

● Un día en la farmacia de...

Texto: Francesc Pla

Olivia Martínez Monge
Farmacia de Sotobañado (Palencia)

Una apuesta decidida por la farmacia rural

El río Boedo surca las tierras del Valle de Valdavia, y en su ribera se encuentra Sotobañado. Son tierras castillo-leonesas de la provincia de Palencia, tierras de románico. Olivia Martínez no tiene muy claro si fue ella quien las escogió o fueron ellas las que la escogieron a ella. «Llegué a Sotobañado después de dar muchas vueltas y casi de casualidad, podría haber acabado en cualquier otro pueblo.» El mismo azar, dentro de un orden, que influyó en su decisión sobre su vida profesional: «Estudí farmacia —explica Olivia—, pero podría haber estudiado cualquier otra cosa. Después de meses intentando decidir si quería estudiar medicina, biología u odontología, me decidí por farmacia porque contenía las materias que más me gustaban: microbiología, botánica y bioquímica, aplicadas a mejorar la salud de los demás. De eso sí estaba segura de que era a lo que quería dedicarme en el futuro».

“ Los farmacéuticos estamos viviendo un momento crucial en el que debemos demostrar nuestro verdadero valor, y todos, no solo los rurales»



Explorando terrenos desconocidos

La vida de Olivia Martínez está llena de contrastes y de giros espectaculares en su guion. «Al acabar la carrera, en 1999, trabajé con un contrato de aprendizaje en una muy conocida y concurrida farmacia de Madrid. Allí descubrí que me encantaban el trato y la cercanía con los pacientes.» Con el cambio de siglo llegó también el primer gran vuelco en la vida de Olivia: «Al año de estar trabajando, surgió la oportunidad de mudarme a trabajar al Reino Unido. Me ofrecieron el doble del salario mensual más incentivos por objetivos, pero sobre todo me ofrecían una carrera profesional en la que podía progresar profesional y económicamente. Lo que iba a ser algo temporal acabó convirtiéndose en una etapa de 10 años entre Inglaterra e Irlanda». Guarda un gran recuerdo de esa época, que la enriqueció profesionalmente: «Tuve la suerte de formar parte de equipos con grandes profesionales –recuerda– que me enseñaron el significado de la palabra *excelencia*, y la importancia de la formación continuada y de la atención al cliente».

En esa época la farmacia en el Reino Unido estaba en un periodo de transformación profunda: «Era la época en la que empezaban a implantar servicios profesionales, y yo me impliqué al 100% en su implementación en cada una de las farmacias en las que trabajé. Recuerdo que comencé con la “contracepción de emergencia”, seguida de la “deshabitación tabáquica”, hasta llegar a un amplio abanico de servicios que incluían la “derivación a la farmacia de trastornos menores”, la “revisión del uso de medicamentos” y la “detección precoz del riesgo cardiovascular».

Su tendencia a explorar terrenos desconocidos apareció también en aquellos años. «Hice un pequeño paréntesis trabajando en la industria, pero al cabo de poco más de un año me di cuenta de que no era lo mío: echaba de menos el trato con pacientes y la constante actividad de la farmacia comunitaria.» Después de ese lapso reafirmó definitivamente su vocación asistencial: «Volví a la farmacia comunitaria. Pasé los siguientes años trabajando como *mánager* en farmacias cada vez más grandes, hasta que me saturé un poco».

Cambio radical

Las exigencias de la gestión la alejaron paulatinamente de las tareas más asistenciales, lo que fue la espoleta de otro cambio más radical si cabe: «Hice las maletas una vez más y decidí volver a España». Su opción era comprar una pequeña farmacia en un pueblo en la que podría centrarse en lo que realmente la motivaba: mejorar la salud de sus vecinos.

