

HIPOTIROIDISMO: ADHERENCIA EN EL TRATAMIENTO CON LEVOTIROXINA

Autor principal:

VIRTUDES
NIÑO
MARTÍN

Segundo co-autor:

MARÍA
ARRANZ
MARTÍNEZ

Área temática:

Calidad y Prácticas Seguras en el área de Enfermería Comunitaria y Familiar

Palabra clave 1:

Hypothyroidism

Palabra clave 2:

Hipotiroidismo congénito

Palabra clave 3:

Levotiroxina

Palabra clave 4:

Adherencia

Resumen:

El hipotiroidismo es una patología muy prevalente, principalmente en mujeres a partir de los 50 años. La mayoría de las veces se debe a una afección de la glándula tiroides por enfermedad tiroidea autoinmunitaria o iatrogenia. El tratamiento de elección es la levotiroxina sódica. En este trabajo se analiza el concepto adherencia terapéutica que engloba el tratamiento de la levotiroxina (cumplimiento terapéutico) y los diferentes elementos que influyen en la malabsorción como pueden ser la ingesta en ayunas, la fibra, grasa, soja y café. También se analizan las causas de la falta de adherencia y métodos y estrategias para mejorarla. Concluimos que la adherencia terapéutica debe ser un objetivo esencial, englobando todos los agentes implicados en la salud del paciente.

Antecedentes/Objetivos:

A lo largo de los años se ha producido una mejora del diagnóstico y el tratamiento de los diferentes problemas de salud. Sin embargo, la falta de adherencia a los tratamientos continúa siendo una dificultad para cumplir con el propósito de mejorar la salud y la calidad de vida de los pacientes.

Entendemos adherencia terapéutica como la conducta de una persona, en términos de tomar una medicación o efectuar cambios en el estilo de vida y que coincide con las recomendaciones

dadas o higiénico sanitarias también engloba la adherencia no farmacológica o grado de coincidencia entre las orientaciones ofrecidas y ejecución de estas orientaciones por parte del paciente.

Los problemas de adherencia están siempre presentes, independientemente de la enfermedad, del tipo de paciente o del grupo demográfico, y sea cual sea su nivel socioeconómico. De forma general, los estudios clínicos realizados en las últimas décadas demuestran una adherencia media del 75,2%; es decir, uno de cada 4 pacientes no toma la medicación de la forma que se considera adecuada. Son muchos los estudios que han mostrado una relación directa entre la adherencia y una mejor evolución de la enfermedad o, por lo menos, un menor deterioro.

La medición de la adherencia y su evaluación son problemas importantes en la práctica clínica, debido a la dificultad para obtener datos fiables. A lo largo de los años se han ido proponiendo diferentes

Descripción del problema - Material y método:

Estudio descriptivo transversal, se realizó una valoración de la adherencia terapéutica en un centro de salud urbano, durante seis meses de 2015 a los pacientes diagnosticados de hipotiroidismo y en tratamiento con levotiroxina. Se elaboró por un lado un cuestionario donde participaron 82 pacientes y donde se recogía: toma de la medicación en ayunas (media hora antes del desayuno), ingesta de fibra, grasa, soja y café y por otro lado se utilizó el Test de cumplimiento autocomunicado o el Test de Morisky-Green que está basado en la entrevista clínica para evaluar la adherencia terapéutica. Las variables estudiadas fueron la edad, sexo, adherencia, y cumplimiento terapéutico. El análisis estadístico se efectuó con el SPSS.

Resultados y discusión:

El nº de pacientes hipotiroideos en tratamiento con levotiroxina = 82 (72% mujeres y 28 % varones), un 38% están en una franja de edad de entre 65 a 68 años. Se obtuvo una falta de adherencia terapéutica del 62% a través del test de Morisky. Entre los factores más frecuente que influyen en la adherencia al tratamiento en este estudio se encuentran los olvidos en la toma de la medicación y en dejar la medicación cuando se encuentran bien. Al analizar los diferentes elementos que dificultan la absorción de la levotiroxina hemos identificado en un 20% que no toman la medicación en ayunas (media hora antes del desayuno), un 10% toman la levotiroxina con fibra, un 6% con grasa, un 3% con soja y un 15% con café.

Conclusiones:

- Los pacientes deben conocer que la dosis de la levotiroxina hay que tomarla en ayunas, 30 a 60 min antes del desayuno (con agua) para facilitar su absorción.
- Es necesario informar al paciente que el tratamiento con levotiroxina es de por vida.
- Conviene distanciar unas 4 a 6 horas la ingesta de la levotiroxina de la de otros fármacos e informar de las posibles interferencias.
- El número excesivo de medicamentos favorece la falta de cumplimiento terapéutico.
- La adherencia o cumplimentación terapéutica incluye tanto el cumplimiento de los tratamientos farmacológicos como el seguimiento de las recomendaciones higiénico-dietéticas o la adopción de cambios de estilos de vida en los pacientes.

Aportación del trabajo a la seguridad del paciente:

- El análisis pone de manifiesto la necesidad de monitorizar el cumplimiento terapéutico de la levotiroxina para garantizar su seguridad.
- La seguridad del paciente exige un esfuerzo de atención en las diferentes actuaciones que se realicen.

Propuestas de líneas futuras de investigación:

Verificar que con la adopción de estas medidas se consigue unos niveles óptimos de T4.

Bibliografía:

Amado Guirado E. Elementos básicos del abordaje de la medicación en el paciente crónico: Información al paciente, conciliación, revisión y adherencia. Congreso de la Sociedad Española de Farmacéuticos de Atención Primaria (SEFAP). 2012.

Conthe P, Márquez-Contreras E. Documento de consenso. Una aproximación multidisciplinar al problema de la adherencia terapéutica en las enfermedades crónicas: estado de la situación y perspectivas de futuro. 2012.
