

**FACTORES QUE INCIDEN SOBRE LA AUTOMEDICACION EN LAS
PERSONAS QUE HABITAN EN LA VEREDA LOS LLANOS DEL MUNICIPIO DE
POPAYAN CON EDADES RESPECTIVAS ENTRE 18 Y 85 AÑOS.**

LURY YOHANA ARMERO

SORAIDA CRUZ



**UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA UNAD
ESCUELA DE CIENCIAS BÁSICAS E INGENIERÍA
PROGRAMA DE REGENCIA DE FARMACIA
POPAYAN
2011**

**FACTORES QUE INCIDEN SOBRE LA AUTOMEDICACION EN LAPERSONAS
QUE HABITAN EN LA VEREDA LOS LLANOS DEL MUNICIPIO DE POPAYAN
CON EDADES RESPECTIVAS ENTRE 18 Y 85 AÑOS.**

**LURY YOHANA ARMERO
Código: 25290957**

**SORAIDA CRUZ
Código: 1061693504**

Trabajo de tesis

**TUTOR
TAYRON GONZALEZ
Químico farmacéuta**

**UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA UNAD
ESCUELA DE CIENCIAS BÁSICAS E INGENIERÍA
PROGRAMA DE REGENCIA DE FARMACIA
POPAYAN
2011**

NOTA DE ACEPTACIÓN

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

Popayán, abril 2011

Los méritos de este trabajo son dedicados a unas personas muy especiales, que con su amor apoyo y dedicación han contribuido a su desarrollo: padres, esposo, hijos, demás familiares y amigos.

AGRADECIMIENTOS

Expresamos nuestros agradecimientos de manera muy especial:

- A Dios por darnos la fuerza y la fe para culminar nuestros estudios sin desfallecer ante las dificultades.
- A nuestros padres por sus principios cariño, comprensión y apoyo sin condiciones ni medida. Gracias por guiarme sobre el camino de la educación.
- A nuestros esposos por su gran dedicación apoyo incondicional
- A la universidad nacional abierta y a distancia UNAD por su acogida durante tantos años.
- Al doctor Thayron Gonzalez por su tiempo y dedicación en el desarrollo de este proyecto.
- A la comunidad de la vereda los llanos por permitirnos realizar nuestro estudio en este tan acogido lugar.

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	13
1. TÍTULO	15
2. PROBLEMA	16
2.1 DESCRIPCIÓN	16
2.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	16
3. OBJETIVOS	17
3.1 OBJETIVO GENERAL	17
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	17
4. HIPÓTESIS	19
5. JUSTIFICACIÓN	20
6. MARCO TEÓRICO	21
6.1 PRINCIPALES CAUSAS DE LA AUTOMEDICACIÓN	21
6.2 CONDUCTAS UTILIZADAS PARA AUTOMEDICARSE	23
6.3 CASOS POR ABUSO EN LA INGESTA DE MEDICAMENTOS DE VENTA LIBRE	23
6.4 RIESGOS DE LA AUTOMEDICACIÓN	23
6.5 MEDICAMENTOS DE VENTA LIBRE (OTC)	26
6.6 ¿QUÉ CONDICIONES DEBEN REUNIR ESTE TIPO DE MEDICAMENTOS PARA LOGRAR ESTA CONDICIÓN DE VENTA?	27
7. MARCO LEGAL	33
7.1 RESOLUCIÓN 114 DE 2004 (enero 20)	33
7.2 DECRETO 2200DE 2005	33
7.3 DECRETO 3050 DE 2005 (septiembre 1º)	34
8. MARCO REFERENCIAL	36
8.1 ANTECEDENTES DEL TEMA	36

8.2	RREVISIÓN BIBLIOGRÁFICA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA UNAD	38
8.3	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS UTILIZADOS.	39
9.	MARCO HISTÓRICO	40
9.1	MARCO GEOGRÁFICO	40
9.2	GEOGRAFÍA VEREDA LOS LLANOS	40
9.3	VEREDA LOS LLANOS	41
9.4	UBICACIÓN DE LA VEREDA EN EL MAPA DE POPAYAN.	42
10.	METODOLOGÍA	43
10.1	LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	43
10.2	TIPO DE ESTUDIO	43
10.3	POBLACIÓN Y MUESTRA	44
10.4	VIDEO	44
11.	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA INFORMACION.	46
12.	CONCLUSIONES	58
13.	RECOMENDACIONES	60
	BIBLIOGRAFÍA	61
	ANEXOS	63

LISTA DE GRAFICAS

	Pág.
Gráfica 1. Edad de los habitantes que más se automédican	47
Gráfica 2. Relación entre la automedicación y el nivel educativo	48
Gráfica 3. Enfermedades por el cual se automedican.	49
Gráfica 4. Persona que aconseja la automedicación	50
Gráfica 5. Motivo por el que se automedico	52
Gráfica 6. Conocimientos de la población de la vereda los llanos acerca de la automedicación	53
Gráfica 7. Lugar de compra de medicamentos	54
Gráfica 8. Problemas que más se han presentado por automedicación	55
Gráfica 9. Consecuencias de automedicarse	55
Gráfica 11. Volvería automedicarse	57

LISTA DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Cantidad de habitantes en la vereda los llanos que se automedican y sus respectivas edades	46
Tabla 2. Edad de los habitantes que más se automédican.	46
Tabla 3. Relación que existe entre automedicación y el nivel educativo de la comunidad.	47
Tabla 4. Principales enfermedades que son motivo de automedicación	49
Tabla 5. Persona que aconseja la compra de medicamentos	50
Tabla 6. Influencia de los medios de comunicación en la vereda de Los Llanos	51
Tabla 7. Influencia por medios de comunicación	51
Tabla 8. Motivos por los que no consultaron al médico antes de auto medicarse	52
Tabla 9. Conocimientos acerca de las consecuencias de la automedicación	53
Tabla 10. Fuentes de adquisición de medicamentos de las personas mayores de 18 años	54
Tabla 11. ¿Se volvería a auto medicar?	56

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Foto de la vereda los llanos de la ciudad de Popayán.	41
Figura 2. Foto de la escuela de la vereda los llanos	41
Figura 3. Ubicación de la vereda.	42
Figura 4. Metodología del proyecto.	45

ANEXOS

	Pág.
Anexo A. Foto Cancha de la vereda los llanos.	64
Anexo B. Foto Vereda Los Llanos	64
Anexo C. Encuesta en la vereda Los Llanos	65
Anexo D. Habitantes que asistieron a la charla de automedicación	66
Anexo E. Charla educativa de la automedicación	66
Anexo F. Video sobre automedicacion	67
Anexo G. Entrega de pagables informativos a la comunidad de a vereda los llanos.	67
Anexo H. Entrega de botiquín a la escuela de la vereda Los Llanos	68
Anexo I. Encuesta	69
Anexo J. Plegable informativo	70
Anexo K. Video presentado a la comunidad.	72

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo contiene los resultados obtenidos de un estudio descriptivo transversal sobre la automedicación en los habitantes de la vereda los llanos del municipio de Popayán; Con el fin de cuantificar el número de personas que se automedican, los medicamentos de uso popular y las enfermedades por las cuales se ingieren medicamentos sin prescripción médica.

La importancia de abordar esta problemática es que la automedicación es una práctica muy común en nuestra sociedad, y aunque es fundamental considerar que los medicamentos administrados adecuadamente pueden ser muy útiles y beneficiosos, también es importante el hecho que todo fármaco es potencialmente dañino; y ante una utilización irresponsable, la automedicación se puede convertir en una costumbre riesgosa para la población que lo practica, y traer consecuencias como: enmascaramiento de la enfermedad, aparición de efectos adversos, prolongación o agravamiento de la enfermedad, propensión o resistencia a los medicamentos empleados, facilitar el contagio y fomento de la drogodependencia.

La automedicación es una práctica muy antigua que constituye una problemática de carácter tanto nacional como mundial. Se ha convertido en una actividad frecuente de las personas constituyendo una acción riesgosa para la salud, lo cual conlleva a establecer prioridades de carácter social para el control de esta.

Debido al uso delicado de los psicofármacos, no se hace promoción de estos en los medios de comunicación, ni los visitantes médicos donan muestras porque lo prohíbe la ley, a pesar de esto la población tiene gran acceso a estos por muchas razones entre las cuales se puede encontrar: venta sin control de fármacos en farmacias a las que acuden las personas después de realizarse un auto diagnóstico, consejo de un vecino, excedente de prescripciones anteriores.

Dentro de los factores que fomentan la automedicación, están nuestras condiciones de país en desarrollo, con una proporción importante de la población con dificultades de acceso al sistema público de salud y además niveles de ingreso insuficiente que les hace muy difícil acceder a cuidados médicos en el sistema privado de atención.

El constante y acelerado incremento en los últimos años del consumo(muchas veces innecesario), de la oferta y demanda de psicofármacos , en una sociedad confundida y sin la información necesaria, impide la toma de conciencia de esta problemática, no obstante los especialistas los recomiendan y suministran a sus pacientes, y esto sin un control adecuado y periódico, no hace mas que crear en aquellos que los consumen, abuso, hasta llegar a una adicción permanente, con todo lo que ello implica para la salud del hombre.

Debemos tomar conocimiento que el uso irracional de los psicofármacos es un problema de todos, de quienes los toman, de los padres, de las familias, de los médicos, de los comerciantes, de la salud pública y privada y del gobierno mismo.

En general la falta de información adecuada acerca del peligro del uso inadecuado de medicamentos, es un factor que promueve la automedicación. Por otro lado la falta de confianza en el tratamiento, la indisciplina del paciente, son factores que pueden influir en el inadecuado seguimiento de la terapia medicamentosa, lo que podría resultar en una mejoría incompleta por falta de tratamiento. En el caso de los sedantes, la adicción a estos medicamentos es el motivo de muchas ocasiones de automedicación que puede llevar incluso a ir de médico en médico, buscando recetas para poder obtenerlos.

Todo medicamento debe ser manejado por un médico y es necesario que se sigan las instrucciones en cuanto a las dosis y el horario. Si se varía la dosis por parte del consumidor se incurrirá en el uso inadecuado de él. Muchas veces los sedantes son abusados para manejar el estrés y las emociones. Algunos creen, equivocadamente que los sedantes pueden utilizarse por cuenta propia cuando se está nervioso, sin ninguna consecuencia. Se olvida a menudo que son sustancias controladas y que si bien son extremadamente útiles cuando son recetadas por un médico para aliviar una dolencia, enfermedad o de manera sintomática, también son muy peligrosas si se toman por propia iniciativa, sin vigilancia profesional y sin tomar en cuenta que toda terapia tiene un principio y un fin.

Los medicamentos han revolucionado la terapéutica moderna y han salvado cantidad de vidas de niños y adultos, y seguirán siendo útiles, cuando son bien utilizadas. Sin embargo la ingestión de cualquier sustancia medicamentosa debe ser vigilada y recetada por un profesional entrenado en ese menester, y nosotros debemos procurar que así sea, pues creemos que nuestra salud se lo merece.

1. TÍTULO

FACTORES QUE INCIDEN SOBRE LA AUTOMEDICACION EN LAS PERSONAS QUE HABITAN EN LA VEREDA LOS LLANOS DEL MUNICIPIO DE POPAYAN CON EDADES RESPECTIVAS ENTRE 18 Y 85 AÑOS.

AUTORES

LURY YOHANA ARMERO
SORAIDA CRUZ

TUTOR

TAYRON GONZALEZ
Químico farmacéutico

2. PROBLEMA

2.1 DESCRIPCIÓN

La automedicación en la vereda los llanos es muy frecuente, se han presentado casos en los cuales una gran cantidad de personas han sido víctimas de esta práctica teniendo como consecuencias el desarrollo de otras enfermedades.

Gran parte de la población de la vereda los llanos de la ciudad de Popayán, ha adquirido el hábito de intentar curar sus males usando medicamentos por cuenta propia; o porque hizo bien en otra ocasión, o porque algún amigo con problema semejante lo indicó.

El problema se planteo por ser la automedicación un peligroso hábito realizado por la población, siendo de importancia el conocer a fondo la magnitud del problema ya que el sector de la vereda los llanos no escapa esta realidad.