No fue una adaptación fácil ni para ella ni para su marido neozelandés, para quien el regreso fue además un cambio de cultura radical. «Recalamos en Sotobañado –recuerda–, un pequeño pueblo que en la actualidad cuenta con menos de 150 vecinos. El pueblo había tenido farmacia

hasta que murió el boticario en la década de 1940, por lo que estuvieron sin farmacia durante 50 años, en los que los vecinos debían desplazarse 11 kilómetros para conseguir sus medicamentos.» En los noventa abrió su farmacia en los locales que ahora ocupa. En su caso, como en el de muchas farmacias de micropueblos, los locales están cedidos por el Ayuntamiento. «La farmacia está ubicada en el edificio antiguo de las escuelas. Es un local amplio, pero mal equipado. Las reparaciones corren de mi cuenta y representan un gasto importante. Actualmente, estoy intentando que el Ayuntamiento corra con el gasto del cambio de las ventanas, que no cierran bien. Entra agua y en invierno hace un frío terrible.»

»Los primeros meses fueron de auténtico *shock*. Profesionalmente sentí que estaba retrocediendo en mi carrera. La farmacia en España apenas había evolucionado. Por otro lado, después de haber vivido casi toda mi vida en grandes ciudades en las que me sentía como pez en el agua, teníamos que adaptarnos a vivir en un pequeño pueblo, y aunque tiene grandes ventajas, echaba terriblemente de menos la vida tan activa (tanto desde el punto de vista cultural como social) que había llevado hasta entonces.»

Los condicionantes económicos también dificultaron un cambio ya de por sí costoso: «Compré la farmacia a finales de 2009, en plena crisis. Coincidió con todas las medidas de contención del gasto que se fueron encadenando en aquellos años.»

»A pesar de todas esas dificultades –sigue recordando–, comencé este proyecto con mucha ilusión, conseguí que la farmacia creciera, a pesar del poco margen para el crecimiento que hay en una farmacia de estas características, y ahora este pueblo se ha convertido en mi hogar. Además de Sotobañado, abrí un botiquín en un pueblo a 10 kilómetros al que acudo dos veces por semana, y también llevo una pequeña residencia de ancianos.»

Otro cambio importante fue pasar a trabajar sola. Olivia tuvo que aprender a convivir con la soledad: «Fue muy duro al principio –explica–; cuando trabajas en un equipo siempre cuentas con alguien que te ayuda si tienes una duda, alguien a quien contarle lo que te preocupa o, simplemente, alguien con quien hablar. Aquí en invierno hay muy poca gente, y las tardes sin ningún cliente y yo sola en la farmacia se me hacían eternas». Al principio echó mucho de menos ser parte de un equipo, pero «ahora, gracias a las redes sociales, he creado un grupo de farmacéuticos de la provincia con los que me llevo bien y estamos en contacto. La SEFAR [Sociedad Española de Farmacia Rural] también es un apoyo enorme, nos ayudamos mucho unos a otros y siempre tenemos algún proyecto en marcha».

Resalta también aspectos positivos de su elección: «Trabajar en una farmacia pequeña te da libertad para imprimirle tu sello característico y darle el rumbo que te intere-

se. Un pueblo pequeño te hace sentir parte fundamental de la comunidad, y te permite trabajar de manera muy estrecha con los otros profesionales sanitarios de la zona. La relación con la médica y la enfermera es muy cercana, nos vemos casi a diario, discutimos sobre pacientes..., y eso es mucho más difícil de alcanzar en un entorno urbano. Tengo la suerte de poder hacer un horario reducido y además no hago guardias, lo que me permite pasar mucho tiempo con mi familia, aunque viviendo y trabajando en el pueblo es difícil desconectar. Aquí eres “la farmacéutica” las 24 horas del día.»

Y añade: «Vivir en un sitio con poca oferta de ocio y no perder horas al día metida en atascos también me dan mucho tiempo para hacer formación continuada; participo en muchos de los cursos que se organizan desde el colegio o el Consejo General. Me gusta aprender, y no concibo ejercer nuestra profesión sin estar en constante desarrollo. En mi continua búsqueda de las áreas de formación que podrían tener más impacto en mis pacientes, hace poco más de un año finalicé el curso de “Experto en Ortopedia” por la Universidad de Alcalá de Henares».

