



Boletín Ortopedia

/// #7

Mejorando tu calidad de vida

- /// La ortopedia en la oficina de la farmacia:** Una ayuda para mejorar la calidad de vida
- /// El valor de la farmacia en la adherencia y cumplimiento terapéutico**
- /// Movilidad limitada:** Bastones
- /// ¿Cómo elegir un cojín antiescaras?**

Boletín Informativo
promocionado por:





La ortopedia en la oficina de farmacia: una ayuda para mejorar la calidad de vida

Concepció Artigues. Vocal de Ortopedia del Col·legi Oficial de Farmacèutics de les Illes Balears



La farmacia es un establecimiento sanitario accesible a la población, al que acude el paciente para realizar consultas sobre su medicación, tratamiento, y sus problemas de salud en general.

El incremento de la esperanza de vida producido en las últimas décadas, debido a la mejora en la calidad de vida y a los avances en la ciencia médica, ha determinado un aumento importante de la población geriátrica, población que demanda unos servicios y una atención multidisciplinar para asegurarse un envejecimiento activo.

Por este motivo, es importante que el farmacéutico colabore con el equipo de profesionales sanitarios de atención primaria y especializada proporcionando un consejo profesional a pacientes, familiares y cuidadores, especialmente en el caso de pacientes dependientes. En este sentido la ortopedia en la farmacia puede cubrir las necesidades de éstos ofreciéndoles soluciones para mantener un mayor grado de autonomía y mejorar su calidad de vida.

Los productos de apoyo son diferentes dispositivos cuya finalidad es prevenir o compensar las limitaciones que aparecen en las personas según avanza la edad o en personas con discapacidad. Incluyen dispositivos destinados a la protección y cuidado personal como la ropa y el calzado adaptado a las necesidades individuales, los artículos diseñados para poder vestirse de forma autónoma como calzadores, ponemedias, abrochabotones o utensilios que facilitan el día a día, entre otros, abretarros, cubiertos, amplificadores de sonido o visuales, etc.

La indicación farmacéutica de productos de apoyo debe ser individualizada, teniendo en cuenta la patología, carácter de la limitación (temporal o definitiva), contexto social del individuo y entorno que le rodea.

Las ayudas para la movilidad personal engloban sillas de ruedas, andadores, bastones, muletas y elevadores, y se indicarán siempre atendiendo a las necesidades del paciente.



Por otra parte, las caídas en personas mayores como consecuencia de un proceso natural de envejecimiento o como consecuencia de un tratamiento farmacológico se debe evitar adecuando la vivienda a las limitaciones del paciente.

En el caso de personas dependientes, la vivienda deberá reunir una serie de características que la adapten de forma individualizada a sus necesidades y que garantice su calidad de vida, la del cuidador y su familia. Entre los productos de apoyo para la vivienda, cabe destacar los siguientes:



- Aseo, bancos o sillas de baño, elevadores de WC, duchas de teléfono, etc.
- Barras asideras para sentarse y levantarse.
- Adaptaciones del mobiliario: mesas, sillas con respaldo, calzas para adaptar la altura de la cama.
- Mención especial para las camas articuladas que mejoran el descanso y cambio de postura del paciente y favorecen la manipulación por parte del cuidador y el uso de colchones antiescaras.
- En la cocina, se pueden ayudar de bandejas antideslizantes.

La ortopedia también puede beneficiar a otros sectores de la población, como los deportistas, pudiendo asesorar el farmacéutico tanto en el tratamiento de lesiones o en la convalecencia de las mismas, como en su prevención como por ejemplo con órtesis específicas para articulaciones.

Cabe mencionar también la ayuda que puede ofrecer la ortopedia a los pacientes después de intervenciones quirúrgicas y tratamientos en el ámbito hospitalario, así como a pacientes oncológicos, ostomizados y traqueotomizados. En estos casos la farmacia constituye un punto de intervención para ayudar a mejorar su calidad de vida con los accesorios disponibles en cada caso.



La Vocalía de Ortopedia del Col·legi Oficial de Farmacèutics de les Illes Balears (COFIB) promueve la formación continuada de los farmacéuticos, necesaria para actualizar los conocimientos en ortopedia, **de ahí que en los últimos años se hayan realizado cursos tanto en la atención del paciente dependiente como en nutrición y ortopedia deportiva, junto con las Vocalías de Alimentación y Oficina de Farmacia.**



Taller Toma de medidas laboratorio Orliman



Taller Patología Podal laboratorio Prim

Dentro de las acciones para potenciar una farmacia asistencial, La Vocalía de Ortopedia del COFIB, ha trabajado en la elaboración de un procedimiento normalizado de trabajo sobre productos de apoyo y dispensación de productos de ajuste básico, que se puede solicitar a través del Centro de Información del Medicamento del COFIB. Las farmacias certificadas para este servicio en Illes Balears se pueden consultar en la página web colegial.