En la vereda los llanos la población no cuenta con un centro médico cercano por lo cual asisten directamente a la droguería y la tienda más cercana a comprar los medicamentos sin fórmula médica.

Es por esta razón que se pretende realizar la investigación en esta zona y así darle posibles soluciones a este problema como es la automedicación. Sabemos que la salud es lo más importante de todo ser humano, de nuestro bienestar depende la vida y por tanto la debemos cuidar.

Teniendo en cuenta que desde nuestros primeros años de vida podemos forjar un futuro saludable, esto solo se logrará siendo partícipes de ello, mediante la educación a la comunidad por parte del personal que trabaja en pro de la salud y de todos aquellos que nos corresponde dar la información adecuada y clara sobre el uso de los medicamentos dando a conocer los beneficios, riesgos y consecuencias que conduce el mal uso o uso innecesario o exagerado de ella.

2.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuáles son los factores que inciden en la automedicación en personas entre los 18 años a 85 años en la vereda los llanos de la ciudad de Popayán?

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar los factores por los cuales se automedican los habitantes de la vereda los llanos de la ciudad de Popayán entre 18 y 85 años de edad.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer cual es la edad en que mas existe el riesgo de la automedicación en la vereda los llanos de la ciudad de Popayán entre 18 y 85 años de edad.
- Determinar la relación que existe entre automedicación y el nivel educativo de la comunidad
- Establecer las principales enfermedades que son motivo de automedicación.
- Determinar la persona que con más frecuencia aconseja la compra del medicamento en la automedicación.
- Conocer la influencia de los medios de comunicación en la vereda de los llanos.
- Conocer los motivos por los que no consultaron al médico antes de auto medicarse.
- Identificar si se han presentado problemas por la automedicación.

Determinar si las personas que se automedican conocen sobre las complicaciones posteriores al consumo.

- Indicar las fuentes de adquisición de medicamentos de las personas mayores de 18 años.
- Identificar si se han presentado problemas por la automedicación.
- Presentar por medio de pegables charlas y videos a la población de la vereda los llanos la debida concientización para la no automedicación.
 - Determinar si la concientización a través de charlas y videos sirvió para que la población de la vereda los llanos baje el índice de automedicación.

4. HIPÓTESIS

La mayoría de los habitantes de la vereda los llanos se automedican por que no saben los factores de riesgo que esta práctica puede ocasionar. Cuanto mayor es el conocimiento de los factores de riesgo asociados con el hábito de automedicación menor será la automedicación.

5. JUSTIFICACIÓN

La automedicación es un tema que ha tomado auge en las últimas décadas, tomada como una actitud errónea, cotidiana y habitual en la mayor parte en las personas adultas. Esto ha hecho que se convierta en uno de los problemas más graves que afectan a la población en general.

El uso irresponsable e inapropiado de medicamentos sin receta, o prescritos con anterioridad que por iniciativa y voluntad propia de la persona trata de buscar alivio de una determinada enfermedad o síntoma. Sin que exista la debida supervisión de un profesional de la salud, ocasionan daños y peligros a la salud que en muchos casos son irreversibles y conducen a la muerte.

Ante esta problemática se decide trabajar con la comunidad de la vereda los llanos, por ser una población vulnerable a esta práctica.

Además en zona rural son pocas las campañas de orientación por parte de la secretaria de salud o entidad correspondiente. Por ello se desea aportar un granito de arena para orientar a esta comunidad que lo necesita.

6. MARCO TEÓRICO

Automedicación

Según la Organización Mundial de la Salud; la automedicación, se define como la “selección y el uso de medicamentos por parte del usuario para el tratamiento de enfermedades o síntomas reconocibles por él mismo. En este sentido, forma parte de las actividades del auto cuidado de la salud, al igual que el cuidado de la higiene, la nutrición, el estilo de vida, y la influencia de factores socioeconómicos y ambientales”¹.

Generalidades

La automedicación implica “riesgos por los posibles problemas o eventos relacionados con los medicamentos, que van desde leves hasta graves, según el medicamento y el usuario. Pueden ser tóxicos en casos de sobredosis, produciendo emergencias accidentales o intencionales”².

6.1 PRINCIPALES CAUSAS DE LA AUTOMEDICACIÓN³

Pueden citarse muchas causas como elementos que impulsan la automedicación:

- Costo de la consulta médica.
- Costo de ciertos medicamentos.
- Situación económica del paciente.
- Influencia de personas conocidas.
- Pereza del paciente.

Es obvio que una persona que se encuentra sin trabajo o que percibe un sueldo bajo, piensa dos veces antes de decidir acudir al médico. Las consultas médicas suelen tener elevados precios y con frecuencia es necesario acudir en repetidas ocasiones a la consulta médica para poder tener un diagnóstico correcto y luego para certificar la curación del malestar. El asunto no se detiene aquí, sino que los medicamentos suelen ser costosos.

¹ OMS, Organización Mundial de la Salud., Promoción del Uso Racional de Medicamentos: componentes centrales, en: Perspectivas Políticas sobre medicamentos de la OMS., Ginebra, Septiembre de 2002

² TOBÓN MARULANDA, Flor Ángela Estudio sobre automedicación en la universidad de Antioquia Medellín Colombia. 2002

³ <http://www.crecerjuntos.com.ar/automedicacion.htm>. Mayo de 2009 25 septiembre 2010

En estos casos, aunque el médico diagnostique cierto tipo de medicamento, el paciente se automedica solicitando un medicamento parecido que tenga un menor valor económico.

En ciertos países existe la atención médica gratuita. En este caso uno de los principales causales para la automedicación se basa en la alta afluencia de estos centros médicos gratuitos, que obligan al paciente a hacer largas colas durante horas para esperar el turno para ser atendido. Ante este panorama el paciente opta por la automedicación.

Con este sencillo análisis podemos darnos cuenta de por qué las personas de escasos recursos entienden como razonable la automedicación. Sin embargo, la automedicación también es practicada en otros niveles sociales. El argumento para practicar la automedicación en los niveles sociales más elevados se basa en razones de economía presupuestaria. En estos casos, el paciente no considera razonable desembolsar cierta cantidad de dinero en una consulta médica, cuando (supuestamente) puede obtener la sanación a través de la automedicación. En estos casos, suele suceder que un amigo o familiar tiene los mismos síntomas que presenta el paciente, por lo que el paciente decide tomar los medicamentos recetados a esa persona, lo que constituye un caso de automedicación.

El 8% de los medicamentos que existen en el mercado se pueden comprar sin receta médica pero la realidad demuestra que el 30% de las ventas se realizan sin prescripción médica.

Por otra parte en la población de nivel social medio alto el porcentaje de automedicación alcanza el 40%. En tanto el 56% de las personas que se atienden en hospitales públicos y el 55% de los que no tienen cobertura social, también tomaron esa conducta.

Existe la fantasía de que los medicamentos, mágicamente, curan todo. Por ese motivo hay un uso indiscriminado de los medicamentos, predominando la automedicación en todos los sectores sociales, con mayor incidencia en el sector subalterno, como resultado de consultas con pacientes, vecinos o amigos.

Sin embargo los especialistas explican que los medicamentos no son efectivos sino se acompañan de un cambio de los hábitos cotidianos y de una indicación médica precisa.

La automedicación paso a ser parte del consumo desarrollando conductas adictivas.

6.2 CONDUCTAS UTILIZADAS PARA AUTOMEDICARSE

El conocido tiene tal síntoma, yo tengo el mismo síntoma, por tanto, puedo utilizar el mismo medicamento que utilizo el conocido para sanar.

- Este medicamento me fue recetado por un médico en una anterior ocasión para sanar este síntoma, como ahora tengo el mismo síntoma, puedo volver a tomar el mismo medicamento que me fue recetado para sanar.
- Me queda medicamento de un tratamiento anterior, por tanto lo tomaré en esta ocasión.
- Tomar este medicamento es la única vía para sanar de la que dispongo.

Este libro o esta página de internet recomiendan este medicamento para sanar mis síntomas.

6.3 CASOS POR ABUSO EN LA INGESTA DE MEDICAMENTOS DE VENTA LIBRE

En la publicación del mes de Mayo de la Revista ABC del Bebé⁴, se encuentra el siguiente artículo:

¿En Bogotá, de enero a abril de este año, se han atendido, entre urgencias y hospitalizaciones, a casi 97.000 niños menores de cinco años.

Una gota o un centímetro de más sí hacen la diferencia. Pueden marcar el límite entre la vida y la muerte y se ilustra con tres ejemplos:

1. Adriana en su afán por calmar el vómito de su hijo de 18 meses de edad, decidió administrarle un medicamento que le habían recomendado. Luego, en lugar de darle las tres gotas que correspondían a la dosis sugerida para el peso del bebé, le dio 30. El infante falleció por un cuadro neurológico maligno secundario a la ingesta de este medicamento.

2. Un pequeño de 40 días de nacido fue hospitalizado porque su mamá le administró el fármaco equivocado, al confundir el frasco de la sustancia que aliviaría el cólico de su bebé con otro parecido que contenía un callicida. Una vecina le había aconsejado darle el medicamento, que no dudó en comprar en la farmacia.

6.4 RIESGOS DE LA AUTOMEDICACIÓN

Los principales riesgos son:

- Retraso de un diagnóstico: Cuando se presenta alguna dolencia y para ella se comienza a usar medicamentos y se espera mucho el efecto, se retrasará el diagnóstico que resultará inoportuno.

⁴ NULL Value. ABC del bebe. Bogotá-D C. 2008

➤ Diagnóstico incorrecto: Un tratamiento de automedicación sin un diagnóstico previo, puede influir en que los síntomas y signos cambien, quedando la enfermedad oculta, lo que puede desorientar a un profesional experimentado, pudiendo emitir un diagnóstico equivocado o incorrecto.

Esto sucede mucho con los antibióticos, por ejemplo, al tomarlos, cuando se presenta un resfrío, sin haber ido al médico previamente. Si se visita el médico después de esta automedicación, el diagnóstico será incorrecto, porque la infección que inicialmente había (si es que existió) no será la misma. Por lo tanto, no es bueno comenzar a tomar medicamentos sin tener la seguridad de qué enfermedad se trata.

➤ Farmacoterapia incorrecta: Se puede originar ya sea por medicamento mal indicado o dosis incorrectas de un medicamento bien indicado.

➤ Conducción a abruptos inadecuados: Estos abruptos pueden también ser peligrosos por parte de algunos medicamentos.

➤ Incremento del riesgo de reacciones adversas con respecto a los medicamentos: Algunos medicamentos pueden ser incompatibles con la salud del individuo y no serlo para otro. Esto puede provocar reacciones adversas que se manifiestan con distinta intensidad, yendo simplemente de un dolor de cabeza, dolor de estómago, de un rash cutáneo a un shock anafiláctico que lo puede conducir a la muerte.

➤ Se administran en forma inadecuada (diluidos, en diferentes momentos del día a los indicados, en dosis aumentadas o disminuidas, sin respetar la frecuencia necesaria)

➤ Se discontinúa el uso de una medicina prescrita sin consultar al médico

➤ no se presta atención o no se consulta respecto de los efectos secundarios

➤ Se toma al mismo tiempo medicación prescrita por diferentes médicos

➤ se combina el alcohol con drogas antidepresivas, antihistamínicos, tranquilizantes o pastillas para dormir

➤ Se "estira" la toma de la dosis de una medicación para que dure más que el tiempo de uso establecido por el médico

➤ No se informa al profesional qué medicamentos se han estado tomando antes de visitarlo

➤ Se utilizan medicamentos vencidos

➤ Se guardan medicamentos para el auto tratamiento en algún momento futuro.

El uso inapropiado de las drogas farmacológicas puede desencadenar consecuencias negativas que van desde no concretar el efecto curativo buscado, hasta en casos extremos, la adicción o la muerte, pasando por reacciones alérgicas, vómitos, diarrea, intoxicaciones y daños orgánicos.

Entre los medicamentos de venta libre más utilizados para la automedicación se observa una larga lista como la que a continuación se menciona.

