



EL AUTO-CUIDADO, LA ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD Y LA COBERTURA SANITARIA UNIVERSAL

PANORAMA GENERAL

A pesar de los compromisos de los países, el avance mundial hacia la cobertura sanitaria universal no va por buen camino.

- Los líderes mundiales se han comprometido a lograr la cobertura sanitaria universal (CSU) para 2030. La CSU significa que todas las personas puedan acceder a una gama completa de servicios sanitarios esenciales y de calidad cuándo y dónde los necesiten, sin enfrentar dificultades financieras.
- El avance hacia la cobertura sanitaria universal se ha estancado, con un costo humano asombroso.
 - » En 2021, más de 4500 millones de personas carecían de acceso a servicios sanitarios esenciales.¹
 - » De los 2000 millones de personas que enfrentan dificultades financieras, 1300 millones se vieron empujados o más empujados a la pobreza en 2019 debido a los gastos de bolsillo relacionados con la atención médica.²
 - » Los indicadores clave de la salud mundial se están estancando o retrocediendo: las tasas de mortalidad materna no han mejorado desde 2015, las vacunaciones infantiles se han estancado y las enfermedades no transmisibles están aumentando.¹
- Se prevé un déficit de 11,1 millones de trabajadores sanitarios de aquí a 2030, sobre todo en los países de ingresos bajos y medio-bajos, lo que dificultará aún más los objetivos de la cobertura sanitaria universal.¹
- La atención primaria de salud (APS) está ampliamente considerada como la forma más inclusiva, equitativa y rentable de lograr la CSU. Puede proporcionar hasta el 90 % de los servicios sanitarios durante la vida de una persona. (3) Sin embargo, los sistemas de APS, en especial en los entornos con pocos recursos, sufren una falta crónica de fondos, personal y recursos.
- La promesa de la CSU se cuestiona aún más en tiempos de conflicto, catástrofe climática o crisis sanitaria, dejando a menudo a los grupos vulnerables y marginados, en especial mujeres y niñas, con un acceso limitado a los servicios sanitarios esenciales.

EL PAPEL DEL AUTOCUIDADO

El autocuidado es un enfoque poderoso pero infrautilizado para fortalecer la APS, promover la CSU y acelerar el progreso hacia el logro de los objetivos de desarrollo sostenible (ODS).

- La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda intervenciones de autocuidado para todos los países y entornos económicos y ha publicado orientaciones mundiales sobre la ampliación de las intervenciones de autocuidado basadas en pruebas para la salud y el bienestar.
- El autocuidado es un componente integral y complementario de los sistemas de la APS. No pretende sustituir al sistema sanitario ni trasladar los costos a los particulares. Por el contrario, ofrece opciones adicionales para que las personas autogestionen su salud.
- El autocuidado alivia la presión sobre los sistemas sanitarios desbordados, reduce los costos y mejora la eficacia de la atención, contribuyendo en última instancia a lograr la CSU.⁴ Los modelos sugieren que supone un ahorro financiero global de \$119 mil millones al año, al tiempo que libera 1800 millones de horas de trabajo de los médicos, lo que permite a los profesionales sanitarios centrarse en afecciones más críticas.⁵
- El autocuidado puede transformar la asistencia sanitaria al hacerla más accesible, equitativa, resiliente y cómoda. Esto es particularmente importante para las poblaciones vulnerables y marginadas, como las mujeres y las niñas, los adolescentes y los jóvenes, las poblaciones rurales, las personas en crisis humanitarias o afectadas por el clima, y los grupos estigmatizados, como las personas que viven con VIH y los trabajadores sexuales.

LLAMAMIENTO A LA ACCIÓN

Únase a Self-Care Trailblazer Group (SCTG) para pedir sólidas políticas e inversiones en autocuidado dentro de sistemas de APS que funcionen correctamente para acelerar el avance hacia la CSU.

- Apoyar políticas, programas, financiación y normativas mundiales que tengan como objetivo institucionalizar el autocuidado como parte integral de los sistemas sanitarios, garantizando que incluyan a las poblaciones vulnerables y marginadas, incluidas las comunidades indígenas.
- Garantizar la integración del autocuidado en políticas, programas y servicios de la APS y protección social como medio para promover la CSU, con el apoyo de sólidos marcos jurídicos, mecanismos de financiación y otros sistemas de apoyo.
- Abogar por la adaptación, adopción y aplicación de las directrices de autocuidado de la OMS, incluso en contextos humanitarios y afectados por el clima.
- Dar prioridad a la formación previa y en servicio y al desarrollo de las capacidades de los profesionales sanitarios, y moldear su actitud para que apoyen activamente la atención enfocada en el paciente.
- Garantizar una financiación adecuada y sostenible del autocuidado dentro del sistema sanitario para que sea asequible y accesible para todos.
- Fomentar la colaboración entre sectores, incluidos los gobiernos, la sociedad civil y el sector privado, para desarrollar intervenciones de autocuidado sostenibles y equitativas que impulsen el progreso de la CSU.
- Defender el autocuidado como acelerador crítico de la CSU en la Asamblea Mundial de la Salud anual y en futuras reuniones de alto nivel sobre la CSU.

PROFUNDIZAR

Consultar estos recursos para obtener más información sobre el autocuidado, la atención primaria de salud y la CSU.

- Self-care interventions for sexual and reproductive health and rights to advance universal health coverage (Intervenciones de autocuidado de la salud y los derechos sexuales y reproductivos para promover la cobertura sanitaria universal: declaración conjunta del HRP, la OMS, el PNUD, el UNFPA y el Banco Mundial 2023)
- Self-care interventions and universal health coverage (Intervenciones de autocuidado y cobertura sanitaria universal)
- Untapped Potential: Unlocking Self-Care for Global Health Progress (Potencial sin explotar: desbloquear el autocuidado en pos del progreso de la salud mundial)
- Self-Care for UHC Advocacy Toolkit (Herramientas de promoción del autocuidado para la CSU)
- The role of Self-Care in Universal Health Coverage (El papel del autocuidado en la cobertura sanitaria universal)
- World Health Organization Guideline on Self-Care Interventions for Health and Well-Being (Directrices de la Organización Mundial de la Salud sobre intervenciones de autocuidado para la salud y el bienestar)
- PSI HSS insights series- integrating self-care as a layer of the health system (Serie de reflexiones sobre el FSS de la ISP: integración del autocuidado en el sistema sanitario)

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud (OMS) Universal Health Coverage: Report by the Director-General, OMS; 2024, apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB156/B156_6-en.pdf.
2. OMS y Grupo del Banco Mundial. *Tracking universal health coverage: 2023 global monitoring report*, Washington, DC: Banco Mundial; 2023, openknowledge.worldbank.org/entities/publication/1ced1b12-896e-49f1-ab6f-f1a95325f39b.
3. “Primary Health Care,” USAID, www.usaid.gov/global-health/health-systems-innovation/health-systems-strengthening/primary-health-care.
4. Global Self-Care Federation. *Self-care and universal health coverage*. Global Self-Care Federation; 2019, www.selfcarefederation.org/sites/default/files/media/documents/2019-09/Self-Care%20and%20UHC_FINAL.pdf.
5. Bauer C., May U. Pham T-K., Giulini-Limbach C., Schneider-Ziebe A. *The Global Social and Economic Value of Self-Care*. Global Self-Care Federation; 2022, www.selfcarefederation.org/sites/default/files/media/documents/2022-08/GSCF%20Socio-Economic%20Research%20Report%2028072022.pdf.