

# MEDICALIZACIÓN DE LA VIDA



**Sociedad Castellano-Manchega  
de Medicina de Familia y Comunitaria  
Noviembre 2009**

“En la lista de prioridades del viejo hombre nuevo, la salud ha usurpado el puesto a la felicidad. Ahora sólo estamos enfermos de salud. Nos hemos propuesto vivir 150 años y sobrevivir a nuestro cadáver. La muerte, en fin, nos pillaré con el colesterol en su punto”

(Carmen Rigalt. “Enfermos de salud”).

## ÍNDICE

---

GRUPO DE TRABAJO	4
PUNTOS CLAVE	5
INTRODUCCIÓN	6
DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	8
EL PROCESO DE MEDICALIZACIÓN	10
FACTORES CAUSALES O INTERVINIENTES	12
▪ Sociedad	12
▪ Medios de comunicación	16
▪ Instituciones Político-Sanitarias	17
▪ Profesionales	20
▪ Industria Farmacéutica	25
CONSECUENCIAS	28
▪ Para la sociedad	28
▪ Para las instituciones y los profesionales	30
ACTUACIONES RECOMENDADAS	33
▪ Actuaciones generales	34
▪ Actuaciones en el sistema sanitario	37
▪ Actuaciones en la consulta	39
BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA	43

## GRUPO DE TRABAJO

---

- Ramón Orueta Sánchez (coordinador)
- Coral Santos Rodríguez
- Enrique González Hidalgo
- Eva M<sup>a</sup> Fagundo Becerra
- Gemma Alejandre Lázaro
- Javier Carmona de la Morena
- Javier Rodríguez Alcalá
- José M<sup>a</sup> del Campo del Campo
- María Luisa Díez Andrés
- Natalia Vallés Fernández
- Teresa Butrón Gómez

## PUNTOS CLAVE

---

- ✓ Se define la medicalización como la conversión en procesos patológicos de situaciones que son y han sido siempre completamente normales y el pretender resolver mediante la medicina situaciones que no son médicas sino sociales, profesionales o de las relaciones interpersonales.
- ✓ Se trata un proceso continuo que se autoalimenta y crece de forma constante, facilitado por una situación en la que la Sociedad va perdiendo toda capacidad de resolución y su nivel de tolerancia.
- ✓ Su origen es multifactorial, existiendo diversas causas y actores implicados (sociedad, medios de comunicación, industria farmacéutica, políticos, gestores y profesionales sanitarios), jugando el sector sanitario un papel fundamental en dicho proceso.
- ✓ Los profesionales sanitarios son, a la vez, actores y víctimas de dicho proceso.
- ✓ La medicalización tiene como principales consecuencias la transformación en enfermos de personas sanas, el aumento de daños iatrogénicos y el consumo y pérdida de eficacia y eficiencia de los recursos sanitarios.
- ✓ No existe una solución mágica para el problema, pero sí actuaciones que pueden contribuir a la desmedicalización de la vida. Así mismo, aunque ninguna persona o sector puede solucionar el problema de manera aislada, todos podemos contribuir, ya que la pasividad no es la solución.
- ✓ Entre las actuaciones recomendadas cabe destacar acciones encaminadas a regular las expectativas de la población, delimitar el campo de acción de la medicina, fomentar el autocuidado y actuar de acuerdo con las evidencias sanitarias existentes. Así mismo, son necesarios cambios estructurales generales y en la práctica clínica diaria encaminados a fomentar la no medicalización.

## INTRODUCCIÓN

---

La atención a la salud ha sido una prioridad en todas las sociedades desde que éstas existen como tales y esta prioridad sigue presente en la actualidad, habiendo acaecido únicamente una evolución en los aspectos en los que se centra dicha atención, la forma de actuar sobre los mismos o la distribución de la atención entre las distintas capas sociales.

A lo largo de la historia, y actualmente en los países pobres, los esfuerzos prioritarios se han centrado en la obtención de los recursos básicos para la vida como son el disponer de los alimentos suficientes para una alimentación adecuada, el garantizar el acceso a agua potable... Una vez garantizados éstos, la atención se dirige hacia las enfermedades de mayor incidencia y las de mayor repercusión sobre la morbimortalidad, siendo las enfermedades infecciosas el paradigma de procesos de atención prioritaria en estos países.

Por el contrario, en los países desarrollados, garantizados el acceso a las necesidades básicas y la atención a los procesos patológicos existentes, aparece una tendencia creciente a abarcar dentro del ámbito sanitario situaciones que hasta este momento eran consideradas ajenas al mismo. En ellos, la sociedad ha desplazado al campo médico la búsqueda de soluciones a problemas inherentes a la realidad subjetiva y social de las personas y la obsesión por una salud perfecta se ha convertido en un factor patógeno predominante y así “una persona sana es solamente un enfermo sin identificar”. La denominada paradoja de la salud, existente tanto en la sociedad como a nivel individual en los países desarrollados, hace referencia a la constatación de que cuanto mayor es la situación objetiva de salud, más son los problemas de salud declarados y que cuanto mayores son los recursos empleados en salud, mayor es la proporción de personas que se sienten enfermas.

La definición sobre salud de la OMS de 1946, que considera a ésta de forma utópica y subjetiva como algo más que la ausencia de enfermedad y la eleva al

estado de bienestar absoluto, contribuye a la incorporación al ámbito médico de nuevas situaciones y problemas.

En la actualidad, situaciones de la vida como el cansancio o la frustración y variantes de la normalidad como la calvicie o la fealdad están siendo consideradas como enfermedades y, en muchos casos, sometidas a tratamiento farmacológico o incluso quirúrgico. Ni las propias etapas de la vida escapan a esta propensión a medicalizar, y así se tiende a someter al control médico el nacimiento, la adolescencia, la menopausia...

En el momento actual, el derecho a la salud esta convirtiéndose en un peligroso objeto de consumo, y no estamos lejos de un horizonte indeseable en el que la sociedad viva de manera insana por su desmedida preocupación por la salud. Estamos asistiendo a la generación de una dependencia de la medicina que incapacita a las personas para cuidarse a sí mismas y una disminución de la tolerancia al sufrimiento y al malestar.

Es urgente una reflexión colectiva sobre hacia donde nos conduce la ruta trazada, las consecuencias de la medicalización de la vida y sobre qué tenemos que hacer los distintos actores implicados para reconducir dicha situación.

La Sociedad Castellano-Manchega de Medicina de Familia y Comunitaria (SCAMFYC) es conocedora de esta realidad y desde hace años está trabajando en aspectos relacionados con el tema. Fruto de este trabajo son los documentos "Uso Racional del Medicamento" (2003), "Nuevas Demandas de la Población" (2005) y "Uso Racional de los Recursos" (en elaboración).

A través del presente documento, SCAMFYC trata de reflexionar sobre el problema de la medicalización mediante el análisis de las causas y factores implicados en su desarrollo y la propuesta de acciones encaminadas a paliar dicha problemática.

## DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

---

El término medicalización es un neologismo que no es recogido en el Diccionario de la Real Academia Española de la Lengua, pero que hace referencia a una realidad actual que los profesionales reconocen con una significación propia.

En la década de los sesenta del pasado siglo, Meador acuñó el primer término que puede considerarse como precursor del término medicalización, al hablar de la “no enfermedad” y su atención, entendiéndose como tal aquel problema humano que es definido por alguna instancia como condición médica pero para el que se obtendrían mejores resultados si no fuera considerado como tal.

Actualmente, la definición más aceptada sobre medicalización es la propuesta por Kishore que la define como la forma en que el ámbito de la medicina moderna se ha expandido en los años recientes y ahora abarca muchos problemas que antes no eran considerados como entidades médicas y para los que la medicina no dispone de soluciones adecuadas ni eficaces. Quizás pueda ser más clara la definición que considera la medicalización como la conversión en procesos patológicos de situaciones que son y han sido siempre completamente normales y el pretender resolver mediante la medicina situaciones que no son médicas sino sociales, profesionales o de las relaciones interpersonales:

- Se considera necesario el control médico de ciertas etapas de la vida (ej. adolescencia, menopausia, envejecimiento...)
- Problemas personales/sociales pasan a considerarse como problemas médicos (ej. tristeza, duelo, síndrome postvacacional...).
- Factores de riesgo pasan a considerarse como auténticas enfermedades (ej. osteoporosis, dislipemia...).
- Situaciones o cuadros poco frecuentes pasan a ser considerados, de forma artificial, como situaciones o cuadros frecuentes (ej. disfunción eréctil, disfunción sexual femenina...).

- Síntomas o cuadros leves son elevados, de forma artificial, a indicadores de cuadros graves (ej. colon irritable, síndrome premenstrual...)

En una encuesta realizada a iniciativa de la revista British Medical Journal en 2002 sobre las principales “no enfermedades” que han pasado al control del campo médico destacaron: envejecimiento, alteraciones capilares (calvicie y canas), fealdad, celulitis, resaca e infelicidad, aunque otro estudio publicado con anterioridad en la misma revista puso en evidencia que existía cierta discrepancia entre profesionales y no profesionales a la hora de considerar o no, como enfermedad, algunas circunstancias o procesos.