Farmacia rural

Al poco tiempo de comprar Olivia la farmacia se fundó la SEFAR, de la que actualmente es vicepresidenta segunda. «Para mí fue como ver la luz al final del túnel. El trabajo del farmacéutico rural es muy solitario, generalmente somos el único en la farmacia, y la SEFAR me dio la oportunidad de conocer a otros farmacéuticos con los que compartía inquietudes y problemas, pero sobre todo la posibilidad de contactar y colaborar con un grupo de farmacéuticas y farmacéuticos apasionados por la farmacia rural y dispuestos a no dejarla morir.»

No renuncia a la esperanza, pero es consciente de la precariedad de la situación. «No puedo evitar ser pesimista cada vez que pienso que yo seré la última farmacéutica de Sotobañado», reflexiona, y añade: «La situación económica nos asfixia cada vez más, y si bien todo son palabras bonitas hacia la farmacia rural, no se está tomando ninguna medida para salvarla. La farmacia es un servicio fundamental en estos pequeños pueblos». Y la pandemia ha hecho aflorar con toda la crudeza una realidad casi siempre escondida: «Este año se ha evidenciado más que nunca que, cuando casi todos los demás servicios habían desaparecido, la farmacia seguía abriendo cada día, llevando medicinas a casa a quien las necesitaba, contestando a numerosas llamadas de teléfono, y educando y resolviendo dudas de la población».

Aboga por la implantación de medidas políticas estructurales: «La salvación de la farmacia rural debe ser la consecuencia de la salvación del medio rural; para ello hay que invertir en políticas que realmente frenen la despoblación, sacar el máximo partido de los recursos que tenemos. No dejar morir a los pueblos como está sucedien-

do debería ser prioritario, pero la realidad es que no lo es». A falta de estas políticas, reclama soluciones coyunturales: «Mientras tanto, los que seguimos al pie del cañón en estos pueblos que cada vez están más despoblados deberíamos poder ejercer nuestra profesión en unas condiciones dignas».

Olivia expone las bases sobre las que cree que deberían construirse estas soluciones: «Los servicios farmacéuticos –explica– deben ser parte de la solución, aunque reconozco que tenemos un gran camino por recorrer: debemos analizar las necesidades reales de la población y determinar las actuaciones que son necesarias y cuáles se podrían



hacer desde la farmacia». Tiene muy claro que los servicios deben ser de calidad y remunerados: «Tendríamos que ponernos las pilas, formándonos y buscando herramientas que cuantifiquen y registren nuestras actuaciones. Estos servicios no tienen mucho sentido si no están concertados y remunerados [...]. Sin esas condiciones –añade–, serán actuaciones puntuales que dependerán de la buena voluntad y de las ganas de implicarse del farmacéutico».

Olivia ilustra sus argumentos con un ejemplo real en su farmacia: «En estos pueblos tan envejecidos, el servicio de SPD podría mejorar los resultados de salud de muchas personas mayores, especialmente de las que viven solas; yo lo hago, pero al no ser un servicio remunerado solo los pocos que lo pueden pagar mensualmente se benefician de ello».

Inquietudes y reivindicaciones

Otro aspecto de las medidas que deberían implantarse es el económico. «Es urgente –sentencia– revisar los baremos VEC, que ya era una ayuda muy escasa cuando se estable-

Curso online de formación
acreditada para farmacéuticos
comunitarios y auxiliares

2º MÓDULO
YA DISPONIBLE

SALUD DIGESTIVA

PREVENCIÓN
Y TRATAMIENTO
DESDE LA FARMACIA
COMUNITARIA

CURSO ACREDITADO

3,8 créditos | 30 horas de formación

MATRÍCULA GRATUITA

Director

Juan del Arco Ortiz de Zárate

Doctor en Farmacia. Director técnico del COFBI. Máster en Atención Farmacéutica. Diplomado en Alimentación y Nutrición Aplicada.

En este curso se presentarán las patologías más habituales del aparato digestivo, sus síntomas y su abordaje desde la oficina de farmacia. También se actualizarán los conocimientos sobre la microbiota intestinal, los probióticos y su relación con la salud digestiva.

