



1er Encuentro Multidisciplinar  
de Profesionales Sanitarios & Pacientes

# La Autogestión y Autocuidado del Paciente de cara a la Prevención

**Dr. José Luis Baquero**

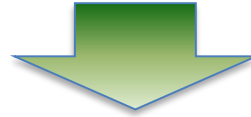
Director y coordinador científico del Foro Español de Pacientes

30 de enero de 2018

¿Dónde debe estar el centro de atención?



## ¿Dónde debe estar el centro de atención?



*Lo importante  
es el enfermo,  
no la enfermedad*

*Albert Jovell*



**Dr. Alberto Jorge Jovell Fernández**  
Fundador y 1<sup>er</sup> presidente del Foro Español de Pacientes



## ¿Dónde debe estar el centro de atención?



**Dr. Alberto Jorge Jovell Fernández**  
Fundador y 1<sup>er</sup> presidente del Foro Español de Pacientes



Atención sanitaria centrada en  
las necesidades del **paciente** y en la generación de *valor*



## Varían las necesidades

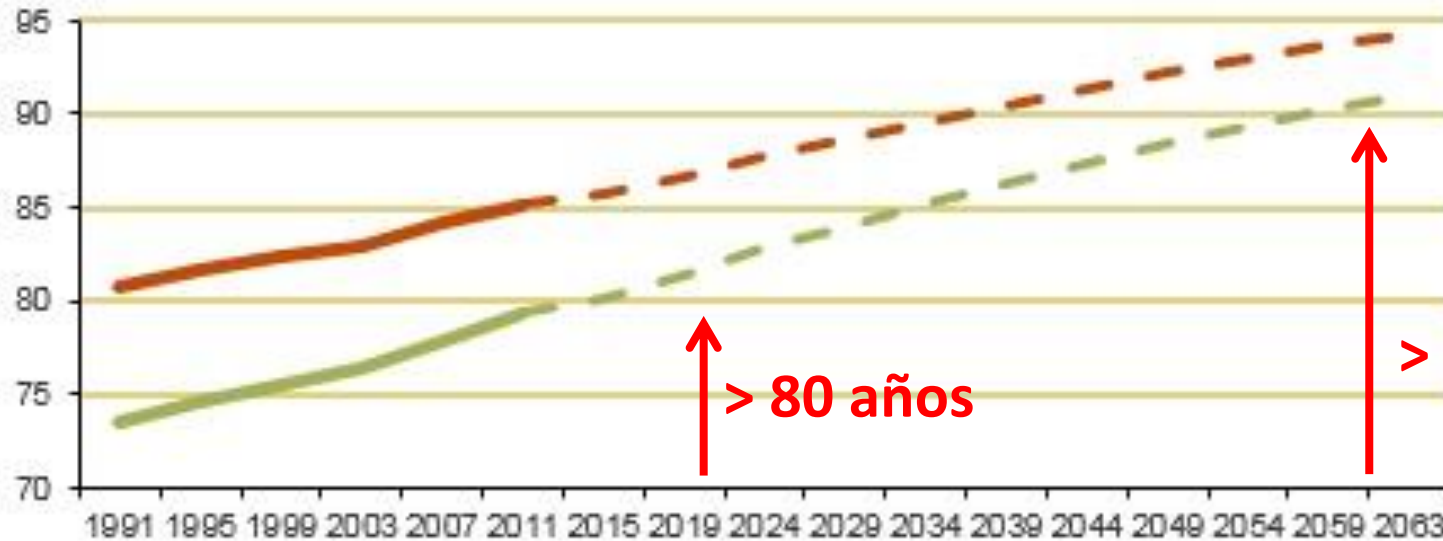


## Atención personalizada

↑ Esperanza de vida → envejecimiento <sup>1</sup>

Esperanza de vida al nacimiento

años



— Hombres — Mujeres

Fuente: Proyecciones de población. INE

1. [http://www.ine.es/ss/Satellite?L=es\\_ES&c=INESeccion\\_C&cid=1259926380048&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios/PYSLayout](http://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259926380048&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios/PYSLayout)

El **envejecimiento** frecuentemente se acompaña de:

- ↑ cronicidad,
- ↑ pluripatología,
- ↑ polimedicación e importante consumo de recursos,
- ↑ cierta discapacidad,
- ↑ soledad,
- Etc.

El **envejecimiento** frecuentemente se acompaña de:

- ↑ cronicidad,
- ↑ pluripatología,
- ↑ polimedicación e importante consumo de recursos,
- ↑ cierta discapacidad,
- ↑ soledad
- Etc.

Atención  
**SANITARIA**



Atención  
**SOCIOSANITARIA**





Aunque la Organización Mundial de la Salud define la **salud** como aquel estado de bienestar **físico, emocional y social**, y no sólo como la ausencia de enfermedad<sup>1</sup>,



1. World Health Organization (WHO). Preamble to the Constitution of the WHO as adopted by the International Health Conference, New York, 19-22 June, 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of the WHO, no.2, p.100). 1948. [Citado el 5 de octubre de 2015 1. Disponible en: <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>].

Aunque la Organización Mundial de la Salud define la **salud** como aquel estado de bienestar **físico, emocional y social**, y no sólo como la ausencia de enfermedad<sup>1</sup>,

es frecuente observar que el Sistema Nacional de Salud dirige el tratamiento fundamentalmente a combatir la afectación **física** ...y apenas se atiende su repercusión **emocional y social**<sup>2-4</sup>.

