

## ADHERENCIA TERAPÉUTICA: ¿CUIDAS LO SUFICIENTE TU SALUD?

Catalina Ibaceta Corvalán<sup>a\*</sup>

Estudiante de Kinesiología, Facultad de Medicina Clínica Alemana de Santiago - Universidad del Desarrollo.

Artículo recibido el 25 de mayo, 2023. Aceptado en versión corregida el 30 de junio, 2023.

### RESUMEN

La adherencia terapéutica es el cumplimiento de un tratamiento que se debe seguir durante un tiempo determinado. Aunque exista una evolución importante en la salud y se tengan los implementos para su bienestar, estas no son del todo aprovechadas debido a diferentes factores influyentes en la adherencia terapéutica.

**Palabras clave:** Adherencia terapéutica, Educación en salud, Atención médica.

### INTRODUCCIÓN

Hace un tiempo mi madre, luego de operarse de la vesícula por cálculos renales, sentía una leve molestia en la zona del bíceps mientras realizaba sus actividades cotidianas. Ignoró esta sensación y dejó pasar este malestar alrededor de tres meses. ¿Qué significó este periodo de tiempo? Al pasar los meses se empezó a quejar más del dolor y su preocupación aumentó, al momento de darse cuenta de que no lograba levantar el brazo del todo.

Acudió finalmente al médico, quien le diagnosticó tendinopatía en el manguito rotador, bursitis y rotura crónica del tendón. Estos problemas se generaron por el desgaste a lo largo de su vida, siendo necesario comenzar un tratamiento de kinesioterapia, sin embargo, al no ver progreso en la disminución del dolor que la aquejaba, decidió no seguir con el tratamiento, ya que este fue deficiente y la profesional a cargo no realizó el trabajo correspondiente, como realizar debidamente los ejercicios terapéuticos o estar pendiente de la paciente. Actualmente, no se encuentra con un tratamiento activo de otro especialista, por lo que sólo se limita a ignorar el dolor, el cual sigue aquejándola constantemente.

Aunque es de suma importancia tener un diagnóstico certero, un tratamiento eficiente se ve afectado por diversos factores tales como, por ejemplo, que los pacientes sean capaces de comprender las indicaciones de un médico, que el tratamiento sea efectivo y que las personas tengan la capacidad socioeconómica para tratarse<sup>1</sup>.

### DESARROLLO

Existen distintos motivos por los cuales las personas pueden ir o no al médico, por ejemplo, los motivos sociales, económicos, entre otros. Una vez acudiendo, el problema que puede surgir es la adherencia terapéutica, que se define como el grado en que el comportamiento de una persona debe seguir un régimen y ejecutar cambios del modo de vida, con las recomendaciones acordadas de un prestador de asistencia sanitaria<sup>2</sup>. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS)<sup>3</sup>, la falta de adherencia terapéutica se considera un problema de gran impacto a nivel mundial. En el desglose de este se destacan los pacientes con enfermedades

crónicas que, a pesar de tener un avance de la medicina y tratamientos efectivos, las cifras de padecimientos siguen siendo altas. La falta de participación del paciente causa bajos niveles de cumplimiento en relación con la adherencia y, aunque esto se tenga en cuenta en la práctica clínica diaria, se sigue sin tomar esta situación como principal causa del fracaso terapéutico<sup>4</sup>.

Según la OMS<sup>5</sup> existen cinco factores que influyen en la adherencia terapéutica:

1. Socioeconómicos, por la complejidad de las personas en situación de pobreza para acceder a consultas médicas y fármacos, así como también la falta de redes de apoyo social efectivas.
2. Relacionados con el tratamiento, la duración del tratamiento y los cambios en este, así como efectos adversos y la reserva de apoyo médico para poder tratarlos.
3. Relacionados con el paciente, destacando la falta de conciencia sobre mejorar la enfermedad, seguridad en el médico, la salud mental y la autosuficiencia.
4. Relacionados con la enfermedad, vinculados con la gravedad de síntomas, el grado de discapacidad y cuánto demora la progresión.
5. Relacionados con el equipo sanitario, capaces de generar los mayores efectos negativos. Por ejemplo, en centros de salud que están en mal estado, con falta de recursos y personal escaso o sin preparación, no es posible educar al paciente ni tener un seguimiento adecuado de sus condiciones crónicas.

Se debe mejorar y tener en cuenta que es necesario evaluar las áreas que se pueden intervenir, ya que al identificar el problema que impide la adherencia terapéutica se logra construir las estrategias.

No es novedad la precariedad de la salud pública en Chile. Es por esta razón que dentro de todos los factores nombrados anteriormente es urgente una mejoría en el equipo sanitario. Cuando este eje del sistema de salud funciona de manera adecuada, permite que los pacientes terminen sus tratamientos. Además, se necesitan centros de salud con personal suficiente para atender a toda la población y

\*Correspondencia: c.ibacetac@udd.cl  
2023, Revista Confluencia, 6(1), 152-153



herramientas adecuadas que posibiliten diagnosticar e informar con eficacia.

### CONCLUSIÓN

Por un lado, para la mejoría de un paciente no basta con tener un diagnóstico certero, sino un compromiso de seguir un tratamiento por parte de este. Las lesiones crónicas, como las de manguito rotador, son tratables, pero se necesita que los pacientes comprendan la importancia de los factores en su enfermedad, proyectando de forma personal la integración de hábitos permanentes a su nuevo estilo de vida saludable. De esta manera, se debe ser responsable tanto con la enfermedad como con el tratamiento.

Por otro lado, se debe considerar al personal médico, ejemplificado al comienzo, quien debe cumplir su trabajo correspondiente, las obligaciones morales y brindar una atención médica apropiada y eficaz, con el propósito de garantizar una práctica médica efectiva. Cabe destacar la posibilidad de realizar una investigación de cuáles de los factores mencionados son los que realmente inciden en la adherencia terapéutica.

Finalmente, hago un llamado a cuidarse y aunque sea más recomendable “prevenir que curar”, una lesión crónica es un problema del cual uno debe responsabilizarse.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Sánchez D, Contreras Y. La relación médico-paciente y su importancia en la práctica médica. Rev Cub Med Mil [Internet]. 2014 [citado el 20 de marzo de 2023];43(4):528-33. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-65572014000400011&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572014000400011&lng=es)
2. Dilla T, Valladares A, Lizán L, Sacristán J A. Adherencia y persistencia terapéutica: causas, consecuencias y estrategias de mejora. Aten Prim [Internet]. 2009 [citado el 20 de marzo de 2023];41(6):342-8. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-adherencia-persistencia-terapeutica-causas-consecuencias-S0212656709001504>
3. Organización Mundial de la Salud. Adherencia a los tratamientos a largo plazo: Pruebas para la acción [Internet]. Ginebra: OMS; 2004 [citado el 2 de abril de 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2012/WHO-Adherence-Long-Term-Therapies-Spa-2003.pdf>
4. Beca JP. La autonomía del paciente en la práctica clínica. Rev Chil Enferm Respir [Internet]. 2017. [citado el 29 de junio de 2023];33(4):269-71. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-73482017000400269>
5. Ortega J, Sánchez D, Rodríguez O, Ortega J. Adherencia terapéutica: un problema de atención médica. Acta Méd Grupo Ángeles [Internet]. 2018. [citado el 29 de marzo de 2023];16(3):226-32. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/actamedica>