## EL PROCESO DE MEDICALIZACIÓN

El proceso de medicalización de un problema o situación no es algo instantáneo que acontece en un momento dado, sino que se produce de forma paulatina a lo largo de un periodo de tiempo, generalmente prolongado, y requiere de una serie de condiciones o pasos:

1.- La situación, el sufrimiento o el problema debe ser considerado como algo anormal por parte de la sociedad y, por lo tanto, precisa de una solución o abordaje por parte de algún sector de dicha sociedad. La consideración de anormalidad, en general, es establecida por colectivos sociales poderosos (como la propia industria farmacéutica, que se ofertará más tarde para solucionar el problema), mientras que suelen ser los sectores sociales más débiles los que quedan englobados en dicha categoría. En muchos de los casos, el problema no tiene nada que ver con una enfermedad aunque la medicina pueda dar una solución (un ejemplo es la cirugía estética que da respuesta a un sufrimiento que no es causado por ninguna enfermedad).

2.- Los sectores encargados tradicionalmente de solucionar dicha situación de anormalidad no dan respuesta a la misma, o dan una respuesta insuficiente o no adecuada a las demandas sociales, por lo que la sociedad rechaza estas respuestas y excluye o margina estos sectores tradicionales. Esta percepción de que la respuesta recibida es inadecuada puede verse influida por sectores que pueden verse beneficiados por este sentimiento.

3.- Se inicia un proceso de búsqueda de nuevos sectores que den respuesta a las demandas no satisfechas. Aunque dicha búsqueda suele incidir sobre el sector sanitario, también puede realizarse en otros ámbitos.

4.- Los distintos actores implicados en el proceso de asistencia sanitaria (profesionales, gestores, legisladores,...) deben aceptar que dicha situación pase a formar parte de su campo de actuación. Esta aceptación puede verse influenciada por presiones externas, y aunque siempre los objetivos

asistenciales y humanitarios de la medicina se han visto influidos por aspectos políticos, económicos y de control social, éstos han ganado peso en las últimas décadas.

5.- El sector sanitario busca soluciones para dar respuesta a los nuevos retos planteados. Con frecuencia, la solución aportada precisa de la realización de pruebas diagnósticas y la instauración de tratamiento (farmacológico, quirúrgico...), generándose el fenómeno de la medicalización.

6.- Con frecuencia el círculo se cierra porque las actuaciones médicas implantadas no dan respuesta a los problemas, lo que genera mayor incertidumbre, aumento de la inseguridad, etc. Como consecuencia, se generan nuevas situaciones que requieren de nuevas respuestas y éstas llegan, nuevamente, desde el sector sanitario.

## FACTORES CAUSALES O INTERVINIENTES

La progresiva medicalización de la vida es un problema de origen complejo en el que intervienen muy diversos factores de índole social, cultural, económico, sanitario... Conocer y analizar estos factores facilita la toma de decisiones encaminadas a solucionar dicha situación.

Con carácter puramente expositivo (la mayoría de los factores podrían incluirse en varios de los apartados), estos factores pueden dividirse en función de su relación con: la sociedad, los medios de comunicación, las instituciones político-sanitarias, los profesionales y la industria farmacéutica.

### **Sociedad**

Sus creencias y valores van a determinar sus necesidades sentidas y sus expectativas.

- **Cambios en el concepto salud/enfermedad.** La medicina está vinculada al conjunto de la cultura de una sociedad y la transformación de las concepciones médicas esta condicionada, a su vez, por las transformaciones de las ideas de cada época. Sobre esta base, como el concepto salud/enfermedad se elabora a nivel social y cultural, este concepto debe valorarse en cada contexto sociocultural específico. En el momento actual se está produciendo una redefinición de fenómenos que antes eran propios de otras esferas para incluirlos en la esfera sanitaria.

Por otra parte, el incremento de las capacidades tecnológicas aumenta la sensibilidad de la identificación de patologías y reduce el umbral a partir del cual tratarlas, aumentando así la incidencia de las enfermedades. Además, el riesgo (la presencia de factores de riesgo) ha pasado de ser considerado como una probabilidad de enfermar a ser considerado como una enfermedad, siendo los fármacos preventivos un mercado al alza.

Todo ello hace que, cada vez con mayor frecuencia, se incluyan como enfermedad situaciones que antes eran consideradas de otro ámbito,

aspectos meramente estéticos, síntomas y signos banales e inespecíficos, factores de riesgo...

- **Aumento del valor de la salud en la sociedad.** Este aumento de valor se debe, en gran parte, a distintos aspectos negativos, como una mayor percepción de vulnerabilidad, mayor miedo a la enfermedad y a la muerte... Sin poder negar el valor de la salud, éste no puede llevarse a un nivel en el que la sociedad haga negación del sufrimiento y de la enfermedad, lo que conlleva que, como dice una frase célebre, “la sociedad está enfermando por no enfermar”.

- **Acceso a la información.** Uno de los mayores cambios sociales acontecidos en las últimas décadas es el mayor acceso a la información, e Internet ha supuesto un hito en este sentido. Los temas sanitarios no son ajenos a esta realidad.

El problema surge no de la información en sí misma, sino de la calidad de la misma. La falta de rigor existente en diferentes fuentes, con Internet a la cabeza, ocasiona errores y sesgos importantes que aumentan expectativas, generan autodiagnósticos... Algún autor denomina “malicia sanitaria” dar información a través de medias verdades, extrapolaciones atrevidas, interpretaciones sesgadas, simplificación del problema...

Aunque algunos aspectos se mencionan con más detalle en los apartados dedicados a la industria farmacéutica y los medios de comunicación, sólo recordar que una parte no desdeñable (20%) de sus gastos en publicidad va dirigido a la población y que en muchas ocasiones esta promoción no aparece como anuncios sino como publipreportajes, “campañas de concienciación”...

- **Capacidad de decisión.** Aunque el concepto es considerado como un aspecto positivo, debe tenerse en cuenta que la población solo actúa y elige en libertad cuando dispone de información veraz y completa, pero es sabido, como se comenta en el apartado anterior, que generalmente recibe información parcial y sesgada y esto determina que su capacidad de decisión esté muy influida.

- **Secularización de la sociedad.** El declive de la función religiosa en el consuelo y afrontamiento de los problemas ha originado que la búsqueda de soluciones se realice a otros niveles y los servicios sanitarios ocupan un lugar destacado en esta búsqueda.
  
- **La medicina como parte del mercado de consumo.** El aumento del nivel de vida en los países desarrollados lleva aparejado un aumento del consumismo. El mercado fomenta la demanda de medicina y tecnología médica que han pasado a ser bienes de consumo. Los medicamentos y, en menor medida, las pruebas complementarias son el objeto material de cambio en la relación mercantil entre el médico y la población. El mercado anima, además, a que el paciente tenga capacidad de elegir no solamente entre las alternativas diagnósticas o terapéuticas apropiadas para su proceso, sino también para solicitar aquellos que no están indicados; es lo que algunos autores denominan “doctor shopping”. En resumen, la enfermedad se ha convertido en un producto industrial alimentado por el deseo de estar sano.
  
- **Fascinación por la tecnología.** Existe el sentimiento creciente de que cualquier prueba es mejor que la simple valoración médica, que la técnica última en aparecer es por definición mejor que las existentes previamente...y esto comporta pérdida de ciertos valores como la relación médico-paciente, el componente socio-cultural de los procesos...
  
- **Expectativas ilimitadas.** Las expectativas, como todas las creencias y valores, vienen determinadas por factores externos e internos del sistema y están sometidas a cambios permanentes, siendo los profesionales una de las principales fuentes de dichas creencias/expectativas.  
La sociedad, pero también los gestores y los profesionales (aunque en menor medida), espera resultados ilimitados de la medicina: pruebas para todo, curación de todas las enfermedades, prevención sin límites... La tecnificación y los avances de la medicina han creado expectativas irreales llegando a la idea utópica de que la ciencia encontrará la solución a todas las enfermedades y problemas; por este motivo, no se acepta que no existan soluciones o tratamientos para todas las patologías.

- **Disminución de los niveles de tolerancia.** La sociedad actual ha experimentado una reducción del nivel de tolerancia al dolor, al sufrimiento... y requiere de la atención sanitaria para situaciones que antes eran aceptadas y resueltas sin necesidad de recurrir a los profesionales sanitarios; es lo que algunos autores denominan "tolerancia cero". Al solicitar atención, se produce una medicalización de dichas situaciones y esto genera mayores expectativas, menor tolerancia... que cierran un círculo de perpetuación de la situación.

