

DICTÀMEN DEL CONSELL CONSULTIU COMARCAL DE LA GENT GRAN DEL BAIX LLOBREGAT

L'abús de medicaments, un perill quotidià per a les persones grans

Les persones grans som un col·lectiu en el que freqüentment coexisteixen múltiples malalties, per les quals es prescriu en general un elevat nombre de medicaments. Es calcula que les persones grans prenem tres vegades més medicaments que les persones joves.

En l'actualitat estem assistint a un fenomen molt preocupant que afecta a tota la societat, **l'excessiva medicalització de la vida quotidiana**. Malauradament, és molt habitual prescriure o prendre medicaments per a situacions que sovint no es poden qualificar de malaltia, sinó de malestar: ansietat, tristesa, insomni, conflictes de parella, problemes laborals, estrès, dols no elaborats, etc. També es medicalitzen habitualment processos naturals, com per exemple la menopausa o el propi envelliment.

Metges i geriatres alerten però, que en el cas de les persones grans cal prescriure fàrmacs amb prudència, ja que alguns dels medicaments que prenem no tenen una indicació clara.

Segons dades de l'Institut Català de la de Salut, es considera que un persona està polimedicada quan pren més de 8 medicaments al dia, tot i que segons la OMS la polifarmàcia es dona quan es prenen tres o més medicaments diaris.

Però, quines conseqüències té la polimedicació?

- Augment de costos¹.
- Reaccions adverses.

¹ L'any 2016, la despesa en fàrmacs per habitant a Catalunya es va situar prop dels 200 € anuals.

- Disminució de la funcionalitat.
- Interaccions amb altres medicaments.
- Síndromes geriàtrics.
- Manca de compliment.

L'ús inapropiat de medicaments és un problema de salut pública de primer ordre en països desenvolupats. Més de la meitat dels medicaments es prescriuen, dispensen o venen de forma inapropiada, i la meitat dels pacients no els prenen correctament. Es calcula que entre el 30% i el 50% de persones amb malalties cròniques, no prenen tots els fàrmacs receptats.²

En aquest sentit, es important assenyalar les dificultats existents a l'hora de seguir un tractament mèdic amb diversos fàrmacs, com per exemple la similitud d'envasos o comprimits de medicaments genèrics.

Si entrem a analitzar quins són els medicaments amb més probabilitat d'un ús inapropiat, hem de parlar de:

- L'omeprazol,
- els opiàtics, medicaments pel tractament del dolor,
- i els psicofàrmacs: ansiolítics, antidepressius, antipsicòtics i fàrmacs per les demències.

El medicament més consumit l'any 2016 a Catalunya va ser **l'omeprazol**. Un 57% de la població de més de 65 anys en pren de manera crònica., i hi ha estudis que demostren que més de la meitat de les prescripcions d'omeprazol al nostre país són inadequades. El seu consum s'ha incrementat exponencialment en els darrers anys, i s'estan realitzant diverses campanyes de revisió de la medicació en pacients que el prenen de forma crònica.

A les consultes cada vegada s'escolta més la paraula **desprescripció**, un moviment que aposta per receptar menys medicaments – sobretot a la gent gran – i per abordar el malestar sense fàrmacs.

² Dades del Catsby.

Pel que fa als opiacis, segons dades del Catsalut, entre els anys 2012 i 2016 el consum d'opioïdes va augmentar aproximadament un 45% a Catalunya, molt més amb l'edat i si es tracta de dones.

L'any 2016, 481.905 persones (6,4% de la població) van rebre una o més prescripcions d'un fàrmac opioïde (65,3% dones i 34,7% homes). L'augment del seu consum s'ha relacionat amb un increment dels casos de dependència, abús, intoxicacions i morts per sobredosi.

Per últim, els psicofàrmacs són el grup terapèutic **més consumit**. L'any 2015 més de 500.000 persones de 70 anys o més (51% de la població) va rebre algun psicofàrmac (en les persones que viuen en residències, la proporció va ser del 68%).