El valor de la farmacia en la adherencia y cumplimiento terapéutico



Uno de los problemas relacionados con los medicamentos más importantes es la falta de adherencia terapéutica, que supone directamente el empeoramiento de la salud de los pacientes.

Según la OMS, alrededor del 50% de los pacientes no es adherente a su tratamiento, sobre todo en algunos tratamientos como la Hipertensión Arterial, Diabetes o Asma.

El número de pacientes crónicos polimedicados crece cada año en España debido al envejecimiento de la población. El número medio por farmacia alcanza los 200 pacientes (suponen entorno al 35% de la facturación de una farmacia media en España). De estos 1 de cada 3 abandona su tratamiento en el primer año.

La falta de adherencia es una de las principales motivos porque los pacientes no consiguen cumplir con el tratamiento farmacoterapéutico, cosa que se traduce en un gasto sanitario y muertes relacionadas con esta causa, de ahí su gran importancia y la necesidad de establecer estrategias preventivas en todos los niveles asistenciales sanitarios.



El Sistema Personalizado de Dosificación (SPD) es una herramienta usada en la atención farmacéutica que nos ayuda a organizar la medicación que tomamos y que puede ser de gran valor para determinado tipo de pacientes (polimedicados, no adherentes, o con problemas a la hora de organizar su medicación).

Su objetivo principal es el de mejorar la adherencia y cumplimiento terapéutico.

Este servicio pone en valor la farmacia en España, punto de salud más accesible, ya que permite realizar acciones para la detección de los pacientes que más se puedan beneficiar de los SPD. Además, puede resultar de mucha utilidad a la hora de dar a conocer este servicio asistencial a la población, que sin duda aporta valor a la labor farmacéutica y ayuda a que los pacientes usen mejor los medicamentos.

En países como los Estados Unidos o el norte de Europa, es habitual la dispensación en sistemas de dosificación personalizada y de uso común por los pacientes desde hace más tiempo. **A pesar de ello, el potencial del SPD en nuestro país tiene aún mucho recorrido por hacer y es una herramienta de fidelización de clientes para las farmacias, ya que las convierte en referente de servicio al paciente para el tratamiento.**

Beneficios del SPD

El servicio de SPD ofrece numerosas beneficios tanto para el paciente o su cuidador, como para el sistema de salud y los profesionales sanitarios.

- Nos permite organizar mejor los medicamentos y con ello controlar si hemos tomado correctamente el tratamiento.
- Facilita al paciente o cuidador o familiar la organización de las tomas y por lo tanto “facilita la vida” al paciente ya que no se tienen que preocupar por ello.
- Reduce los errores en la toma de los medicamentos y los problemas asociados a olvidos.
- Ofrece comodidad al no tener que pensar el tomarte tu medicación o bien, cuando toca.
- Evita confusiones en la conservación y en la manipulación de los medicamentos, sobre todo en aquellos que tienen envases parecidos.
- Aumenta el control sobre el tratamiento y mejora el cumplimiento.
- Facilita la prevención, detección y resolución de problemas relacionados con la medicación (contraindicaciones, interacciones, efectos adversos).
- Aumenta la adherencia terapéutica.



“Para poder realizar desde la farmacia este Servicio de SPD, hay que llamar al Colegio Farmacéutico y acreditarse en dicho Servicio mediante un Curso sobre el Procedimiento normalizado de trabajo del Sistema Personalizado de Dosificación”

Movilidad limitada

Bastones y muletilas

Aunque pueda parecer obvio, para aquellas personas con una movilidad limitada, disponer de herramientas que le permitan una mayor autonomía, marca una gran diferencia en su evolución.

Si bien muchos se resisten a aceptar la necesidad de esa ayuda, una vez la aceptan, mejoran sustancialmente su calidad de vida.

Para las personas con una dependencia moderada, con movilidad reducida normal, causada por alguna lesión o deficiencia, el uso de un producto de apoyo supone un cambio muy significativo en su independencia y evolución.

En estos casos, se recomienda el uso de muletilas o bastones que aportan confianza al usuario y previenen caídas.

Podemos encontrar distintos tipos de muletilas:

Plegables, Extensibles, de Madera, Anatómicas y Bastones. Para la elección de unas u otras, podemos considerar sus características.

1. Plegables: las muletilas son ligeras, ya que están fabricadas en aluminio. Fácilmente regulables en altura gracias a un pivote y transportables, ya que se pueden doblar y guardar en su bolsa de transporte con el clip de sujeción. Disponen de una amplia gama de colores y estampados así como puño recto, derby o blando.

