

## Paciente polimedicada con problemas osteomusculares

Carmona Castro N<sup>1</sup>, Hall Ramírez V<sup>2</sup>.  
Curso FA-5035 Atención Farmacéutica II. Licenciatura en Farmacia. Facultad de Farmacia, Universidad de Costa Rica.  
Centro Nacional de Información de Medicamentos (CIMED®). INIFAR, Facultad de Farmacia, Universidad de Costa Rica

Email de contacto: [nccastro08@gmail.com](mailto:nccastro08@gmail.com) y [victoria.hall@ucr.ac.cr](mailto:victoria.hall@ucr.ac.cr)



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA

Facultad de  
Farmacia

CIMED  
Centro Nacional de Información de Medicamentos

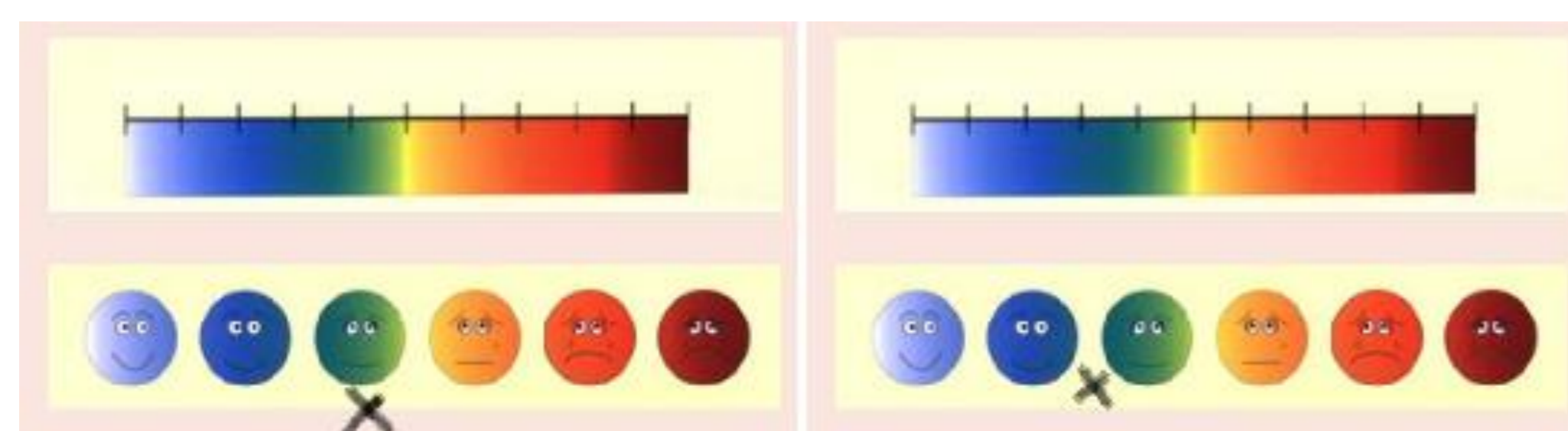
### DESCRIPCIÓN DEL CASO

Paciente femenina de 54 años de edad, que no realiza ejercicio ni los 3 tiempos de comida básicos, con un consumo mínimo de frutas y vegetales, múltiples padecimientos, medicamentos y problemas de adherencia.

Sus problemas de salud y medicamentos a marzo-abril del 2014 son los siguientes:

Problemas de salud	Medicamentos
Hipertensión arterial	Atenolol 50 mg, 1-0-0
Fibromialgia	Hidroclorotiazida 25 mg, 1-0-0
Discopatía degenerativa lumbar	Amitriptilina 10 mg, 0-0-3
Artrosis	Indometacina 25 mg, PRN (o supositorios de 100 mg, ½ PRN)
Depresión	Ibuprofeno 400 mg, PRN
Desgarre parcial de hombro derecho	Fluoxetina 20 mg, 0-0-1
Dislipidemias	Gotas tramadol 100 mg/mL, 10-0-10
Gastritis	Carbamacepina 200 mg, 0-0-1
EPOC	Acetaminofén con codeína 500-30 mg, 1-0-0
Prevención IAM	Lovastatina 20 mg, 0-0-1
Síntomas vasomotores de menopausia	Famotidina 20 mg, 0-0-1
Sobrepeso, somnolencia, mareos, estreñimiento	Bipropionato de beclometasona 100 mcg/dosis, 3-0-0
	Salbutamol 0,1 mg/dosis, 3 inh. PRN
	AAS 100 mg, 1-0-0
	Estrógenos conjugados 0,625 mg, 1-0-0