- **Búsqueda de soluciones inmediatas.** Muy unida a la disminución del nivel de tolerancia está la búsqueda inmediata de soluciones, lo que condiciona la consulta nada más aparecer los síntomas, se exigen todo tipo de pruebas diagnósticas que permitan un diagnóstico inmediato, se solicitan tratamientos que resuelvan rápidamente el cuadro... Todo ello genera que en las fases iniciales de procesos (con síntomas inespecíficos y variables), y ante la presión de la población, se prescriban tratamientos que con alta probabilidad van a resultar ineficaces y ello genera nuevas consultas, nuevos tratamientos...

- **Disminución de la capacidad de autocuidados.** Actualmente se tiende a considerar que el sistema sanitario debe ser el garante de todo tipo de cuidados por lo que se va perdiendo la capacidad de que la persona genere cuidados para sí misma. El acceso a la información, la capacidad de desarrollo individual, el aumento del consumo... tienen aspectos muy positivos, pero a la vez han generado unas expectativas desmesuradas, una disminución de la seguridad y de la capacidad de contención de problemas, un aumento del miedo a enfermar... y todo ello ha conducido a una pérdida de la capacidad de autocuidados y a un aumento del consumo de servicios sanitarios.

Dos ejemplos claros en este sentido son la preferencia de los medicamentos (ayuda externa) frente a los cambios en el estilo de vida (esfuerzo personal) y el papel denostado que ha adquirido la automedicación de la que se han destacado únicamente los aspectos negativos cuando es una herramienta útil para la solución de múltiples cuadros menores.

- **Reducción de las redes informales de cuidados.** Distintos cambios sociales acontecidos en las últimas décadas (reducción del tamaño familiar, cambios en la estructura familiar, incorporación de la mujer al mercado laboral...) han ocasionado que los recursos informales se hayan visto reducidos y que su lugar esté siendo ocupado, cada vez en mayor proporción, por los cuidados formales con la consiguiente tendencia a la medicalización.
- **Escasa educación sanitaria de la población.** Aunque buena parte de la población tiene un acceso prácticamente ilimitado a la información, la parcialidad de ésta, la baja calidad general y la falta de pensamiento crítico unido a un sentimiento de exigencia por los derechos personales muy por encima de las responsabilidades colectivas repercuten en un escaso nivel educativo sanitario, proporcionando al individuo muy escasos recursos para enfrentarse tanto a los problemas personales como colectivos, trasladando esta responsabilidad al sistema sanitario.

## Medios de comunicación

Conocidos como “el cuarto poder”, juegan un importante papel en la transmisión de la información a la población y, por ello, son moduladores de las creencias y expectativas de la sociedad.

- **Fuente de información sanitaria.** Los medios de comunicación ocupan un lugar destacado en cuanto a la información sanitaria recibida por la población; representan, tras los profesionales, el segundo lugar como fuente de información sanitaria. Ello es debido a que un porcentaje importante de las noticias que transmiten abordan temas relativos a la salud.
- **Poder mediático.** Algunos trabajos han evidenciado la relación directa entre la aparición de una noticia médica en los medios de comunicación y la utilización de los servicios sanitarios por dicho motivo.

- **Sesgos de información.** Los medios de comunicación tienen el derecho y el deber de informar, pero el concepto de noticia de interés se relaciona con la novedad, con lo deseado, con lo excepcional; ello hace que la tendencia sea a informar sobre métodos diagnósticos infalibles y terapéuticos con eficacia segura. Este sesgo en la información genera expectativas irreales que contribuyen a la medicalización.
- **Información versus publicidad.** En diversas ocasiones lo que es mera publicidad aparece camuflada como información bajo la fórmula de publinreportaje, y a los lectores no siempre les resulta sencillo identificar que aquello es un mensaje publicitario pagado por una empresa con interés en su promoción.
- **Promoción de alimentos “saludables”.** Una parte importante de la información y de la publicidad aborda el tema de alimentos “saludables” (ej. cereales que regulan el ritmo intestinal, yogures con probióticos...) de los que en muy pocos casos existen estudios que demuestren esas supuestas virtudes destacadas. Ello contribuye a medicalizar una parte importante de la vida como es la alimentación y, además, generan falsas expectativas que crean decepción al no verse satisfechas.

## Instituciones Político-Sanitarias

Los políticos y los gestores son los responsables de establecer las estrategias a seguir y definir la cartera de servicios que se presta a la población...y estos aspectos pueden jugar un importante papel en la medicalización de la vida.

- **Modelo universal, accesible y abierto.** Nuestro modelo sanitario permite el acceso de todas las personas a todos los servicios, de forma libre y gratuita, y en todo momento. Estas características representan algunos de los principales puntos positivos y fuertes de nuestro sistema sanitario, pero tienen como connotación negativa que facilitan la medicalización de la sociedad.

- **Servicios y organizaciones basados en demandas y no en necesidades.**

Diversos servicios, organizaciones... se han creado y estructurado en función de demandas de la población, y estas demandas, que con frecuencia son fomentadas por sectores con intereses específicos, no siempre guardan relación con las necesidades reales de la sociedad ni existen intervenciones eficaces para resolverlas.

Un ejemplo en este sentido son los Servicios de Urgencias en Atención Primaria. Fueron creados con el objetivo de atender situaciones de urgencia que no admiten demora y que han pasado a denominarse Puntos de Atención Continuada con el mensaje de que se acude a los mismos siempre que lo considere oportuno, con independencia de la urgencia real o no de su situación. Esto ha llevado a su masificación y, como consecuencia, al aumento de su dotación humana y material... y todo ello utilizándose como pretexto la demanda de la población.

- **Políticas paternalistas y acríticas.** Aunque el artículo 43 de la Constitución Española hace al Estado garante y responsable de la protección de la salud de la población, esto no implica que no deban realizarse políticas de fomento de la autonomía y del autocuidado y de dimensionar correctamente las expectativas y las responsabilidades individuales en materia de salud.

El sistema sanitario hace suyas funciones que antes quedaban fuera de su ámbito de actuación y, además, no aclara las limitaciones del mismo en cuanto a recursos, resultados... facilitando la creación de expectativas alejadas de la realidad. Además, el sistema se preocupa de mejorar su eficiencia a través de medidas organizativas y de gestión, pero sin apenas valorar el objetivo (hacia dónde vamos y qué pretendemos conseguir).

Por otra parte, los políticos, y en menor medida los gestores, tratan de evitar la toma de decisiones conflictivas que puedan hacer disminuir su popularidad y tienden a poner en marcha actuaciones de gran aceptación popular con independencia de su efectividad.

En base a ello, se realizan intervenciones sanitarias para todo tipo de problemas: olas de calor, dificultades educativas, inadecuaciones laborales...

- **Papel preponderante de la Atención Hospitalaria frente a la Atención Primaria.** Aunque no hay ponencia o discurso donde no se diga que la Atención Primaria es el eje del sistema, esto casi nunca se ve reflejado ni en las grandes decisiones políticas ni en las decisiones de gestión directa. Esta pérdida de rol principal y de recursos, hace que la atención prestada en el primer nivel asistencial sea menos resolutive y más dependiente de otros niveles asistenciales. La población lo interioriza como una falta de valor de la Atención Primaria y va teniendo la percepción de que precisa la realización de pruebas complementarias ante cualquier dolencia, que cualquier cuadro deba ser valorado por el especialista correspondiente... y todo ello contribuye a la medicalización.
  
- **Creación de sistemas/estructuras paralelos.** El propio sistema crea servicios, tanto a nivel de Atención Primaria como Hospitalaria, que compiten entre sí para la atención de enfermedades (ej. equipos de atención domiciliaria para pacientes terminales) e incluso para no-enfermedades (ej. consulta de atención al adolescente). Ello genera, además de una pérdida de eficiencia de los recursos, pérdida de visión integral de la persona, mensajes discordantes que aumentan la incertidumbre y la angustia, mayores expectativas de la población... aumento, en resumen, de la medicalización.
  
- **Burocratización sanitaria de la sociedad.** La incorporación al campo sanitario de burocracia externa al mismo (justificantes de ausencias escolares, impresos para vacaciones de la tercera edad, parte de descanso maternal...) contribuye a fomentar la creencia de que dichas situaciones son situaciones dependientes a dicho sistema y se crean nuevas expectativas respecto al mismo.
  
- **Los Organismos reguladores/controladores y sus relaciones.** En diversas ocasiones existen dudas de la independencia de los Organismos o Instituciones reguladores/controladores. Es conocida, por publicada, la participación de la FDA en la defensa de algunas compañías farmacéuticas, pero también son conocidas las relaciones en nuestro entorno, como que la reciente Ley de garantías y uso racional de los medicamentos y productos

sanitarios, en el apartado de aportaciones por ventas, establezca una graduación que se base en criterios de política industrial y no sanitarios.

- **Expansión acrítica de la medicina preventiva centrada en el individuo.**

La prevención es popular y todo el mundo acepta como obvio el “más vale prevenir que curar”, lo que facilita la implementación de medidas preventivas (cribados, vacunas...) con un dudoso balance entre riesgo y beneficio. Esta expansión contribuye a la medicalización de la sociedad y crea falsas expectativas sobre la posibilidad de evitar todos los riesgos. Este modelo es con frecuencia dogmático y culpabiliza a aquellos profesionales o usuarios que disienten.