2. Extensibles: fabricadas también en aluminio, son ligeras y fáciles de regular mediante pivote. Disponen de una amplia gama de colores y estampados, así como puño recto o derby.

3. Madera: fabricadas en madera de haya de distintos colores y puños rectos o derbys, son más robustas, lo que da más seguridad a algunas personas al tener algo más de peso que las de aluminio. Para regularlas, es necesario sacar la contera y cortar con una sierra.

4. Anatómicas: puños adaptados a pacientes con artrosis o dolor articular en las manos. Disponibles en versión plegable y extensible.

5. Bastones: fabricados en madera de haya de distintos colores, tienen la clásica asidera curva en forma de cayado. Es el bastón tradicional de siempre. Para regularlas, es necesario sacar la contera y cortar con una sierra.



Para un uso correcto de la muletila es necesario tener en cuenta las siguientes consideraciones:

1. Usar el bastón en el lado opuesto a la pierna débil.
2. Situar el pie bueno detrás del cuerpo y el débil delante, en el lado opuesto del bastón, formando un triángulo imaginario.
3. Adelante el pie bueno a medida que deja el bastón hacia atrás a la par del pie débil.
4. Realice pasos cortos.

Tanto si hablamos de muletilas regulables por pivote o de madera es imprescindible, **una correcta regulación para un uso adecuado**. Para ello, con los zapatos de uso habitual y de pie, ajuste de manera que la empuñadura esté a la altura de la muñeca de un brazo en reposo o del trocánter (hueso de la cadera). Si necesita usar dos bastones, deben ser ligeramente más largos, ya que los situará delante del cuerpo para caminar.

Muletilas



Cod. Externo	Artículo	PVF Cofares
012837	Muletila Alemania MAD PU NACARI	15,51 €
012480	Muletila Escocesa MAD PU NACARI	15,51 €
012835	Muletila España MAD PU NACARI	15,51 €
012838	Muletila Francia MAD PU NACARI	15,51 €
012839	Muletila Inglesa MAD PU NACARI	15,51 €
012836	Muletila Italia MAD PU NACARI	15,51 €
012851	Muletila Leopardo MAD PU NACARI	15,72 €

Haz tu pedido en Ortopedia Central Cofares
902 636 555 - info@ortopediacentral.com

¿Cómo elegir un cojín antiescaras?



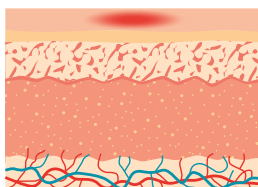
*Hoy en día las **úlceras por presión o escaras** son un problema importante en la salud pública sobre todo, para las personas mayores y aquellos que deben permanecer inmóviles durante mucho tiempo. Si estás pensando en **cómo elegir un cojín antiescaras**, te ayudamos para escoger la mejor opción.*



¿QUÉ ES UNA ESCARA O ÚLCERA POR PRESIÓN?

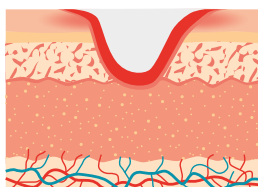
Una escara o úlcera por presión es una lesión en la piel provocada por la compresión excesiva y prolongada entre el cuerpo del paciente y una silla de ruedas, cama, etc. Dicha presión provoca un colapso en los capilares encargados de nutrir la piel llegando a la aparición de úlceras. Podemos decir que existen 4 estadios de las úlceras por presión.

Estadio 1



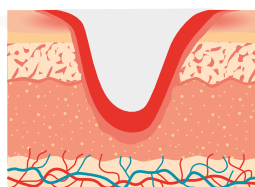
Aparece enrojecimiento o eritema, la piel está todavía íntegra, pero este enrojecimiento no palidece al presionar.

Estadio 2



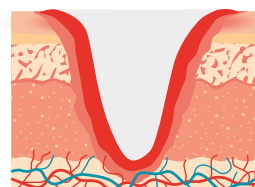
Pérdida parcial del grosor de la piel que afecta a la epidermis, dermis o ambas.

Estadio 3



Pérdida total del grosor de la piel y lesión o necrosis del tejido subcutáneo.

Estadio 4



Pérdida total del grosor de la piel con destrucción extensa, necrosis de los tejidos que pueden llegar a lesiones en el músculo, tendones o hueso.

¿PARA QUÉ SIRVE UN COJÍN ANTIESCARAS?

Los cojines antiescaras están diseñados para prevenir la aparición de heridas o escaras originadas por la permanencia prolongada en superficies incómodas, repartiendo el peso del cuerpo de manera proporcional y mejorando la calidad de vida de los pacientes.

