

Soledad no deseada y el papel de la farmacia



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.

También lleva a cabo funciones como la revisión de medicación y el control de adherencia terapéutica que mejoran claramente los parámetros 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.