## Profesionales

Los profesionales sanitarios ven de forma directa en su práctica clínica diaria las consecuencias de la medicalización, pero a su vez tienen un importante papel en la aparición de dicho fenómeno.

Varios de los factores comentados en el apartado de políticos-gestores (paternalismo, atención basada en la demanda...) son igualmente válidos en este apartado dedicado a los profesionales.

- **Grupo fundamental en la medicalización.** Los profesionales constituyen el grupo fundamental de los actores implicados, ya que tienen la capacidad/poder de determinar qué diagnósticos establecen y qué actuación terapéutica realizan; el resto de grupos implicados (sociedad, medios de comunicación, políticos...) pueden fomentar la medicalización, pero son los profesionales quienes finalmente la llevan a cabo.

Pero, aún siendo los responsables finales, no se debe olvidar que están sometidos a una doble presión científico-técnica y social que les induce a la misma, siendo en múltiples ocasiones los únicos que escuchan y aportan algún tipo de actuación a diversas situaciones, aunque éstas no sean efectivas.

- **Pérdida de la visión multifactorial de la enfermedad.** La formación médica se centra básicamente en la esfera biológica de los procesos y esto condiciona que exista una tendencia creciente, apoyada por la tecnología, de centrar el origen de todos los procesos en su vertiente biológica, dejando a un lado los factores psicológicos y sociales implicados.
  
- **Parcelación de la atención.** Existe una creciente superespecialización de la medicina, lo que fragmenta la atención prestada. Cada persona acaba siendo atendida por diversos profesionales. Esto determina que se genere un sobredimensionamiento de los problemas, lo que generalmente deriva en un mayor número de controles realizados, de pruebas complementarias solicitadas, en muchas ocasiones simples repeticiones de la misma prueba, y de medicamentos prescritos con los riesgos y problemas que todo ello puede generar.
  
- **Sobrecarga de trabajo.** Uno de los grandes problemas sin resolver en la asistencia sanitaria, especialmente en Atención Primaria. Este exceso de demanda determina que el tiempo disponible para cada paciente sea escaso, siendo difícil establecer, en el escaso tiempo disponible, las verdaderas necesidades y demandas de los pacientes, sus conocimientos sobre el tema y sus posibilidades de autocuidados... traduciéndose todo ello en la realización de pruebas y la prescripción de tratamientos innecesarios que fomentan la medicalización.  
No puede dejar de comentarse en este apartado que, en ocasiones, la sobrecarga de trabajo es la razón esgrimida para no realizar algunas actividades y justificar la forma de realización de otras.
  
- **Trabajo con incertidumbre.** Todos los profesionales, pero especialmente los de Atención Primaria, trabajan con incertidumbre debido a diversas circunstancias: fases iniciales de la enfermedad (signos y síntomas con gran indefinición y variabilidad), relaciones dudosas de causalidad, escasos estudios sobre la efectividad de las intervenciones... Y ello genera dudas, ansiedad... que contribuyen al empleo de fármacos de forma defensiva y esto, a su vez, contribuye a la medicalización.

En una atención fuertemente burocratizada, algunos profesionales han podido sentirse cómodos ante una responsabilidad protegida entre “papeles” (partes, recetas, informes, pruebas complementarias, derivaciones...). En esta situación, el manejo de la incertidumbre como un hecho natural propio del proceso salud-enfermedad y característico del primer nivel asistencial puede resultar un lujo.

- **Complejidad para establecer el límite entre la normalidad y la anormalidad.** Muy unido al punto anterior, los profesionales no siempre pueden establecer con absoluta certeza qué persona está sana y cuál enferma, qué acontecimientos son normales y cuáles no, y ello determina dudas que conducen a una mayor petición de pruebas complementarias y a la instauración de tratamientos innecesarios.

Un ejemplo citado por varios autores de esta dificultad de establecer los límites entre sano y enfermo es la clasificación DSM-IV de trastornos mentales, que identifica como tales situaciones el trastorno de ansiedad por desaparición, los problemas paternofiliales o los problemas religiosos y/o espirituales.

- **Conversión a enfermedad de los factores de riesgo.** Existe una tendencia creciente a tratar como enfermedad lo que no son más que factores de riesgo, convirtiendo en enfermos personas que únicamente tienen aumentado su riesgo de enfermar y sin que en muchos de los casos existan evidencias del beneficio de actuar sobre dichos factores.

- **Dificultad en el empleo del rigor científico.** No existen estudios que demuestren la validez de muchos de los métodos diagnósticos existentes ni sobre la eficacia o efectividad de un alto número de tratamientos que con frecuencia se prescriben.

Además, es conocido que existe un sesgo en los estudios publicados en las revistas científicas y en las recomendaciones de expertos, ocasionado por diversos motivos. Entre ellos destaca la intervención de la industria farmacéutica; una parte importante de la investigación está financiada por ella, las revistas científicas cubren parte de sus presupuestos gracias también

a dicha industria (anuncios, separatas de los ensayos clínicos financiados por ella...), e incluso muchos de los grupos de expertos que emiten recomendaciones existen gracias al patrocinio de la misma.

En este apartado también pueden considerarse los estudios en subgrupos artificiales ad-hoc, los megaensayos para obtener significación estadística en mínimas diferencias... en los que las conclusiones obtenidas (que eran las esperadas) son las que han determinado la metodología del mismo.

- **Sobreutilización de las nuevas tecnologías.** Quizás en parte influidos por la dificultad en establecer el límite entre lo normal y lo patológico y por la falta de evidencias científicas sobre las actuaciones recomendables en diversas circunstancias, los profesionales tienden a utilizar con frecuencia las nuevas tecnologías, aunque no se conozca con certeza su validez y estas aumentan la sensibilidad de la identificación de alteraciones de la normalidad y reducen el umbral a partir del cual deben abordarse médicamente. Se pueden incluir en este apartado las pruebas de detección genética, que están otorgando la etiqueta de enfermo a personas por el solo hecho de tener una alteración genética que aumenta la probabilidad de sufrir una enfermedad en el futuro.
- **Tendencia a la innovación terapéutica.** España ocupa uno de los primeros puestos a nivel mundial en el empleo de nuevos fármacos, aunque un alto porcentaje de estas nuevas moléculas no aporten avances destacables respecto a las ya existentes (medicamentos “me-too”). Esta oferta constante de nuevos tratamientos crea un aumento de las expectativas que casi nunca se ve compensado.
- **Puesta en marcha de actividades sin evidencia de su utilidad.** Con frecuencia se ponen en marcha distintas actividades con el objetivo plausible de dar nuevos servicios a la población, pero para las que no existen evidencias de su eficacia/efectividad y que fomentan la medicalización al generar la idea de que son actividades necesarias. Además, al existir falta de resultados se genera mayor ansiedad e incertidumbre, nuevas consultas... Ejemplos de ello son muchas de las actividades realizadas dentro del

programa del niño sano (conocido de forma sarcástica como programa del niño “crónicamente sano”) o de los reconocimientos de empresa.

Algunos autores hablan de obstinación terapéutica, entendiendo como tal la realización de tratamientos o intervenciones que no aportan beneficio para el paciente, abarcando más conceptos que el clásico de actuaciones en el paciente terminal.

- **Medicina defensiva.** Probablemente en relación con varios de los puntos ya comentados (sobrecarga asistencial, trabajo con incertidumbres, falta de evidencias en muchas situaciones...), junto con el temor a posibles denuncias, hacen que exista una tendencia creciente a realizar una medicina defensiva que se traduce en más pruebas complementarias y más tratamientos “por si acaso” que contribuyen al proceso de medicalización de los problemas.
  
- **Inercia “medicalizadora” y “farmacolizadora”.** Entendiendo como tal la tendencia inmediata a realizar una intervención, generalmente solicitar alguna prueba complementaria o pautar un tratamiento farmacológico, cada vez que una persona consulta sea cual sea el motivo de la misma.  
También puede quedar englobado en este apartado el seguimiento inadecuado de procesos con tendencia a aumentar dosis o añadir nuevos fármacos ante la persistencia de síntomas, signos o alteraciones en las pruebas complementarias sin verificar si dicha persistencia puede deberse a situaciones como el incumplimiento terapéutico.
  
- **Prescripción inducida.** Si bien es cierto que el problema de medicalización en general, y farmacolización en particular, es común a todos los sectores sanitarios, no es menos cierto que en la Atención Hospitalaria este problema se ve acrecentado. Esto repercute negativamente en la Atención Primaria, ya que una parte importante de su prescripción es inducida (30-45%) y porque, aunque existe desacuerdo en una parte importante de esta prescripción inducida (15-30%), es difícil de solventar.

- **Limitaciones de las recomendaciones de Sociedades Científicas y grupos de expertos.** Vienen dada por dos razones. En primer lugar, la falta de evidencias que sostengan las actuaciones en todas las situaciones a las que se deben enfrentar los clínicos. En segundo lugar, y como ya se ha mencionado en el punto anterior, en ocasiones, las Sociedades Científicas y los grupos de expertos, cuyo importante papel está fuera de discusión, ven limitada su capacidad por las relaciones existentes, económicas y no económicas, con las Instituciones o con la industria farmacéutica, y ello puede ocasionar sesgos en sus recomendaciones.
- **Relaciones con la industria farmacéutica.** Los profesionales mantienen con frecuencia relaciones con la industria farmacéutica que sin duda condicionan algunas de sus decisiones y pueden suponer un aumento de la prescripción de fármacos que favorece la medicalización de algunas circunstancias.

## Industria farmacéutica

La industria farmacéutica representa otra parte de los factores implicados en la medicalización de la vida, pero aunque su papel es conocido, no por ello se debe caer en la focalización de toda la responsabilidad. Es sin duda una pieza importante del puzzle, pero únicamente una pieza del mismo.

- **La industria farmacéutica como empresa.** Las empresas farmacéuticas, como cualquier otra, buscan obtener los máximos beneficios. Este es un objetivo lógico y lícito. Su problema es que la obtención de este objetivo se realiza a través de estrategias que no siempre resultan beneficiosas para la salud de la población y contribuyen a su medicalización.
- **Búsqueda de mercado.** Se busca aumentar el mercado de un medicamento a través de varias vías: nuevas indicaciones, ajustes de los objetivos terapéuticos (reducir la cifra de un valor considerada como normal supone más personas tratadas y con mayores dosis), presentación como innovación de lo que únicamente supone la introducción de pequeñas modificaciones

moleculares (isómeros, presentaciones de liberación retardada...), etc. y varias de estas estrategias contribuyen claramente a la medicalización.

En ocasiones, la industria presta escaso interés en encontrar nuevos fármacos para enfermedades existentes y centra parte de sus esfuerzos en dar salida a fármacos existentes a través de la creación de nuevas enfermedades.

- **Investigación sesgada.** Una parte importante de los avances en el campo médico, especialmente en su faceta terapéutica, se han producido gracias a la investigación realizada o patrocinada por la industria farmacéutica, pero esto es un arma de doble filo. Al financiar y promocionar gran parte de los ensayos clínicos está en condiciones de influir en el tipo y objetivos de las investigaciones desarrolladas, lo que determina en gran medida la “evidencia disponible” (solo existe evidencia de lo que se investiga/publica y no existe evidencia de lo que no se investiga o no se publica). Esto influye en los profesionales que tratan de hacer su trabajo correctamente a través del empleo de la evidencia disponible. Además, la investigación patrocinada por la industria tiende a ser más favorable a los productos de dichos laboratorios que los estudios independientes.

- **Promoción de enfermedades.** La industria dedica una parte importante de su presupuesto a la denominada “*disease mongering*” (promoción de enfermedades) que hace referencia al esfuerzo que realizarían las compañías farmacéuticas por llamar la atención sobre condiciones o enfermedades frecuentemente inofensivas, con objeto de incrementar la venta de medicamentos, mediante campañas publicitarias, visitadores médicos, estudios que intentan medicalizar cualquier dolencia... pero esta inversión les resulta rentable.

Existen distintas estrategias para conseguir este objetivo: tomar un síntoma común y hacerlo parecer el signo de una enfermedad importante, definir el porcentaje de población que padece un problema lo más ampliamente posible, usar sesgadamente la estadística... El síndrome de hiperactividad en el niño, la disfunción sexual o el trastorno de ansiedad social son algunos de los ejemplos que han sido ampliamente comentados en la literatura científica.

- **Promoción de medicamentos.** Las empresas farmacéuticas invierten en el marketing de sus fármacos una parte destacada de su presupuesto y esta promoción se dirige tanto a los profesionales como a la población general. La parte más importante de la promoción (80%) se dirige a los profesionales e Instituciones, realizándose habitualmente a través de visitas, pequeños obsequios (ej. libros), inscripciones a congresos... Pero en ocasiones la influencia es más sutil a través de formación sesgada (charlas de expertos seleccionados, pseudocongresos promocionales...). Otra parte de la promoción se dirige directamente a la población, y aunque representa un porcentaje menor (aproximadamente un 20% según alguna publicación), tiene un impacto importante ya que genera opinión y demanda.

## CONSECUENCIAS

---

Las actuaciones médicas pueden ocasionar daño o perjuicio tanto por omisión como por acción de las mismas, representando la medicalización un caso de daño potencial por acción.

Siempre debe ser tenida en cuenta la premisa de que toda actuación no fundamentada es iatrogénica, ya sea desde el punto de vista médico, social o cultural, y la medicalización es un ejemplo claro de ello, que se traduce en múltiples y muy diversas consecuencias.

Debe mencionarse, así mismo, que muchas de las consecuencias de la medicalización son a la vez causas de la misma, contribuyendo a su crecimiento y perpetuación.

### Consecuencias para la sociedad

- **Medicalización de la vida.** La primera consecuencia de la medicalización es el aumento progresivo de dicha medicalización. Es una rueda que nunca tiene fin y que se retroalimenta; cada vez se transforman en enfermedades más situaciones/problemas no patológicos y esto a su vez contribuye a que se creen nuevas enfermedades y nuevos enfermos.
- **Percepción de peor salud que nunca.** La sociedad se encuentra en la paradoja de que en el momento que mayor es el nivel de salud objetivo existente y cuando mayor es el número de servicios sanitarios prestados, peor es la sensación de salud subjetiva y mayor es la demanda de servicios sanitarios. Ello es debido fundamentalmente a que no se ven cumplidas las expectativas existentes, creadas de forma artificiosa, al no existir soluciones para todo tipo de problemas y/o situaciones.
- **“Sanitarización” de la sociedad.** La sociedad se hace cada vez más dependiente del sistema sanitario y se requiere la participación de sus profesionales en todos los aspectos de la vida (enfermeras en los colegios, certificados médicos para ir a un balneario...).

- **Aumento de enfermedades/problemas de salud iatrogénicos.**

Entendiendo como tal a aquellos procesos que no se habrían producido si no se hubieran aplicado recomendaciones, pruebas diagnósticas o tratamientos farmacológicos o quirúrgicos. El uso irreflexivo de los recursos sanitarios disponibles ocasiona efectos perjudiciales graves, cuantas más intervenciones se realizan (preventivas, diagnósticas o terapéuticas), aunque sea con elevados niveles de calidad, mayor es la morbimortalidad. Por otra parte, al pensar en iatrogenia no debemos olvidar, además de los efectos indeseables puramente somáticos, aquellos otros menos tangibles como pueden ser el efecto de ser “etiquetado como enfermo” o la ansiedad que puede generar un falso positivo de una prueba de cribado.

- **Aumento del consumo de fármacos.** En estrecha relación con el punto anterior, la medicalización ocasiona un aumento del consumo de medicamentos, en muchas ocasiones innecesarios y/o ineficaces, que aumenta el riesgo de reacciones adversas, interacciones...

- **Sentimiento de frustración.** Cuando se llevan a cabo actuaciones no eficaces, éstas no obtienen los resultados esperados por la población y este incumplimiento de expectativas puede acabar generando frustración, desconfianza, ansiedad... que a su vez provocan la búsqueda de nuevas soluciones en el sector sanitario fomentando nuevas medicalizaciones.

- **Disminución de la competencia individual.** La búsqueda de soluciones externas (generalmente el sector sanitario) a todo tipo de situaciones conlleva una pérdida progresiva de las formas no médicas de afrontar las dificultades y de la capacidad de autocuidados.

- **Disminución de los recursos informales.** Aunque la medicalización de la vida no es el factor principal de la disminución de los distintos recursos informales en la sociedad, sí que es un factor influyente en dicha situación, al dar prioridad a la atención prestada por los profesionales sobre los prestados por dichos recursos.

## Consecuencias para las Instituciones y los profesionales

- **Sistema sanitario desbordado.** La existencia de nuevas demandas, de demandas repetidas por el mismo cuadro, la petición de mayor número de pruebas complementarias, etc. está generando un sistema cada vez más masificado y con listas de espera desorbitadas o con una disminución de la calidad de la atención.

En Atención Primaria genera la masificación de las consultas, lo que impide dedicar el tiempo necesario para cada paciente, contribuyendo a aumentar la insatisfacción del paciente y la inseguridad del profesional. Estas circunstancias, a su vez, generan nuevas consultas, solicitud de mayor número de pruebas, más tratamientos ineficaces... más medicalización.

En Atención Hospitalaria genera la existencia de listas de espera crecientes lo que conlleva situaciones desafortunadas que llegan a la opinión pública, generando mayor insatisfacción y descrédito del sistema.

- **Aumento del gasto sanitario.** La incorporación a la cartera de servicios de situaciones que responden a necesidades demandadas pero no reales y la incorporación al ámbito sanitario de situaciones anteriormente atendidas por otros sectores generan aumento del gasto sanitario. También contribuyen a aumentar dicho gasto situaciones más cercanas a los clínicos como el incremento irracional del empleo de nuevas tecnologías o la prescripción de tratamientos ineficaces.

Este aumento del gasto sanitario actúa en detrimento de otros sectores que pueden contribuir positivamente al estado de bienestar.

- **Pérdida de efectividad y equidad del sistema.** El aumento del gasto sanitario comentado en el apartado anterior, además de ir en detrimento de los recursos destinados a otros sectores, también ocasiona que actuaciones de probada eficacia se vean marginadas o retrasadas en el tiempo. Como consecuencia puedan verse relegadas personas con necesidades reales y para las que si existen actuaciones eficaces.

Desde otra perspectiva, la demora en la realización de pruebas diagnósticas, intervenciones quirúrgicas... genera también pérdida de equidad, porque las

personas con mayores recursos pueden utilizar sistemas paralelos (medicina privada) para la solución de sus problemas.

- **Deshumanización de la atención.** Muchos de los factores relacionados con la medicalización de la vida como la parcelación de la atención, la superespecialización de los profesionales, la tecnificación del sistema... son factores que están contribuyendo a que la atención sanitaria vaya perdiendo una faceta esencial de la misma como es el componente humano.
- **Transformación de factores de riesgo en enfermedades.** La realización indiscriminada de actividades de cribado, las revisiones repetidas por factores de riesgo... acaba convirtiendo a personas sanas en enfermos dependientes del sistema.
- **Aumento de iatrogenismo.** Ya comentado en el apartado dedicado a las consecuencias para la población.
- **Alteración de la relación profesional-paciente.** Los pacientes se ven defraudados al no obtener los resultados esperados y no cumplirse sus expectativas, los profesionales reciben demandas de atención para las que no están preparados para dar respuesta, al quedar fuera de su ámbito de actuación, y todo ello altera la relación entre la población y los profesionales. Una forma de valorar este aspecto es a través del aumento de las reclamaciones existentes hacia el sector sanitario tanto de manera formal (judiciales) como informal (reclamaciones, denuncias en medios de comunicación...).
- **Insatisfacción de los profesionales.** Al igual que los pacientes sienten frustración por no ver satisfechas sus expectativas, los profesionales tampoco se encuentran satisfechos con su trabajo. El síndrome de desgaste profesional o *Burnout*, que quizás represente otra forma de medicalización, es una expresión de esta insatisfacción.

A modo de conclusión, todas estas consecuencias comentadas de la medicalización de la vida pueden ser resumidas en la siguiente frase de Moynihan “la medicalización de la vida es un proceso que convierte a personas sanas en enfermas, que produce daño iatrogénico y que desperdicia recursos valiosos”.

## ACTUACIONES RECOMENDADAS

Es innegable la aportación beneficiosa de la medicina al bienestar de la sociedad y que los avances en este campo contribuyen a mejorar la calidad de vida de las personas. Del mismo modo, la existencia de nuevas demandas es un reto que exige de nuevas respuestas, pero todo ello no es razón para dejar de reconocer e identificar los problemas que la medicalización puede ocasionar y actuar sobre los mismos.

Los objetivos principales de estas actuaciones deben ser: la no medicalización de la vida (actuaciones preventivas encaminadas a evitar que se desarrolle dicho problema) y la desmedicalización (actuaciones encaminadas a reconducir situaciones ya producidas). Algún autor introduce el término de prevención cuaternaria para hacer referencia al conjunto de actividades sanitarias que atenúan o evitan la medicalización de la vida, especialmente en relación con las intervenciones innecesarias y excesivas del sistema sanitario.

Debe tenerse en cuenta que las recomendaciones de actuación frente a la medicalización de la vida que recoge este documento están basadas en las recomendaciones de expertos que han escrito sobre el tema y en las reflexiones de los integrantes de este grupo de trabajo, y que no existen estudios de intervención que demuestren los resultados obtenidos por su utilización.

La mayoría de las actuaciones propuestas precisan, de forma necesaria, de la participación activa de varios de los actores implicados en el proceso de medicalización (sociedad, políticos, gestores, profesionales...) por lo que no se ha considerado oportuno una división artificial por colectivos y se ha optado por agruparlas en: *actuaciones generales*, donde la consulta o el sistema sanitario son únicamente una faceta más de su aplicación; *actuaciones en el sistema sanitario*, donde el nivel político o de gestión del mismo es el principalmente implicado; y *actuaciones en consulta*, donde la asistencia sanitaria representa el ámbito principal para su aplicación.

## Actuaciones generales

- **Delimitación del campo de actuación de la sanidad.** La población debe conocer de forma clara qué situaciones corresponden al ámbito sanitario y cuáles a otros sectores. Devolver cada problema a su campo correspondiente, además de descargar al sistema sanitario, facilita la resolución de los mismos.

No es una tarea sencilla, ya que requiere que la sociedad sufra un cambio en conocimientos, creencias, expectativas... y requiere de tiempo, de unidad de mensaje y la participación de todos los sectores implicados.

Se requiere tiempo ya que todo cambio en creencias o expectativas requiere una adaptación progresiva y nunca puede tratar de imponerse de manera brusca.

Se requiere una unidad de mensaje y participación de los distintos sectores implicados; una vez establecidos de forma clara los límites, todos los colectivos implicados deben dar a conocer estos límites y los ámbitos de atención de los problemas excluidos del mismo. De nada sirve que los gestores definan unos límites si los profesionales no los respetan; de nada sirve que los profesionales lancen un mensaje de situaciones excluidas del sistema si los medios de comunicación fomentan consultar al médico por dicho motivo...

- **Delimitación de expectativas.** La sociedad, además de conocer los problemas a los que el sistema sanitario puede dar respuesta, debe conocer las limitaciones de dicho sistema, en cuanto a la capacidad diagnóstica (accesibilidad, validez...) y terapéutica (eficacia, efectividad...) disponibles para las distintas situaciones patológicas, con el objetivo de no crear falsas expectativas con referencia a las mismas. La sociedad tiene el derecho de saber que la ciencia tiene unas limitaciones y que ni se sabe todo, ni se disponen de pruebas y tratamientos para todo, ni los tratamientos garantizan la curación o resolución del problema.

Conseguir que la sociedad conozca las posibilidades y limitaciones del sistema es una tarea que afecta a múltiples actores: los políticos y gestores

definiendo su cartera de servicios y dando a conocer sus limitaciones; los profesionales en su práctica diaria, informando a los pacientes de las limitaciones de las pruebas solicitadas y de los tratamientos prescritos; los medios de comunicación, dando información veraz de las limitaciones diagnósticas y terapéuticas existentes...

- **Recuperación de actitudes vitales de la sociedad.** La sociedad debe recuperar niveles de tolerancia que se han ido perdiendo y recuperar actitudes como la asunción de lo inevitable, la aceptación de los acontecimientos y de la enfermedad o la aceptación de vivir con incertidumbres.

Los políticos, los sociólogos y los demás colectivos implicados deberían realizar un estudio de las causas que han llevado a la sociedad a ese cambio de actitudes, lo que dará las pistas necesarias sobre las actuaciones a implementar para reconducir dicha tendencia. Probablemente, los profesionales, por su lugar privilegiado en este tema, junto a otros actores como los medios de comunicación, tengan un papel fundamental en estas actuaciones correctoras.

- **Promoción de la autonomía de la población.** Bajo este epígrafe de fomento de la autonomía de la población se incluyen dos aspectos importantes: autonomía como capacidad de decisión y como capacidad de autocuidados. Promocionar la autonomía de las personas en términos de capacidad de decidir de forma autónoma requiere que previamente estén informadas de forma completa y veraz, conociendo las distintas alternativas posibles y los resultados esperados en cada una de las mismas. Existen estudios que ponen de manifiesto que las personas bien informadas toman decisiones más restrictivas respecto a los tratamientos que los propios profesionales, lo que prueba la validez de esta actuación en el control de la medicalización de la vida. Actualmente, la sociedad tiene acceso directo a la información que, en muchos casos, no es ni veraz ni completa; es más, buena parte de la información proviene, no de los medios de comunicación, sino de los propios usuarios. Estos han asumido en buena parte la función de los antiguos

profesionales de la comunicación, por lo que la necesidad de una información veraz probablemente sea hoy y para el futuro, una entelequia.

La promoción de los autocuidados juega igualmente un papel importante en la desmedicalización de la sociedad. La mayoría de los recursos sanitarios y los más cercanos al paciente están fuera del sistema sanitario (son los formados por el propio individuo, su familia, su entorno social...), y además muchos problemas médicos, y también no médicos, pueden ser solucionados de forma adecuada por la persona y su entorno. La capacidad de autocuidados aumenta si ayudamos a que sepan convivir con la incertidumbre.

Un aspecto a destacar en este apartado es la automedicación. Por épocas denostada, la automedicación “per se” no es negativa; tiene aspectos positivos y debe estimularse para el abordaje de cuadros menores.

Como en las actuaciones comentadas anteriormente, son distintos los actores implicados: autoridades sanitarias, profesionales, farmacéuticos, medios de comunicación...

- **Implicación de los medios de comunicación.** Aunque ya han sido mencionados en las distintas actuaciones anteriores, su importancia hace que sea necesario dedicarles un apartado específico. Ya que en el ámbito de la sociedad se generan la mayoría de creencias y expectativas, la complicidad de los medios de comunicación es fundamental para evitar la medicalización de la vida, fomentando la no medicalización, destruyendo mitos, promoviendo el empleo de intervenciones eficaces...

Algunas de las grandes críticas que reciben los medios de comunicación son la falta de verificación de algunas noticias, los sesgos en la importación por su tendencia a las noticias sensacionalistas y la existencia ocasional de conflictos de intereses. Para evitar estos problemas, los medios de comunicación deberían tomar medidas; a modo de ejemplo se pueden mencionar los Manuales de Ética de algunos periódicos como el New York Times o las recomendaciones de la ONG “Media Doctor” (<http://www.mediadoctor.org.au>).

## Actuaciones en el sistema sanitario

- **Delimitación del campo de actuación de la sanidad.** Los políticos y gestores de la sanidad son los responsables principales de la definición de los servicios prestados por el sistema sanitario. La determinación de la cartera de servicios debe basarse en necesidades reales (no en demandas) y en criterios científicos (evidencia). Las Sociedades Científicas deben colaborar en esta determinación. Esta delimitación, como se ha comentado ampliamente en el apartado anterior, debe ser posteriormente dada a conocer a la sociedad.
- **Promoción de los valores de la medicina.** Otra herramienta de lucha frente a la medicalización de la vida es el fomento y defensa de los valores básicos de la medicina, que compaginan el componente técnico con el componente humano, sin olvidar los aspectos éticos que la impregnan. Esta labor es tanto de los profesionales como de los políticos-gestores, sin olvidar la contribución que pueden hacer los medios de comunicación.
- **Atención Primaria como eje del sistema.** Las características definitorias de la Atención Primaria (integral, integrada, longitudinal...) la convierten en el ámbito idóneo de atención para la lucha contra la medicalización. El sistema debe estructurarse para permitir el máximo desarrollo de las competencias de la medicina de familia, que permita una atención integral e integrada y que evite la fragmentación de la misma, la sobretecnificación de la atención... Pero para que ello pueda desarrollarse se requiere de la solución de viejas demandas de este nivel asistencial: cupos limitados que permitan dedicar un mínimo de tiempo a cada paciente, desburocratización de la atención, acceso a métodos diagnósticos que eviten derivaciones innecesarias...
- **Dimensionar correctamente la medicina preventiva.** La medicina preventiva tiene un indudable valor, pero debe evitarse la puesta en marcha de actividades preventivas no basadas en evidencias y que únicamente consiguen considerar como enfermos a personas sanas. Ante un riesgo,

únicamente debería intervenir si dicho riesgo puede tener un impacto real sobre las personas y cuando además se disponga de intervenciones eficaces y seguras para controlarlo, en definitiva, se trataría de prevenir la prevención innecesaria.

- **Desburocratización sanitaria de la vida.** Una forma de evitar la medicalización de la vida es sacar de la atención sanitaria contactos burocráticos de la población con el sistema por motivos ajenos a las funciones del mismo. Sirvan como ejemplos los partes de descanso maternal (no se certifica una enfermedad, únicamente se constata una situación para acceder a un derecho laboral), los informes para las vacaciones de los servicios sociales (donde su salud cuenta menos que sus ingresos o si ya ha disfrutado del servicio los años previos) o las notas por falta de asistencia al colegio de un niño (los padres son los responsables y debería ser suficiente con su notificación evitando la consulta por un cuadro banal).
  
- **Promoción de la investigación independiente.** Si algunos de los problemas comentados son la falta de evidencia de cómo actuar ante multitud de situaciones y el sesgo existente en la investigación realizada por la influencia de la industria farmacéutica, parece evidente que los servicios sanitarios, apoyándose en organizaciones como las Sociedades Científicas, deberían liderar la investigación dando prioridad a las situaciones donde existan lagunas en el conocimiento y en la evaluación de la efectividad de las intervenciones.
  
- **Promoción de la formación.** Una correcta atención, basada en la toma de decisiones que se apoyen en las evidencias, solo puede hacerse por profesionales correctamente formados. Las Instituciones Sanitarias deben liderar la formación de los profesionales que las integran con el objetivo de dar una formación independiente y de calidad que permita a los profesionales una correcta actualización de sus conocimientos.
  
- **Regulación y control de las actuaciones de la industria farmacéutica.** Se debe regular y controlar tanto la investigación como la aprobación de nuevos

productos a través de agencias independientes (la FDA y la EMEA deben disipar las sombras de duda existentes por su relación con la industria). Del mismo modo, debe existir un control riguroso de la promoción, tanto directa como indirecta, que se realiza de sus productos tanto a nivel de los profesionales como de la población general.

### Actuaciones en consulta

- **Visión integral e integrada del paciente.** La visión integral del paciente con todos sus problemas evita la sobreactuación (más visitas, más pruebas diagnósticas y más tratamientos) que la fragmentación de la atención genera. La visión integrada permite la exploración y aprovechamiento de sus conocimientos, de sus expectativas e incertidumbres, de los recursos informales disponibles...
- **Capacidad resolutive.** Tener capacidad resolutive hace referencia a dos aspectos diferentes pero complementarios: acceso a los recursos y respuesta a las demandas. El acceso a los recursos del sistema que permita el estudio y tratamiento de los procesos ya ha sido comentado en el apartado de actuaciones a nivel sanitario. La capacidad resolutive, como respuesta a las demandas, hace referencia a que toda demanda debe encontrar una respuesta adecuada sin que ello signifique que cada demanda precise de un tratamiento.
- **Actuación acorde a las evidencias científicas existentes.** Ello conlleva, en primer lugar, que no hay que estudiar/tratar lo que no requiere estudio/tratamiento o para lo que no existe estudio/tratamiento. Por otra parte, al hablar de trabajar con evidencia científica, no debe confundirse significación estadística con relevancia clínica, por lo que es preciso valorar la calidad de las investigaciones en las que se basa dicha evidencia y, además, tener en cuenta aspectos como la utilidad y el beneficio. El seguimiento de recomendaciones, guías de práctica clínica... facilita esta forma de trabajar. Debe seguirse la máxima de que toda actuación no fundamentada es iatrogénica (médica, social o culturalmente).

- **Racionalización en la utilización de los recursos.** Muy en relación con el trabajo en base a la evidencia científica, no debe confundirse el acceso a los recursos diagnósticos y terapéuticos (demandado en este documento) con uso irracional de los mismos. Los criterios de utilización se deben basar en conceptos como utilidad, eficacia/efectividad, beneficio... pero nunca en las demandas de la población o en la medicina defensiva.

- **Estructuración desmedicalizadora de la consulta.** Una correcta realización de la entrevista clínica contribuye a dificultar la medicalización de las situaciones, al intervenir sobre varios de los factores causales de la misma (regulación de expectativas, promoción de autocuidados, manejo de la incertidumbre...), y ello puede realizarse en sus distintas fases:

*Escucha activa.* Permite clarificar y entender la verdadera demanda y las expectativas del paciente (que vienen influidas por sus creencias, su entorno...). Esta escucha activa facilita, además, crear una relación que permite descargar parte de la ansiedad generada por la existencia del problema y tiene función terapéutica.

*Formulación de hipótesis.* Posibilita un nuevo enfoque del problema que facilita la reflexión (ej. ¿Cree que lo que siente puede tener alguna relación con su problema en el trabajo?) y el autocuidado (ej. ¿Cree que puede ayudarlo si habla del tema con su familia?).

*Reconocimiento de la normalidad.* Explicación de los criterios de normalidad o enfermedad y de las variantes de la normalidad, significado de los síntomas y/o signos y de la necesidad o no de tratamiento y de controles periódicos.

*Reconversión de creencias y ajuste de expectativas.* Dado que los profesionales sanitarios somos una de las principales fuentes de información que genera estas creencias y expectativas, se debe actuar sobre las mismas: dando información sobre la capacidad real del sistema en general y de nuestra capacidad individual, informando sobre el origen y el curso natural de la enfermedad, posibilidades terapéuticas y pronóstico...

*Trabajar la tolerancia a la incertidumbre.* Aunque parezca un contrasentido, conocer la incertidumbre en nuestro trabajo permite trabajar con mayor seguridad. Del mismo modo, se debe hacer participe al paciente de dicha incertidumbre para facilitar la adecuación de las expectativas, reconducir

demandas... Todo ello se consigue a través de la vigilancia de los procesos, del conocimiento y explicación del curso natural de las enfermedades, de los signos y síntomas de alarma, de la utilización en las primeras fases de la enfermedad de tratamientos no farmacológicos...

