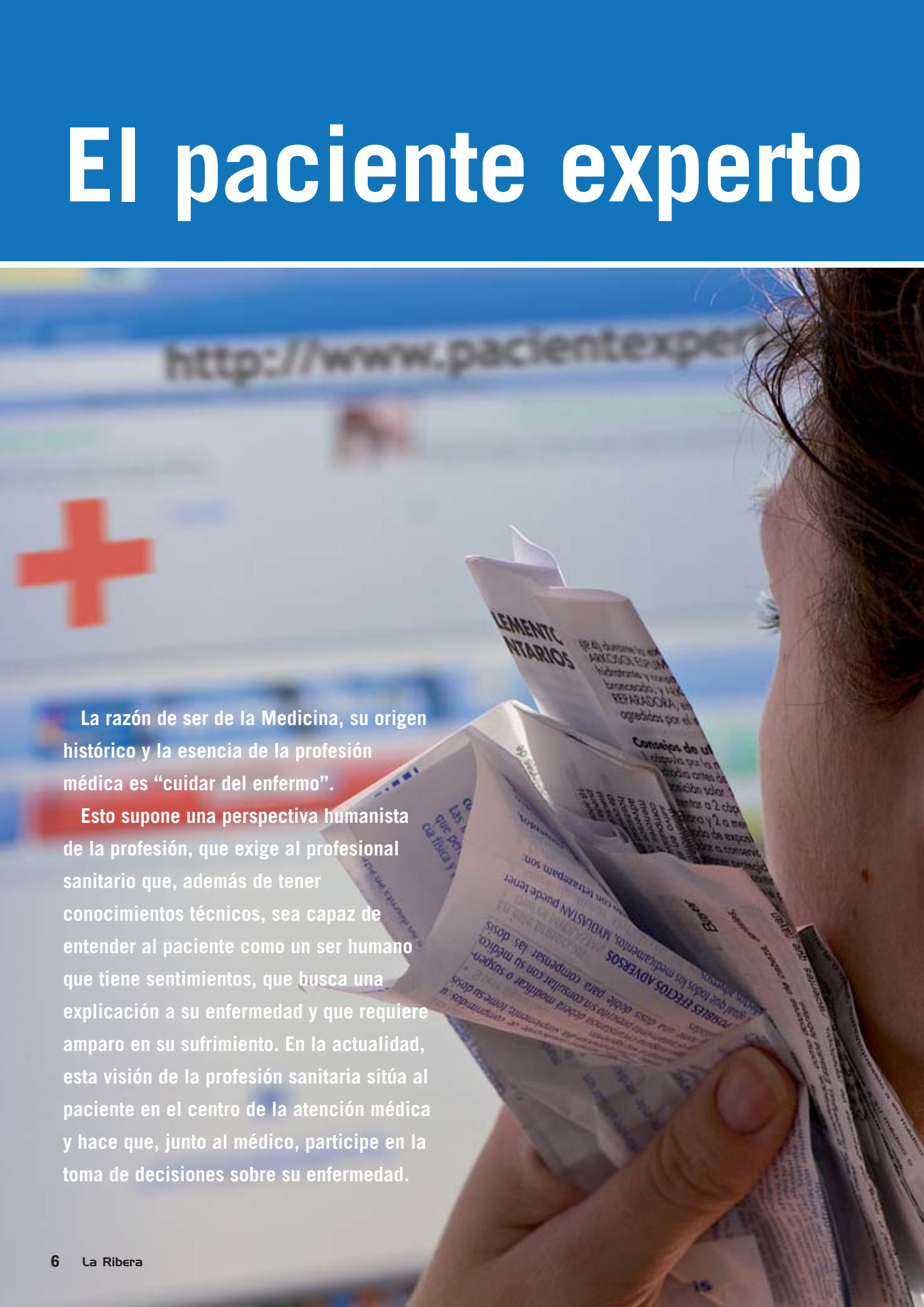


El paciente experto



La razón de ser de la Medicina, su origen histórico y la esencia de la profesión médica es “cuidar del enfermo”.

