

SELF-MANAGEMENT EUROPE ALERT



Esta es la segunda edición de las alertas de Self-Management Europe. Estas Alertas tienen como objetivo contribuir a una mayor concienciación y disponibilidad de los recursos de apoyo a los pacientes para su autocuidado, especialmente a aquellos que viven con una condición crónica. Las Alertas se dirigen a profesionales de la salud, gestores y otras partes interesadas que buscan recomendaciones efectivas para aplicar prácticas que mejoren el autocuidado y el empoderamiento de los pacientes.

**PROCURANDO
QUE LA ATENCIÓN
EN SALUD SEA
ACCESIBLE
A TODOS**

SEPTIEMBRE
09/2021

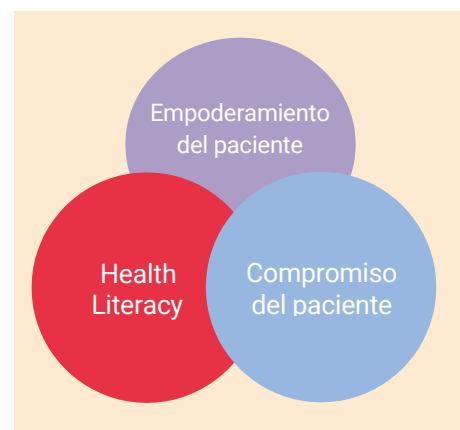
ALFABETIZACIÓN EN SALUD (HEALTH LITERACY) ¿QUÉ SIGNIFICA?

**5/10 personas
carecen de las
habilidades
necesarias para
gestionar la salud
y prevenir
enfermedades**

Alfabetización en Salud (AS) es la capacidad de las personas para obtener, interpretar y comprender información y servicios básicos de salud y utilizar dicha información y servicios de manera que mejoren la salud.¹ A menudo la AS solo se asocia con la capacidad de leer o la comprensión de la información, pero incluye mucho más que eso. La alfabetización en salud también se refiere al conocimiento, la motivación, la confianza y las habilidades de las personas para utilizar esa información sanitaria en la vida diaria. De media, al menos 1 de cada 10 adultos en Europa tiene una AS insuficiente y casi 1 de cada 2 tiene conocimientos de salud limitados (insuficientes o problemáticos).² Aunque la AS limitada es más frecuente en algunos grupos (por ejemplo, las personas mayores y las personas con menor nivel educativo), ocurre en todas las etnias, edades, niveles educativos y géneros. Además de eso, **la AS no es una característica estable de las personas**. Puede cambiar con el tiempo y en distintas situaciones y, por lo tanto, también se puede mejorar.

ALFABETIZACIÓN EN SALUD ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

Cuando los pacientes están educados y capacitados para actuar sobre la información en salud, pueden tomar **decisiones informadas** sobre la atención que reciben. También ayuda a las personas a asumir una mayor responsabilidad sobre su propia salud. Por ejemplo, un paciente que se siente empoderado puede decirle más fácilmente a un médico que las instrucciones médicas no son claras. Los pacientes también pueden participar más fácilmente en medidas preventivas, ya que tienen la información y el conocimiento, en ese momento, lo que implica un estilo de vida saludable. **La AS es un elemento importante de la atención centrada en el paciente** ya que ayuda a los pacientes a convertirse en socios en la coproducción de su propia salud y optimiza la calidad de la interacción entre los pacientes y los profesionales de atención en salud. La literatura muestra que la AS se asocia positivamente con una mejor experiencia del paciente, mejores prácticas de autocuidado y, en ocasiones, mejores resultados sanitarios.



LA ALFABETIZACIÓN EN SALUD DEPENDE DE MUCHOS FACTORES

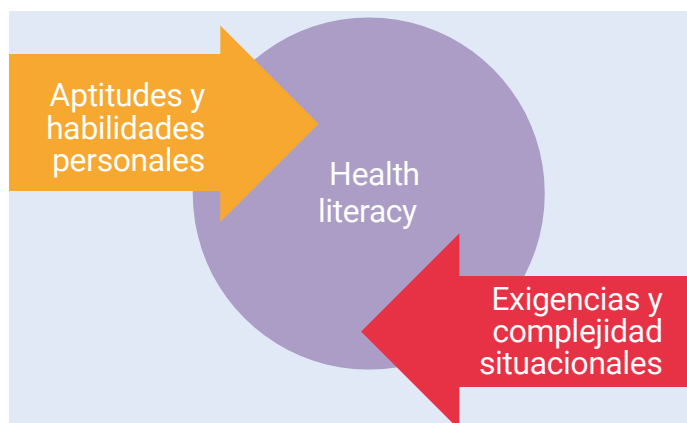
La AS limitada no es solo un problema del paciente. El nivel de AS de una persona es el resultado de la interacción de muchos factores:

- la cultura, la educación, el idioma, y las limitaciones situacionales y emocionales del paciente;
- el conocimiento, la experiencia y las habilidades de comunicación de los profesionales de la salud;
- la disponibilidad de materiales de comunicación e información en un lenguaje accesible;
- las exigencias y complejidades del sistema sanitario.

Esto hace que abordar la AS limitada sea una responsabilidad compartida entre los propios pacientes y los profesionales de la salud y las organizaciones con las que participan.

ALFABETIZACIÓN EN SALUD: SIGA UNA POLÍTICA DE DOS VÍAS

Teniendo en cuenta que múltiples factores contribuyen o afectan a la AS, las acciones para mejorar la AS no deben centrarse solo en las personas con una AS limitada. ¡AS es responsabilidad de todos! La AS limitada se puede considerar como un desajuste entre los pacientes y la atención sanitaria. Cuando queremos mejorar la AS debemos considerar en paralelo el conocimiento y las habilidades de un paciente, y el conocimiento y las habilidades de los profesionales de la salud, la claridad de la documentación y la accesibilidad del sistema de atención en salud en el que operan las personas y los profesionales. Entonces, en lugar de enfocarnos en uno u otro, debemos **seguir una política de dos vías**.³



¿QUÉ PODEMOS HACER?

Pacientes

- ¡Esté preparado! Cuando se reúna con un profesional de la salud, piense en las cosas que le preocupan y anote las preguntas de antemano.
- Pregunte cuando algo le sea difícil de entender.
- Compruebe si lo entendió todo correctamente.

Profesionales y organizaciones

- Proporcione información y comuníquese en un lenguaje sencillo y siga los estándares de diseño.
- Dé información verbal clara y fácil de seguir y explique cualquier terminología médica.
- Compruebe si los pacientes han entendido lo que ha dicho.
- Ofrezca un entorno accesible. environment
- Compruebe que todos los profesionales de la organización sean conscientes de los problemas de alfabetización en salud y de cómo responder de manera adecuada.

¿SABER MÁS?

Existen muchas páginas web y organizaciones, tanto en la Unión Europea como a nivel nacional, que ofrecen herramientas y recomendaciones sobre cómo mejorar la alfabetización en salud para pacientes, profesionales y organizaciones.

Ver por ejemplo <http://healthliteracycentre.eu/>, <https://www.cdc.gov/healthliteracy/researchevaluate/organization-assessment-tools.html>, <https://www.nala.ie/health-literacy/>

REFERENCIAS Y RECURSOS

1. Sørensen, K., Van den Broucke, S., Fullam, J., Doyle, G., Pelikan, J., Slonska, Z., & Brand, H. (2012). Health literacy and public health: a systematic review and integration of definitions and models. BMC Public Health, 12, 80. doi:10.1186/1471-2458-12-80.
2. Kristine Sørensen, Jürgen M. Pelikan, Florian Röthlin, Kristin Ganahl, Zofia Slonska, Gerardine Doyle, James Fullam, Barbara Kondilis, Demosthenes Agrafiotis, Ellen Uiters, Maria Falcon, Monika Mensing, Kancho Tchamov, Stephan van den Broucke, Helmut Brand, on behalf of the HLS-EU Consortium, Health literacy in Europe: comparative results of the European health literacy survey (HLS-EU), European Journal of Public Health, Volume 25, Issue 6, December 2015, Pages 1053–1058, <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckv043>
3. Rademakers, J., Heijmans, M. Beyond reading and understanding: health literacy as the capacity to act. International Journal of Environmental Research and Public Health: 2018, 15(8), 1676

Datos de contacto:

Para más información visite nuestra página web <https://self-management.eu/selfmanagementeuropa/> or contáctenos vía email contact@self-management.eu.
Ésta es una publicación de Self-management Europe