Una de cada tres va rebre un hipnosedant i una de cada quatre un antidepressiu. **Les dones grans són les principals consumidores d'antidepressius a Espanya.**³

Aquestes estimacions són molt més altes que les de la prevalença de depressió greu, i tenen efectes secundaris, com ara risc de fractures, caigudes o ictus. A Catalunya es produeixen anualment unes 4.100 fractures de fèmur, i els antidepressius estarien darrere d'un 5% dels casos.

Es important també posar de manifest la manca de recerca sobre els efectes secundaris d'alguns fàrmacs en persones grans. Sovint aquests efectes no són els mateixos que es produeixen en persones d'altres edats, no es coneixen i no es poden preveure.

I per últim, volem també destacar la vaga convocada recentment per al personal mèdic d'atenció primària de l'Institut Català de la Salut, i també de la xarxa sanitària concertada, sota el lema "**Som metges, som sanitat i volem qualitat**". Es reclamen millores salarials i retributives, mesures per preservar la seguretat dels/de les professionals, així com solucions per al **deteriorament progressiu de l'assistència**. Per exemple, es demana l'establiment d'un màxim de visites diàries i recuperar la plantilla prèvia a les retallades en sanitat. En definitiva, més temps i més recursos.

³ Dades de Catsalut i de la Fundació Institut Català de Farmacologia.

D'acord amb allò exposat, aquest Consell Consultiu expressa les següents reivindicacions:

1. Es necessari portar a terme campanyes de conscienciació i difusió del perill que suposa per a la societat **la medicalització de la vida quotidiana** i dels processos naturals de les persones, com per exemple l'envelliment.
2. Cal més informació sobre els fàrmacs, medicaments genèrics, principis actius, excipients, etc. que prenen habitualment les persones grans, molt especialment sobre els que es prenen de manera crònica i sobre aquells amb més probabilitat de fer-ne un ús inadequat, com pot ser l'omeprazol, els opiàcis i els psicofàrmacs.
3. Cal portar a terme campanyes adreçades als col·lectius identificats com a grans consumidors de certs medicaments, com per exemple les dones grans amb els psicofàrmacs.
4. Així mateix, convé estendre aquestes campanyes també al col·lectiu de professionals de residències, centres de dia o altres serveis d'atenció a les persones grans.
5. Són necessàries mesures específiques que facilitin el seguiment, control i compliment dels tractaments prescrits: blisters d'organització de la medicació⁴, evitar envasos o fàrmacs amb idèntic format o aparença, etc.
6. Per tal que els medicaments es puguin comprar al mateix preu o un preu similar a totes les oficines de farmàcia, i evitar així discriminacions geogràfiques, es reclama que el preu aparegui als envasos.
7. En l'àmbit sanitari, es necessari establir revisions periòdiques i obligatòries cada 6 mesos, dels medicaments prescrits a pacients amb malalties cròniques, i **desprescripcions** quan aquests medicaments ja no procedeixin.
8. Continuar introduint millores a les aplicacions informàtiques de gestió dels centres d'atenció primària, amb alertes sobre l'ús inapropiat de medicaments, interaccions, efectes secundaris en persones grans, etc.
9. Volem posar en valor el treball dels equips mèdics i d'infermeria dels centres d'atenció primària, recolzant les protestes convocades contra les retallades i exigint el temps i recursos necessaris per garantir una atenció sanitària de qualitat i respectuosa.

⁴ Envàs que permet organitzar i facilita la correcta administració de medicaments en pacients polimedcats.

10. Considerem imprescindible que els centres d'atenció primària incorporin professionals de la nutrició, la fisioteràpia i la psicologia, disciplines que han demostrat la seva efectivitat en el tractament de determinades malalties. A més a més, contribuirien a una reducció de la despesa en fàrmacs i a millorar considerablement la vida quotidiana i el benestar de pacients polimedcats/ades.
11. I per últim, demanem que s'acabi amb els prejudicis i estereotips cap a les persones grans amb malalties cròniques, un col·lectiu que sens dubte anirà creixent si tenim en compte els importants avenços mèdics que es van produint, i les estimacions demogràfiques i d'esperança de vida.

Baix Llobregat, desembre 2018