← Antiflamatorios tipo naproxeno para migrañas

← Analgésicos tipo paracetamol para cuadros inflamatorios

- ← Antibióticos tipo amoxicilina para molestias faríngeas inespecíficas o resfríos
- ← Ansiolíticos tipo diazepam para cualquier cuadro depresivo o ansioso
- ← Antidiarreicos tipo loperamida para cualquier episodio de gastroenteritis
- ← Mucolíticos para cualquier proceso de tos.

Estos riesgos son debidos a:

- Una persona presenta un proceso que cree banal, pero los síntomas indican algo que es mucho más serio, entonces obviamente lo tratamos de ocultar y evitar.
- Un paciente utiliza medicamentos que son incompatibles o que se complementan para ser tóxicos. Por lo tanto, ingerir un medicamento sin saber si en combinación con el que ya se está utilizando podría ser tóxico o potenciar sus efectos a una consecuencia que no es buena. En conclusión, no deberían mezclarse medicamentos sin conocerlos.
- Un paciente podría tener alergia a algunos medicamentos. Es difícil de saber si alguien es alérgico o sensible a un medicamento sólo hasta cuando lo toma. Hay muy pocos
- Medicamentos de los cuales se puede saber si la persona es alérgica o no, porque éstos se relacionan con ciertos alimentos.
- Generalmente, los pacientes relatan utilizar un medicamento popularizado por la publicidad o por el consejo de algún amigo, al cual le fue bien con este medicamento y por ello cree que también le hará buen efecto. Esto conduce a un consumo innecesario de ciertos medicamentos.
- La automedicación es practicada por casi todas las personas, tanto las que consultan a un médico como aquéllas que nunca lo hacen. Este es un problema que afecta a todas las clases sociales y es generado, en la mayoría de los casos, por la incapacidad económica o de tiempo para asistir al médico.

Los factores que contribuyen con los riesgos de dicha práctica, la automedicación, son los que se debería repensar a fin de modificar este problema, entre los cuales se encuentran:

- Escasez de tiempo para acudir a la consulta médica
- Pérdida de la credibilidad sanitaria basada en el deterioro de la relación médico-paciente
- Procesos patológicos banales que por su carácter de cronicidad son poco valorados por los pacientes e interpretados por éste como “auto medicables” como: resfríos, gripe, cefaleas, trastornos gastrointestinales
- Contribución de los medios de comunicación y una interpretación equivocada por parte de los pacientes de la cultura sanitaria aportada
- Propagandas escritas o en la pantalla de medicamentos que muestran alivios inmediatos de síntomas, que en muchas ocasiones complican más la patología de base.

6.5 MEDICAMENTOS DE VENTA LIBRE (OTC)

¿Qué significan las siglas OTC?

La traducción es “Over the counter”, algo así como venta en mostrador, o sin receta, equivalente a nuestro “venta libre”.

¿Cómo saber si un medicamento es de venta libre?

Busque en el envase la leyenda VENTA LIBRE.

¿Cómo saber el medicamento está autorizado para su consumo por el INVIMA?

Busque en el envase el número del certificado, que es la constancia del registro del medicamento en el INVIMA.

¿Cómo saber si un medicamento está vencido?

En el envase debe constar la fecha de vencimiento. Búsquela. No se deben consumir medicamentos vencidos.

Lo que se debe saber⁵:

Los medicamentos de venta libre son aquellos a los cuales la autoridad sanitaria que establece la condición de expendio de las especialidades medicinales (la ANMAT) les ha dado la posibilidad de ser vendidos sin receta médica, a diferencia de aquellos que requieren una prescripción escrita hecha por el médico.

Como consecuencia de la sanción del decreto 2266/91, que alcanzó a todos los bienes y servicios que se ofrecían en el país, los medicamentos de venta libre pueden ser expendidos tanto en farmacias como fuera de éstas (supermercados, quioscos o estaciones de servicio). Sin embargo, algunas provincias como Buenos Aires, Mendoza y Santa Fe no refrendaron la vigencia de la ley, por lo cual dentro del territorio de éstas sólo pueden ser expendidas en farmacias.

Se les permite hacer publicidad en medios masivos de comunicación (diarios, revistas, carteles, boletos de subterráneo, radio, cine y televisión).

No poseen cobertura por parte de las obras sociales ni en la mayoría de los sistemas de medicina prepaga.

En las sociedades modernas, las personas han comenzado a entender que proteger y mantener la salud requiere de cuidado. El auto cuidado de la salud comprende una serie de acciones, tales como hacer ejercicios físicos regularmente, abstenerse del hábito de fumar, no consumir bebidas alcohólicas en exceso, no abusar de ciertos alimentos y mantener relaciones interpersonales amistosas en el hogar y en el trabajo. Por otra parte, ocasionalmente padecemos de dolencias que no son serias y que por lo tanto no requieren del diagnóstico y tratamiento por parte del médico, en tanto que

⁵ FAMILY DOCTOR.ORG. Medicamentos OTC: conozca los riesgos que conllevan y como disminuirlos. Disponible en: <http://familydoctor.org/online/famdoces/home/otc-center/basics/852.html>

otras veces se caracterizan por la aparición de “viejos conocidos”, como un dolor de cabeza, un simple resfriado, la pediculosis o el pie de atleta.

En estos casos la automedicación es posible. Esta acción está permitida, es legal e inobjetable y, cuando está ligada estrechamente a la información necesaria sobre las indicaciones aceptadas o los posibles efectos adversos del medicamento que va a ser utilizado, se convierte en automedicación responsable. Esto significa que el consumidor conoce qué especialidad medicinal va a utilizar, para qué dolencia esta indicada, y qué tipos de recaudos debe tomar en cada caso.

Por el contrario “conseguir” por diferentes vías medicamentos de venta bajo receta sin contar con ella, se denomina auto prescripción, y esta acción sí que es reprochable desde todo punto de vista. Para esta no hay excusa o argumento que la convierta en responsable: siempre es irresponsable.

La diferencia entre automedicación y auto prescripción no es tan sólo semántica, sino estrictamente práctica y de todos los días. Cuando decimos que una persona se “automedica” debido a que, por padecer de un dolor de cabeza, consume aspirinas compradas libremente, estamos ante el ejercicio del derecho a comprar un medicamento que el Estado considera que puede estar al alcance de la persona, sin la mediación del médico, para tratar aquellas dolencias para las cuales ha sido autorizado.

Otro punto importante a tener en cuenta sobre este tema es el denominado uso “Off Label”. Esto significa que una persona está empleando un medicamento de venta libre para obtener un efecto diferente para el que fue inicialmente concebido y aceptado tanto por la comunidad médica como por la autoridad sanitaria, tal como ingerir vitamina C para prevenir resfriados.

Al respecto, nadie ha podido demostrar hasta la fecha que un consumo regular genere algún tipo de prevención de padecer enfermedades de las vías respiratorias. Estas suposiciones se basan en leyendas populares que carecen sustento científico. Por esta razón, es importante que, ante cualquier inquietud relacionada con el consumo de medicamentos de venta libre, los consumidores acudan a su médico o farmacéutico, quienes podrán brindarle las explicaciones pertinentes.

6.6 ¿QUÉ CONDICIONES DEBEN REUNIR ESTE TIPO DE MEDICAMENTOS PARA LOGRAR ESTA CONDICIÓN DE VENTA?

Básicamente, seguridad en el uso y dosis tóxicas muy alejadas de las terapéuticas; es decir, no generar efectos adversos que desequilibren la balanza de los riesgos por sobre los beneficios. El medicamento debe actuar sobre síntomas o afecciones fácilmente reconocibles por el consumidor, y que por sus características no requieran inicialmente de la consulta médica. Deben contener información orientativa para el

consumidor, describiendo adecuadamente su modo de empleo, las advertencias sobre el uso inadecuado, y debe poder ser leída y fácilmente interpretada por las personas. La autoridad competente, INVIMA, se reserva el derecho de otorgar esta condición, de acuerdo a los antecedentes que obran en su poder y a la situación educativo/cultural de la comunidad.

Datos estadísticos indican que el número de especialidades medicinales de venta libre se ha incrementado en los últimos años, debido a la presencia de productos nuevos y de otros ya existentes que han cambiado su condición de expendio.

Si bien esta situación ha facilitado el acceso del público a dichos remedios, ahorrando tiempo y evitando en ocasiones engorrosos trámites, no por ello debe entenderse que pueden ser consumidos indiscriminadamente y sin tomar ninguna precaución. Por ese motivo, y con el fin de que el público pueda evitar riesgos innecesarios para su salud, el INVIMA ha brindado algunos consejos al respecto:

- En primer lugar, es necesario tomar conciencia de que un producto de venta libre no debe emplearse para conseguir un efecto diferente de aquel para el que fuera inicialmente concebido y aceptado por la comunidad médica y la autoridad sanitaria. Esta situación se presenta, por ejemplo, con quienes consumen aspirina para prevenir resfriados, haciéndose eco de una “leyenda popular” que carece de todo basamento científico. Incluso se han registrado casos de personas que toman varios comprimidos por día sin necesitarlo y que, como consecuencia de ello, han sufrido trastornos digestivos o hematológicos perfectamente evitables.
- Con respecto a la indicación de los medicamentos de venta libre, no olvidemos que estos fármacos sirven únicamente para el tratamiento de los síntomas y no de las enfermedades en sí mismas. Por otra parte, su tiempo de uso sólo debe ser de unos pocos días, transcurridos los cuales debe suspenderse el tratamiento y, si la sintomatología persiste, hay que consultar al médico.
- La dosificación es otro aspecto que en ocasiones suele presentar problemas. Algunos pacientes exceden totalmente las dosis recomendadas pensando que, mientras más consuman, mayor beneficio va a obtener. Sin embargo, es imprescindible recalcar una vez más que esta creencia es absolutamente errónea e incluso muy riesgosa.

Asimismo, existen una serie de recaudos a tomarse cuando los destinatarios de los medicamentos son niños pequeños. En principio, no hay que caer en el error de considerar a los chicos como “pequeños adultos”, calculando la dosis que debe recibir en comparación con la de un mayor (“si yo tomo diez gotitas, al nene le doy cinco”).

Los niños tienen inmadureces funcionales que hacen que algunos medicamentos tengan un efecto distinto que en los adultos. Para estos casos, valen las recomendaciones que ya hemos mencionado con anterioridad: hay que leer el rótulo o prospecto del producto y, en caso de duda, consultar a un médico. Al medicar a un niño además, debe distinguirse siempre la diferencia entre términos como “una cucharada” y “una cucharadita”, ya que la dosis es muy distinta. También hay que

evitar que los infantes consuman medicamentos por sí solos, procurando no sólo que NO se auto administren los remedios que necesitan sino que los fármacos se encuentren lejos de su alcance. En este sentido, los padres deben cuidarse de ocultarlos en carteras y portafolios, ya que éstos son los peores lugares para hacerlo.

Claro que todos estos consejos no deben provocar alarma o un temor innecesario en el consumo de medicamentos de venta libre. Cabe recordar que, para lograr dicha condición de expendio, deben tener acreditada su seguridad en el uso y, además, sus dosis tóxicas deben ser muy superiores a las terapéuticas, no generando efectos adversos tales que desequilibren la balanza de los beneficios a favor de los riesgos. Sin embargo, seguir estas indicaciones, junto a las elementales normas de prudencia que siempre es necesario tener (como leer la fecha de vencimiento) garantizará la tranquilidad necesaria para consumirlos sin exponerse a consecuencias que luego deban lamentarse.

También resulta de fundamental importancia recordar que conviene siempre leer la información contenida en los prospectos, insertos o estuches de los fármacos.

Aunque un remedio se venda sin necesidad de presentar receta, los peligros originados de su consumo nunca pueden descartarse totalmente pues, si una droga es realmente efectiva, siempre puede tener algún efecto secundario, indeseable o adverso.

En el prospecto de un medicamento de venta libre siempre deben aparecer los siguientes datos:

- Nombre del producto.
- Fórmula.
- Instrucciones para tomarlo.
- Período durante el cual debe utilizarse.
- Precauciones, incluyendo efectos adversos y contraindicaciones.
- Cambios significativos recientes en el producto.
- De ser necesarias, precauciones de interacción (cuando se mezclan ciertos medicamentos con otros, o con ciertas comidas o bebidas, produciendo efectos no deseados o disminuyendo la eficacia del producto).

