

¿Sabías que el cuidar de ti mismo genera un ahorro para todos?

Según la Organización Mundial de la Salud, el **autocuidado** implica una actitud activa y responsable hacia la propia calidad de vida y el bienestar, con el fin de prevenir y tratar las enfermedades. Uno de sus pilares es el uso responsable de los productos para la salud, que incluye a los **medicamentos de venta libre**, permitiendo al usuario tratar condiciones o síntomas simples y no graves con productos aprobados, seguros y eficaces. No es lo mismo que la auto prescripción, que se refiere a la práctica de comprar y utilizar por cuenta propia medicamentos que solamente pueden ser recetados por un médico.

En promedio, **por cada dólar** invertido en medicamentos de venta libre, se genera un ahorro de **7 dólares** en los **sistemas de salud pública de América Latina**.



Si el **50% de los casos** se atendieran mediante el **autocuidado** con medicamentos de venta libre, **se podrían lograr ahorros sustanciales:**



El dolor de espalda y el frío causan pérdidas de **US\$3,9 mil millones de dólares** en los cinco países

