

Automedicación en una población del sur de Argentina

Self-medication in a town in southern Argentina

María Elizabeth Flores¹, Melisa Stephanie Schmidt², Graciela Pinto Vitorino³, María Luján Flores⁴ Analía Verónica Uhrich⁵, Susana Risso⁶, Sandra Alcalde Bahamonde^{5,7,*}

¹Estadística. ³Química Medicinal. ⁴Farmacognosia ⁵Farmacología II, ⁶Toxicología de Fármacos. ⁷Farmacología I. Departamento de Farmacia. Centro Regional de Investigación y Desarrollo Científico - Tecnológico (CRIDECIT). Facultad de Ciencias Naturales y Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco (UNPSJB), Km 4, 9000, Comodoro Rivadavia, Chubut, Argentina.

²Hospital Regional Comodoro Rivadavia. Av. Hipólito Irigoyen 950. Comodoro Rivadavia. Chubut Argentina.

*Sandra Alcalde Bahamonde: sandramarcelaalcalde@gmail.com

Resumen

La automedicación es la selección y el uso de los medicamentos por parte de las personas, con el propósito de prevenir, aliviar o tratar síntomas o enfermedades leves sin prescripción médica. El objetivo de este trabajo es conocer la situación de la automedicación en un sector de la población de Comodoro Rivadavia, Chubut, Argentina y contribuir en la información de esta práctica, con la finalidad de educar en la prevención de los riesgos de salud que ocasiona la misma. Se realizó un estudio de investigación de corte cuali-cuantitativo en 10 farmacias de la ciudad de Comodoro Rivadavia, para lo cual se utilizó una encuesta voluntaria y anónima que brindó información sociodemográfica y de automedicación. La automedicación es practicada preferentemente por adultos jóvenes y adultos, con acceso a servicios de salud. Los medicamentos más utilizados fueron analgésicos, antigripales, antiácidos/digestivos y antibióticos, entre otros. La mayoría de los encuestados cree que la automedicación es una práctica riesgosa y conoce las consecuencias de la automedicación. Si bien un gran porcentaje de la población encuestada se automedica en forma esporádica, y conoce las consecuencias y los riesgos de la automedicación, es importante la educación sanitaria sobre todo atendiendo aquellos grupos de fármacos que utilizan más frecuentemente.

Palabras clave: Automedicación, Población, Prevención.

Abstract

Self-medication is the selection and use of medications by people, with the purpose of preventing, relieving or treating mild symptoms or diseases without medical prescription. The objective of this work is to know the situation of self-medication in a sector of the population of Comodoro Rivadavia, Chubut, Argentina and contribute to the information of this practice in order to education to prevent the health risks caused by it. A qualitative and quantitative research study was carried out in pharmacies in the city of Comodoro Rivadavia, for which a voluntary and anonymous survey was used that provided sociodemographic information, coverage of the health system and self-medication. Self-medication is preferably practiced by young adults and adults, with access to health services. The most used medications were analgesics, anti-influenza, antacids/digestives and antibiotics among others. The majority of respondents believe that self medication is a risky practice and know the consequences of self-medication. Although the majority of the surveyed population rarely self-medicates, and knows the consequences and risks of self-medication, health education is important, especially attending to those groups of drugs that they use most frequently.

Keywords: Self-medication, Population, Prevention

Introducción

El uso racional de los medicamentos tiene implicancias sanitarias de gran importancia como es el autocuidado de las personas y la economía en los sistemas de salud. Como la automedicación está relacionada con el autocuidado es importante el uso adecuado de los medicamentos para satisfacer las necesidades en salud de la población.

La Automedicación es definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como “la selección y el uso de los medicamentos por parte de las personas, con el propósito de prevenir, aliviar o tratar síntomas o enfermedades leves que ellas mismas pueden identificar. Esta práctica se lleva a cabo con medicamentos de venta libre. Los medicamentos de venta libre son aquellos destinados a aliviar dolencias que no exigen en la práctica una intervención

médica y que, además, su uso, en la forma, condiciones y dosis previstas no entraña, por su amplio margen de seguridad, peligros para el consumidor” (WHO, 2000).

Si bien la automedicación se considera una práctica que tiene aspectos positivos, como por ejemplo: independencia, responsabilidad de la propia salud, descarga del sistema sanitario, utilización de formas de autocuidado más fiables, (Ruiz-Stenberg *et al.*, 2012; CIS, 2019) es importante prestar atención a los aspectos que podrían llevar a un hábito riesgoso generando gastos en la salud pública, produciendo un problema social ya que es practicado por un alto porcentaje de la población en todo el mundo.

Más del 50% de los medicamentos se prescriben y dispensan de forma inapropiada, pero la mitad de los pacientes no los toman correctamente. El uso excesivo, insuficiente o indebido de los medicamentos tiene efectos nocivos para el paciente y constituye un desperdicio de recursos. Más del 50% de los países no aplican políticas básicas para fomentar el uso racional de los medicamentos (OMS, 2022).

En Latinoamérica, como en diversos países del mundo, la automedicación

representa un hecho cotidiano con medicamentos conocidos o prescritos anteriormente por un médico (Lazcano, 2014; CIS, 2019).

La mitad de los argentinos adultos hace un mal uso de los medicamentos, lo que causa la muerte de más de 700 personas y alrededor de 100.000 internaciones hospitalarias al año en el país (COFyBCF, 2000). De acuerdo con otros datos, en Argentina la mitad de la población que consumieron medicamentos, lo hicieron sin indicación de un profesional de la salud. Los medicamentos de mayor consumo en el año 2018 por la población argentina fueron analgésicos/antiinflamatorios, antibióticos y antigripales (CIS, 2019). Teniendo en cuenta estos datos, los riesgos que suponen reacciones adversas, interacciones medicamentosas (generando falta de efectividad o efectos tóxicos), enmascaramiento de otro problema de salud más grave, desarrollo de resistencia a un antibiótico, dependencia hacia los medicamentos, es que se considera importante conocer más de esta práctica.

Si bien los estudios sobre esta temática han ido creciendo en los últimos años y dado que el problema se ha vuelto más preocupante en cuanto a los hallazgos que

produce esta conducta terapéutica (Figueras *et al.*, 2000), es primordial investigar si existen deficiencias de conocimientos sobre los riesgos de salud que puede ocasionar la automedicación en la población de estudio, ya que algunos trabajos manifiestan que no existe una verdadera concientización de las personas que la practican.

Debido al alto impacto que genera la automedicación en las personas que la practican y en los sistemas de salud a nivel mundial, se ha decidido determinar los factores asociados a la automedicación en una población de la Patagonia argentina. Como se desconoce la situación en ciertas regiones del país respecto a esta temática se ha resuelto analizar la práctica de la automedicación en la ciudad de Comodoro Rivadavia, Chubut, con el fin de promover el uso racional de los medicamentos, de manera tal que los pacientes reciban la medicación adecuada a sus necesidades clínicas en las dosis correspondientes durante un periodo de tiempo que así lo requieran, y al menor costo posible para ellos y la comunidad.

El objetivo de este trabajo, por lo tanto, es conocer la situación de la práctica de la Automedicación en la población de la ciudad de Comodoro Rivadavia y

contribuir en la información de esta temática con la finalidad de promover el uso racional de medicamentos.

Métodos

Se realizó un estudio de investigación de corte cuali-cuantitativo, para lo cual se utilizó una encuesta estructurada como instrumento recolector de información. La cuál se realizó entre los años 2014 a 2016, en forma presencial, anónima y voluntaria.

La toma de datos fue realizada en farmacias pertenecientes a tres zonas (norte, centro y sur) de la ciudad de Comodoro Rivadavia, provincia de Chubut, Argentina.

En todos los casos se contó con la autorización previa de los dueños y farmacéuticos de las farmacias.

Las preguntas del cuestionario (adaptado de Aguado *et al.*, 2005) fueron en su mayoría cerradas, con opciones múltiples de selección. Otras consultas como la de la edad, cuantas personas trabajan en su familia son de respuesta numérica simple. Se ordenó a las preguntas en los siguientes apartados: **datos personales** (sexo, ocupación, estado civil, nivel de estudios alcanzados, barrio de residencia, nivel de ingreso, seguro de salud u obra social), **automedicación** (frecuencia de

consumo, información previa, motivación, quien se lo aconseja, donde lo adquiere, tipo de medicamentos, efectos posteriores a la automedicación), **indicación con prescripción médica** (frecuencia de consumo) y **prevalencia** (conocimiento de automedicación y consecuencias).

