

## Soledad no deseada y el papel de la farmacia



**PAPEL DE LA  
FARMACIA  
FRENTE A LA  
SOLEDAD NO DESEADA**

Ana Deza Ramirez

ILUSTRE COLEGIO  
OFICIAL DE  
FARMACEUTICOS  
DE PALENCIA

### 1. La soledad no deseada: un desafío social y sanitario

La soledad no deseada es una 'epidemia' moderna, una experiencia subjetiva que impacta la salud física, mental y social de las personas. Afecta a un 20-30% de la población y puede volverse crónica en el 70% de los casos. No siempre implica vivir solo: una de cada cinco personas ha padecido soledad.

Las consecuencias son graves: mayor prevalencia de ansiedad y depresión (hasta cinco veces más), incremento de comportamientos de riesgo, peor estado de salud, deterioro cognitivo, demencia y mayor mortalidad.

### 2. El papel de la farmacia como agente social

La farmacia comunitaria es un punto clave de detección y acompañamiento. El farmacéutico conoce a sus pacientes, su entorno y sus circunstancias, siendo muchas veces el único profesional sanitario que se mantiene en el tiempo.

Mediante la escucha activa y la comunicación empática, el farmacéutico puede identificar señales de alerta o aislamiento y orientar a la persona hacia recursos comunitarios como son servicios sociales o el banco de voluntarios.

Tambien lleva a cabo funciones como la revisión de medicación y el control de adherencia terapéutica que mejoran claramente los parametros de salud en paciente que sufren soledad no deseada.

### 3. Experiencias y buenas prácticas en farmacias

La soledad no deseada reduce la adherencia al tratamiento. El acompañamiento desde la farmacia mejora la motivación y el cumplimiento terapéutico. Herramientas como el Sistema Personalizado de Dosificación (SPD) permiten un seguimiento más estrecho y ayudan a identificar casos de soledad.

Además, desde las farmacias se han impulsado diversas campañas para contribuir contra la soledad no deseada:

- 'Caminando juntos, paso a paso': rutas saludables en Ampudia que ayudan al ejercicio físico y a paliar la soledad no deseada.
- Programas de detección de soledad en la entrega de medicación.
- Colaboraciones con la Guardia Civil para visitas domiciliarias.



### 4. Alianzas con otros colectivos

Desde el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Palencia, en colaboración con la Guardia Civil ha puesto en marcha un programa denominado **“De Guardia contra la soledad”** para detectar aquellas personas que sufren de Soledad no deseada.

La guardia Civil de forma periódica visitara a las personas afectadas de soledad no deseada para paliar esta situación.



## 5. Conclusión

La farmacia además de la importante labor de dispensar medicamentos ofrece cercanía, escucha y acompañamiento. El papel social de la farmacia resulta esencial para prevenir y mitigar la soledad no deseada.