Las características sobresalientes que debe poseer un medicamento de venta libre son:

- Debe estar aprobado por el INVIMA.
- El fabricante debe estar autorizado y supervisado por el INVIMA.
- El medicamento debe actuar sobre síntomas fácilmente reconocibles por el consumidor y que, por sus características, no requieran de la consulta médica.
- Debe tener información orientativa para el consumidor y recomendar la consulta al médico en caso de duda o reiteración de los síntomas.

- El rótulo del medicamento debe describir adecuadamente el modo de empleo, las advertencias sobre el uso inadecuado y debe poder ser leído y entendido por cualquiera.
- Debe ser efectivo y seguro, debido al conocimiento que de él tengan los profesionales, autoridades y el consumidor, por la comprobada acción de sus componentes.
- Debe poseer las condiciones que exigen las autoridades para todos los productos farmacéuticos.
- Debe estar expuesto en los lugares de venta para garantizar el libre acceso del consumidor.
- Su precio debe ser accesible.

Los medicamentos de venta libre son seguros y efectivos sólo cuando son usados apropiadamente:

- Los medicamentos de venta libre están indicados para el tratamiento de síntomas y de enfermedades de fácil autodiagnóstico.
- Deben ser empleados por un tiempo restringido (pocos días). En caso de persistir los síntomas, deben suspenderse y consultar con el médico.
- Al igual que cualquier otra especialidad medicinal, pueden producir efectos no deseados (adversos) para el organismo, si bien es cierto que la mayoría de ellos suelen ser mínimos, tolerables y de resolución espontánea.

Los medicamentos de venta libre pueden interferir con medicamentos que se esté empleando para el tratamiento de otras afecciones que pudiera padecer. En consecuencia:

- Advertir su empleo a su médico, o consultar antes de tomarlo si se encuentra medicado por alguna condición de esta naturaleza.
- Leer los rótulos o prospectos insertos dentro del empaque. Si no entiende claramente la información, consulte a su médico o farmacéutico.
- Se debe ser muy cuidadoso con el empleo de medicamentos de venta libre en los niños.
- Su empleo no se recomienda sin previa consulta con su pediatra.

Embarazo y lactancia

- Durante el embarazo, no deben emplearse medicamentos de venta libre, sin consultar con su médico.
- Las mujeres que amamantan deben ser muy cuidadosas, ya que hay medicamentos que pasan de la madre al lactante a través de la leche materna y esto puede afectar a los bebés. Por lo tanto, no deben auto- medicarse, sin contar con asesoramiento y control médico.

Personas mayores

- En las personas mayores es común el uso inadecuado de medicamentos. Por lo general, toman varios a la vez, con frecuencia prescritos por dos o más médicos, lo cual hace más complicado recordar si se ha ingerido una droga en particular. A

esto se suma la dificultad de distinguir los colores de los remedios, de leer las etiquetas, de escuchar o comprender las indicaciones, y a veces también el aspecto económico.

- Combinados, estos elementos favorecen errores como reducir o aumentar la cantidad, omitir o saltar las dosis, modificar el horario, compartir medicamentos con amigos, vecinos, dejar de tomar los remedios por falta de dinero para comprarlos o por sentirse mejor.
- Es conveniente que los mayores visiten al médico acompañado, y que alguien supervise la administración de los medicamentos.

El consumo de tranquilizantes

- Los psicofármacos, son drogas que actúan sobre el sistema nervioso, capaces de generar adicción si se abusa de ellos.
- Para adquirirlos se necesita presentar receta por duplicado, cuya copia se archiva, pero esta norma no siempre se respeta.
- Si el médico indica ansiolíticos, antidepresivos u otros psicofármacos, se debe poner especial cuidado en usarlos exactamente en la forma en que él los prescribe. Consultar sobre los efectos de la medicación, sus contraindicaciones y los efectos secundarios. Es fundamental que el profesional controle el ritmo y las dosis de las tomas y que enfatice la interacción negativa del alcohol y los psicofármacos, ya que esta es una causa de cuadros de confusión, accidentes con maquinarias o automóviles debidos a "olvidos" y pérdida de reflejos.

Papeles y Responsabilidades en la Automedicación

- En la automedicación la persona es responsable principalmente del uso de productos de automedicación. Se debe tener especial cuidado cuando los grupos vulnerables, como niños, ancianos o mujeres embarazadas se auto medican.
- Si una persona opta por la automedicación debe ser capaz de: reconocer los síntomas que tratan; determinar que está en condiciones apropiadas para la automedicación; elegir un producto de automedicación adecuado; seguir las instrucciones para el uso del producto descritas en su etiqueta.
- A fin de limitar los riesgos potenciales que implica la automedicación, es importante que todos los profesionales de la salud que atienden pacientes deban proporcionar:
- Educación sobre los medicamentos sin prescripción y su uso apropiado e instrucciones para obtener consejos de un médico si no están seguros. Esto es muy importante en los casos en que la automedicación no es apropiada debido a ciertas condiciones que pueda presentar el paciente;
- Incentivos para leer cuidadosamente la etiqueta del producto y las instrucciones (si están disponibles) para obtener consejos si es necesario y reconocer las circunstancias cuando la automedicación no es, o ya no es, apropiada.

- Todas las partes interesadas deben estar conscientes de los beneficios y riesgos de todo producto de automedicación y deben comunicarlos de manera justa y racional, sin destacar demasiado los unos ni los otros.
- Los fabricantes, en particular, están obligados a seguir los distintos códigos o regulaciones que ya existen a fin de asegurar que la información entregada a los consumidores es apropiada en estilo y contenido. Esto se refiere en especial al etiquetado, a la publicidad y a todas las advertencias de los medicamentos sin prescripción.
- El farmacéutico tiene la responsabilidad profesional de recomendar, cuando sea apropiado, la obtención de una opinión médica.
- Papel de los Gobiernos en la Automedicación Los Gobiernos deben reconocer y reforzar la distinción que existe entre los medicamentos con prescripción y los sin prescripción, y asegurarse que las personas que utilizan la automedicación estén bien informadas y protegidas de los posibles peligros o efectos negativos a largo plazo.
- La Promoción Pública y Comercialización de los Productos de Automedicación
- La publicidad y la comercialización de los medicamentos sin prescripción deben ser responsables, entregar información clara y precisa y mostrar un equilibrio justo entre los beneficios y riesgos. La promoción y la comercialización no deben estimular la automedicación irresponsable, compra de medicamentos que no son apropiados, o compras de cantidades de medicamentos más importantes de las necesarias.
- Se debe instar a la gente a considerar los medicamentos (con o sin prescripción) como productos especiales y a seguir las precauciones normales para guardarlos y utilizarlos cuidadosamente, conforme a las instrucciones profesionales.

7. MARCO LEGAL

7.1 RESOLUCIÓN 114 DE 2004 (enero 20)

Por la cual se reglamenta la información promocional o publicitaria de los medicamentos de venta sin prescripción facultativa o venta libre.

Artículo 5°. Requisitos. La información promocional o publicitaria de medicamentos de venta sin prescripción facultativa o venta libre, deberá cumplir los siguientes requisitos:

1. Orientar la utilización correcta y racional del medicamento.
2. Ser objetiva, veraz y sin exagerar sus propiedades.
3. Señalar las indicaciones o usos del medicamento, las cuales deben ser escritas en idioma español, utilizando un lenguaje claro que no genere confusión a los consumidores.
4. Ser veraz, clara y precisa en lo referente a las indicaciones autorizadas del medicamento.
5. Respetar la libre competencia.
6. Prescindir de términos técnicos que puedan generar confusión a los consumidores.
7. Garantizar que la publicidad de las bondades del medicamento no se contraponga a la promoción de hábitos saludables.
8. Garantizar que la información no induzca a error por afirmación o por omisión a prescriptores, dispensadores, ni a usuarios.
9. Ajustarse al contenido de lo dispuesto en el registro sanitario del medicamento.
10. Utilizar leyendas visibles, legibles en contraste y fijas cuando se trate de medios audiovisuales e impresos.
11. Difundir los mensajes en forma clara y pausada cuando se trate de medios radiales.
12. No emplear mecanismos que atraigan la atención de los menores de edad induciéndolos al consumo⁶.

7.2 DECRETO 2200 DE 2005

CAPÍTULO IV: DE LA PRESCRIPCIÓN DE LOS MEDICAMENTOS

ARTÍCULO 16. CARACTERÍSTICAS DE LA PRESCRIPCIÓN. Toda prescripción de medicamentos deberá hacerse por escrito, previa evaluación del paciente y registro de sus condiciones y diagnóstico en la historia clínica, utilizando para ello

⁶ MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL., Resolución 114 de 2004., Por el cual se reglamenta la información promocional o publicitaria de los medicamentos sin prescripción facultativa o venta libre., Bogotá., enero de 2004

la Denominación Común Internacional (nombre genérico) y cumpliendo los siguientes requisitos:

1. Solo podrá hacerse por personal de salud debidamente autorizado de acuerdo con su competencia.
2. La prescripción debe ser en letra clara y legible, con las indicaciones necesarias para su administración.
3. Se hará en idioma español, en forma escrita ya sea por copia mecanográfica, medio electromagnético y/o computarizado.
4. No podrá contener enmendaduras o tachaduras, siglas, claves, signos secretos, abreviaturas o símbolos químicos, con la excepción de las abreviaturas aprobadas por el Comité de Farmacia y Terapéutica de la Institución.
5. La prescripción debe permitir la confrontación entre el medicamento prescrito y el medicamento dispensado (en el caso ambulatorio) y administrado (en el caso hospitalario) por parte del profesional a cargo del servicio farmacéutico y del

Departamento de Enfermería o la dependencia que haga sus veces.

6. La prescripción debe permitir la correlación de los medicamentos prescritos con el diagnóstico.
7. La dosis de cada medicamento debe expresarse en el sistema métrico decimal y en casos especiales en unidades internacionales cuando se requiera.
8. Cuando se trate de preparaciones magistrales, además de los requisitos de prescripción, se debe especificar claramente cada uno de los componentes con su respectiva cantidad⁷.

7.3 DECRETO 3050 DE 2005 (septiembre 1º)

Por el cual se reglamenta el expendio de medicamentos. EL PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA, en ejercicio de las facultades constitucionales y legales, en especial las conferidas en el numeral 11 del artículo 189 de la Constitución Política, la Ley 9ª de 1979 y el artículo 245 de la Ley 100 de 1993, DECRETA:

Artículo 1º. Del expendio de los medicamentos. Los medicamentos que requieran para su venta de la fórmula facultativa, solo se podrán expender en droguerías y farmacias-droguerías.

Los medicamentos de venta libre o de venta sin fórmula facultativa, se podrán expender, además de los establecimientos antes citados, en almacenes de cadena o de grandes superficies por departamentos y en otros establecimientos

⁷ MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL., Decreto número 2200 de 2005., Por el cual se reglamenta el servicio farmacéutico y se dictan otras disposiciones., Bogotá., Junio de 2005

comerciales que cumplan con las Buenas Prácticas de Abastecimiento expedidas por el Ministerio de la Protección Social.

Mientras se expiden las Buenas Prácticas de Abastecimiento, estos establecimientos deberán cumplir con las condiciones de almacenamiento indicadas por el fabricante de estos productos y con las condiciones higiénicas y locativas que garanticen que los productos objeto de este decreto conserven su calidad. En todo caso, deberán estar ubicados en estanterías independientes y separadas de otros productos⁸.

⁸ MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL., Decreto número 3050 de 2005., Por el cual se reglamenta el expendio de medicamentos ., Bogotá., septiembre de 2005

8. MARCO REFERENCIAL

8.1 ANTECEDENTES DEL TEMA

La automedicación se ha constituido en las últimas décadas, en una actitud muy errónea, cotidiana y habitual en la mayor parte de las personas adultas (promedio de 60%). Lo que ha hecho que se convierta en uno de los problemas mas graves que afectan a la población mundial ya que más de 7 millones de personas murieron en el año 2007⁹.