Esto supone una perspectiva humanista de la profesión, que exige al profesional sanitario que, además de tener conocimientos técnicos, sea capaz de entender al paciente como un ser humano que tiene sentimientos, que busca una explicación a su enfermedad y que requiere amparo en su sufrimiento. En la actualidad, esta visión de la profesión sanitaria sitúa al paciente en el centro de la atención médica y hace que, junto al médico, participe en la toma de decisiones sobre su enfermedad.



VICENTE PALOP LARREA.

Subdirector Médico Asistencial, Departamento 11 de Salud.

MARTA CERVERA. Residente MFyC.

MARIA ROSELL. Residente MFyC.

La necesidad de incorporar al paciente al acto médico como sujeto activo es algo de lo que, en los últimos tiempos, se está hablando insistentemente entre los profesionales de la salud, en los foros y en las asociaciones de pacientes; la Declaración de Barcelona es un buen ejemplo de ello (<http://www.fbjoseplaporte.org/dbcn>). Desde esta perspectiva, parece lógico fomentar la colaboración entre médicos y pacientes en aquellos aspectos relacionados con los problemas de salud que más preocupan a ambos y en los que una colaboración real y activa puede mejorar la asistencia y la resolución de los problemas de salud.

Esto supone, por parte del ciudadano, un incremento de la conciencia y de la responsabilidad social, que se traduce en un deseo de mayor y mejor información y participación en los problemas que le atañen directamente. En el ámbito de la salud, se traduce en mayores exigencias respecto a lo que desean y buscan los ciudadanos cuando enferman y en un mayor deseo de participar en las decisiones que se tomen en las consultas. Por parte del profesional sanitario, obliga a dar una información y formación adecuada al ciudadano sobre los problemas de salud en general y sobre las enfermedades que afectan al paciente en particular, y a aceptar una relación de "atención centrada en el paciente", es decir, implicar a los pacientes en la toma de decisiones y compartir información con ellos. Las dos partes deben estar preparadas para compartir información y tomar decisiones conjuntamente en función de la mejor evidencia científica disponible, pero incorporando también los deseos y las experiencias del paciente. Se ha demostrado que las intervenciones de los profesionales para ayudar a decidir a los pacientes reducen la ansiedad que éstos puedan sufrir a consecuencia de sus problemas de salud, aumenta los conocimientos respecto a riesgos o enfermedades que les atañen, les aportan expectativas realistas en relación con las posibilidades de tratamiento y pueden motivarlos para su autocuidado efectivo.

El profesional sanitario se tiene que transformar en un educador que da la máxima y más veraz información y formación a la población, con el objetivo de que ésta sea cada vez más autónoma y responsable en la toma de decisiones y en el control de sus problemas de salud.



Un buen ejemplo de este tipo de actuaciones es la Universidad de los Pacientes (<http://www.universidadpacientes.org>), que tiene como misión formar pacientes, familiares, voluntarios y ciudadanos en temas relacionados con la salud y los servicios sanitarios. Educar no sólo supone dar información adecuada, sino también reflexionar con los pacientes hasta llegar a una comprensión racional de los problemas, que motiven emociones y sentimientos y estimulen cambios en el estilo de vida para vivirla mejor y más saludablemente. Es decir, el médico tiene la obligación de, como decía Aristóteles, “educar el deseo de cambio” para que el paciente pase de ser un elemento pasivo que espera que sus problemas de salud se los resuelvan los demás, a un paciente activo bien informado que toma decisiones sobre su propia vida.

