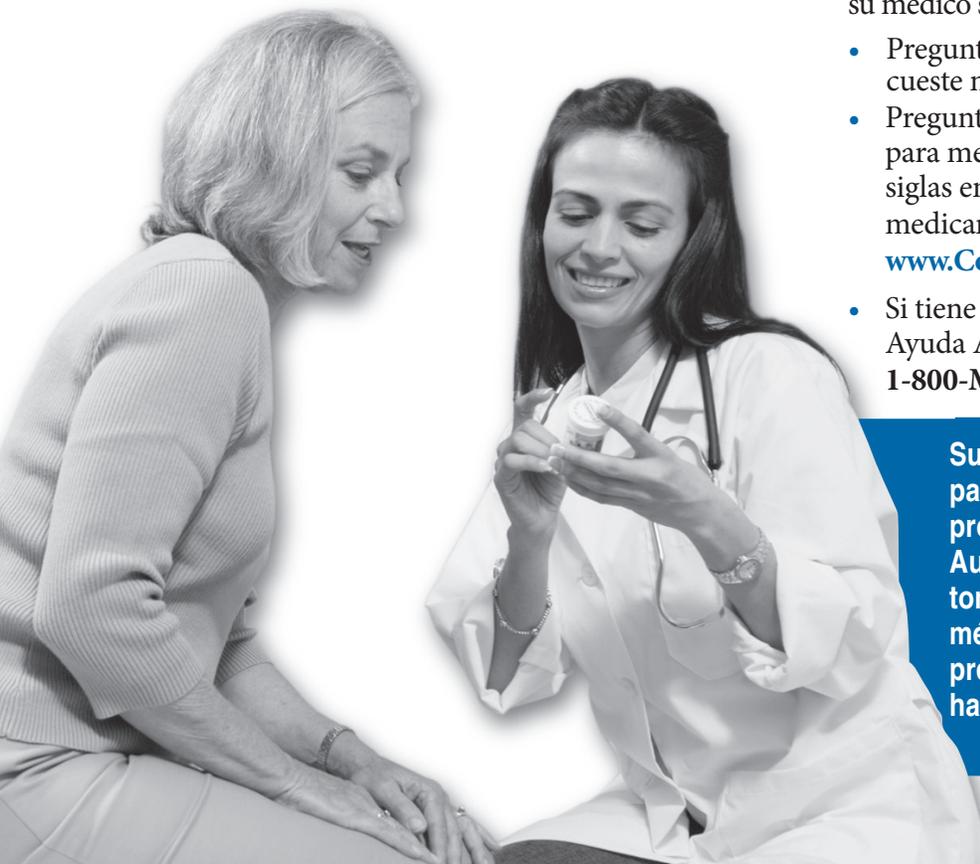


Seguridad del medicamento: Tome los medicamentos según las indicaciones

Alrededor de la mitad de todos los adultos no toman sus medicamentos de venta con receta según las indicaciones.

Si omite dosis, toma menos que la dosis completa o la interrumpe demasiado pronto, es posible que el medicamento no actúe correctamente. Tomar demasiada cantidad de un medicamento también puede hacerle daño. Aquí presentamos algunos motivos comunes por los que las personas no toman sus medicamentos según las indicaciones:

- “ Me sentía mejor, por eso dejé de tomarlo ”.
- “ No entendía cómo tomarlo ”.
- “ No me sentí cómodo con los efectos secundarios que tenía el medicamento ”.
- “ No pude pagar el medicamento ”.
- “ No me sentí mejor. Pensé que no estaba haciendo efecto y por eso dejé de tomarlo ”.
- “ Parto la píldora a la mitad para ahorrar dinero ”.



Nuestro consejo:

Pregunte a su médico de qué manera lo ayudará el medicamento.

Informe a su médico si no quiere tomarlo.

Pregunte a su médico o a su farmacéutico sobre cómo tomar el nuevo medicamento.

- ¿Qué cantidad debo tomar?
- ¿Cuándo debo tomarlo?
- ¿Qué ocurre si me olvido de tomar una dosis?
- ¿Por cuánto tiempo debería tomarlo, aun si me siento mejor?
- ¿Cuándo comenzará a funcionar el medicamento y cómo me daré cuenta si está funcionando?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios posibles y qué debo hacer si tengo uno?

