse de manera ambulatoria.

En 2023, la Federación Internacional Farmacéutica (FIP), en colaboración con el FFA e ILAR facilitaron la traducción de la nueva edición en español del manual “Empoderar el autocuidado: Un manual para farmacéuticos”, el cual incluye un nuevo capítulo dedicado a explorar el contexto del autocuidado y el servicio farmacéutico en 11 países de América Latina, el cual se encuentra disponible en línea: *https://www.fip.org/file/5516*

“Este manual está dedicado a proporcionar orientación a los farmacéuticos sobre el apoyo al autocuidado en seis áreas de consultas frecuentes: dolor de garganta, molestias gastrointestinales, dolor musculoesquelético, fiebre infantil, salud sexual, desinfección y la farmacia”, indicó la Dra. Rodríguez.

Resumiendo, los farmacéuticos cumplen varios roles para empoderar a la población respecto a su propia salud: son promotores de la salud, colaboradores en campañas de promoción de la salud y la prevención de enfermedades; entrenadores que adoptan metodologías para apoyar la educación en salud; proveedores de calidad de productos de salud; comunicadores y prescriptores.

Por su parte, Ana Senatore, química farmacéutica, compartió los resultados de su proyecto, ganador de la convocatoria a fondos por parte del FFA e ILAR denominado “Servicios profesionales en la farmacia comunitaria: comunicación y promoción de prácticas de autocuidado en Uruguay”.

“El objetivo de este proyecto fue desarrollar materiales de comunicación sobre el autocuidado y el uso racional de productos de autocuidado en una farmacia comunitaria y evaluar la respuesta de la gente al concepto de educación en la farmacia”, compartió Senatore.

Entre los logros de este proyecto, mencionó: la conformación del equipo de trabajo multidisciplinario en las áreas involucradas: técnica, marketing y comunicación; implementación de una metodología de trabajo; el plan de capacitación a los equipos de trabajo sobre prácticas de autocuidado y su comunicación; el desarrollo de un plan de comunicación que ofrece información segura y de calidad para la promoción de la salud, y el desarrollo de dos campañas sobre promoción de prácticas de autocuidado y uso responsable de los medicamentos.

**Etiquetado electrónico como parte de la educación en salud**

Carolina Sian, gerente de asuntos regulatorios y farmacovigilancia en la Cámara Argentina de Especialidades Medicinales (Caeme), detalló la experiencia en Argentina sobre el etiquetado electrónico (e-labeling) en productos farmacéuticos y los beneficios para individuos, profesionales de la salud, cuidadores, autoridad sanitaria y la industria.

El etiquetado electrónico de medicamentos es el prospecto e información para el paciente aprobado por la autoridad sanitaria, que se proporciona en formato electrónico, es decir, en un archivo no editable y que se encuentra disponible en un sitio web.

Los beneficios de usar esta tecnología incluyen: el acceso directo a información actualizada de seguridad del producto desde un dispositivo móvil como el celular; un formato de visualización más amigable y adaptable y la oportunidad de incorporar tecnologías inclusivas para personas con necesidades diferentes, por ejemplo, personas con discapacidad y personas mayores con presbicia. El formato digital permite agrandar la letra e incluso, acceder a videos de cómo se utiliza un producto. Con esta iniciativa, la industria reduce el consumo de papel, y el tiempo de actualización a la información de seguridad más reciente de los productos.

Sian mencionó que “Argentina aún enfrenta desafíos como: implementar herramientas tecnológicas, definir el tipo de código entre QR o DataMatrix; un marco regulatorio específico y la conectividad”.

Los países de la región deben apoyarse en este tipo de experiencias y compartir las buenas prácticas y los avances de otros proyectos, concluyó Sian.

**Experiencia brasileña en colaboración**

La colaboración pública-privada es otro habilitador del autocuidado de la salud. Rodrigo García, presidente de la Asociación Brasileña de la Industria de Productos para el Autocuidado en Salud (ACESSA), se refirió a la experiencia de las alianzas públicas-privadas para la educación en salud en Brasil.

