



Self-Care READINESS INDEX 2.0

Permitiendo un mejor autocuidado. Mejorando el estado de salud.

El Índice de Preparación para el Autocuidado 2.0 (SCRI 2.0, por sus siglas en inglés) es una herramienta de investigación y formulación de políticas que explora los facilitadores críticos del autocuidado para apoyar el diseño de un mejor estándar en los sistemas de salud.

Encabezado por la Global Self-Care Federation (GSCF), el SCRI cuenta con el apoyo de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y forma parte del plan de trabajo actual entre ambos organismos. La investigación incluye una combinación de metodología cualitativa y cuantitativa en profundidad, respaldada por expertos y un consejo asesor. Su objetivo es proporcionar datos a los encargados de la formulación de políticas, los responsables de la toma de decisiones y los profesionales de la salud, y así convertirse en una plataforma de aprendizaje innovadora que inspire nuevas perspectivas para el autocuidado.

La segunda edición del Índice incluye diez países adicionales en complemento al conjunto original de países examinados en la edición de 2021 y cubre al menos uno de cada una de las seis regiones de la Organización Mundial de la Salud: África, América, el Sudeste Asiático, Europa, el Este Mediterráneo y Pacífico Occidental. Dado que el autocuidado sigue siendo un tema emergente en las conversaciones de salud nacionales y globales, el nuevo Índice contribuye a cerrar la brecha actual entre el conocimiento y práctica, y refuerza la necesidad general de adoptar el autocuidado a nivel mundial para facilitar la consecución de la Cobertura Universal de Salud y una mejor salud de la población mundial.

El SCRI 2.0 es parte del grupo de investigaciones encargado por la GSCF para brindar a los gobernantes y formuladores de políticas datos tangibles sobre los beneficios del autocuidado. Cada elemento de la investigación se centra en diferentes dimensiones del autocuidado, que van desde los beneficios económicos hasta la evaluación del nivel de integración del autocuidado en los diferentes países. Por ejemplo, el estudio [Global del Valor Social y Económico del Autocuidado \(2022\)](#) demostró que el valor del autocuidado puede expresarse como ahorros monetarios, tiempo de los profesionales de salud y tiempo de las personas, así como ganancias en bienestar, productividad y calidad de vida. El SCRI 2.0, por su parte, se enfoca en evaluar los niveles de madurez del autocuidado en los diferentes sistemas de salud.

Los hallazgos de la investigación en SCRI 2.0 confirman la falta actual de una visión holística tanto del autocuidado como de sus beneficios sistemáticos. Si bien las percepciones del autocuidado varían a nivel mundial, el concepto está presente en muchas políticas nacionales de salud, principalmente a través de programas de prevención y promoción de la salud. A pesar de que la educación en salud sigue siendo relegada en gran medida a nivel mundial, el SCRI 2.0 descubrió que el empoderamiento individual reduce la necesidad de intervenciones de atención médica y promueve una mejor salud en todas las poblaciones.

El SCRI se basa en cuatro facilitadores clave del autocuidado -los elementos generales necesarios para aprovechar todo el potencial del autocuidado como parte de un sistema de salud en particular:

1. APOYO Y ADOPCIÓN POR LAS PARTES INTERESADAS

El apoyo y la confianza entre todas las partes interesadas (proveedores de atención de salud, pacientes, consumidores, reguladores y legisladores) son esenciales para maximizar la adopción de los comportamientos y la confianza en los productos de autocuidado.

2. EMPODERAMIENTO DEL PACIENTE

El autocuidado genera el mayor valor cuando los pacientes tienen un alto grado de educación en salud, entienden el valor de la prevención y están capacitados para tomar sus propias decisiones de salud. Esto es posible a través de la accesibilidad y gestión de sus datos personales de salud, acceso a autodiagnósticos para varias condiciones, herramientas digitales que respaldan el autocuidado e información de salud basada en evidencia mediante plataformas confiables y verificadas.

3. POLÍTICAS DE AUTOCUIDADO DE LA SALUD

La medida en la que los formuladores de políticas reconocen y apoyan el valor económico del autocuidado, promueven el autocuidado como una solución de salud asequible y brindan incentivos financieros relevantes, es lo que contribuye a la adopción de productos y prácticas de autocuidado por parte de pacientes, proveedores de atención médica y sistemas de salud.

4. ENTORNO REGULATORIO

Las regulaciones y los procesos que rigen la aprobación de nuevos productos para la salud, incluidas las pautas de reclasificación de medicamentos de prescripción a medicamentos de venta libre, los incentivos para recompensar la innovación, el acceso a productos para el autocuidado, la publicidad directa al consumidor y los precios, son todos factores que determinan la habilidad de la industria del autocuidado para generar innovación y adopción de soluciones de autocuidado.

Los hallazgos del SCRI 2.0 muestran que el autocuidado proporciona beneficios tangibles a los sistemas de salud, independientemente del perfil socioeconómico de un país. De hecho, los países con recursos limitados son los que tienen el mayor potencial de beneficio de las políticas de autocuidado. También es más probable que utilicen equipos de atención multidisciplinarios y capaciten a profesionales como farmacéuticos y trabajadores de la salud comunitarios para brindar atención y apoyar la educación a los pacientes sobre comportamientos de autocuidado.

La integración del autocuidado en el continuo de la atención de salud permite una mejor asignación de recursos, alivia la presión impuesta a los sistemas de salud y, en última instancia, mejora la calidad de la

atención brindada. Además, los gobiernos que toman un papel activo en proporcionar información sobre salud al público pueden impulsar la educación en salud y respaldar la adopción de prácticas de autocuidado.

Destacar los beneficios universales del autocuidado inspira la adopción colectiva. Proporcionar a las partes interesadas a nivel mundial una comprensión universal del autocuidado facilitará la creación de planes de salud nacionales y mundiales que incluyen al autocuidado. Es necesario un mayor compromiso político de los actores de la salud y los gobiernos, así como políticas cohesivas en torno al autocuidado, para acelerar la integración del autocuidado en los sistemas de salud y posicionar la educación en salud como una prioridad de salud pública a nivel mundial.





Hacemos un llamado para...

La adopción de una resolución sobre autocuidado en la Asamblea Mundial de la Salud para el 2025.

Una alianza más amplia de promotores del autocuidado para fundamentar que las inversiones en autocuidado tienen como resultado poblaciones más saludables y costos más bajos.

La ampliación en cantidad y calidad de la información de autocuidado disponible para los consumidores.

Que los gobiernos adopten estrategias independientes de autocuidado para brindar mejor coherencia al conjunto actual de políticas, planes y programas de salud que incluyen el concepto de autocuidado.