



La adherencia a tratamientos farmacológico

En Chile y en el mundo, las enfermedades crónicas cada vez tienen mayor incidencia. Esta tendencia está directamente relacionada con los estilos de vida que predominan en la comunidad: el sedentarismo, el estrés, la alimentación poco balanceada, la falta de hidratación adecuada y el consumo excesivo de alcohol, tabaco y azúcares refinadas. Estos factores son los principales causantes de patologías como la hipertensión, la diabetes e incluso trastornos de salud mental. Frente a este panorama, el diagnóstico de una enfermedad crónica debe abordarse con dos enfoques fundamentales: un cambio profundo en el estilo de vida y una adherencia estricta al tratamiento farmacológico prescrito. El inicio de estos tratamientos es crucial, ya que el éxito en el control de la patología depende en gran medida de la constancia, el compromiso, y el apoyo del entorno familiar y social del paciente. Estos factores determinan si la persona comprende verdade-

ramente la importancia de seguir sus medicamentos según las indicaciones de dosis, horario y de adoptar hábitos que contribuyan a equilibrar su bienestar. El contexto social y la educación proporcionada por los profesionales de la salud al momento del diagnóstico también juegan un papel decisivo. La adherencia farmacológica, definida por la Organización Mundial de la Salud como el cumplimiento riguroso de la medicación y su continuidad en el tiempo, es una batalla constante. En algunos países, puede alcanzar hasta el 90%, una cifra que muestra la gravedad del problema. La interrupción de los tratamientos farmacológicos, por cualquier motivo, suele llevar al empeoramiento de la enfermedad de base, lo que complica aún más la situación de salud del paciente. Un ejemplo claro es la hipertensión arterial, la primera causa de muerte en Chile, según el Departamento de Estadística e Información en Salud (DEIS). Esta "enferme-

dad silenciosa" a menudo no presenta síntomas evidentes, lo que lleva a muchas personas a subestimar su gravedad hasta que enfrentan una crisis, o a una consecuencia directa como un infarto o un accidente cerebrovascular. Además, la suspensión abrupta de ciertos medicamentos puede provocar efectos secundarios graves, especialmente en tratamientos para enfermedades mentales, que requieren una gestión cuidadosa tanto al inicio como al final del proceso. Renunciar a un tratamiento farmacológico no es una decisión menor. La adherencia es un pilar esencial para la salud y el bienestar a largo plazo, y es fundamental que tanto los pacientes como sus comunidades comprendan su importancia.

Pamela Navarro, académica Carrera de Técnico de Nivel Superior en Enfermería UDLA Sede Viña del Mar