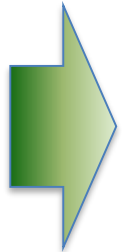


1. World Health Organization (WHO). Preamble to the Constitution of the WHO as adopted by the International Health Conference, New York, 19-22 June, 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of the WHO, no.2, p.100). 1948. [Citado el 5 de octubre de 2015 1. Disponible en: <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>].
2. Castañeda S; Torralba AI; Alcaide L y Baquero JL. Informe del proyecto OPINAR. Barómetro nacional para valorar el aspecto emocional del paciente con artritis reumatoide. Ciencia y Evidencia (ISSN 2174-8101). Vol 3, Oct 2016: 3-11.
3. Castañeda Sanz; M. A. Gonzalez-Gay; E. F. Vicente; C. Alegre de Miguel; M. de la Hera; V. Torrente Segarra; L. Merino-Meléndez; A. Juan Mas; L. Alcaide; A. I. Torralba; J.L. Baquero Ubeda. Barómetro nacional para valorar el aspecto emocional del paciente con artritis reumatoide. Póster 239. XLIII Congreso Nacional de la SER; Bilbao 23-26 de mayo de 2017.
4. Castañeda; M. A. Gonzalez-Gay; E. F. Vicente; C. Alegre de Miguel; M. de la Hera; V. Torrente Segarra; L. Merino-Meléndez; A. Juan Mas; L. Alcaide; A. I. Torralba; J.L. Baquero. National Barometer to assess the emotional aspects of patients with rheumatoid arthritis. OPINAR Project. EULAR; Madrid, June 2017

Se hace necesario...



Garantizar el BIENESTAR de la persona

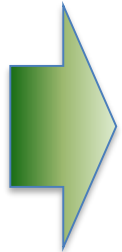


Garantizar el soporte del COSTE, del sistema y la persona

Se hace necesario...



Garantizar el BIENESTAR de la persona



Garantizar el soporte del COSTE, del sistema y la persona



**PREVENCIÓN**

# PREVENCIÓN

# PREVENCIÓN



# FORMACIÓN

# PREVENCIÓN



# FORMACIÓN

- **Hábitos saludables**, desde edad temprana

# PREVENCIÓN



# FORMACIÓN

- **Hábitos saludables**, desde edad temprana

*P.e. La enfermera en los colegios*





# PREVENCIÓN



# FORMACIÓN

- **Hábitos saludables**, desde edad temprana
- La **capacitación** para la Autogestión y el Autocuidado



## PREVENCIÓN



## FORMACIÓN

- **Hábitos saludables**, desde edad temprana

- La **capacitación** para la Autogestión y el Autocuidado

*...y la responsabilidad de cada persona*



**Formación para la capacitación**

**+**

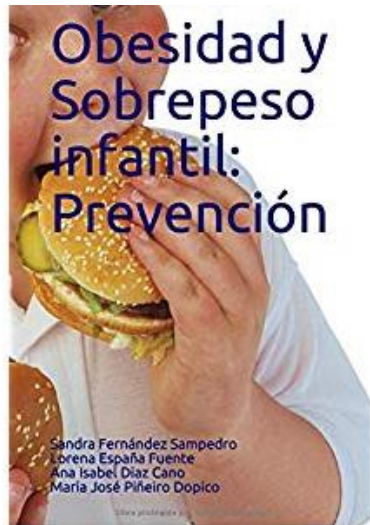
**La responsabilidad de cada persona**



# Formación para la capacitación



La **responsabilidad** de cada persona



CÓMO EMPEZAR  
A HACER EJERCICIO  
= si tengo sobrepeso =



CÓMO COMENZAR  
A HACER EJERCICIO

Si tengo sobrepeso

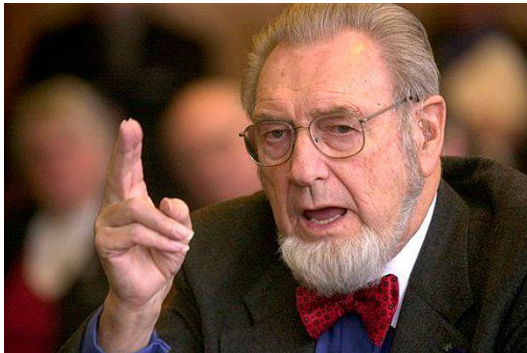




**Formación para la capacitación**

**+**

**La responsabilidad de cada persona**



“Los medicamentos no funcionan  
en aquellos pacientes que no los toman”

C. Everett Koop



## CONCLUSIÓN:

- Tenemos **derecho** a recibir una atención de calidad:
  - Universal
  - Personalizada
  - Completa



## CONCLUSIÓN:

- Tenemos **derecho** a recibir una atención de calidad:
  - Universal
  - Personalizada
  - Completa
  
- Pero también tenemos el **deber** de:
  - **Autogestionar** nuestra salud y **autocuidarnos**

# Gracias



C/ Viridiana nº 9; portal H; 1º izq. 28018 Madrid  
Tel.: 91 140 1991 - [www.forodepacientes.org](http://www.forodepacientes.org)  
[info@forodepacientes.org](mailto:info@forodepacientes.org)





D. Juan Pedro Baños Jiménez  
Presidente de la AET