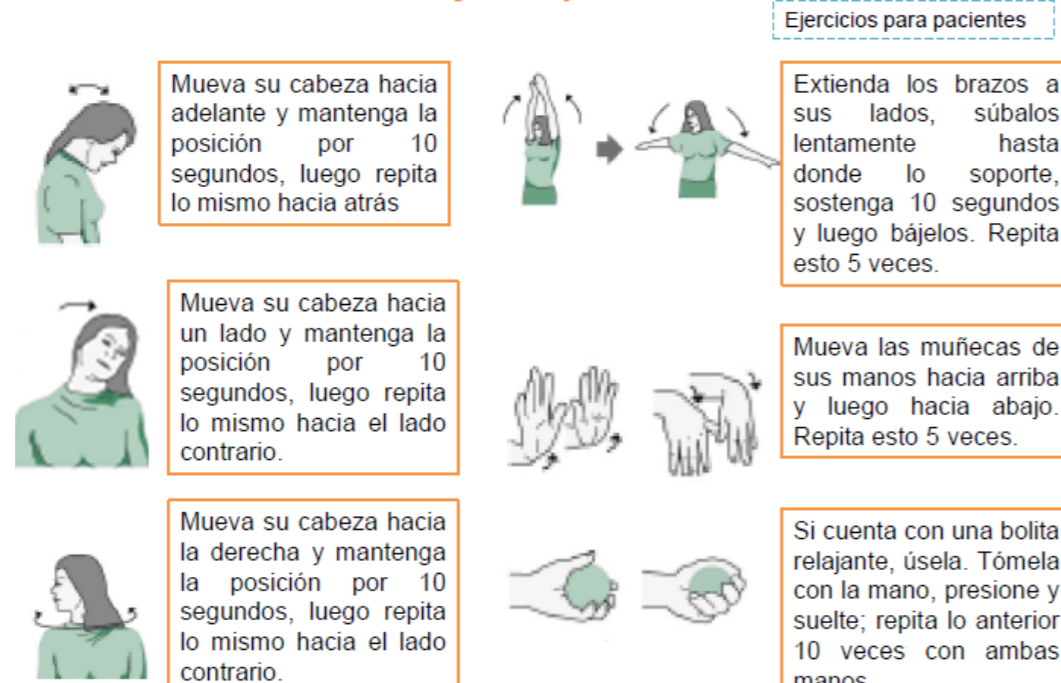
### Valoración del dolor por Fibromialgia



31/03/2014

31/05/2014

#### Ejercicios prácticos para mejorar sus dolores de las articulaciones y de espalda



#### Actividad física

- Comenzar por caminar 20 minutos, tres veces a la semana.
- Se recomienda iniciar de forma gradual e ir aumentando tiempo y frecuencia.
- De ser posible realice actividades como bailar o aeróbicas en algún grupo de la comunidad.
- El ejercicio le permite, además de mantener un peso que beneficie su salud, fortalecer sus huesos, disminuir el cansancio, mejorar la circulación de sangre y es un excelente medio de distracción.



#### Recomendaciones alimenticias

- Realizar al menos 5 tiempos de comida, de los cuales dos meriendas que pueden ser frutas.
- Preferir las comidas hechas en casa con ingredientes naturales, evitar el uso de productos enlatados ya que pueden contener cantidades en exceso de sal.

#### Hábitos para mejorar su salud

- Consumir al menos una taza de leche o yogur con probióticos al día (por ejemplo Bio-balance, Dili-gurt o Yoplait), y una rebanada de queso pequeño, cada uno genera un aporte de calcio importante respecto a la cantidad que debe consumir diariamente para formar y fortalecer los huesos.
- Reducir el consumo de alcohol, o en la medida de lo posible evitarlo. Esto le ayuda a controlar sus valores de triglicéridos en sangre y la presión arterial principalmente.

