



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

Como facer un uso apropiado do Sistema Sanitario Público. A visión dun pediatra de Atención Primaria

Traductor/a:

Botóns.eu - Portal Galego de Educación.

[Volumen 4. Nº 2. Junio 2011](#) ^[1]

Imos incidir brevemente neste texto no uso adecuado do sistema sanitario e na recuperación do papel activo da familia nos cuidados da saúde dos seus fillos, un aspecto que nos preocupa como pediatras de cabeceira dos seus fillos e que cremos que merece unha reflexión por parte de todos os ámbitos implicados: familias, profesionais sanitarios e administración sanitaria.

Para encadrar o tema só unhas pinceladas sobre a contorna na que vivimos. Un mundo con présas e consumista, baseado na consecución do perfecto benestar e en alcanzar axiña bens materiais relacionados co consumo, o lecer, etc; e onde a saúde pasa a ser un ben de consumo máis. Neste modelo non encaixan a paciencia, o sacrificio, o esforzo, a constancia, resultando difícil resolver situacións cotiás, aínda que se trate de problemas menores e transitorios.

Sabemos que ser pais non é unha tarefa fácil. A crianza sitúanos ante novas responsabilidades, supón retos e dificultades, e proporciónanos tamén importantes logros e satisfaccións. Cando a rutina se ve alterada pola irrupción da enfermidade, o ritmo de vida cotián reséntese de forma importante e pouco desexable, e búscanse solucións rápidas.

Desde os servizos sanitarios observamos con preocupación como se acode a nós por problemas de pouca transcendencia, mesmo de forma repetida, a pesar de que unha e outra vez reiteramos as mesmas pautas de actuación e transmitimos información sobre a evolución esperada dos síntomas en enfermidades frecuentes.

En moitas ocasións os pais teñen unhas expectativas irreais sobre o curso da enfermidade. Cren que acudir con prontitude aos servizos sanitarios, ou que o inicio dun tratamento específico poderá cambiar o

curso da enfermidade, acurtándoa, ou mesmo freándoa en seco ignorando que a maioría dos síntomas que tanto lles asustan son mecanismos naturais do organismo, esperados, que hai que respectar e deixar actuar. A febre, por exemplo, é unha resposta para combater a infección. A administración de antitérmicos axuda a mellorar os síntomas de malestar e a rebaixar a temperatura en maior ou menor medida, non combaten a enfermidade, que seguirá o seu curso de varios días na maioría das veces. Por iso os antitérmicos só deben usarse cando sexa necesario (febre elevada, malestar importante, etc...)

O mesmo podemos dicir doutros problemas frecuentes como a tose, os vómitos ou a diarrea, que xeran gran ansiedade entre os familiares e cuidadores; ou en considerar como enfermidade estados propios da infancia ou a adolescencia. Parece coma se os pais e nais, nalgúns casos, non se atopasen capacitados e seguros para coidar da súa prole e necesitasen que un profesional médico certifique cada unha das actuacións e dos cuidados que eles levarían a cabo ante situacións que xa viviron ou para as que se lles instruíu con anterioridade.

Outro tanto ocorre co manexo de problemas de índole psicosocial, do comportamento ou de resposta a situacións estresantes ou conflitivas no seo da familia ou da súa contorna, etc. Ás veces, o consello que se nos pide convértese en esixencia para que se realice unha valoración por equipos de saúde mental que lles asesore en pautas de actuación ante situacións cotiás, coma se todo tivese solución no ámbito médico, en detrimento de escoitar o que di o sentido común.

O mal uso e a dependencia dos servizos sanitarios orixinan múltiples visitas aos servizos de saúde que, consecuentemente, se atopan cada vez máis saturados, creando frustración nas familias polo tempo de espera, ás veces longo, na consulta de pediatría ou nos servizos de urxencias. Puntualmente e de forma inxustificada este é o detonante de comportamentos violentos intolerables contra os profesionais sanitarios.

Doutra banda, os profesionais senten frustración por dispor de escaso tempo para abordar problemas de maior relevancia, que baixo estas circunstancias de masificación non se poden atender convenientemente.

Facemos un chamamento á sociedade para que se conciencie que é no seo da familia onde se deben prestar a maioría dos cuidados de saúde e, a iniciativa dos pais, recuperar un papel activo no manexo dos problemas de saúde dos seus fillos.

Animamos ás familias a cambiar de actitude, a confiar nos cuidados que prestan, que na maioría das veces resúmese en coñecementos básicos, sentido común e moito, moito agarimo para acompañar a enfermidade.

Os fillos aprenderán así que os seus pais son competentes nos seus cuidados, e serán máis independentes, aprendendo a afrontar os problemas de saúde de forma máis natural, sosegada e segura. Saberán que poden facer ante unha caída leve, como curar unha ferida, a dieta adecuada ante os vómitos, a diarrea, como actuar ante a febre. E tamén aprenderán que se presentan outros problemas menores para os que dispomos de poucas armas e que hai que superar estoicamente como os catarros, nos que non faltan síntomas tan molestos como as secrecións nas vías respiratorias e a tose.

Animamos tamén ás autoridades a difundir campañas que fomenten a educación da poboación no bo uso dos servizos sanitarios, na adquisición de hábitos e estilos de vida saudables e como non, en reforzar a confianza nos cuidados que se prestan a si mesmos.

O respecto polos profesionais sanitarios é a base para ter unha convivencia satisfactoria que permita unha atención sanitaria adecuada, nunha profesión que ten tanto de vocacional, e cuxa pedra angular é o acto médico nunha relación harmoniosa médico-paciente/familia.

É responsabilidade de todos conseguilo colaborando así coa sustentabilidade do noso sistema sanitario. Coidémolo, coidémonos.