*Redirigir la demanda.* Se deben evitar las actuaciones médicas por problemas no médicos y la mejor forma de realizarlo es a través de la verbalización de esta situación y la derivación del problema al ámbito adecuado para su resolución. Ello no implica no escuchar; significa escucha empática del problema pero derivación firme del mismo.

*Compartir decisiones.* La aceptación y la responsabilización de nuestras actuaciones por parte del paciente mejora los resultados de la misma tanto en términos de resultados como de satisfacción, pero ello requiere de aportar información real y no sesgada, y de la toma de decisiones compartidas.

*Tratamiento.* Es cierto que cada demanda a consulta requiere de una respuesta, pero dicha respuesta no siempre es preciso que sea prescribir un fármaco aunque exista tendencia a ello; la prescripción debe basarse en las evidencias existentes y en el razonamiento clínico. El profesional que prescribe es el responsable de la prescripción; debe gestionarse de forma activa para evitar la prescripción inducida.

- **Formación Continuada.** Aunque el sistema sanitario debe facilitar el acceso a la formación, los responsables últimos a nivel individual son los propios profesionales.

A modo de reflexión final de todas estas recomendaciones, se pueden mencionar las reflexiones expuestas por Smith en un editorial de 2001 aparecido en la revista British Medical Journal:

- La población debe aceptar que la enfermedad, el dolor y la muerte son parte de la vida.
- La población no debe delegar sus problemas en los profesionales.

- La medicina tiene una capacidad limitada, especialmente en problemas sociales, y además tiene riesgo.
- Los profesionales deben de conocer sus limitaciones.
- Los políticos y gestores deben centrarse en la realidad y evitar crear expectativas irreales.

## BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

---

- Angell M. Excess in the pharmaceutical industry. CMAJ. 2004; 171: 1451-1453
- Blech J. Los inventores de enfermedades. Barcelona: Destino; 2005
- Bordas JM, Casajuana J. Prescripción inducida en atención primaria: de la excusa pasiva a la gestión activa. FMC. 2000; /: 323-328
- Cabral JA. Nuevas tendencias de la medicalización. Ciencia & Saude Colectiva. 2008; 13(sup): 579-587
- Campbell EG, Russell LG, Mountford J, Miller LG, Cleary PD, Blumenthal D. A national survey of physician-industry relationships. N Engl J Med. 2007; 356: 1742-1750
- Campbell EG, Weissman JS, Ehringhaus S, Rao SR, Moy B, Goold SD. Institutional Academic-Industry relationship. JAMA. 2007; 298: 1779-1786
- Campbell EJM, Scadding JG, Roberts RS. The concept of disease. BMJ. 1979; 8: 757-762
- Casino G. La Promoción de la Enfermedad. El País. 2006 (25/04/06). pag 39
- Davis P. Health care as a risk factor. CMAJ. 2004; 170: 1688-1689
- Díaz JL. El sufrimiento medicalizado. Cultura de los cuidados. 2008; 23: 50-56
- Fernández MJ, Marquet R, Reguant M, Zapter F. ¿Enfermos de salud?. Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària. 2006. Disponible en: <http://www.camfic.org>
- Gérvas J. Malicia Sanitaria y prevención cuaternaria. Gac Med Bilbao. 2007; 104: 93-96
- Gérvas J, Pérez-Fernández M. El auge de las enfermedades imaginarias. FMC. 2006; 13: 109-111
- Gérvas J. Moderación en la actividad médica preventiva y curativa. Cuatro ejemplos de necesidad de prevención cuaternaria en España. Gac Sanit. 2006;20(supl 1): 127-134
- Gottlieb S. A fifth of Americans contact their doctor as a result of drug advertising. BMJ. 2002; 325: 854

- Grilli R, Ramsay C, Minozzi S. Mass media interventions: effects on health services utilisation (Cochrane Review). In: The Cochrane Library. Issue 4, 2002. Oxford: Update software
- Hijmans E, Pleijter A, Wester F. Covering Scientific Research in Dutch Newspapers. *Science Communication*. 2003; 25(2): 153-176
- Hofmann B. The technological invention of disease. *J Med Ethics: Medical Humanities*. 2001; 27: 10-19
- Illich J. L'obsesion de la santé parfaite. *Le Monde Diplomatique*. 1999; 41 (Marzo): 21
- Induces prescription in Barcelona's Primary Care Study Group (Institut Catalá de la Salut). Induced prescription in primary healthcare. *Eur J Gen Pract*. 1999; 5: 49-53
- Kishore J. A dictionary of Public Health. New Delhi: Century Public
- ations. 2002
- Lumbreras B, Hernández-Aguado I. El entusiasmo por las pruebas diagnósticas: efectos en la salud y formas de control. *Gac Sanit*. 2008; 22(Supl 1): 216-222.
- Mainetti JA. La Medicalización de la Vida. *Electroneurobiología* 2006; 14: 71-89
- Maglio I. La medicalización de la vida como causa de reclamos contra la practica médica. *Medicina (Buenos Aires)*. 1998; 58: num 5/2
- Marquet R. La obsesión por la salud. *FMC*. 2006; 13: 507-509
- Márquez-Calderón S. Los efectos negativos de las intervenciones preventivas basadas en el individuo. *Gac Sanit*. 2008; 22(Supl 1): 205-215
- Marquez S, Meneu R. La medicalización de la vida y sus protagonistas. *Ges Clinica y Sanitaria*. 2003; 5: 47-53
- Meador C. The art and science of nondisease. *N Engl J Med*. 1965; 272: 92-95
- Meneu R. Las "no enfermedades". *AMF*. 2005; 1: 123-124
- Merino A, Miguel F, Sanz R. Yo medicalizo, tú medicalizas, él....; reflexiones y propuestas. *AMF*. 2005; 1: 269-278
- Miguel F, Merino A, Sanz R, García A, Montero MJ, Maderuelo JA. Procedimientos operativos y técnicos en la medicalización de la prevención. *Aten Primaria*. 2009. doi: 10.1016/j.aprim.2008.12.010

- Moynihan R, Doran E, Henry D. Disease mongering is now part of the global health debate. Plos Med. 2008; 5: e106
- Moynihan R, Heath I, Henry D. Selling sickness: the pharmaceutical industry and disease mongering. BMJ. 2002; 324: 886-891
- New York Times. Ethical Journalism: a handbook of values and practices for the News and Editorial Departments. New York, 2004
- Pellechia M. Trends in science coverage: a content analysis of three US newspapers. Public Understanding of Science. 1997; 6: 49-68
- Puig-Junoy J. La financiación y la regulación del precio de los medicamentos en el Sistema Nacional de Salud: cambios y continuidad. Gac Sanit. 2007; 21(1): 1-4
- Pundik J. La medicalización de la infancia. ¿Cada vez más frecuente?. FMC. 2009; 16: 213-218
- Quintana O. Los objetivos de la medicina. Rev Calidad Asistencial. 2003; 18: 132-135
- Reverte D. El negocio de la sanidad y la medicalización de la vida. Salud2000. 2007; 112: 8-16
- Rodríguez S. El proceso de medicalización y sus consecuencias. Entre la moral, el poder y el negocio. Intersticios. 2008; 2: 71-85
- Schwitzer G, Mudur G, Henry D, Wilson A, Goozner M, Simbra M et al. What are the roles and responsibilities of the media in disseminating health information?. Plos Med. 2005; 2(7): e215
- Sen A. Health: perception versus observation. BMJ. 2002; 324: 860-861
- Smith R. Why are doctors so unhappy?. There are probably many causes, some of them deep. BMJ. 2001; 322: 1073-1074
- Smith R. In search of "non-disease". BMJ. 2002; 324: 883-885
- Sociedad Castellano-Manchega de Medicina Familiar y Comunitaria. Nuevas demandas de la población. Scamfyc. 2005. Disponible en: <http://www.scamfyc.org>
- Sociedad Castellano-Manchega de Medicina Familiar y Comunitaria. Propuestas para mejorar el uso racional del medicamento y racionalizar el gasto farmacéutico. Scamfyc. 2003. Disponible en: <http://www.scamfyc.org>
- Tizon JL. De los procesos de duelo a la medicalización de la vida. Jano. 2006; 1818: 58-60

- Vara AM. Como medicalizar la vida diaria: la creación de enfermedades o “disease mongering”. Evid Actual Pract Amb. 2008; 11: 130-132
- Zapater F. Hasta aquí hemos llegado. Los límites de la medicina. Rev Calidad Asistencial. 2006; 21: 1-2
- Zapater F. nuevos pacientes y nuevas demandas. ¿Qué hacer?. En: Casajuana J. Gestión del día a día en el Equipo de Atención Primaria. Barcelona. SemFYC. 2007
- Zapater F, Vila R. Habilidades para no medicalizar. FMC. 2008; 15: 672-670