#### Recomendaciones útiles para controlar el peso corporal y mejorar su calidad de vida

- Consumir al menos una taza de leche o yogur con probióticos al día (por ejemplo Bio-balance, Dili-gurt o Yoplait), y una rebanada de queso pequeño, cada uno genera un aporte de calcio importante respecto a la cantidad que debe consumir diariamente para formar y fortalecer los huesos.
- Reducir el consumo de alcohol, o en la medida de lo posible evitarlo. Esto le ayuda a controlar sus valores de triglicéridos en sangre y la presión arterial principalmente.

#### Hábitos para mejorar su salud

- Consumir al menos una taza de leche o yogur con probióticos al día (por ejemplo Bio-balance, Dili-gurt o Yoplait), y una rebanada de queso pequeño, cada uno genera un aporte de calcio importante respecto a la cantidad que debe consumir diariamente para formar y fortalecer los huesos.
- Reducir el consumo de alcohol, o en la medida de lo posible evitarlo. Esto le ayuda a controlar sus valores de triglicéridos en sangre y la presión arterial principalmente.

### INTERVENCIONES FARMACÉUTICAS REALIZADAS Y RESULTADOS 6 MESES DESPUÉS DE LA PRIMERA ENTREVISTA

Problema de salud	Intervención	Resultados 2 meses después de la IF
Gastritis no controlada	Se conversa con la paciente para mejorar adherencia al tratamiento	+++ Control de molestias gástricas
Dislipidemias no controladas Valores en abril 2014: Ct 198 mg/dl, TG 205 mg/dl, LDL 103mg/dl y HDL 54 mg/dl	Se conversa con la paciente para mejorar adherencia al tratamiento e introducir alimentación saludable	++ Se logra mejorar adherencia al tratamiento pero no se pueden evaluar niveles sanguíneos aún
Dolor no controlado en discopatía lumbar y artrosis	Se introduce ejercicio de bajo impacto (lámina ilustrativa de ejercicios). -Aumentar la dosis de Ibuprofeno a 400 mg/12h.	+ Se acepta intervención y se aumenta la dosis de ibuprofeno, la paciente manifiesta menos dolor aunque aún no se ha puesto en práctica los ejercicios
Dolor no controlado en desgarre parcial del hombro y EPOC no controlado	IF con el médico por medio de una carta para valorar cambio de dosis o tratamiento	+ No se ha entregado carta al médico por lo que está pendiente el resultado
Sobrepeso	Se introducen cambios en la alimentación por medio de un boletín donde se promueve 5 ó 6 tiempos de comida y la ingesta de frutas	+ Se acepta intervención pero aún no se ha puesto en práctica los cambios de alimentación
Estreñimiento	Se introducen cambios en la alimentación por medio de un boletín donde se promueve 5 ó 6 tiempos de comida y la ingesta de frutas	+ Se acepta intervención y se presenta mejora. Por intervención quirúrgica reciente no lleva a cabo dieta balanceada y el estreñimiento regresa
Fibromialgia no controlada	Educación sobre el tema, por medio de IF oral con la paciente para fomentar adherencia	- No se acepta la intervención porque paciente no quiere tomar más medicamentos
Depresión no controlada	Educación sobre el tema, por medio de IF oral con la paciente para fomentar adherencia	+ Paciente no se tomará el tratamiento pero buscará ayuda psicológica

### CONCLUSIONES

- El éxito de las terapias farmacológicas prescritas dependen de manera importante de la intervención del profesional farmacéutico y de la educación integral que éste le brinde. Específicamente en este caso se logró - a través de la educación - mejorar la adherencia a los tratamientos prescritos y un mejor control del dolor de la paciente.
- La evaluación de los puntos frecuentes de dolor en fibromialgia permite tener un acercamiento más acertado al control de la patología; en el caso de la paciente se logró explicar con más claridad las razones del diagnóstico realizado por el médico y la finalidad de los medicamentos prescritos para dicha enfermedad.
- Modificaciones sutiles en el estilo de vida permiten importantes cambios en la salud. En específico, cambios en la alimentación de la paciente permitieron controlar cuadros de estreñimiento, sin necesidad de medicación adicional.

Panel electrónico patrocinado por:

