

Principios esenciales de la práctica del Médico de Familia: una reflexión dirigida a los residentes de la Especialidad de Medicina Familiar y Comunitaria en España y Latinoamérica

Princípios essenciais da prática do Médico de Família: uma reflexão dirigida aos residentes da Especialidade de Medicina de Família e Comunidade na Espanha e América Latina

Essential Principles of the Practice of the Family Physician: a Reflection Aimed at Residents of the Specialty of Family and Community Medicine in Spain and Latin America

José Saura Llamas.*

*Médico de Familia Ex - Jefe de Estudios de la Unidad Docente Multiprofesional de Atención Familiar y Comunitaria de las Áreas Vega Media del Segura, Vega Alta del Segura y Altiplano de Murcia (antes de noviembre 2017).

N. del E. Este artículo está fundamentado en el libro: Saura Llamas J. (Editor) *Manual de Herramientas Docentes para el Tutor. Instrumentos y ayudas para cumplir los objetivos docentes y las tareas del programa docente de Medicina Familiar y Comunitaria. 2006. Mediprint Ediciones, S.L. Murcia, España. 2006.*

La medicina familiar y comunitaria se encuentra en plena expansión. Tanto su campo de actuación como las competencias de sus profesionales viven un continuo crecimiento y enriquecimiento. Y esto es así porque trabajamos cercanos a los ciudadanos y con el soporte del conocimiento científico. El avance de la ciencia no tiene ni tendrá freno. Cada día tendremos que conocer, analizar e incorporar novedosos hallazgos que den respuestas a las "viejas" necesidades en salud de nuestros ciudadanos. Pero a su vez, éstos, los ciudadanos, nos plantearán nuevos problemas de salud, en especial en el área psicosocial, que nos obligarán a una formación y actualización permanente. Es por ello que la concepción del aprendizaje siempre ha de ser dinámica, huyendo del estancamiento y capacitando para responder a las necesidades de cada momento.

Luis Aguilera.

Ex-Presidente de la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (SEMFYC)¹

El médico de familia (MF) organiza y realiza su trabajo en el seno de un equipo de profesionales de atención primaria, con objetivos compartidos y para una misma población. El residente aprenderá a trabajar en un equipo de atención primaria, identificar y fijar objetivos comunes, establecer normas de funcionamiento interno y mecanismos de coordinación entre los distintos profesionales. Para el correcto desempeño en todas las áreas del trabajo, el MF será capaz de organizar adecuadamente el tiempo diario para las diversas funciones a desarrollar, y especialmente organizará eficientemente su consulta. Deberá aprender a hacer un uso racional de las pruebas complementarias para establecer los diagnósticos, de los recursos terapéuticos o de las interconsultas con otros especialistas.

En el ámbito de la atención primaria, la información es la base para el conocimiento, para establecer diagnósticos y para la toma de decisiones; el MF conocerá y sabrá utilizar los registros y sistemas de información, colaborando en la recogida de datos mediante la realización de una correcta historia clínica y aportando elementos a los registros sanitarios existentes. El MF sabrá utilizar las herramientas informáticas necesarias para esta función y cuidará especialmente el uso confidencial de todos los datos.

El médico de familia deberá estar capacitado para desarrollar acciones de administración y gestión básicas en establecimientos de atención primaria, constituyéndose en un referente en su equipo de trabajo. El aprendizaje de la Medicina Basada en Evidencia (MBE) y la utilización de los recursos de Internet deberán ser una fuente para

sus labores en el campo de la gestión clínica. El objetivo principal de nuestra labor como Médicos Familiares es conseguir que los pacientes reciban una asistencia de calidad; por lo que aprenderá el marco teórico y las dimensiones de la calidad asistencial, sus herramientas de medición, su estructura, proceso y resultado, lo que le permitirá conocer y mejorar la calidad de su trabajo. Promoverá la implantación de actividades de evaluación y mejora de la calidad, que le facilitarán la toma de decisiones. Conocerá también los instrumentos necesarios para conocer la satisfacción de los usuarios y de los profesionales.

Durante el período de formación pre y postgraduada es muy importante que el MF incorpore a su labor profesional los valores y elementos de la bioética. Aprenderá a valorar los aspectos éticos en la relación con el paciente: *respeto, intimidad, confidencialidad, autonomía, consentimiento informado*.

Atención al individuo

El MF es fundamentalmente un buen médico clínico que debe prestar atención a los individuos de forma continuada a lo largo de su vida, tanto en la consulta como en el domicilio, de forma programada, a demanda o urgente, para los problemas agudos y para los crónicos, realizando su trabajo de forma eficaz y eficiente. Aprenderá a hacer la historia clínica desde una perspectiva que integre los aspectos biológicos, psicológicos y sociales de la salud y la enfermedad. La atención a la globalidad (al conjunto de la persona) y la longitudinalidad (a lo largo de toda la vida) son dos *Características Esenciales del Perfil profesional del Médico de Familia*.

El MF adquirirá las habilidades técnicas para un correcto diagnóstico, mediante el manejo y la valoración de las pruebas diagnósticas disponibles en su medio. Establecerá un plan diagnóstico, terapéutico y de seguimiento, que incluya la realización de un correcto diagnóstico diferencial, una adecuada interpretación de las pruebas complementarias o la coordinación de las opiniones de otros especialistas.

Para el plan terapéutico elaborará y negociará con el paciente un posible tratamiento no farmacológico y/o farmacológico necesario para la curación y/o rehabilitación de su enfermedad, utilizando correctamente los fármacos u otras terapias accesibles al MF.

Aprenderá a establecer un plan de seguimiento, con evaluación de la adherencia al tratamiento y los resultados alcanzados, garantizando la atención continuada y específica en determinadas situaciones como la situación de un discapacitado, un inmovilizado, un enfermo terminal que precisa cuidados paliativos, también la de un niño, un adolescente, una mujer o un anciano.

En cada contacto con el paciente, el MF valorará la necesidad y oportunidad de realizar actividades de prevención y promoción integradas en la práctica asistencial, cuya eficacia y efectividad tengan la necesaria evidencia. Hablamos de *medidas de educación para la salud, prevención primaria y de prevención secundaria para los procesos más prevalentes en la población y relacionadas con las enfermedades infectocontagiosas, el cáncer, las enfermedades cardiovasculares, la salud mental, la infancia y la adolescencia, la mujer y las personas ancianas*.

También deberá aprender cuándo debe solicitar la opinión y colaboración de otros especialistas, realizando un cuidado compartido, asesorando y coordinando las evoluciones clínicas del paciente. El MF tiene que desarrollar las suficientes habilidades para la entrevista clínica, encaminadas a determinar los problemas de salud, estableciendo un proceso de comunicación adecuado, desarrollando los aspectos específicos de la relación asistencial, delimitando el motivo de la consulta y evaluando el problema del paciente. Asimismo, adquirirá las habilidades de negociación necesarias.

Aprenderá a desarrollar la capacidad de escucha y empatía necesaria para la correcta interrelación con los usuarios e incorporará los aspectos éticos en la relación con el paciente: *respeto, intimidad, confidencialidad, consentimiento y autonomía*.

Atención a la familia

La familia tiene una gran importancia en cómo y de qué enferman sus miembros. El MF deberá entender a cada familia como una unidad que debe ser analizada en su composición y funcionalidad, y que actúa a dos niveles sobre las personas, como parte del contexto social en que se desenvuelve la vida y la salud, y como recurso para la salud. El residente deberá ver a la familia como un sistema, incorporar la entrevista familiar, realizar e interpretar el genograma, conocer los ciclos vitales de la familia, la transición de las etapas y los acontecimientos vitales estresantes, evaluándolos y conociendo sus repercusiones.

Es importante conocer las herramientas que permiten identificar los recursos familiares, la red social y el apoyo social que tienen las personas y sus familias porque en determinadas situaciones pueden ser necesarios. Deberá ser capaz de identificar las disfunciones familiares, los problemas psicosociales de origen familiar y adquirir habilidades para el asesoramiento y mediación familiar.

Atención a la comunidad

Para mejorar la salud y disminuir las desigualdades, el MF debe intervenir sobre los determinantes de la salud que están en contextos diferentes al sistema sanitario, es decir, el medio físico y social. La orientación comunitaria del Médico de Familia empieza en la propia atención individual: toda su actividad clínica debe realizarla contextualizada en el entorno de la persona, aprovechando sus recursos y minimizando sus déficits. Con estos fines, el MF debe obtener la información suficiente para identificar las necesidades de salud de la población, considerando a la comunidad en su conjunto como sujeto de atención, identificando a los grupos de riesgo que existen en la misma, programando e implementando intervenciones para abordar los problemas de salud comunitarios, y captando activamente a los sujetos vulnerables para garantizar su accesibilidad a la atención sanitaria.

El MF debe identificar y caracterizar la existencia de grupos que sufren desigualdades en salud (de clase social, género, etnia, edad, etc.). Esto conlleva que el MF se implica de forma activa en la salud del conjunto de la comunidad, con independencia de que las personas soliciten o no atención médica.