El uso irresponsable e inapropiado de medicamentos sin receta o prescritos con anterioridad, que por iniciativa y voluntad propia de la persona, trata de buscar alivio de una determinada enfermedad o síntoma sin que exista la debida supervisión de un profesional de salud, ocasionando daños y peligros a la vida, que en muchos casos son irreversibles y conducen a la muerte.

El autocuidado, es decir, el propio tratamiento de los signos y síntomas de enfermedad que las personas padecen, a lo largo de la historia de la humanidad ha sido la forma mas utilizada para el mantenimiento de la salud. La automedicación, en la actualidad sigue siendo una práctica ampliamente extendida en la sociedad, fuertemente estimulada e inducida en gran medida por el aparato publicitario en los medios y en las vías públicas. El uso abusivo de los medicamentos es un importante problema, que las personas aun no toman en serio, siendo frecuente causa de efectos adversos; en algunos países, entre el 30% y el 50% de los casos de falla hepática aguda se asocian con el uso de un fármaco de venta libre. En Estados Unidos el uso inapropiado de fármacos constituye la tercera causa de muerte, después de las enfermedades cardiovasculares y el cáncer.

El 44% de los colombianos compra medicamentos con receta médica, mientras que la mayoría, el 56% se auto médica y adquiere medicinas sin prescripción aunque generalmente lo hacen con productos de venta libre.

De acuerdo con los resultados, la gripa es una de las causas mas frecuente de la automedicación, con el 56%, seguido del dolor de garganta con el 31% y la tos con el 30%. Los dolores de cabeza y la migraña, con el 30% y el 25% respectivamente, al igual que el dolor de estomago, con el 28%, también son causas que lleva a los colombianos a la droguería a adquirir un producto sin formula médica.

⁹ Dr. NEFI ELVIR, Mario. Medicina Preventiva y Salud Pública , Gestión Sanitaria Publicado: 12/12/2008, Farmacología , Medicina Familiar y Atención Primaria

Aun no hay estudios que indiquen el nivel de automedicación en la zona de Urabá, por lo que se deduce que el problema puede ser aun mayor, ya que no se han realizado las debidas capacitaciones a la población para que esta comprenda su importancia.

Según encuestas publicadas por el diario el Tiempo, en Colombia, el 23 por ciento de las personas que compran medicamentos sin receta confían en el consejo que les da el droguista o farmaceuta, el 89 por ciento considera que su consejo es útil, el 54 por ciento asegura que le han recomendado cómo utilizar los medicamentos y considera a los droguistas como una fuente confiable de información¹⁰. Del total general 34 por ciento prefiere consultar con el médico para resolver problemas de salud, el 31 por ciento se auto medica y el 8 por ciento toma medicamentos que se venden sin receta.

Se concluye que el consumidor ha tomado conciencia de la importancia del médico y el cuidado que se debe tener con los medicamentos.

A lo anterior se suma que entre las fuentes de información sobre el uso o consulta en caso de duda de los medicamentos de venta sin receta, los médicos son consultados en un 68 por ciento; los farmaceutas, en un 23 por ciento; mientras que el 11 por ciento sigue las instrucciones impresas en la etiqueta

Por otra parte, antes de utilizar un producto de venta sin receta, los consumidores se interesan en conocer sus contraindicaciones (62 por ciento), sus indicaciones y literatura (38 por ciento), la posología (37 por ciento), sus efectos secundarios (14 por ciento), composición (3 por ciento) y otras indicaciones de uso (5 por ciento).

Estos datos publicados por la prensa nacional, son indicadores de que la calidad de la dispensación de medicamentos, ha mejorado en los establecimientos públicos de droguerías y en la información suministrada a sus usuarios. No así en las EPS privadas y públicas, donde la calidad del servicio es pésima, por la falta de capacitación de las personas que efectúan la dispensación, mostrando la deficiente preparación de los regentes y químicos que están a cargo de estas dependencias.

Se ha tratado de satanizar a los droguistas de todo el país como responsables de una situación que tiene sus raíces en las deficiencias del estado y de las entidades de salud, responsabilidad que también deben compartir las universidades que preparan los profesionales involucrados en todo el ciclo de automedicación.

¹⁰ EL TIEMPO. Debo confiar en el farmaceuta?. 27 de marzo de 2010.

8.2 RREVISIÓN BIBLIOGRÁFICA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA UNAD

Según Martha Piedad Erazo G. y Robín Eduar Moreno B¹¹, se encontró en esta investigación que los medicamentos que se utilizan con mayor frecuencia según los signos y síntomas presentados por los habitantes de dicha comunidad son los antibióticos, los cuales utilizan sin prescripción médica. Con respecto a determinar cuáles son las afecciones de salud más frecuentes por las que se recurre a la automedicación, observamos que existe una marcada incidencia a tratar son los resfriados, la gripe y diarreas.

Al analizar sobre quien o que influía en su decisión de utilizar medicamentos. La mayor frecuencia revela que las personas deciden por las recomendaciones que les dan los familiares seguido de la recomendación del farmacéuta o persona que atiende en el establecimiento farmacéutico.

En el análisis del nivel de conocimientos se puede evidenciar, asociación entre esta variable y el grado de instrucción lo cual indica que las personas con mayor grado de instrucción suelen tener más acceso a la información permitiéndoles tener una visión más amplia de los riesgos relacionados a la automedicación. La falta de vigilancia y de capacitación a muchos establecimientos farmacéuticos sobre la situación de la automedicación hace que no exijan la fórmula médica como requisito de venta de medicamentos.

En el estudio realizado por Martínez, Muñoz y Chavez¹², obtuvieron que la auto medicación se practica en un 75.9%, los porcentajes mas altos de automedicación se dan en los estratos tres y cuatro cada uno con el 51.7% y 41.4%, la auto medicación se practica en el nivel de bachillerato en un 50% seguidos por personas con estudios universitarios con el 22.7%.

Auto medicación con medicamentos genéricos el 72.40% y medicamentos de marca el 69%.

El principal agente que influye en la decisión de tomar medicamentos es un familiar con el 36.2%. El medicamento que más se utilizan según tesis de Amparo rosero Martínez, Olga lucia muñoz ledezma, Ever Fernando Chávez López en su tesis de grado. Practicas y representaciones sociales sobre la auto medicación son los antibióticos como amoxicilina con un 22.4%, azitromicina un 20.7%.

¹¹ ERAZO G Martha Piedad y MORENO B. Robín Eduar. Factores asociados a la incidencia de la automedicación. Tesis de grado . Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD. Junio de 2010

¹² ROSERO MARTÍNEZ, Amparo; MUÑOZ LEDEZMA, Olga Lucía; CHAVEZ LÓPEZ, Ever Fernando. "Prácticas y representaciones sociales sobre la automedicación", un estudio de caso en cuatro barrios de la comuna tres de la ciudad de Popayán. Tesis de grado. Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Julio de 2010

8.3 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS UTILIZADOS.

Encuesta

Es un instrumento de la investigación de mercados que consiste en obtener información de las personas encuestadas mediante el uso de cuestionarios diseñados en forma previa para la obtención de información específica. (ANEXO 10)

Observación

Por medio de ella se permite la familiarización con el personal de la vereda los llanos y el registro de actitudes y reacciones de las personas investigadas.

Charla informativa

Concientización e información a la comunidad de la vereda los llanos acerca de los medicamentos y sus consecuencias al tomarlo sin prescripción médica.

Plegables: folletos de concientización con información básica. (ANEXO 10)

Video acerca de la automedicación

<http://www.youtube.com/watch?v=AiKPFNHVs9g&feature=related>

Propias de trabajo

9. MARCO HISTÓRICO

9.1 MARCO GEOGRÁFICO

La vereda Los Llanos del municipio de Popayán tomo este nombre por ser un lugar acogedor para los caminantes que trabajaban a su alrededor y los habitantes de la ciudad de Popayán que deseaban tomar aire puro.

La vereda al principio pertenecía a la hacienda Las Guacas, los hacendados dieron a sus trabajadores terrenos para que laboraran esas tierras ya que ellos creían que estas tierras no eran tan fructíferas. Los campesinos de este lugar lograron ganarse estos terrenos con mucho trabajo y dedicación. De estos terrenos, tres potreros fueron otorgados a la señora Jesusita Constain y Olegario Zambrano. Abraham Cerón y la señora Marcelina Laso. Luego binó la familia integrada por León Martínez y Ana Joaquina Solarte quienes eran campesinos trabajadores de la hacienda Las Guacas[♦].

Fundando la vereda los llanos en el siglo XX, en el año 1960 y creando un sindicato agrario afiliado UTC, para lograr conseguir un terreno ante el gobierno departamental para la construcción de la escuela, teniendo una respuesta positiva los habites de la vereda ayudaron a construir la escuela con su mano de obra, logrando con esto una mayor integración de comunidad y haciendo realidad el proyecto.

9.2 GEOGRAFÍA VEREDA LOS LLANOS

La vereda los llanos está ubicada al nor oriente de la ciudad de Popayán Se encuentra a una altitud de 1.738 metros sobre el nivel del mar con una temperatura media de 19° C.

Por esta vereda pasan las quebradas La María, Lame, El Sauce, La Quebrada La Guinea Y El Rio Cauca.

La vereda Los Llanos al norte limita con la quebrada La María y Hacienda Las Guacas.

Al sur limita con el rio Cauca.

Al oriente limita con la hacienda Las Guacas.

Al occidente con terrenos de la secretaria de agricultura y la penitenciaria*.

[♦] Narración hecha por el señor Segundo Lasso habitante de la vereda Los Llanos.

* Datos adquiridos por el señor Arley Astadiza profesor vereda Los Llanos

9.3 VEREDA LOS LLANOS

Figura 1. Foto de la vereda los llanos de la ciudad de Popayán.



Fuente: Propia del estudio

Figura 2. Foto de la escuela de la vereda los llanos



Fuente: Propia del estudio

Actualmente la vereda cuenta con 584 habitantes correspondientes a menores de edad.....y adultos.

9.4 UBICACIÓN DE LA VEREDA EN EL MAPA DE POPAYAN.

Figura 3. Ubicación de la vereda.



Fuente: <http://www.popayan-cauca.gov.co/nuestromunicipio.shtml?apc=mmxx-1-&x=1364654>

10. METODOLOGÍA

Para cumplir con los objetivos de el proyecto, se tuvo como punto inicial las consultas sobre el tema en fuentes bibliográficas e informáticas los cuales proporcionan bastantes alternativas de estudios tanto técnica y científicas como la que se encuentran en trabajos realizados en otras universidades.

Se llega a la comunidad de la vereda los llanos del municipio de Popayán para hablar con el representante de la junta de acción comunal informándole sobre el proyecto a realizar, para que se permita trabajar con la comunidad y colaboren con la información, una vez obtenido el permiso se realiza una observación directa de la vereda y así llegar a cada familia con el fin de realizar una encuesta y obtener la información requerida para el desarrollo del proyecto e identificar cuales son los factores que inciden en el uso irracional y automedicación de los medicamentos.

Los datos se obtendrán a partir de dos fuentes:

Fuente primaria: es la fuente por la cual se recopila información directamente por medio de una encuesta realizada a las familias.

Fuente secundaria: las principales fuentes de investigación son: libros e internet.

Analizar los datos: después de haber realizado la encuesta se tabula las respuestas obtenidas en esta con técnicas estadísticas. A partir de que se tiene dicha información se hace necesario analizarlas e interpretarlas para conocer como se encuentra esta problemática en la vereda los llanos del municipio de Popayán

10.1 LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Salud publica

Mediante esta estrategia se desea mejorar la salud de la población así como el control y la erradicación de los problemas que se puedan presentar en la comunidad por la automedicación.

10.2 TIPO DE ESTUDIO

Estudio descriptivo: Se analiza como se presenta el fenómeno de automedicación y sus componentes..

10.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

La población de la vereda los llanos es de 584 habitantes entre niños jóvenes adultos y adultos mayores.

La muestra que trabajamos en la vereda los llanos es de 429 personas correspondientes a las edades:

18-28 años= 112 personas

29-39 años =173 personas

40-50 años =69 personas

>51 años =75 personas

Para un total de 429 personas encuestadas.