Los datos obtenidos fueron ingresados en una hoja de cálculo formato Excel y luego procesados con software InfoStat. A las encuestas procesadas se les realizó un estudio descriptivo con medidas de porcentajes para las variables cualitativas. Se realizaron pruebas de Chi cuadrado para observar si existen diferencias estadísticamente significativas entre variables, para reforzar la discusión.

Resultados

Se procesaron 144 encuestas en 7 farmacias de la ciudad de Comodoro Rivadavia de las zonas: Centro, La Loma, San Cayetano, Prospero Palazzo,

presidente Ortiz, Pueyrredón, y Stándar y 3 en la ciudad de Rada Tilly, de las cuales el 100 % fueron contestadas. El nombre de la encuesta fue “Educar en la prevención de los riesgos de la automedicación”.

La franja etaria de la población encuestada fue entre 18 y 79 años. La mayoría de las personas que respondieron la encuesta fueron adultos jóvenes con edades menores de 26 años (51,22%), luego le sigue adultos (24,39%) y finalmente adultos mayores (12,19%).

El mayor porcentaje de los encuestados corresponden al sexo femenino (65%).

Respecto al estado civil se desprende que el 38,19% son casados, el 32,64% solteros 13,19% en pareja, el 2,78% divorciado, 1,39% separado, viudo 6,25%, y 5,56% no contestan.

En la **Figura 1** se observa la actividad laboral de los encuestados destacándose un 29,20 % de la actividad comercial y la industria en un 24,17%.

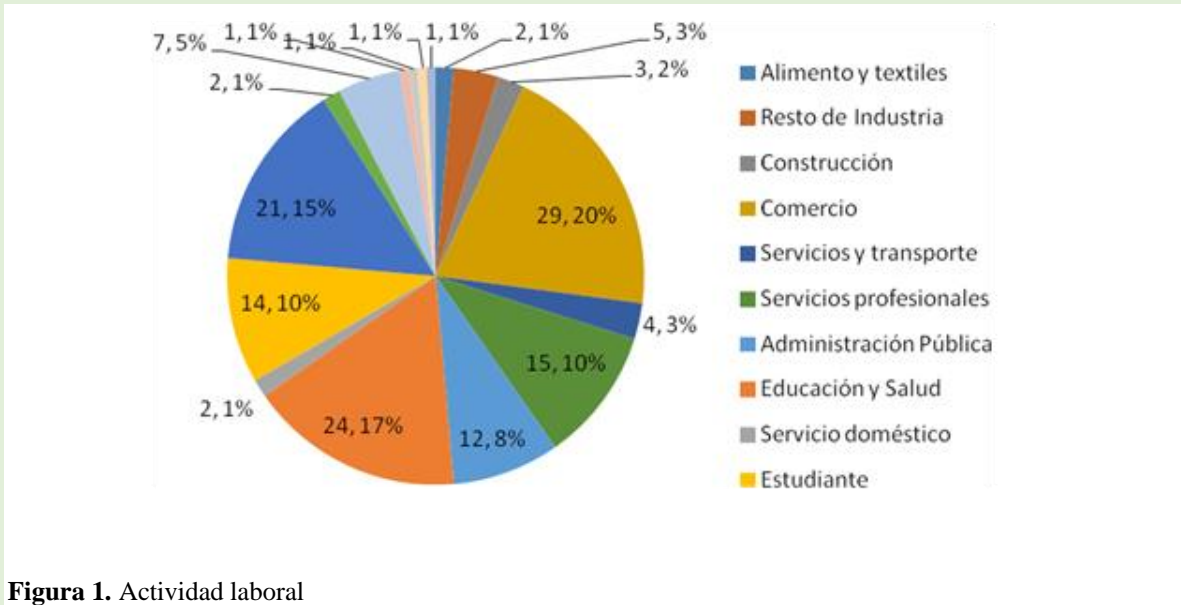


Figura 1. Actividad laboral
Figure 1. Work activity

Respecto al nivel de estudios alcanzados por los encuestados se obtuvieron los siguientes resultados: primario completo 13,89%, secundario completo 37,50%, secundario incompleto 7,64%, terciario completo 2,08%, universitario completo 19,44% y universitario incompleto 19,44%.