El MF aprenderá a *utilizar un sistema de vigilancia epidemiológica* para conocer y controlar los aspectos del medio ambiente y sus repercusiones en la salud. Además, el MF utilizará métodos de trabajo que faciliten su participación activa. Cooperará con las organizaciones comunitarias (ONGs, asociaciones de ayuda mutua, etc.) y otras instituciones para mejorar la salud del conjunto de la población atendida y aportar iniciativas que tiendan al desarrollo de la comunidad.

Formación académica

El MF debe ser un profesional en continuo proceso de formación y estar preparado para actuar como docente de otros profesionales que trabajen en Atención Primaria. Así mismo, tendrá preparación para colaborar en la formación, tanto de pregrado como de postgrado, en medicina de familia.

Deberá asumir que la formación continuada, aquella actividad docente y formativa que nos permite mantener y mejorar nuestra competencia profesional durante nuestra vida profesional, es una necesidad ineludible de todos los MF.

Aprovechará especialmente las posibilidades de la formación en servicio, en el seno del propio equipo de trabajo. Por estos motivos el MF adquirirá las habilidades necesarias para preparar y exponer sesiones clínicas, bibliográficas, de revisión, etc., y conocerá los métodos de enseñanza aplicables a la formación de pre y postgrado, así como de formación continuada en MF.

El MF aprenderá a hacer una búsqueda bibliográfica, conocerá las bases de datos y los recursos de información y documentación médica, y la forma de obtener información basada en la evidencia. El MF ha de contar con herramientas de metodología de investigación que le permitan evaluar la calidad y la importancia para su práctica de los resultados de investigación publicados en revistas científicas, desarrollando el hábito de lectura crítica de los trabajos de investigación en Atención Primaria.

Compromiso con las personas

El ciudadano es el protagonista de la atención que prestamos. Nuestras actuaciones, por encima de cualquier otro interés, están encaminadas a la mejora y mantenimiento de su salud. Las personas que atendemos dan sentido a nuestra profesión: nunca nos molestan, sino que deseamos obtener su confianza para que nos consulten cada vez que lo precisen. Nos interesa mantener y mejorar la salud de las personas.

El mejor médico de familia es aquel que más colabora en conseguir buenos resultados en la salud de la población que atiende. La autonomía del ciudadano que atendemos no es sólo un deber ético, sino un objetivo de salud. Procuramos dar toda la información necesaria para que el propio paciente decida, con conocimiento y con nuestra colaboración, el curso de la atención que prefiere. Pero, además, la promoción de la autonomía del paciente para auto cuidarse es, en sí misma, un objetivo de salud esencial para el médico de familia. Utópicamente, perseguimos que nuestros pacientes sean tan autónomos que dejen de necesitarnos.

Nuestro fin no es hacernos imprescindibles para los pacientes, sino procurar que aprendan a auto cuidarse. *Nos importa cada persona en su conjunto.* Los médicos de familia “no sólo tenemos” casos clínicos, enfermedades o problemas de salud; los médicos de familia “atendemos” a personas con unos determinados problemas y creencias. Estas personas viven inmersas en un contexto familiar y social que también son objeto de nuestro interés. Nos interesan las personas a lo largo de toda su vida: desde cuando aún son un proyecto vital (antes del nacimiento) hasta cuando ya dejaron de existir materialmente (después de su muerte), pero permanecen (trascienden) en el contexto en que vivieron. Además, nos interesa todo en la vida de una persona: no sólo aquello que está publicado en los manuales médicos sino todo aquello que la persona nos refiere y relaciona con su existencia, su salud y su calidad de vida, porque sabemos que la persona es un conjunto indivisible y cualquiera de sus partes o vivencias influye en su salud. Sabemos que cada persona es un ser único, irrepetible; como tal la aceptamos y respetamos y, por ello, la atendemos de forma personalizada, con matices distintos a como lo hacemos con otras personas.

Compromiso social

El médico de familia, en su función de puerta de entrada al sistema sanitario, o mejor aún, de agencia de salud de los ciudadanos, tiene una alta responsabilidad social respecto al uso eficiente de los recursos sanitarios. Es conocedor de que el uso inadecuado de un recurso sanitario (un fármaco, una prueba complementaria, una consulta a otro médico, etc.) no sólo representa un riesgo de iatrogenia para el paciente sino también un gasto innecesario que priva al conjunto de la población de otros recursos. Por ello, tiene un compromiso social en el uso eficiente de los recursos sanitarios y en evitar activamente la discriminación en el acceso a los servicios de salud; como profesional que trabaja en el primer nivel de atención, adquiere el compromiso de asegurar una atención rápida, a todos los ciudadanos que lo precisen, evitando la creación de barreras que eviten el acceso a sus servicios o que promuevan el acceso directo a otros servicios más especializados. Para ello se esfuerza en organizar su trabajo y el de sus colaboradores, de tal forma que pueda atender sin demora las demandas de los ciudadanos.