10.4 VIDEO

. <http://www.youtube.com/watch?v=AiKPFNHVs9g&feature=related> (Anexo 11 y medio sintético)

Al terminar con los objetivos propuestos se realiza una pregunta a la comunidad si esta dispuesto a volver a automedicarse, para comprobar si funcionaron los métodos de concientización.

Seguirá el compromiso con la comunidad ante cualquier inconveniente o solución a preguntas que surjan.

Figura 4. Metodología del proyecto.



Fuente: Propia del estudio

11. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA INFORMACION.

Tabla 1. Cantidad de habitantes en la vereda los llanos que se automedican y sus respectivas edades

Habitantes	Cantidad	Porcentaje
Se automédica	327	76.22%
No se automédica.	102	23.78
Total	429	100%

Fuente: Propia del estudio

El total de la población de la vereda los llanos es de 584 habitantes, de ellos 429 pertenecen a las edades de 18 a los 85 años de edad.

Se halla como resultado un alto índice de automedicación de 327 habitantes correspondiente al 76.22%.

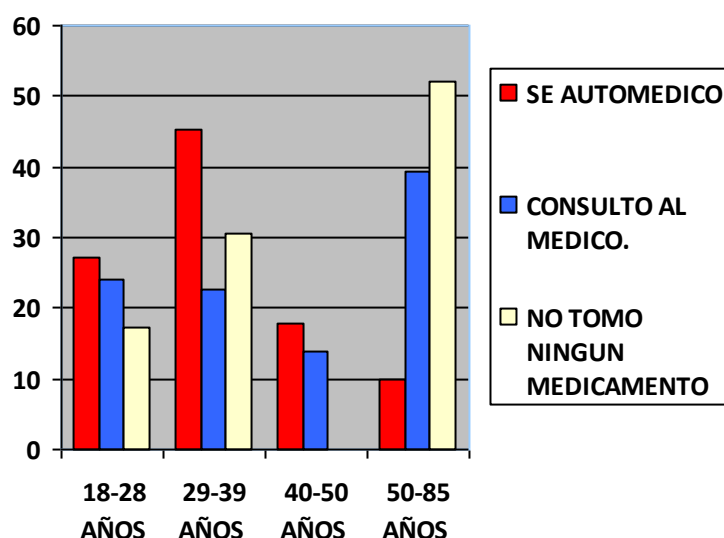
De las 429 personas encuestadas 102 personas no se automedican con un porcentaje de 23.78%.

Tabla 2. Edad de los habitantes que más se automédican.

EDAD	SE AUTOMEDICO		CONSULTO AL MEDICO		NO TOMO NINGUN MEDICAMENTO		TOTAL	
	Cantidad	Porcentaje	Cantidad	Porcentaje	Cantidad	Porcentaje	Cantidad	Porcentaje
18-28	89	27.22%	19	24.05%	4	17.39%	112	26.11%
29-39	148	45.26%	18	22.78%	7	30.44%	173	40.33%
40-50	58	17.74%	11	13.93%	0	0%	69	16.08%
>51	32	9.78%	31	39.24%	12	52.17%	75	17.48%
TOTAL	327	100%	79	100%	23	100%	429	100%

Fuente: Propia del estudio

Gráfica 1. Edad de los habitantes que más se automédican



Fuente: Propia del estudio

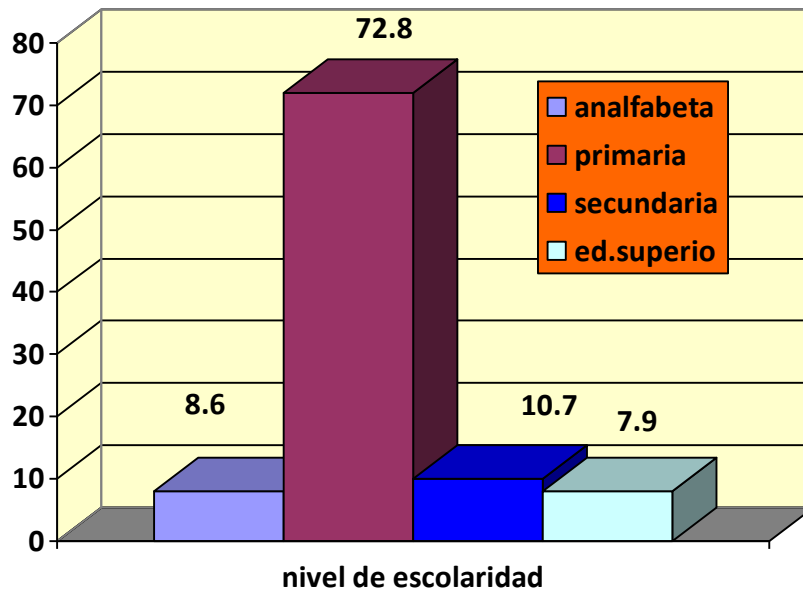
Al analizar la información obtenida y tabulada se encontró que las personas que se automedican presentan un porcentaje del 76.22% (327) correspondientes a las edades: de los 29 a 39 años se automedica con frecuencia (148) presentando un porcentaje de 45.26%; y de los 18 a 28 años (89) con un porcentaje del 27.22% y en las edades de los 40 a 50 años (58) presentan porcentaje del 17.74% y de los 50-85 años (32) un porcentaje del 9.78 % de la población. Las personas que no se automedican corresponden a un porcentaje de 23.78% correspondientes a que no toman ningún medicamento el 5.36% (23) y consultan al medico en un porcentaje de 18.41%(79).

Tabla 3. Relación que existe entre automedicación y el nivel educativo de la comunidad.

Nivel escolaridad	Se auto medico		Consulta al medico		No tomo ningún medicamento		Total	
analfabetas	28	8.6%	6	7.6%	19	82.6%	53	12.4%
Primaria	238	72.8%	34	43.0 %	3	13.0%	275	64.1%
secundaria	35	10.7%	23	29.1%	1	4.4%	59	13.7%
Educación superior	26	7.9%	16	20.3%	0	0	42	9.8%
TOTAL	327	100%	79	100%	23	100%	429	100%

Fuente: Propia del estudio

Gráfica 2. Relación entre la automedicación y el nivel educativo



Fuente: Propia del estudio

Desde el punto de vista de la escolaridad, se puede observar:

Nivel analfabeta

Del total de habitantes que se automedican correspondientes a la muestra (327) dio como resultado que se automedican 28 personas, equivalente a un 8.6%. Consultan al medico 6 personas equivalentes a 7.6%. No toman ningún medicamento 19 personas equivalentes al 82.6%

En el nivel de primaria:

Un total de la muestra (327 Personas) que se automedican el 72.8% (238 personas) y consultan al medico el 43.0 % (34 personas) tres personas de este nivel, no tomaron ningún medicamento correspondiente al 13.0% (3) personas.

Nivel secundario:

De las 327 habitantes que se automedican el 10.7% (35 personas) se automedican. 29.1% (23 personas) consultan el medico. Y 4.4%(1 persona) no toma ningún medicamento.

Nivel superior.

De la muestra (327 personas) que se automedican. El 7.9%(26 personas) se automedican del nivel superior. 20.3% (16 personas) consultan al medico.

En este nivel no se presentó ningún caso en el que las personas no tomaran ningún medicamento.

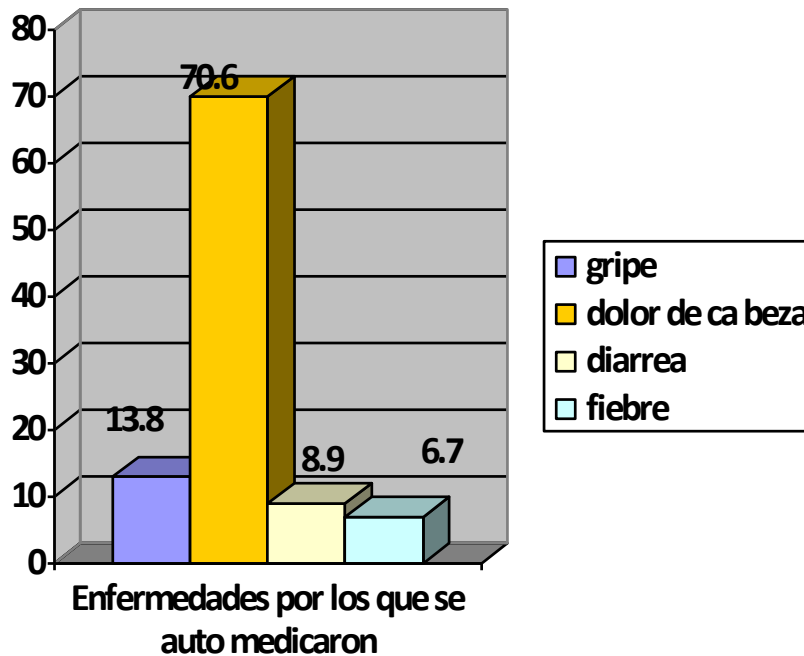
En general miramos que las personas que más se automedicaron fueron los de el nivel primaria con un 72.8 % del 100% del total encuestado.

Tabla 4. Principales enfermedades que son motivo de automedicación

ENFERMEDADES	CANTIDAD	PORCENTAJE
GRUPE	45	13.8%
DOLOR DE CABEZA	231	70.6%
DIARREA	29	8.9%
FIEBRE	22	6.7%
TOTAL	327	100%

Fuente: Propia del estudio

Gráfica 3. Enfermedades por el cual se automedican.



Fuente: Propia del estudio

Al analizar la enfermedad que los obliga a automedicarse se tiene:
De las 327 personas que se automedican el 13.8% (45 personas) lo hacen por la gripa. El 70.6% (231 personas) por dolor de cabeza, El 8.9% correspondiente a 29

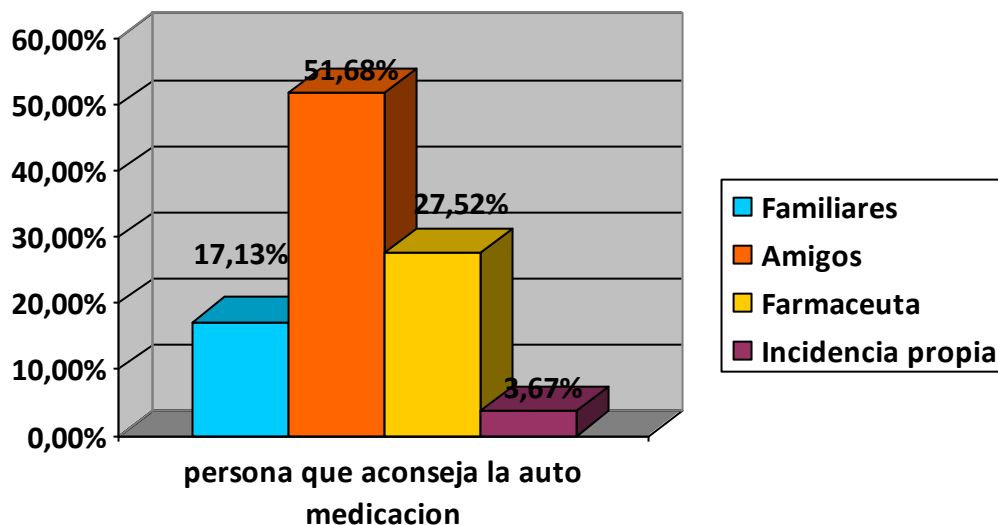
personas se automedican por diarrea. Y el 6.7% (22 personas) por fiebre.
Dando como resultado el dolor de cabeza mayor causa de automedicación.

Tabla 5. Persona que aconseja la compra de medicamentos

Persona que aconseja la compra del medicamento	Cantidad	porcentaje
Familiares	56	17.13%
Amigos	169	51.68%
Farmaceuta	90	27.52%
Decisión propia	12	3.67%
Total	327	100%

Fuente: Propia del estudio

Gráfica 4. Persona que aconseja la automedicación



Fuente: Propia del estudio

De las 327 personas que se automedican el 17.13% (56 personas) son aconsejadas por sus familiares para la compra de medicamentos.

El 51.68%(169 personas) es aconsejada por amigos y el 27.52%(90 personas) por el farmaceuta o personal de la droguería y el 3.67% (12 personas) por decisión propia.