Ante la pregunta de ¿cuántas personas componen el grupo familiar?, se observa que la mayoría de las familias está compuesta por cuatro integrantes (27,78%). Se destaca que la mayoría de los encuestados componen un grupo familiar en el que dos personas trabajan (53,47%).

El 88% posee obra social, no posee obra social un 11% y un 1% no responde.

Respecto a la frecuencia de la automedicación, el 32% lo hace de manera habitual, el 54% rara vez y el 14% nunca.

La frecuencia de uso de medicamentos con prescripción médica corresponde al 42% habitualmente, el 52% rara vez y el 6% nunca.

El 73% se informa antes de realizar la práctica de la automedicación, el 20% no y el 7% no responde.

Ante la consulta: ¿Cuál es el principal motivo por el que decidió medicarse sin consulta médica?, el 29% informa porque el médico se lo había recetado antes y el 27% los síntomas no son tan serios como para acudir al médico, ver

Figura 2.

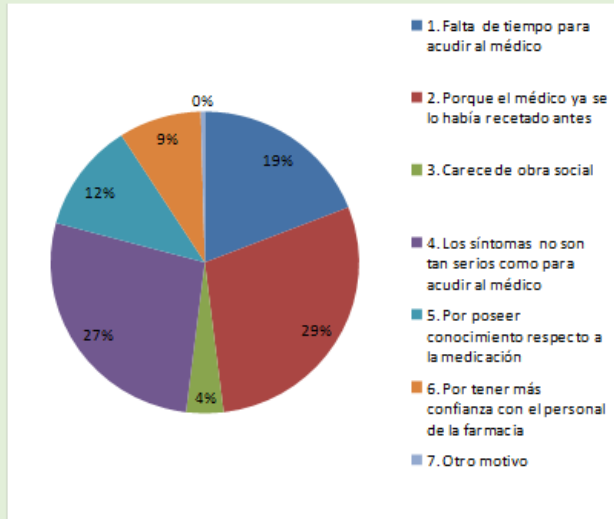


Figura 2. Motivos que llevan a la automedicación
Figure 2. Reasons that lead to self-medication

La fuente de información sobre medicamentos más comúnmente mencionada es el médico, con un porcentaje del 27%, seguido del farmacéutico en un 26%, familiares y amigos 24%, avisos publicitarios 13%, otros profesionales 5,4% e internet 4,60%.

La adquisición del medicamento sin prescripción médica se realiza en la farmacia en un 71%, en el botiquín

15,50%, en el quiosco 12%, el hospital 7% y en Internet 1%.

Las principales enfermedades o síntomas que motivaron la automedicación fueron dolores y síntomas gripales como los más destacados, ver **Figura 3**.

