



FAMIPED

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

Cómo hacer un uso apropiado del Sistema Sanitario Público. La visión de un pediatra de Atención Primaria

[Volumen 4. Nº 2. Junio 2011](#) ^[1]

Vamos a incidir brevemente en este texto en el uso adecuado del sistema sanitario y en la recuperación del papel activo de la familia en los cuidados de la salud de sus hijos, un aspecto que nos preocupa como pediatras de cabecera y que creemos que merece una reflexión por parte de todos los ámbitos implicados: familias, profesionales sanitarios y administración sanitaria.

Para encuadrar el tema, sólo unas pinceladas sobre el entorno en el que vivimos. Un mundo con prisas y consumista, basado en la consecución del **perfecto** bienestar y en alcanzar con prontitud bienes materiales relacionados con el consumo, el ocio, etc., y donde la salud pasa a ser un bien de consumo más. En este modelo no encajan la paciencia, el sacrificio, el esfuerzo, la constancia, resultando difícil resolver situaciones cotidianas, aunque se trate de problemas menores y transitorios.

Sabemos que ser padres no es una tarea fácil. La crianza nos sitúa ante nuevas responsabilidades, supone retos y dificultades, y nos proporciona también importantes logros y satisfacciones. Cuando la rutina se ve alterada por la irrupción de la enfermedad, el ritmo de vida cotidiano se resiente de forma importante y poco deseable, y se buscan soluciones rápidas.

Desde los servicios sanitarios observamos con preocupación cómo se acude a nosotros por problemas de poca trascendencia, incluso de forma repetida, a pesar de que una y otra vez reiteramos las mismas pautas de actuación y transmitimos información sobre la evolución esperada de los síntomas en enfermedades frecuentes.

En muchas ocasiones los padres tienen unas expectativas irreales sobre el curso de la enfermedad. Creen que acudir con prontitud a los servicios sanitarios, o que el inicio de un tratamiento específico podrá cambiar el curso de la enfermedad, acortándola, o incluso frenándola en seco, ignorando que la mayoría de los síntomas que tanto les asustan son mecanismos naturales del organismo, esperados, que hay que respetar y dejar actuar. La fiebre, por ejemplo, es una respuesta para combatir la infección.

La administración de antitérmicos ayuda a mejorar los síntomas de malestar y a rebajar la temperatura en mayor o menor medida, no combaten la enfermedad, que seguirá su curso de varios días en la mayoría de las veces. Por eso los antitérmicos sólo deben usarse cuando sea necesario (fiebre elevada, malestar importante, etc.)

Lo mismo podemos decir de otros problemas frecuentes como la tos, los vómitos o la diarrea, que generan gran ansiedad entre los familiares y cuidadores, o considerar como enfermedad estados propios de la infancia o la adolescencia. Parece como si los padres y madres, en algunos casos, no se encontraran capacitados y seguros para cuidar de su prole y necesitaran que un profesional médico certifique cada una de las actuaciones y de los cuidados que ellos llevarían a cabo ante situaciones que ya han vivido o para las que se les ha instruido con anterioridad.

Otro tanto ocurre con el manejo de problemas de índole psicosocial, del comportamiento o de respuesta a situaciones estresantes o conflictivas en el seno de la familia o de su entorno, etc. A veces, el consejo que se nos pide se convierte en exigencia para que se realice una valoración por equipos de salud mental que les asesore en pautas de actuación ante situaciones cotidianas, como si todo tuviera solución en el ámbito médico, en detrimento de escuchar lo que dice el sentido común.

El mal uso y la dependencia de los servicios sanitarios originan múltiples visitas a los servicios de salud que, consecuentemente, se encuentran cada vez más saturados, creando frustración en las familias por el tiempo de espera, a veces largo, en la consulta de pediatría o en los servicios de urgencias. Puntualmente y de forma injustificada este es el detonante de comportamientos violentos intolerables contra los profesionales sanitarios.

Por otro lado, los profesionales sienten frustración por disponer de escaso tiempo para abordar problemas de mayor relevancia, que, bajo estas circunstancias de masificación, no se pueden atender convenientemente.

Hacemos un llamamiento a la sociedad para que se conciencie de que es en el seno de la familia donde se debe prestar la mayoría de los cuidados de salud y, a iniciativa de los padres, recuperar un papel activo en el manejo de los problemas de salud de sus hijos.

Animamos a las familias a cambiar de actitud, a confiar en los cuidados que prestan, que la mayoría de las veces se resume en conocimientos básicos, sentido común y mucho, mucho cariño para acompañar la enfermedad.

Los hijos aprenderán así que sus padres son competentes en sus cuidados, y serán más independientes, aprendiendo a afrontar los problemas de salud de forma más natural, sosegada y segura. Sabrán qué pueden hacer ante una caída leve, cómo curar una herida, la dieta adecuada ante los vómitos, la diarrea, cómo actuar ante la fiebre. Y también aprenderán que se presentan otros problemas menores para los que disponemos de pocas armas y que hay que superar estoicamente, como los catarros, en los que no faltan síntomas tan molestos como las secreciones en las vías respiratorias y la tos.

Animamos también a las autoridades a difundir campañas que fomenten la educación de la población en el buen uso de los servicios sanitarios, en la adquisición de hábitos y estilos de vida saludables y, cómo no, en reforzar la confianza en los cuidados que se prestan a sí mismos.

El respeto por los profesionales sanitarios es la base para tener una convivencia satisfactoria que permita una atención sanitaria adecuada, en una profesión que tiene tanto de vocacional, y cuya piedra angular

es el acto médico en una relación armoniosa médico-paciente/familia.

Es responsabilidad de todos conseguirlo, colaborando así con la sostenibilidad de nuestro sistema sanitario. Cuidémoslo, cuidémonos.