

Más allá del uso racional del medicamento, las nuevas iniciativas se centran en una prescripción informada, reflexiva y centrada en el paciente. El pasado mes de septiembre Schiff y col publicaron una revisión, de los que a su criterio, son los principios de una prescripción juiciosa. Los consideran un requisito previo para el uso seguro y apropiado de los medicamentos. Se basan en pruebas experimentales y en lecciones de estudios recientes que demuestran problemas con medicaciones ampliamente prescritas y ofrecen una serie de consejos para una más cauta y prudente prescripción. En estos se urge a los médicos a:

**1) Pensar más allá de los medicamentos.** Por ejemplo considerar la terapia sin fármacos, pues hay abundante literatura que apoya iniciar con medidas no farmacológicas en casos como la hipertensión, diabetes, insomnio, dolor de espalda, artritis y dolor de cabeza. Cabe también buscar las causas subyacentes tratables, porque ¿podría ser resuelto un trauma ocupacional antes de usar un AINE o un acoso moral antes de prescribir un antidepresivo? Además, también es posible una buena prevención, pues mientras metformina retrasa o previene el desarrollo de DM2, los estilos de vida han demostrado que pueden ser más efectivos. Y el abandono del tabaco salva más vidas que la quimioterapia.

**2) Practicar prescripciones más estratégicas** (diferir el tratamiento no urgente, evitar cambio no justificado de medicamentos, ser prudentes acerca de usos no probados de medicamentos, y comenzar el tratamiento con un solo fármaco nuevo a la vez).

**3) Mantener una alta vigilancia en relación con los efectos adversos** (sospechar reacciones por los fármacos, ser conscientes de síndrome de abstinencia; y educar a los pacientes a anticipar las reacciones).

**4) Ejercitar la precaución y el escepticismo con los fármacos nuevos** (buscar fuentes de información no sesgadas, esperar hasta que los fármacos lleven suficiente tiempo en el mercado; ser escéptico acerca de las variables subrogadas en lugar de los verdaderos resultados en salud; evitar el estiramiento imaginario de las indicaciones; evitar la seducción por una elegante farmacología molecular; tener cuidado con los informes selectivos de los ensayos clínicos).

El Blog El Rincón de Sísifo hace una reflexión sobre este tema y recoge los que considera los Principios de una prescripción conservadora:

[1º principio](#) : busca en primera instancia alternativas no farmacológicas

[2º principio](#) : considera las causas subyacentes, potencialmente tratables, de los problemas, en lugar de tratar los síntomas con medicamentos.

[3º principio](#) : busca oportunidades para la prevención en lugar de centrarse en el tratamiento de síntomas o de una enfermedad avanzada

[4º principio](#) : siempre que sea posible usa el tiempo como un test diagnóstico y terapéutico

[5º principio](#) : maneja pocos medicamentos pero aprende a utilizarlos bien

[6º principio](#): Evita el cambio continuo a nuevos medicamentos sin tener motivos claros y concluyentes basados en la evidencia.

[7º principio](#): sé escéptico con el tratamiento individualizado.

[7º principio \(bis\)](#): sé escéptico con el tratamiento individualizado.

[8º principio](#): siempre que sea posible, comienza el tratamiento con un sólo fármaco.

9º principio: ante un nuevo problema de salud piensa en primer lugar si puede tratarse de una reacción adversa a un medicamento.

9º principio (bis): ante un nuevo problema de salud piensa en primer lugar si puede tratarse de una reacción adversa a un medicamento.

10º principio: informa a los pacientes sobre las posibles reacciones adversas que pueden provocar sus medicamentos para que sean capaces de reconocerlas lo más pronto posible en caso de aparezcan.

11º principio : considera si no se está promoviendo y a la vez tratando, un síndrome de abstinencia.

12º principio: infórmate de los nuevos medicamentos y las nuevas indicaciones empleando fuentes fiables e independientes.

13º principio: no tengas prisa por utilizar medicamentos de reciente comercialización.

Fuente: elrincondesisifo.es 20/12/2011

Para más información pincha [aquí](#).