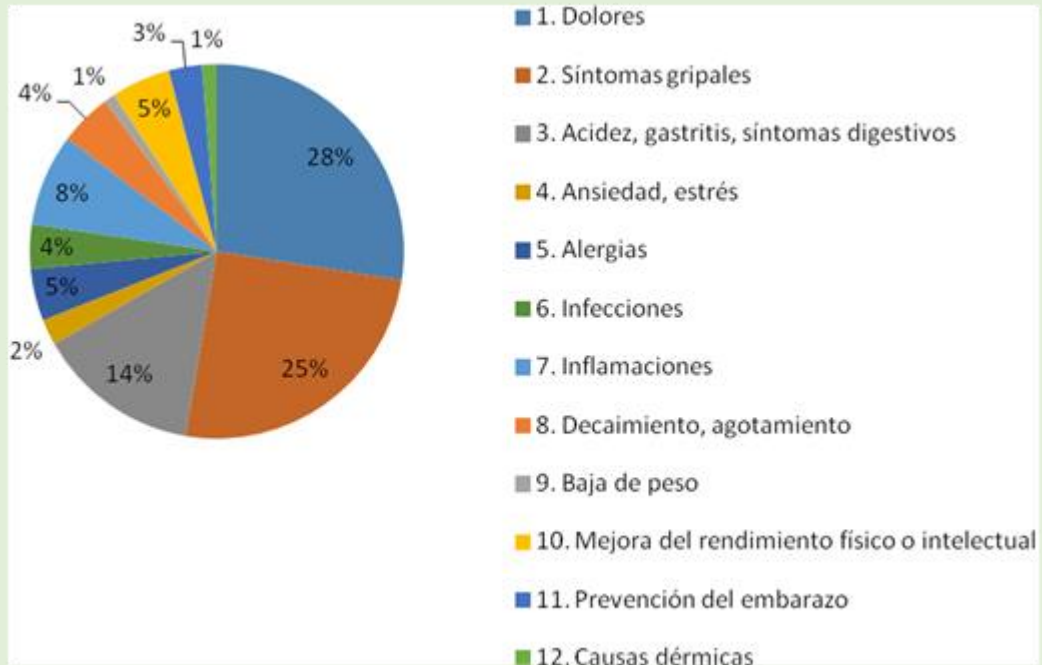


Figura 3. Síntomas que motivaron la automedicación
Figure 3. Symptoms that motivated self-medication

En relación al tipo de medicamentos empleados, los grupos de fármacos más frecuentemente utilizados fueron

analgésicos-antiinflamatorios y antigripales, ver **Figura 4.**

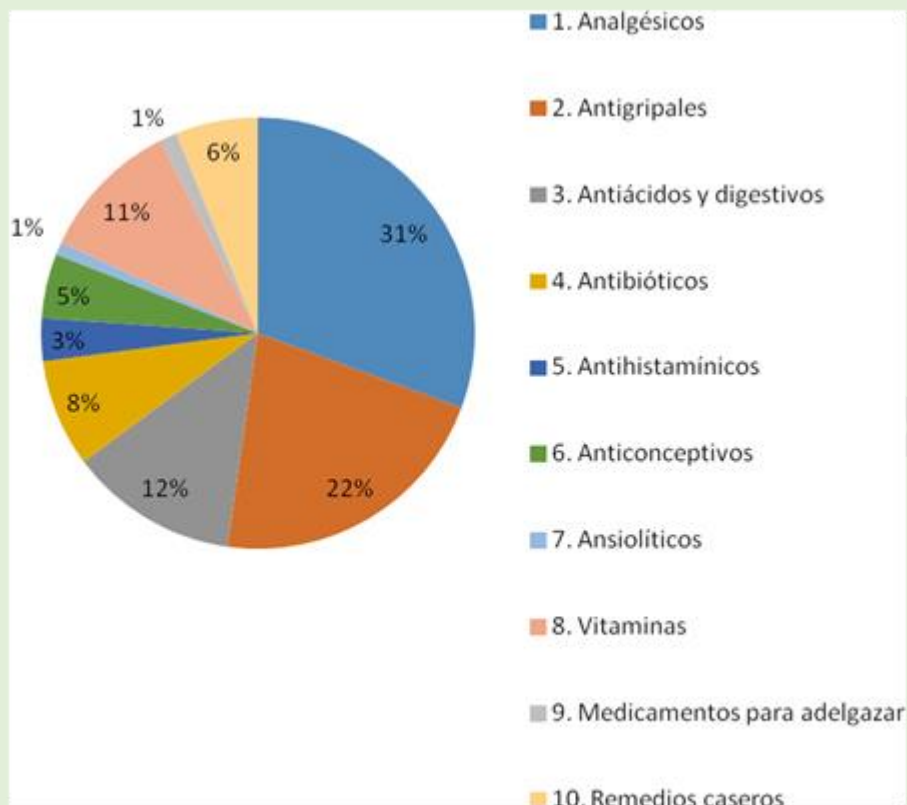


Figura 4. Medicamentos con los que se automedican
Figure 4. Medicines with which you self-medication

Respecto a la eficacia de la medicación empleada, el 86% obtuvo el efecto deseado, el 6,20% sufrió alguna reacción adversa, el 6,20% no tuvo efecto, el 3,10% dicen que aparecieron otros síntomas, y el 2,30% que empeoraron los síntomas.

El 90% de la población encuestada informa que la automedicación es una práctica riesgosa.