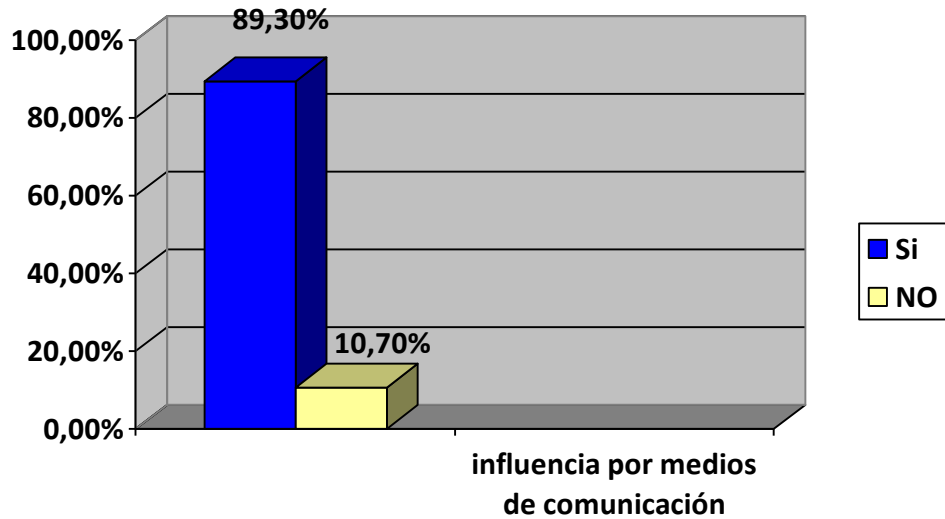
En general, se observa que las personas que aconsejan la compra de medicamentos e inciden en la automedicación son los amigos.

Tabla 6. Influencia de los medios de comunicación en la vereda de Los Llanos

Influencia por los medios de comunicación	Cantidad	Porcentaje
Si	292	89.30%
NO	35	10.70%
Total	327	100%

Fuente: Propia del estudio

Tabla 7. Influencia por medios de comunicación



Fuente: Propia del estudio

Al analizar la influencia de los medios de comunicación podemos observar que de las 327 personas que se automedican, el 89.30 % correspondientes a 292 personas que son influenciadas por los medios de comunicación y el 10.70% (35 personas) no creen que sean los medios de comunicación los que influyen en la automedicación.

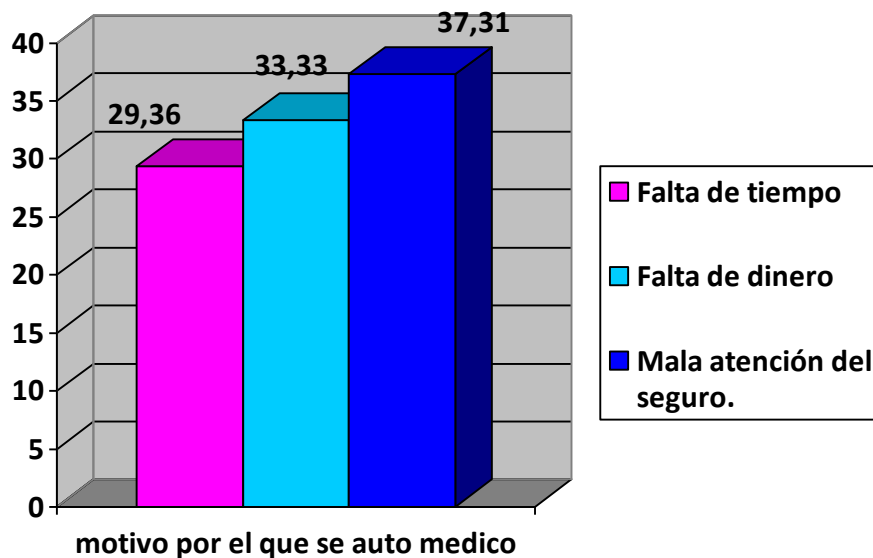
Se pudo apreciar que el 89.30% compran medicamentos al verlos en la televisión o escuchado en la radio.

Tabla 8. Motivos por los que no consultaron al médico antes de auto medicarse

Motivo por el que se auto medico	Cantidad	Porcentaje
Falta de tiempo	96	29.36%
Falta de dinero	109	33.33%
Mala atención del seguro.	122	37.31%
Total	327	100%

Fuente: Propia del estudio

Gráfica 5. Motivo por el que se automedico



Fuente: Propia del estudio

Al analizar la tabla, acerca de los motivos por los que no consultaron al médico antes de automedicarse tenemos:

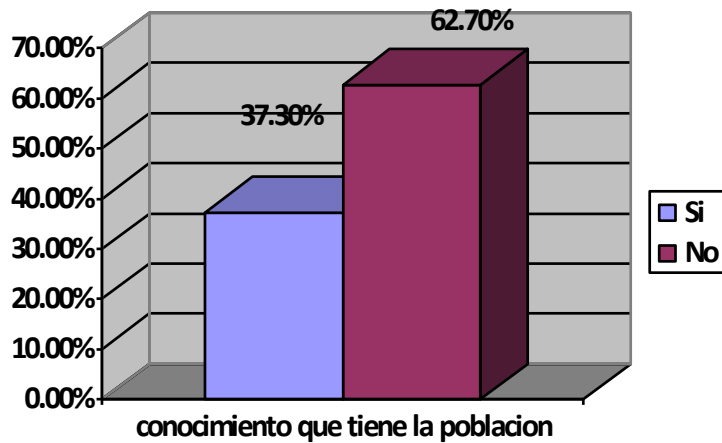
De las 327 personas que se automedican el 29.36 % (96 personas) lo hacen por la falta de tiempo para asistir al médico. El 33.33% por la falta de dinero para desplazarse hacia la zona urbana de Popayán. El 37.31 % 122 personas por la mala atención de la EPS, este el porcentaje que sobresale en cuanto al porque no asisten al médico antes de utilizar cualquier medicamento por propia decisión

Tabla 9. Conocimientos acerca de las consecuencias de la automedicación

Conoce las consecuencias de auto medicarse	Cantidad	Porcentaje
Si	160	37.30%
No	269	62.70%
Total	429	100%

Fuente: Propia del estudio

Gráfica 6. Conocimientos de la población de la vereda los llanos acerca de la automedicación



Fuente: Propia del estudio

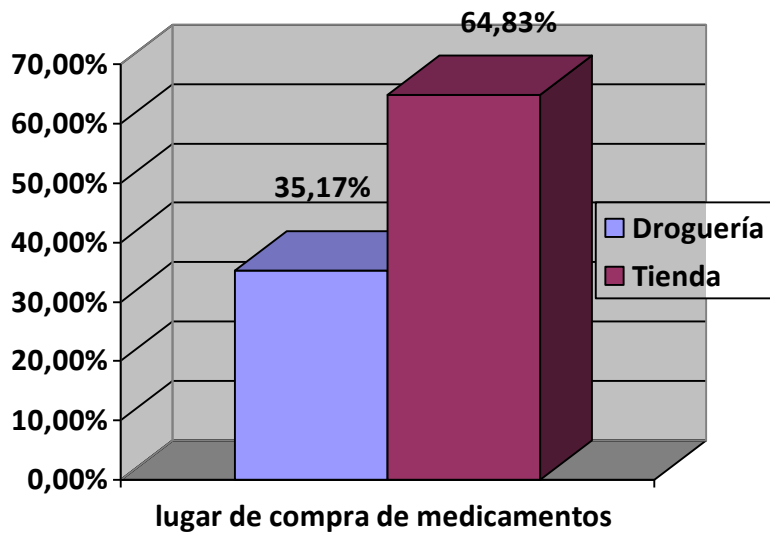
Al analizar la tabla vemos que de las 429 personas encuestadas correspondiente al 100 %, el 37.30 % (160 personas) tienen conocimiento de las consecuencias que puede llevar la automedicación mientras que el 62.70% (269 personas) no tienen conocimientos acerca de los problemas que pueden tener al automedicarse.

Tabla 10. Fuentes de adquisición de medicamentos de las personas mayores de 18 años

Lugar	Cantidad	Porcentaje
Droguería	115	35.17%
Tienda	212	64.83%
Total	327	100%

Fuente: Propia del estudio

Gráfica 7. Lugar de compra de medicamentos



Fuente: Propia del estudio

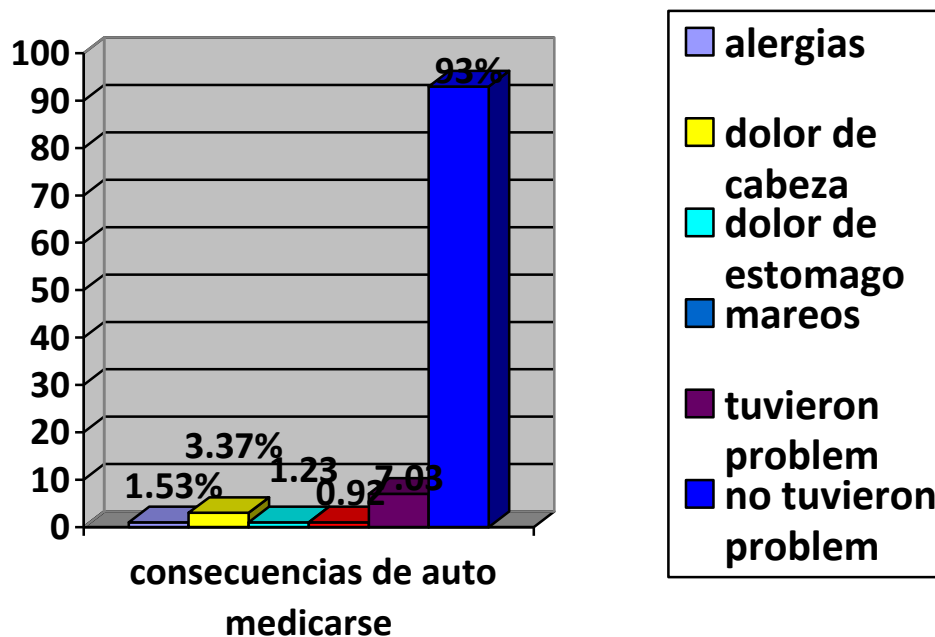
De el 100 % de las personas que se auto medican (327) el 64.83%(212) compran sus medicamentos en la tienda mas cercana. Y el 35.17 % (115) adquieren los medicamentos en droguerías.

Gráfica 8. Problemas que más se han presentado por automedicación

Problemas	Cantidad	Porcentaje
Alergias	5	1.53 %
Dolor de cabeza	11	3.37 %
Dolor de estomago	4	1.23 %
Mareos	3	0.92 %
Total	23	7.03 %
No tuvieron problema	304	92.97 %
TOTAL DE AUTO MEDICACION	327	100 %

Fuente: Propia del estudio

Gráfica 9. Consecuencias de automedicarse



Fuente: Propia del estudio

De los 327 habitantes que se auto medican el 7.03 % (23 habitantes) tuvieron algún tipo de problema.

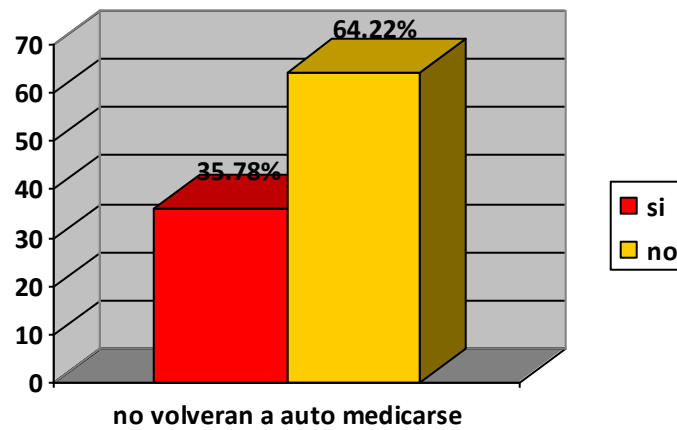
Tuvieron alergias el 1.53% (5 habitantes). Dolor de cabeza el 3.37 %(11 habitant). Dolor de estomago el 1.23 % (4 dolor de estomago). Y tuvieron mareos el 0.92 % (3 habitantes).