TIPOS DE COJINES ANTIESCARAS

Según las necesidades específicas de cada paciente, se deberá escoger un modelo u otro de cojín teniendo en cuenta el tipo de **material**, la **movilidad** y el **grado de escara** del paciente. A continuación, vamos a ver qué **tipos de cojines** antiescaras existen y cuál es el más adecuado para cada caso:



• **Cojín antiescaras preventivos:** los cojines antiescaras preventivos son los más básicos para prevenir las escaras o úlceras por presión. Pueden ser, cojines antiescaras de borreguito o de poliuretano. Están fabricados con fibra hueca siliconada conjugada e incorporan en su parte exterior las siguientes propiedades: antimicrobiano, transpirable, impermeable, bielástico e ignífugo. Además, los cojines de borreguito permiten la circulación constante del aire y evita la acumulación de malos olores favoreciendo la evaporación de la humedad. Es una buena opción para aquellas personas que empiezan a permanecer mucho tiempo sentadas durante el día y por tanto, para usuarios que tienen un bajo riesgo de padecer escaras.



• **Cojines antiescaras viscoelásticos:** son perfectos para aquellas personas que van en sillas de ruedas a diario. Estos cojines antiescaras para silla de ruedas están diseñados con forma anatómica cuya espuma inyectada de alta densidad tienen un efecto memoria siendo muy eficaces en la distribución del peso del usuario evitando presiones excesivas. Se recomiendan estos cojines a los usuarios que tengan un riesgo medio o elevado de padecer escaras.



• **Cojines antiescaras de aire:** los cojines de células de aire están divididos en varias células de aire y son adecuados para aquellas personas que están todo el día sentados y tienen un elevado riesgo de sufrir úlceras por presión.



161082



009689



009690

Código Pedido	Categoría	Artículo	MARCA
161082	FLOTACION LQ	COJIN EMO FLOT LIQ CUA 40X40X6	EMO
009689	FLOTACION LQ	COJIN SIGEL P.B 4,5 CUADRADO	WINNCARE
009690	FLOTACION LQ	COJIN SIGEL P.B. 4,5 HERRADURA	WINNCARE



009915



009916



009914



009533



009531



009532



009534



008608

Código Pedido	Categoría	Artículo	MARCA
009915	SUAPEL	COJIN ANTIESC SOFT CUAD AGUJ	ORLIMAN
009916	SUAPEL	COJIN ANTIESC SOFT HERRADURA	ORLIMAN
009914	SUAPEL	COJIN ANTIESC SOFT REDONDO	ORLIMAN
009533	SUAPEL	COJIN ORTOTEX CUADRADO 44X44 R	ORTOTEX
009531	SUAPEL	COJIN ORTOTEX CUADRADO C/AGUJ.	ORTOTEX
009532	SUAPEL	COJIN ORTOTEX HERR ANTIESC 727	ORTOTEX
009534	SUAPEL	COJIN ORTOTEX REDONDO ANTIESC	ORTOTEX
008608	SUAPEL	COJIN REDONDO C/AGUJERO GRIS	UBIO



009918



009917

Código Pedido	Categoría	Artículo	MARCA
009918	POLIURETANO	COJIN ANTIESC TECH HERRADURA	ORLIMAN
009917	POLIURETANO	COJIN ANTIESC TECH REDONDO	ORLIMAN



009694



009691



009692



009693



00919



009922



010084



008632

Código Pedido	Categoría	Artículo	MARCA
009694	VISCOLASTICO	COJIN ALOVA 45X44 CM APOY PELV	WINNCARE
009691	VISCOLASTICO	COJIN ALOVA PERFIL 40X41 CM	WINNCARE
009692	VISCOLASTICO	COJIN ALOVA PERFIL 43X43 CM	WINNCARE
009693	VISCOLASTICO	COJIN ALOVA PERFIL 45X44 CM	WINNCARE
009919	VISCOLASTICO	COJIN ANTIESC CUAD 2CAP ESPUMA	ORLIMAN
009922	VISCOLASTICO	COJIN ANTIESC VISCO CUAD MEMOR	ORLIMAN
010084	VISCOLASTICO	COJIN ANTIESCARAS VISCO CV040	EMO
008632	VISCOLASTICO	COJIN VISCO MAXICONFORT42X42X8	UBIO

Servicio de Atención Personalizada y Especializada

902 636 555

info@ortopediacentral.com

www.cofares.es

Más de 40 años de experiencia

- Ofrecemos asistencia telefónica especializada.
- Damos respuesta ante cualquier consulta técnica o comercial.
- Gestionamos tus pedidos del Catálogo de Ortopedia y Encargos.







Boletín Ortopedia



Ctra. Fuencarral - Alcobendas, 6
28049 Madrid
www.cofares.es

Atención especializada: **902 636 555**