Análisis estadístico entre variables

Los estudios de asociación entre variables indican que:

En la población de personas que respondieron a la encuesta en las farmacias seleccionadas:

No se halló asociación entre la variable si dispone o prefiere la automedicación y la variable sexo (Test chi cuadrado de Pearson, pvalor=0,325).

No se halló asociación entre el nivel de estudios alcanzado y si dispone y prefiere

la automedicación (Test chi cuadrado de Pearson, p valor=0,92808).

No se halló asociación entre los barrios de residencia de Comodoro Rivadavia agrupados en zonas (Norte, Centro y Sur) y si dispone y prefiere la automedicación (Test chi cuadrado de Pearson, p valor=0,66788). Se tuvo en cuenta sólo las personas residentes en Comodoro Rivadavia y que respondieron a ambas preguntas.

No se halló asociación entre la variable dispone de seguro de salud u obra social y si dispone o prefiere la automedicación (Test de Fisher exacto, p valor=0,1279).

No se halló asociación entre la variable, si dispone o prefiere la automedicación y cree que la automedicación es una práctica riesgosa categorizada por si y no (Test de Fisher exacto, p valor=0,4184).

No se halló asociación entre la variable si dispone o prefiere la automedicación conoce las consecuencias de la automedicación (Test chi cuadrado de Pearson, p valor=0,1415).

Discusión

Se ha considerado para nuestro estudio el análisis de los factores más importantes que están relacionados con la automedicación en la población de estudio: socioeconómicos, relacionados al

paciente y a la práctica de la automedicación.

Se ha demostrado que la franja etaria que practica frecuentemente la automedicación corresponde a adultos jóvenes. En otros grupos estudiados, la relación entre edad y automedicación igualmente ha señalado que esta práctica disminuye con la edad (Rozenfeld, 2003; Rojas *et al.*, 2008; Uhrich *et al.*, 2018). El uso de medicamentos en personas adultos mayores es realizada bajo prescripción médica en su mayoría, pero no garantiza este hecho que sean bien utilizados.

Los resultados que correlacionan las variables sexo, nivel de estudios alcanzados, seguro de salud u obra social y si cree que la automedicación es una práctica riesgosa, no han demostrado asociación entre variables si prefiere la automedicación.

De acuerdo a otros estudios se ha encontrado que la automedicación es mayor en mujeres (López *et al.*, 2008; Quiroga *et al.*, 2015; Orueta *et al.*, 2018) y que a mayor nivel de estudios alcanzado tienden a utilizar más frecuentemente la automedicación, atribuidos al mayor conocimiento de los medicamentos, mayor nivel económico y autonomía personal (López *et al.*, 2008; Figueiras, 2000).

En nuestro estudio podemos destacar que algunas personas reconocen que han sufrido reacciones adversas y que aparecieron otros síntomas indeseables luego de la automedicación a diferencia de otras regiones de Argentina que desconocen los efectos adversos que pueden provocar los medicamentos (COFyBCE 2019).

Las enfermedades o síntomas más frecuentes que motivaron a la automedicación fueron dolores y síntomas gripales, seguidos por problemas digestivos como acidez y gastritis. Estos resultados concuerdan con los obtenidos en otros estudios (Oruela *et al.*, 2008; Cudas *et al.*, 2015; Real Aparicio *et al.*, 2020).

Entre los medicamentos más utilizados se destacan los analgésicos y antigripales; y en tercer lugar se encuentran los medicamentos para enfermedades digestivas. Estos resultados se relacionan con la sintomatología que presentan a la hora de adquirirlos. Existen coincidencias con varios estudios de investigación donde el grupo de medicamentos más consumido son los analgésicos (Gómez *et al.*, 2009; Aguilar *et al.*, 2015; Valencia *et al.*, 2019; Jesús, 2020). La automedicación con analgésicos es una práctica frecuente en todos los países del

mundo. Algunos de estos medicamentos son de venta libre en Argentina y ampliamente difundidos en las campañas publicitarias. La automedicación con analgésicos constituye en nuestro país un problema importante (Kegrar, 2005), forman parte de preparados que combinan otras sustancias para tratar diversas patologías y que pueden ser parte de una gran variedad de efectos adversos e interacciones (Grosser *et al.*, 2012). También se debe considerar el gasto en salud que conlleva al sector de la Salud Pública. La facilidad del uso y de la libre disposición de los medicamentos de venta libre puede provocar no sólo errores en su aplicación sino también en el abordaje global de la enfermedad a la cual van dirigidos (Kegrar, 2005).

