



Uso adecuado de medicamentos

Sonia Car

Palabras 408

El medicamento es un producto indispensable que mejora nuestra calidad de vida, permitiendo prevenir, diagnosticar, tratar o curar enfermedades. Sin embargo, si no se hace un uso responsable del mismo, podría tener consecuencias negativas para la salud. A continuación, se describen algunas recomendaciones para un uso adecuado de los medicamentos:

- ✓ Su consumo ha de ser racional.
- ✓ Es aconsejable conservar el medicamento en su envase original y con su prospecto. De esta forma, podrá consultar en todo momento la fecha de caducidad y la dosis adecuada de medicamento que debe administrarse, a la vez que le permite identificar correctamente el producto en caso de ingesta accidental o aparición de reacciones adversas.
- ✓ Seguir siempre las recomendaciones del médico al usar un medicamento, en especial en cuanto a las dosis que debe tomar, sus intervalos y la duración del tratamiento.
- ✓ Los medicamentos deben almacenarse de modo apropiado, dependiendo de la naturaleza del fármaco y de las recomendaciones sobre su conservación.
- ✓ Es conveniente revisar el contenido del botiquín periódicamente, cada 6 o 12 meses, verificando la caducidad, buen estado de los elementos, medicamentos que lo componen y reponiendo los que se usen o desechen.
- ✓ Es muy importante cumplir el tratamiento que nos hayan prescrito, en el caso de que al finalizar sobren algunas dosis, no deben guardarse en el botiquín doméstico.



Impacto del uso inapropiado de medicamentos



El impacto del uso irracional de medicamentos puede ser visto de varias formas:

- ✓ Reducción de la calidad de la terapia que conduce al aumento de la morbilidad y mortalidad.
- ✓ Desperdicio de recursos que conduce a reducir la disponibilidad de otros medicamentos esenciales e incrementar los costos.
- ✓ Incremento del riesgo de efectos no deseados como reacciones adversas al medicamento y aumento de la resistencia del agente patógeno al medicamento.
- ✓ Impacto psicológico, como la difusión de la creencia en los pacientes de que existe una píldora para cada problema de salud.

Los medicamentos y los alimentos

- ✓ Generalmente es mejor no mezclar los medicamentos con alimentos o bebidas porque pueden interferir con la eficacia del medicamento o diluir la dosis.
- ✓ Pregúntele al médico antes de mezclar el medicamento con alimentos o líquidos. Si mezcla el medicamento con alimentos o líquidos, debe tomárselo por completo para ingerir la dosis mezclada.
- ✓ Le puede beber algo después de ingerir la medicina si lo considera necesario.



Referencias

- ✓ <http://www.sigre.es/consejos-recomendaciones/consejos-sanitarios/>
- ✓ http://www.med-informatica.net/TERAPEUTICA-STAR/Uso_racional_medicamentos.pdf