Como afirma Albert J. Jovell, Presidente del Foro Español de Pacientes, el paciente activo es el que se preocupa de su salud y se hace responsable de obtener la mejor asistencia sanitaria posible y de controlar la evolución de su enfermedad. Por este motivo, es un paciente más consciente de sus problemas de salud y de la asistencia que recibe y presenta un mayor cumplimiento terapéutico. Además, un paciente activo es un paciente experto que puede ayudar a otros pacientes a ejercer sus derechos y puede contribuir a la mejora de la calidad de los servicios sanitarios. Son muchos los factores que promueven la aparición emergente de este nuevo modelo de paciente: a) el aumento del nivel educativo de la población española. Una mayor educación correlaciona positivamente con la adopción de una mayor responsabilidad sobre el cuidado de la propia salud y la de los familiares más vulnerables; b) se han producido cambios en la estructura y en los roles de la familia que suponen la aparición del hijo/a, el cónyuge y el padre/madre

del paciente como agentes de salud; c) los ciudadanos perciben la salud como un bien individual y subjetivo; d) los pacientes adoptan un rol de consumidor y cliente de los servicios sanitarios; e) hay un aumento de las expectativas en torno a las posibilidades curativas de la ciencia y de las nuevas tecnologías sanitarias; f) el aumento de la prevalencia de la enfermedad crónica promueve la adopción de estrategias de autocuidado y autocontrol de la evolución de la propia enfermedad; g) las asociaciones de pacientes se convierten en intermediarios en la relación entre ciudadanos y administración sanitaria, y entre pacientes y profesionales, y h) la sociedad civil organizada puede contribuir a una mayor democratización de la sanidad.

Rodrigo Córdoba y Manuel Nebot, en una de las revistas médicas más prestigiosas de nuestro país (*Medicina Clínica* 2005;125:154-7), comentan que, en el ámbito asistencial, la educación (como elemento que da información, ayuda a reflexionar, facilita la comprensión racional, produce emociones y propicia cambios) y la promoción de la salud deberían abarcar todos los niveles de la prevención, desde los consejos dirigidos a fomentar los hábitos de vida saludables, hasta las recomendaciones para la mejora de la adherencia terapéutica y el fomento del autocuidado en las enfermedades crónicas, ya que estas medidas se consideran actualmente como una estrategia fundamental para mejorar la salud de la comunidad.

La población, en general, considera que los médicos son la fuente de información y consejo más fiable y creíble en los temas relacionados con la salud; por este motivo, no queremos dejar una oportunidad perdida y con este nuevo número de *Salut 10*, abrimos una serie “el paciente experto” del que incluiremos un ejemplar en cada número de la revista con el



Por parte del ciudadano,
deseo de mayor
y mejor información,
y participación en los problemas
que le atañen directamente.

Por parte del profesional sanitario,
implicar a los pacientes en la toma
de decisiones y compartir
información con ellos.
Las dos partes deben estar
preparadas para
compartir información y
tomar decisiones conjuntamente.

objetivo de dar información contrastada para que la población mejore en conocimiento sobre problemas de salud frecuentes y pueda solucionarlos con autonomía y/o razonándolos con sus profesionales de salud de referencia de Atención Primaria (médico de familia y enfermera comunitaria). Queremos que esta serie aleje al paciente de la ignorancia deliberada o voluntaria (Ej.: ya nadie puede desconocer que el tabaco es perjudicial para la salud), y del victimismo que supone el pensar que la solución de los problemas y las estrategias de mejora de la salud dependen completamente de los demás (profesionales sanitarios), dimitiendo de las obligaciones y responsabilidades individuales.

El primer número de la serie el paciente experto que se incluye en esta revista (el adolescente experto en sexualidad) hemos querido que esté dirigido hacia un grupo de población que constantemente demanda información, activando de esta forma el deseo de aprender en un tema que tiene consecuencias importantes en la vida y en la salud de las personas. La autonomía por parte del paciente en la resolución adecuada de problemas de salud supone un aprendizaje continuado que debería satisfacerlo a nivel personal y alimentar las ganas de seguir mejorando para vivir una vida más libre, sana y feliz.

Lo más importante en la formación del paciente activo en problemas de salud no es acceder a un mayor volumen de información, sino acceder a la mejor información y a la que mejor responde a sus necesidades; en este sentido intentaremos dar la información más veraz, la que más se ajuste a las necesidades de nuestra población, y la que facilite la accesibilidad a la mejor atención asistencial. Esperamos hacer este trabajo con la colaboración de las asociaciones de enfermos.