En otros estudios los antibióticos suelen ser los medicamentos con los cuales más se automedican (Hérmendez Juyol *et al.*, 2002; López *et al.*, 2008; Martín Pérez *et al.*, 2015). Es importante señalar que en nuestro estudio la automedicación con antibióticos ocupó el cuarto lugar y con un bajo porcentaje.

El acceso y/o procedencia del medicamento estuvo centrado en la farmacia. Un bajo porcentaje procedió del botiquín doméstico, por lo cual el medicamento fue reutilizado, sobre todo

si el médico lo recetó anteriormente. Pero es importante destacar que, si bien hay un bajo porcentaje de adquisición en otros establecimientos fuera del ámbito de salud, esto es un punto a considerar para la educación de la población respecto a uso de los medicamentos.

La principal fuente de información para decidir automedicarse fue el médico y el farmacéutico, seguido del consejo de familiares. Teniendo en cuenta estos resultados se promovió un programa de 4 encuentros para la comunidad de la ciudad que llevaron los nombres: Riesgos de la Automedicación; Medicamentos de venta libre, riesgo/beneficio; Análisis e interpretaciones de prospectos; ¿Existe riesgo de intoxicación por medicamentos?

Conclusiones

Nuestro estudio señala que un porcentaje mayoritario de automedicación corresponde a adultos jóvenes. Los medicamentos más utilizados fueron analgésicos, antigripales y antiácidos. Cabe destacar también el uso de antibióticos y otros medicamentos que son venta bajo receta, por lo cual la educación sanitaria respecto a las buenas prácticas de automedicación es prioritaria con el fin de lograr el uso racional de

medicamentos. Se continúa con estudios semejantes en otros grupos de la población. Debido a la estrecha relación farmacéutico - paciente, se puede ejercer desde la farmacia y desde otros ámbitos un rol fundamental en la educación de la población.

Agradecimientos

Secretaría de Extensión de la Facultad de Ciencias Naturales y Ciencias de la Salud (FCNyCS), Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco (UNPSJB).

Grupo de trabajo del Proyecto de extensión "Educar en los Riesgos de la Automedicación". Carrera de Farmacia. FCNyCS-UNPSJB. Año 2014-2016.

Bibliografía

- Aguado, M.I.; Núñez, M.B.; Dos Santos Antola, L.; Bregni, C. 2005. Automedicación en Estudiantes de Farmacia de la Universidad Nacional del Nordeste, Argentina. *Acta Farm. Bonaerense*, **24**(2):271-276.
- Aguilar, A.; Ascitelli, A.; Carosella, L.; Izurieta, M.; Perandonos, M.; Soverchia, S. 2015. Prevalencia de automedicación de antiinflamatorios y analgésicos en la práctica ambulatoria. *Rev. argent. Reumatol*, **26** (3): 13-15.
- Anmat. Cuida tu salud: usa responsablemente los medicamentos. *Argentina.gob.ar*: Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/anmat/comunidad/uso-responsable-medicamentos>