El médico de familia conoce la relevancia de su papel dentro del sistema sanitario, pero la ejerce con humildad, porque también es conocedor de la pequeña influencia que los médicos tienen sobre la salud. Sabe que la salud viene determinada más por factores sociales y económicos que por el propio sistema sanitario; por ello detecta y colabora en la mejora de las condiciones de vida de la población a la que atiende.

Compromiso con la mejora continua

El médico de familia es consciente de que debe tomar sus decisiones sobre la base de las evidencias científicas actualizadas y por ello reconoce la necesidad de mantener actualizados sus conocimientos, habilidades y actitudes profesionales, por lo que se compromete a formarse de forma continuada, reconociendo el valor del equipo en que trabaja para ese cometido. Conocedor de sus propias limitaciones y de la posibilidad de cometer errores, busca, y se estimula en la mejora continua y el compromiso científico como método para minimizar los errores. El Médico de Familia no espera tiempos mejores, intenta hacerlos mejores.

Su perfil profesional y su compromiso con la persona, con la sociedad y con la mejora continua convierten al médico de familia en un profesional necesario para el buen funcionamiento del sistema sanitario.

Compromiso con la propia especialidad

El médico de familia disfruta hasta tal punto de su trabajo cotidiano, que valora como mérito ejercer como Médico de Familia durante años. Es consciente de que “tiene que saber de muchas cosas” y de que trabaja continuamente en la incertidumbre, pero en lugar de considerar estos hechos como limitaciones, los valora como cualidades propias de su especialidad.

Es consciente de que socialmente su rol, aunque muy apreciado, es menos reconocido que el de otros especialistas, sin embargo, disfruta de sus capacidades polivalentes y del cotidiano agradecimiento de sus pacientes. El médico de familia investiga cuestiones pertinentes, que pueden ayudar al desarrollo de la especialidad, para ofrecer un mejor servicio a la sociedad. Investiga sobre -lo que más útil puede ser- para las personas a que atiende. La investigación es, a su vez, una herramienta de mejora continua y un compromiso social.

Compromiso con la formación académica

El médico de familia está convencido de que su especialidad aún puede mejorar mucho más y, por ello, aprecia la formación de nuevos residentes, a los que transmite, sin limitaciones, cuanto sabe (incluidos estos valores). Se siente orgulloso de contribuir a que los nuevos especialistas sean mejores que él mismo. El médico de familia, como tutor de nuevos profesionales, persigue ayudarlos a aprender; acepta de buen grado que en el proceso de enseñar él mismo también aprende.

El residente, médico de familia en formación, es responsable de su propio proceso de aprendizaje, por lo que acepta las limitaciones de su tutor, apreciando especialmente su capacidad para estimularle en el aprendizaje. Ambos saben, y valoran, que el proceso de enseñar-aprender es bidireccional: una adecuada colaboración provocará que ambos aprendan y enseñen al mismo tiempo.

Compromiso ético

El médico de familia es exigente con la Administración Sanitaria y con el resto de actores del sistema sanitario y reivindica su buen funcionamiento, en beneficio de los ciudadanos. Pero no utiliza las limitaciones del sistema sanitario como excusa y sus defectos no le impiden mantener una actitud ética irreprochable, basada en los valores descritos, tanto en sus relaciones con los ciudadanos, como con la sociedad en general, con la empresa sanitaria para la que trabaja o con la industria farmacéutica. Y lo hace no sólo en su tarea habitual de consulta, sino también en sus tareas docentes e investigadoras.

Su compromiso ético se basa, sobre todo, en el respeto a la autonomía del paciente y a su intimidad (asegurando la confidencialidad), limitados sólo por el principio de justicia social (el bien de los demás). En sus actuaciones clí-

nicas antepone de manera especial el principio de no-maleficencia al de beneficencia del paciente. Es consciente de sus conflictos de intereses, los hace públicos cuando es necesario y evita que puedan menoscabar la atención a sus pacientes. Es especialmente cuidadoso y honesto en sus relaciones con la industria farmacéutica y en sus tareas de docencia y de investigación, evitando que nunca sus lícitos intereses particulares se antepongan a las necesidades de la población que atiende.