

EL ESTUDIO APARECE PUBLICADO EN LA REVISTA ESPAÑOLA 'BOLETÍN DE PSICOLOGÍA'

## El 55% de los enfermos crónicos se salta en alguna ocasión la toma de su medicación

Investigadores de la Universidad de Almería han analizado el impacto del apoyo de la pareja, la familia y los amigos en la salud y el bienestar de los pacientes crónicos para cumplir las pautas médicas recomendadas. Los datos muestran que la mayoría de los pacientes encuentra dificultades para cumplir las recomendaciones médicas.

SINC

26/12/2008 12:00 CEST



[El apoyo social se relaciona con el bienestar de los enfermos crónicos.](#) Foto: James Fischer.

Una enfermedad crónica, de larga duración y no curable salvo raras excepciones, supone para la persona enferma un cambio permanente en su estilo de vida. El seguimiento de las prescripciones terapéuticas (régimen farmacológico estricto, alimentación adecuada y ejercicio físico diario) es fundamental para mantener una buena calidad de vida de quien padece una enfermedad crónica.

El estudio, que ha publicado recientemente el *Boletín de Psicología*, se realizó en 100 pacientes crónicos con edades entre los 21 y los 67 años, y "analiza en qué medida el apoyo social influye sobre la adherencia a las

prescripciones médicas y la relación existente entre el seguimiento terapéutico, el bienestar y la salud de estos enfermos”, explica a SINC María José Martos, primera autora del artículo e investigadora en la Universidad de Almería.

Así, más de la mitad de los pacientes crónicos no sigue escrupulosamente sus tratamientos (un 55% manifiesta haberse saltado en alguna ocasión la toma de su medicación), y la mayoría encuentra dificultades para cumplir las recomendaciones dietéticas (83% de incumplimiento), así como el patrón de ejercicio físico (79% de no adherencia).

Estos resultados coinciden con los obtenidos en investigaciones previas. Según los expertos, “una persona puede cumplir estrictamente con las recomendaciones en un área (medicación), pero no seguir en absoluto las otras recomendaciones (dieta y ejercicio físico)”.

### **Cuanta más gente nos rodee, mejor**

El apoyo social siempre se ha relacionado con el bienestar de los enfermos crónicos. Este estudio comprobó que la familia y la pareja suelen ser los dos mayores predictores de esta buena salud en la adherencia a la medicación o seguimiento de la dieta. Sin embargo, en relación al ejercicio físico, son los amigos quienes más influyen en el cumplimiento de las pautas recomendadas.

“Es elemental valorar en qué medida el paciente percibe tener apoyo social, y si esas muestras de apoyo satisfacen sus expectativas y, además, si el apoyo social entre el paciente y sus allegados es mutuo y recíproco”, indica a SINC la investigadora. En el estudio, la variable de satisfacción con el apoyo predijo de manera más precisa la salud (objetiva y subjetiva).

Las redes sociales aparecen como otro factor predictor de la salud percibida por los propios pacientes. “Aunque se creía que las redes sociales (el número de personas que rodean al paciente) no estaban tan ligadas como el apoyo social a la salud del paciente crónico, hemos encontrado que una amplia red social mejora el estado de los enfermos por encima de aquellos que poseen una red social más limitada”, apunta Martos. “Queremos que nuestros resultados se trasladen a programas sociales para mejorar la

calidad de vida de los enfermos crónicos”, concluye.

### Sobre las enfermedades crónicas

La enfermedad crónica es uno de los fenómenos más característicos de nuestros días. En 2005, la Organización Mundial de la Salud (OMS) calculó que 35 millones de personas murieron por culpa de una enfermedad crónica, más del 60% de los 58 millones de defunciones que se produjeron ese año en el planeta.

Contrariamente a lo que suele creerse, las enfermedades crónicas no sólo afectan a los hombres en países industrializados. Según datos de la OMS, el 80% de las muertes provocadas por enfermedades crónicas se producen actualmente en países de ingresos bajos y medianos, donde afectan a hombres y mujeres casi en la misma proporción.

---

### Referencia bibliográfica:

María José Martos Méndez, Carmen Pozo Muñoz, Enrique Alonso Morillejo. “Influencia de las relaciones interpersonales sobre la salud y la conducta de adherencia en una muestra de pacientes crónicos”. *Boletín de Psicología* 93 (59-77) 2008.

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

CRÓNICO | MEDICACIÓN | EJERCICIO | APOYO |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)

