

Cruz Roja señala que la soledad es el principal problema de adherencia terapéutica

- La falta de adherencia terapéutica es un problema de salud pública de máxima importancia que incide en incremento de morbimortalidad y gasto sanitario, entre otros factores
- El proyecto de Cruz Roja ‘No me olvides’ trabaja para mejorar la adherencia en más de 12.000 personas

6 de noviembre 2023. La adherencia terapéutica es el grado en que una persona sigue un tratamiento específico, como tomar un medicamento, o seguir un régimen alimentario y ejecutar cambios en su vida hacia otros hábitos más saludables, todos ellos, con las recomendaciones o prescripciones de un profesional sanitario. **La falta de adherencia terapéutica en la actualidad es un problema de salud pública de máxima importancia**, ya que provoca un peor control de una enfermedad, la reducción de la calidad de vida por falta de control de síntomas o más complicaciones y riesgos, un incremento del riesgo de morbimortalidad que **contribuye en 194.500 muertes prematuras** anuales en la Unión Europea y se estima que unas 18.000 en España, y un **incremento del gasto sanitario por el mal uso de fármacos** (del 8% del gasto sanitario que supone en el mundo, el 57% se corresponde con este problema) y el **aumento de hospitalizaciones** (11.250 millones de euros al año en España y un total del 10% de las hospitalizaciones).

Estudios científicos apuntan a que este problema, en el que hasta un 50% de las personas con enfermedades crónicas no siguen correctamente su tratamiento, podría mejorarse con acciones basadas en el **voluntariado**, es decir, con el apoyo a pacientes en este proceso para concienciar sobre la importancia del tratamiento, explicar aquello que no entendiera, o simplemente hacer seguimiento y mostrar su apoyo durante la enfermedad, y es que **los determinantes sociales de la salud son los factores que más inciden en la falta de adherencia, y entre ellos, la soledad no deseada** es el factor que más se repite en el proyecto piloto de Cruz Roja desarrollado sobre adherencia, para quien esta problemática se ha convertido en un tema de salud prioritario.

El **proyecto ‘No me olvides’** ha analizado **14 factores de mala adherencia** entre los que se analiza la **situación de pacientes, sus aspectos socio-económicos, su tratamiento, su vinculación con el sistema sanitario, la enfermedad...** de manera pionera y piloto con pacientes en Barcelona, Castellón,

Alicante, Navarra, Las Palmas y Madrid. Tras el test inicial, ha realizado cursos con más de 1.000 personas participantes, y **ya cuenta con más de 12.000 personas usuarias de todo el territorio nacional con las que trabajan 330 personas voluntarias en su adherencia terapéutica**, especialmente, en casos de consumo cronicado y tendencia al aislamiento en casa; con ello contribuye a frenar el impacto social, económico y sanitario que conlleva este problema.

El objetivo de este proyecto es **mejorar la gestión de la enfermedad**, con un enfoque biopsicosocial mediante acciones de promoción de la salud, la prevención, la atención y el desarrollo de competencias; para ello, se hace un **seguimiento de la pauta terapéutica** y se ayuda a las personas a aprender sobre la forma correcta de seguir su tratamiento, se facilita el seguimiento con **acompañamiento** desde la consulta hasta en el día a día, y con ello, se genera un cambio positivo en la **actitud de seguimiento** de la persona que repercute positiva en su salud.

La situación de vulnerabilidad en la que pueden encontrarse personas y familias afecta directamente a la adherencia terapéutica: en algunos casos, si el problema es la falta de recursos para acceder al tratamiento o mantenerlo fresco -por ejemplo-, Cruz Roja facilita la entrega de bienes o recursos económicos para tal fin; en otros, la falta de motivación puede venir por desconocimiento, creencias negativas de la persona, su perfil psicológico, su situación familiar o el estigma social, y por tanto, la asistencia también incluye el apoyo emocional y psicológico, además de la capacitación personal para que aprenda todo lo necesario para comprender la enfermedad y el tratamiento, y sea capaz de autogestionarse.

El voluntariado de Cruz Roja, además, realiza contactos periódicos de seguimiento para mantener la motivación y comprobar el progreso de las personas atendidas, pero puntualmente realiza **llamadas de recordatorio para la toma de la medicación**, recordar indicaciones sobre su estilo de vida o las próximas citas médicas, e incluso, si es necesario, se le prepara y/o acompaña a las mismas, aunque en ningún momento Cruz Roja interviene en la prescripción médica.

Como complemento a toda esta actividad existen visitas domiciliarias en los que se revisa cómo organizar la medicación, la dieta e incluso la lista de la compra, qué actividad física se puede realizar, e incluso se les invita a participar en actividades propias de Cruz Roja como los paseos saludables para que tengan y mantengan una vida activa; en el caso de personas a las que les falten recursos para la conciliación, también se ofrecen servicios de ludoteca o proyectos de apoyo escolar para que también se puedan acudir a actividades deportivas cuando se tienen menores a cargo, o realizar otras actividades que mejoren su salud.

Sobre Cruz Roja

Cruz Roja representa el mayor movimiento humanitario del mundo cuya misión es prevenir y aliviar el sufrimiento humano, proteger la vida y la salud y hacer respetar a las personas.

En España, Cruz Roja lleva 159 años colaborando con entidades públicas y privadas para lograr su objetivo. Cuenta con más de 263.000 personas voluntarias dando respuesta en más de 6.500 municipios, que permiten atender anualmente a más de 12,2 millones de personas en el ámbito nacional y tener más de 13,4 millones de personas como beneficiarias en el ámbito internacional. Todo ello con el apoyo de cerca de 1,4 millones de personas socias, empresas y aliados en todos los sectores de la sociedad.

Cruz Roja Española continúa con su lucha contra todas las formas de vulnerabilidad adaptándose y anticipándose a los escenarios de futuro, abierta a la población general, incidiendo en la contribución firme y consistente a los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la Agenda 2030.

Cruz Roja Española pertenece al Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja presente en 191 países. Actuando siempre bajo sus siete Principios Fundamentales: Humanidad, Imparcialidad, Neutralidad, Independencia, Carácter Voluntario, Unidad y Universalidad.