Tabla 11. ¿Se volvería a auto medicar?

Se volvería a auto medicar?	Cantidad	Porcentaje
No sabe, no responde	117	35.78 %
NO	210	64.22 %
TOTAL	327	100 %

Fuente: Propia del estudio

Gráfica 10. Volvería automedicarse



Fuente: Propia del estudio

No se volverían automedicar el 64.22 % 210 personas no realizaran esta práctica nuevamente y el 35.7o8 % (117 habitantes) no pudieron asistir a la hora de la pregunta, pero se logro darles la información necesaria.

12. CONCLUSIONES

- En la vereda los llanos de el municipio de Popayán se automedican 76.22% (327) El 35.17% de las personas que se automedican adquieren sus medicamentos en las droguerías sin que estas exijan ningún tipo de formula medica.
- Uno de los grandes problemas es crear conciencia a las personas, que sabiendo los problemas que te pueden llegar a producir la automedicación aun lo siguen haciendo gracias a los medios de comunicación en un 89.30% se dejan influenciar por estos medios para cometer esta práctica.
- La edad que más se automedica de la vereda los llanos es de 29-39 años con un porcentaje de 45.26 % seguido de 27.22% de 18-28 años.
- El nivel de conocimiento de los habitantes que mas se automédica es la primaria con un 72.8% ,el principal síntoma de automedicación es el dolor de cabeza 76.6% y gripa 13.8 %
- En la vereda los llanos la persona que mas aconseja la compra de medicamentos son los amigos con un porcentaje de 51.68%
- En la vereda se ha presentado el 7.03 % (23 habitantes) problemas relacionados con la automedicación como alergias, dolor de cabeza, dolor de estomago, mareos.
- El motivo por el cual se automedican los habitantes es por la mala atención de la EPS en un 37.31%. Los habitantes de la vereda los llanos no conocen las consecuencias que pueden tener al automedicarse en un 62.70%
- Los medicamentos constituyen un recurso valioso para satisfacer las necesidades de diagnostico, tratamiento y rehabilitación, pero también puede ser un factor negativo de dichas necesidades.
- Es relevante apreciar, que a pesar de las consecuencias generadas por la automedicación esta sigue existiendo, es decir, el riesgo todavía permanece y es deber de cada uno reflexionar sobre ello, ya que, afecta directamente tanto a nuestra salud como a la de nuestro prójimo.
- Con los datos entregados en este informe y con las respuestas de los encuestados se puede llegar a inferir que hace falta educación e información sobre el tema de la automedicación. Se puede llegar a problemas aún peores (hepatitis, hemorragias gástricas, taquicardias, etc.) por una automedicación.
- Al terminar con el proyecto en los habitantes de la vereda los llanos queda claro que no deben tomar medicamentos por su cuenta porque trae graves consecuencias a la salud y en la pregunta sobre si volverían auto medicarse el 64.22 % 210 personas no realizara esta practica nuevamente.
- Fue de gran interés trabajar con la comunidad de los llanos. Los padres de familia en la charla y el video presentados. Se vio mucho interés por el tema y se espera que esta práctica ya no se fomente más en la comunidad de

los llanos.

- Se obsequio plegables y un botiquín a la escuela de la vereda como agradecimiento por permitir trabajar con su comunidad y acogido en el tiempo que se realizo el proyecto, personalmente es gratificante trabajar con comunidades vulnerables por que se aporta un granito de arena para mejorar la calidad de vida de dicha comunidad.

13. RECOMENDACIONES

- De acuerdo al trabajo realizado en la vereda los llanos en el cual se concientizó a los habitantes por medio de charlas, videos, plegables se recomienda que ninguna practica de automedicación se debe seguir aplicando. puesto que cada persona es única y puede reaccionar de manera diferente ante cualquier medicamento.
- El tema de automedicación es muy extenso por eso se necesita la ayuda de las entidades de salud para continuar capacitando a la comunidad de la vereda los llanos y continuar con su desarrollo en el departamento.
- La automedicación no es inevitable. Sin embargo, es necesario crear el nivel de conciencia necesario para que las personas puedan percatarse que una posible mala administración de medicamentos a través de la automedicación puede ocasionar daños graves a la salud.

BIBLIOGRAFÍA

ÁLAVA Clemencia. (2009). Modulo Trabajo de Grado Tecnología de tecnología de alimentos. Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD. Pasto.

ALVARADOS. Automedicación. Sinfonet Nuestra Net y Cruz. Blanca Panameña a la comunidad, 1997

ANMAT administración nacional de medicamentos Alimentos Tecnología Medica. Argentina 2006

CHÁVEZ LÓPEZ, Evert Fernando; ROSERO Amparo; MUÑOZ LEDEZMA Olga Lucia. Prácticas y representaciones sociales sobre la automedicación. Tesis de grado. Popayán. Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD 2010

DUARTE, Ana Amelia. Reacciones de hipersensibilidad a los antiinflamatorios no esteroideos. Tesis doctoral. Universidad de Murcia, 2010

ERAZO, Martha Piedad; MORENO Robín Eduard. Factores asociados a la incidencia de la automedicación en la comuna cinco (5) municipio de Popayán Cauca. . Tesis de grado. Popayán. Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD 2010

MÁRQUEZ GARCÉS, Pilar Catherine. Legislación farmacéutica. Bogotá: UNAD, 2008

MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL., Decreto número 2200 de 2005., Por el cual se reglamenta el servicio farmacéutico y se dictan otras disposiciones., Bogotá., Junio de 2005.

MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL., Decreto número 3050 de 2005., Por el cual se reglamenta el expendio de medicamentos. Bogotá., septiembre de 2005.

MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL., Resolución 114 de 2004., Por el cual se reglamenta la información promocional o publicitaria de los medicamentos sin prescripción facultativa o venta libre., Bogotá., enero de 2004.

NULL Value. Abc el bebé. 28 de mayo de 2008 Bogotá

OMS, Organización Mundial de la Salud., Promoción del Uso Racional de Medicamentos: componentes centrales, en: Perspectivas Políticas sobre medicamentos de la OMS., Ginebra, Septiembre de 2002.

ORTEGA VÁSQUEZ, Augusto. Modulo de trabajo de grado Docente de la UNAD y Líder de Cadena de Formación del programa Tecnología en Regencia de Farmacia y ubicado en la Sede Nacional José Acevedo y Gómez. Bogotá: UNAD, 2010

TELLO Vera, Stalin; YOVERA PUYCAN, Ángela. Factores asociados a la incidencia de la automedicación. Tesis de grado. Perú. Universidad Pedro Ruiz gallo – Lambayeque - Perú 2005

SITIOS WEB

<http://www.clarin.com/diario/2004/05/30/sociedad/s-04001.htm>. “Automedicación” Presentación de Dr. Martín Urtasun, Dra. Susana B. Etchegoyen, Lic. Diana L. Braceras y Dr. Pedro M. Politi en el Congreso Anual de la Sociedad Argentina de Medicina Interna General (SAMIG), realizado en Buenos Aires, los días 28 y 29 de octubre de 2005. Septiembre de 2010.

<http://www.crecerjuntos.com.ar/automedicacion.htm>. 25 septiembre 2010

<http://www.plantasparacurar.com/categoria/plantas-medicinales/002-plantas-medicinales-por-nombre-cientifico/ruta-graveolens/>_noviembre 2010

<http://www.plantasparacurar.com/categoria/plantas-medicinales/001-plantas-medicinales-por-nombre-vulgar/tomillo> noviembre de 2010

<http://es.wikipedia.org/wiki/Automedicaci%C3%B3n>

<http://www.popayan-cauca.gov.co/nuestromunicipio.shtml?apc=mmxx-1-&x=1364654>

ANEXOS

Anexo A. Foto Cancha de la vereda los llanos.



Anexo B. Foto Vereda Los Llanos



Anexo C. Encuesta en la vereda Los Llanos



Anexo D. Habitantes que asistieron a la charla de automedicación



Anexo E. Charla educativa de la automedicación



Anexo F. Video sobre automedicacion



Anexo G. Entrega de pagables informativos a la comunidad de a vereda los llanos.



Anexo H. Entrega de botiquín a la escuela de la vereda Los Llanos



Anexo I. Encuesta

REALIZADA POR ESTUDIANTES DE REGENCIA DE FARMACIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA.UNAD

Aplicada a los habitantes de la vereda los llanos del municipio de Popayán.

Edad:

1. ¿En algunos de los casos ha recurrido a la automedicación?

a) Si | b) No | c) A veces

2. ¿Que nivel de escolaridad tiene?

a) No estudio. B) primaria c) secundaria

D) nivel superior.

3. ¿Qué síntomas principales motivaron su automedicación?

a) Dolor de cuerpo | b) Dolor de cabeza | c) Síndrome gripal |

d) Síndrome digestivo | e) Otros

4. ¿En caso de haber consumido medicamentos sin receta o indicación medica, quien recomendó su uso?

Familiares Amigos farmaceuta

5. ¿Cree que los medios de comunicación influyen a la hora de auto medicarse?

Si No

6. Conoce usted algún problema presentado en la vereda por automedicación?

Si No

7. ¿Cual fue el motivo por lo que no consultó al medico antes de auto medicarse?

a) Falta de tiempo b) falta de dinero

c) Mala atención del seguro.

8. ¿Está consciente de que auto-medicarse puede traer problemas como, consecuencias en la enfermedad o desarrollar algún tipo de alergia?

a) Si | b) No |

9. ¿cual es el lugar que frecuenta cuando necesita un medicamento?

A) Tienda más cercana B) droguería.

10.- ¿Consume usted remedios caseros?

a) Si B) No

11.- ¿Volvería a auto-medicarse?

a) Si | b) No | c) No lo sé |

Gracias por su colaboración

“EL FRACASO NO TE SOBREVENDRA, SI TU DETERMINACION PARA ALCANZAR EL ÉXITO, ES LO SUFICIENTEMENTE PODEROSA”

SORAIDA CRUZ Y YOHANA ARMERO

Anexo J. Plegable informativo

¿QUE ES LA AUTOMEDICACIÓN?

Se define como la selección y el uso de medicamentos por parte del usuario para el tratamiento de enfermedades o síntomas reconocibles por él mismo.



RIESGOS DE LA AUTOMEDICACION

- Retraso de un diagnóstico: Cuando se presenta alguna dolencia y para ella se comienza a usar medicamentos y se espera mucho el efecto, se retrasará el diagnóstico que resultará inoportuno.
- Diagnóstico incorrecto: Un tratamiento de automedicación sin un diagnóstico previo, puede influir en que los síntomas y signos cambien, quedando la enfermedad oculta, lo que puede desorientar a un profesional experimentado, pudiendo emitir un diagnóstico equivocado o incorrecto.

ADVERTENCIA

La automedicación no es inevitable. Sin embargo, es necesario crear el nivel de conciencia necesario para que las personas puedan percatarse que una posible mala administración de medicamentos a través de la automedicación puede ocasionar daños graves a la salud.



NO A LA AUTOMEDICACION

RECOMENDACIONES

- Recuerde: no hay medicamentos sin importancia, todos son potencialmente peligrosos y tiene reacciones adversas más o menos frecuentes.
- Al consultar a un médico, informarle que medicamentos de libre acceso está tomando.
- No tomar ningún medicamento con bebidas alcohólicas.
- Para evitar mayores problemas de salud es importante que en cualquier caso fuera de lo común, o ante la menor

muestra de
síntomas con los
que no se esté
familiarizado, se
recurra
inmediatamente al
doctor.

UNIVERSIDAD NACIONAL
ABIERTA Y A DISTANCIA UNAD
Programa de regencia de farmacia

**¡CUIDADO CON LA
AUTOMEDICACION
TU VIDA ESTA EN
JUEGO!**



PROTEGELA



TRABAJO REALIZADO POR:
SORAIDA CRUZ
YOHANA ARMERO

**Anexo K. Video
presentado a la
comunidad.**



[http://www.youtube.com/
watch?v=AiKPFNHVs9g
&feature=related](http://www.youtube.com/watch?v=AiKPFNHVs9g&feature=related)