Informe a su médico si el costo representa un problema.

Millones de personas no toman sus medicamentos según las indicaciones porque no pueden pagarlos. Informe a su médico si no puede pagar un medicamento.

- Pregunte si existe un medicamento genérico que cueste menos.
- Pregunte sobre los programas de asistencia para medicamentos recetados (PAP, por sus siglas en inglés) y las tarjetas de descuento para medicamentos. Visite nuestro sitio web gratuito, www.ConsumerReportsHealth.org/BestBuyDrugs.
- Si tiene Medicare, pregunte por el programa Ayuda Adicional (Extra Help). Llame al 1-800-MEDICARE.

Su médico receta un medicamento para ayudarlo a curar o a manejar un problema de salud.

Aun si se siente mejor, no deje de tomar el medicamento hasta que su médico diga que puede hacerlo. Si está preocupado por el costo, pregunte si hay un medicamento genérico.

Seguridad del medicamento: Tome los medicamentos según las indicaciones

Informe a su médico si está preocupado sobre los efectos secundarios.

Muchas personas tienen miedo de los efectos secundarios de los medicamentos.

Pregunte a su médico qué efectos secundarios son graves. Llame a su médico si está preocupado respecto de un efecto secundario o si piensa que tiene uno.

Guarde los frascos o las cajas en donde vienen sus medicamentos.

- El frasco o la caja original le indican el nombre del medicamento, cómo tomarlo y cuáles son los posibles efectos secundarios.
- Si utiliza un organizador de píldoras, coloque las píldoras allí directamente del frasco. Guarde el resto en el frasco.

Tome cada medicamento exactamente según las indicaciones.

- El frasco o la caja le indican cuántas veces por día debe tomar el medicamento y qué cantidad tomar cada vez.
- El prospecto o el envase también le brindan información importante. Por ejemplo, le indican si necesita tomar el medicamento con o sin alimentos. Le indican los efectos secundarios comunes. Y le indican los signos de peligro a los que debe estar alerta.

Tome todas las dosis.

- Si omite una dosis o toma una dosis menor, su medicamento no funcionará como debe hacerlo. Pregunte a su médico o a su farmacéutico sobre qué hacer si omite una dosis.
- Si tiene miedo de tomar la dosis completa, hable con su médico o con su farmacéutico.

Tome el medicamento durante el período que se indica.

- Aun si se siente mejor o sus síntomas desaparecen, debe tomar un medicamento por el tiempo que su médico le indique.

- Si lo interrumpe, su afección puede reaparecer o empeorar.
- Algunos medicamentos deben interrumpirse gradualmente; de lo contrario, pueden causar problemas.

Siga las instrucciones especiales.

- Algunos medicamentos deben tomarse con alimentos. Otros medicamentos deben tomarse solos.
- Si resulta difícil seguir instrucciones especiales, pida a su médico o a su farmacéutico que lo ayuden a confeccionar un programa para tomar todos sus medicamentos de manera segura.

Almacene los medicamentos de forma segura.

- Almacene los medicamentos en un lugar seco y fresco.
- No los almacene en el gabinete del baño ni cerca de una cocina o un microondas.
- No los ponga en el refrigerador, a menos que lo indique la etiqueta.

Resurta el medicamento antes de que se termine.

- Pida el resurtido de un medicamento con una semana o más tiempo de anticipación antes de que se termine.
- O pregunte en su farmacia si puede resurtir sus medicamentos en la misma fecha cada mes y que lo llamen cuando los pueda recoger.
- Si recibe medicamentos por correo, ordene un resurtido 2 semanas antes de quedarse sin el medicamento.

Deseche cualquier medicamento que haya vencido.

La fecha de vencimiento figura en el frasco o en la caja. Dice “Desechar después de:” o “Vence después de:” Después de esta fecha, es posible que el medicamento no sea seguro ni eficaz. Pregunte a su farmacéutico cómo desechar en forma segura sus medicamentos no utilizados.

Recursos

Visite estos sitios web:

- www.ConsumerReportsHealth.org/BestBuyDrugs
- www.medlineplus.gov, haga clic en Medicinas y suplementos