Módulo I:
**Introducción a la
salud digestiva**

Juan del Arco Ortiz de Zárate

Doctor en Farmacia.
Director técnico del COFBI.

Ya disponible

Módulo II:
**Trastornos
intestinales
más frecuentes**

Ave Mari Aburto Goiri

Farmacéutica comunitaria.

Elena Castiella Lecuona

Farmacéutica comunitaria.
Doctora en farmacia.

Ya disponible

Módulo III:
**La microbiota
intestinal y los
probióticos**

Francisco Guarner Aguilar

Médico especialista en
Gastroenterología. Fisiología y
Fisiopatología Digestiva. Hospital
Universitari Vall d'Hebron. Institut
de Recerca (VHIR).

Mari Carmen Agirre Lekue

Farmacéutica comunitaria.

Disponible a partir del:

7 de marzo de 2021

Organizado por:

MAYO
formación

Con el patrocinio de:

 **vilardell**

Más información
e inscripciones:

www.aulamayo.com

ció pero no ha vuelto a actualizarse según el IPC, ni se ha aplicado un factor de corrección por los efectos del RDL 8/2010 y ahora resulta ridícula.» Para la fijación de estas ayudas, cree que «deberían tenerse en cuenta otros muchos factores, como la carga de guardias, el número de habitantes y, entre otros, el grado de aislamiento de los pueblos, que condiciona la asistencia a cursos o asambleas y el acceso a los almacenes mayoristas porque las rutas no son rentables».

Resalta el papel de la SEFAR en estas reivindicaciones: «Llevamos años peleando para que se tomen estas medidas, junto con la creación de un fondo de compensación

Olivia es contundente al valorar el trabajo realizado: «En los pueblos pequeños lo hemos hecho bien y hemos evidenciado que somos verdaderamente esenciales. Hemos sido ágiles para adaptarnos a la nueva situación, ampliando nuestro horario y llevando medicinas a sus casas a quienes más las necesitaban. Hemos trabajado mano a mano con nuestros ayuntamientos para reducir el riesgo de exposición de nuestros vecinos y proteger a los más vulnerables, y hemos estado en constante comunicación con los médicos de atención primaria sirviendo de eslabón entre el médico y el paciente». Aprovecha para introducir una reclamación que parece un clamor de toda la profesión: «La



para las farmacias rurales más desfavorecidas». Y apela a la responsabilidad del propio sector: «Creemos que, si bien somos el pilar que sujeta nuestro modelo actual de farmacia, no recibimos el apoyo necesario por parte de nuestra profesión».

Sus inquietudes no se centran exclusivamente en la problemática de su farmacia ni en la de las farmacias como la suya; el sector también la inquieta. «Los farmacéuticos –reflexiona– estamos viviendo un momento crucial en el que debemos demostrar nuestro verdadero valor, y todos, no solo los rurales. No hay día que no se hable de nosotros en las noticias, y no deberíamos conformarnos con la imagen de meros vendedores. Hay muchos compañeros haciendo un trabajo fundamental desde sus boticas, y me entristece ver cómo nos enredamos con lo anecdótico. Sería devastador para nuestra profesión que al final de esta crisis se nos recordase por el precio de las mascarillas o por la venta del test de autodiagnóstico, y que fuéramos incapaces de mostrar el valor añadido de tener un profesional sanitario detrás de esas ventas.»

comunicación médico-farmacéutico en el entorno rural es buena y fluida –afirma–, pero depende de la buena voluntad de los profesionales. Deberíamos sacar mucho más partido a la receta electrónica, que es una herramienta infrautilizada que permitiría no solo una comunicación rápida y fluida, sino también que cualquier actuación quedase registrada de manera inmediata».

Olivia ve su futuro a medio plazo en Sotobañado, siguiendo adelante con su farmacia, ampliando la cartera de servicios y trabajando en campañas con autoridades locales para mejorar la salud de sus vecinos. Haciendo de farmacéutica comunitaria en su valle bañado por el río Boedo. ●

Farmacia Olivia Martínez Monge

C/Libertad, 1. 34407 Sotobañado y Priorato (Palencia)
Tel.: 979 141 232