

# *Confiar en la ciencia empieza en la farmacia*

MARÍA SOLEDAD VELÁSQUEZ

Químico farmacéutico de Farmacias Ahumada

Este abril el mundo conmemoró un nuevo Día Mundial de la Salud bajo el lema “Juntos por la salud. Apoyemos la ciencia”, convocatoria impulsada por la Organización Mundial de la Salud. Pero esa invitación a confiar en la evidencia no solo ocurre en laboratorios o en las grandes cumbres internacionales; sucede, muchas veces, en el mostrador de una farmacia.

Los números en Chile son elocuentes. Según la Encuesta Nacional de Salud y datos del propio Minsal, más del 50% de la población se automedica regularmente, motivada por recomendaciones de familiares, internet o la publicidad y, por otro lado, un 13,2% compra medicamentos en lugares no autorizados, exponiéndose a productos sin control sanitario. Básicamente, hoy no solo combatimos enfermedades, sino también una “infodemia”, potenciada por las redes sociales que han multiplicado las curas milagrosas y los consejos sin base científica que fomentan una automedicación riesgosa. Ante esto, el rol del químico farmacéutico como “guardián científico” es más vital que nunca porque, en ese escenario, la farmacia deja de ser solo un punto de venta. No se trata de criminalizar el uso de me-

dicamentos o suplementos; por el contrario, son herramientas maravillosas de la ciencia que -bien utilizadas- alivian y salvan vidas. Sin embargo, cuando la belleza o la salud se prometen mediante “remedios” sin evidencia, el riesgo de efectos adversos se dispara.

El farmacéutico es, en muchos casos, el único profesional de la salud con el que un paciente interactúa en semanas. Podemos verificar si un medicamento interactúa con otro, si una dosis es segura para el perfil de ese paciente específico, o si un suplemento tiene evidencia real detrás. Vitaminas como la D o minerales como el zinc tienen utilidad comprobada en el apoyo al sistema inmune, pero su uso sin necesidad ni orientación no siempre suma. A veces, simplemente resta.

Cuando la ciencia llega a todas las personas, sin importar su código postal, Chile se cuida de verdad. Ese es el compromiso que renovamos cada vez que atendemos a alguien; convertir esos minutos de consulta en una decisión informada, libre de ruido y anclada en evidencia. Confiar en la ciencia no es un lujo, es un derecho. Y en la farmacia, está al alcance de todos.