- CIS. 2019. Informes de Opinión Pública CIS UADE-VOICES. La Salud y el Uso de Medicamentos. Centro de Investigaciones Sociales (CIS). Fundación UADE. *Voices! Research and Consultancy. ISSN 2618-2173.*
- Codas, M.; González, V.; Madrazo, C.; Benítez, G.; Chamorro, L.; Scott, C. 2015. Automedicación en Itapúa: nuestra realidad. *Rev. Nac. Itauguá*, **7**(1): 32-36.
- Colegio Oficial de Farmacéuticos y Bioquímicos de la Capital Federal. 2012. Una Sociedad sobremedicada. *COFyBCF*: Disponible en: https://www.cofybcf.org.ar/noticia_anterior.php?n=1132
- Figueiras, A.; Caamaño, F.; Gestal, O. 2000. Sociodemographic factors related to self-mediation in Spain. *Eur. J. Epidemiologic*, **16**(1):19-26.
- Gómez, O.; Leobardo, M.; Galar, M.; Téllez, L.; Carmona, Z.; Francisco, A.; Amaya, C. 2009. Estudio de automedicación en una farmacia comunitaria de la ciudad de Toluca *Revista Mexicana de Ciencias Farmacéuticas*, **40** (1): 5-9.
- Grosser, T.; Smyth, E.; Fitzgerald, G.A. 2012. Antiinflamatorios, antipiréticos y analgésicos; Farmacoterapia de la gota. En; Goodman & Gilman: Las Bases Farmacológicas de la Terapéutica. 12ª ed. Mc Graw Hill: México: 959-1004.
- Jesús, M. 2020. Automedicación en el Adulto Mayor. Consultorio Médico de la Familia # 15. *Mas Vita. Rev. Cienc. Salud*, **2** (2):6.
- Kegrar, G.; Fillingner, E. 2005. ¿Qué se entiende por Automedicación? *Acta Farm. Bonaerense*, **24**:130-133.
- Lazcano, L.; Parra, E.; Umeres, L. 2014. Causas que inducen la automedicación en estudiantes de primer y quinto curso de la Facultad de Medicina. *Universidad Mayor Real y Pontificia de San Francisco Xavier de Chuquisaca*. Disponible en: https://www.ecorfan.org/series/administracion/Topicos_Selectos_de_Administracion_4.pdf
- López Cabra Carrasco-Garrido, P.; Jiménez-García, R.; Barrera, V.H. Gil de Miguel, A. 2008. Predictive factors of self-medicated drug use among the Spanish adult population. *Pharmacoepidemiol Drug Saf*, **17** (2): 193-199.
- Orueta, R.; Gómez-Calcerraga, R.M.; Sánchez, A. 2008. Automedicación. *Semergen*, **34**(3): 133-137.
- Quiroga Gutiérrez D & Rodríguez Parodi D. 2015. Automedicación en pacientes del servicio de Farmacia de Consulta externa II del Hospital Nacional Guillermo Almenara Irigoyen Lima Perú. *Universidad Wiener*. Disponible en: <https://www.studocu.com/pe/document/universidad-norbert-wiener/farmacia-y-bioquimica/010-tesis-farmacia-quiroya-rodriguezrevlb-finalizada/5457967>
- Real Aparicio, N.E.; Stilver Barrios, D.; Carvalho, F.; Silva, E. Lilian Acosta, L. 2020. Características clínicas de la automedicación en adultos de tres Unidades de Salud Familiar de Paraguay en 2019. *Rev. virtual Soc. Parag. Med. Int*, **7**(1): 77-85.
- Rojas, M.; Ruiz, I.; Carrasco, M.; Molina, Y. 2008. Caracterización de pacientes y de uso de medicamentos en un grupo de adultos mayores asistentes a una actividad promocional de geriatría. *Rev. Hosp. Clini. Uni. Chile*. **19**: 318-323.
- Rozenfeld, R. 2003. Prevalencia, proporción, factores asociados e mau uso de medicamentos entre os idosos: uma revisao. *Cad. Saude publica*, **19**(3): 717-724.

Ruiz, S.; Pérez, A. 2011. Automedicación y términos relacionados: una reflexión conceptual. *Rev. Cienc. Salud*, **9**(1): 83-97.

Uhrich, A.; Galarza, C.; Avila, R.; Casarrosa, M.; Pozzi, G.; Apestequia, A.; Schmidt, M.; Robles, M.; Pinto Vitorino, G.; Escobar Daza, M.; Becerra, M.; Flores, M.L.; Risso, S.; Alcalde Bahamonde S. 2018. Situación actual de la práctica de la Automedicación en un sector de la población universitaria de la UNPSJB. *Nat. Patagónica*, **11**: 73-83.

Valencia-Alanes, E.; Ayaviri, D.E.; Fernández-Zambrana, J.; Camera-Rech, N.J.; Santos, A. 2019. Características de la automedicación en el distrito 3 ciudad de Cochabamba. *Revista Científica de Salud UNITEPC*, **6** (1): 15-19.

World Health Organization (2000) "Guidelines for the Regulatory Assessment of Medicinal Products for Use in Self-Medication", Ginebra, Suiza.