ACESSA y el Instituto Fiocruz colaboran para analizar datos que puedan revelar posibles brotes o pandemias en un sitio específico. ACESSA les envía datos de medicamentos sin receta para el tratamiento de síntomas respiratorios y Fiocruz analiza las estadísticas vitales, informaciones de redes sociales y los datos de ACESSA. Si hay una sobreventa de medicamentos para tratar la gripe, por ejemplo, Fiocruz puede enviar una alerta de salud a la municipalidad correspondiente y recomendar medidas para controlar brotes.

La asociación también desarrolla una serie de webinars llamados “a3” para concienciar a las personas sobre el autocuidado y brindar acceso a herramientas de actualización que fomentan el autocuidado entre los profesionales del ecosistema de la salud.

Con la Universidad de Brasilia, ACESSA tiene una colaboración para fomentar la práctica clínica farmacéutica basada en evidencia. Han apoyado el desarrollo de 20 guías clínicas para la atención farmacéutica del proveedor de salud, que son autogestionables, con un formato y enfoque simple que facilita el aprendizaje y la propagación del contenido, con el respaldo del Colegio de farmacéuticos de Brasil.

ACESSA también avala investigaciones para profundizar el conocimiento sobre los hábitos y actitudes de la población hacia los medicamentos sin receta (OTC, por sus siglas en inglés) para apoyarlos con acciones que promuevan el autocuidado de la salud.

“Estamos por concluir una investigación para comprobar el uso de los códigos QR en la población y las herramientas digitales para conseguir un medicamento. ACESSA busca actuar para que las personas puedan tomar decisiones con respecto al autocuidado de una manera responsable, consiente y segura, promoviendo más salud y mayor libertad de elección”, señaló García.

Al final del webinar, el director general de ILAR, Juan Thompson, expresó: “El común denominador de todas las presentaciones que vimos hoy sobre cómo desarrollar la educación en salud en América Latina radica en la colaboración de todos los actores, desde cómo los profesionales de la salud, expertos, toman el liderazgo para la producción de evidencia y guías, hasta mejorando y facilitando el acceso a la información para los individuos”.

Finalizó haciendo un llamado para que este tipo de espacios pueda continuar inspirando a todos para la acción y permitiendo que el autocuidado pueda actuar como un habilitador para la cobertura universal en salud.

**Conclusiones**

1. Fomentar la educación en salud es tarea de todos los actores del ecosistema de salud, y es un factor clave también para habilitar todo el potencial económico y social que el autocuidado tiene para América Latina. Existe un gran potencial aún para que profesionales de salud, tomadores de decisiones, sector privado y otras partes interesadas se involucren más en la elaboración de guías y políticas de salud pública que verdaderamente estén centradas en favorecer los conocimientos y capacidades de los individuos para tomar mejores decisiones en salud.
2. Profesionales como los farmacéuticos, son muchas veces el grupo de proveedores de atención de la salud que están más cerca de los individuos, cumpliendo un rol central en el proceso de comunicación y educación en salud. Resaltar este papel, no solo desde el ámbito de la formación académica, sino también de la regulación de la práctica profesional, resulta primordial para desarrollar la educación en salud y fomentar el autocuidado.
3. En la medida en que los individuos cuentan con un mayor nivel de educación en salud, más eficiente es el uso seguro y responsable de productos y servicios para el autocuidado. El uso de herramientas digitales para la información de producto se posiciona como uno de los elementos centrales para potencializar el autocuidado en nuestra región. Compartir ejemplos sobre estas experiencias enriquece la transición y apoya la toma de decisiones regulatorias basadas en evidencia.

¡Empieza por ti, Activa el Autocuidado!

#EmpiezaPorTi #PromesadeAutocuidado

###

Acerca de ILAR

ILAR es la Asociación Latinoamericana de Autocuidado Responsable, líder en promover el desarrollo del autocuidado responsable como la mejor herramienta para estar y mantenerse saludable, así como de garantizar el acceso a medicamentos de venta libre (OTC). ILAR es miembro de la Federación Global del Autocuidado (GSCF), asociación internacional no gubernamental en relación oficial con la Organización Mundial de la Salud (OMS). Fundada en diciembre de 2001, la Asociación está formada por fabricantes de productos y compañías farmacéuticas líderes en la región, comprometidos con el uso adecuado de medicamentos de venta libre en América Latina.

www.infoilar.org

1. El Valor Económico y Social del Autocuidado. GSCF (2022). Disponible en: https://www.selfcarefederation.org/ecosoc-report [↑](#footnote-ref-1)