



Gestión Segura de Medicamentos

Es muy importante que tome sus medicamentos de forma segura y que sepa qué hacer si hay algún problema. Asegúrese de saber qué medicamentos está tomando y por qué. Pregunte cómo lo ayudará el medicamento. Consulte a su médico o a su farmacéutico si tiene preguntas sobre sus medicamentos y cuándo debe tomarlos. Aquí le damos algunos consejos para ayudarlo a tomar sus medicamentos de forma segura.

Siempre Tome los Medicamentos Exactamente como lo Indico el Médico.

- Asegúrese de tomar los medicamentos en el momento correcto, en la cantidad correcta y de la forma correcta.
 - Por ejemplo, algunos medicamentos se deben tomar después de ingerir alimentos porque pueden dañar el estómago. Otros medicamentos se deben tomar antes de comer.
- Use recordatorios o alarmas para ayudarlo a recordar cuándo tomar los medicamentos.
 - Por ejemplo, para los medicamentos que toma cada mañana o antes de ir a dormir, deje un recordatorio en el cepillo de dientes.
- Haga una lista de todos los medicamentos y vitaminas, la cantidad que debe tomar y cuándo debe tomarlos.
 - Lleve una lista con usted cada vez que salga de casa. Puede guardar la lista en la billetera o en el teléfono celular.
- Sepa qué efectos pueden generar sus medicamentos si no actúan de la forma adecuada o si reacciona mal a un medicamento, por ejemplo un sarpullido, mareos o somnolencia.
- Hable con su médico *antes* de dejar de tomar cualquiera de sus medicamentos.



Fuente: Servicios clínicos del Departamento de Servicios de Desarrollo



Situaciones Especiales

- Pregunte si debe evitar ciertos alimentos o bebidas (incluidas las bebidas alcohólicas) mientras toma sus medicamentos.
- Pregunte si debe evitar el sol con alguno de los medicamentos que toma. Algunos medicamentos pueden hacer que la piel sea más sensible a quemaduras por el sol.
- Consulte a su médico si debe usar una etiqueta de alerta médica que indique el medicamento que toma.

Qué Hacer si Omite una Dosis del Medicamento

- Dígame a alguien, como a un miembro del personal de cuidados de los pacientes o a un familiar, para que puedan ayudar a decidir los pasos a seguir.
- Llame al farmacéutico o al médico para que puedan ayudarlo a decidir cuándo tomar la próxima dosis.
- Si no se siente bien o si tiene alguna sensación inusual, informe a un miembro del personal o a un familiar.
- **Llame al 911 ante una emergencia.**



El Departamento de Servicios de Desarrollo produce los boletines de bienestar y seguridad para alertar a las personas, a sus familias y a otras personas acerca de los riesgos específicos identificados en nuestra comunidad. Por medio de esta encuesta, por favor comparta su opinión sobre este boletín y sobre lo que podemos mejorar: [Encuesta del boletín](#).

Sepa Cómo y Dónde Guardar sus Medicamentos

- Consulte al farmacéutico donde debe guardar los medicamentos. Es posible que deba mantener algunos en el refrigerador.
- Mantenga los medicamentos en un lugar fresco y seco (no expuestos directamente a la luz del sol).
- Mantenga los medicamentos separados de los de otras personas.
- Mantenga los medicamentos separados de artículos del cuidado del hogar, como productos de limpieza.
- Mantenga los medicamentos en su envase o frasco original, o en un pastillero organizador diario.
- No tome medicamentos que presenten signos de daño, que se hayan ensuciado o desarmado



Asegúrese de Contar con Suficiente Medicación

- Asegúrese de contar con suficiente medicación hasta el próximo relleno de la receta.
- Algunas veces, quizás deba ver a su médico antes de obtener un nuevo relleno de la receta.
- Si un medicamento es demasiado costoso, consulte a su médico o farmacéutico si no hay otros medicamentos o tratamientos más económicos.
- Es posible que haya otras formas de pago que le permitan ahorrar dinero (como programas o cupones de descuento).
- Conserve un surtido de medicamentos adicionales en su [kit de preparación para emergencias](#).



No guarde Medicamentos Viejos o Vencidos

- Compruebe la fecha de vencimiento en las etiquetas de los medicamentos para ver si están vencidos y ya no resulta seguro tomarlos.
- Consulte a su farmacéutico qué debe hacer con los medicamentos viejos o vencidos.
 - Nunca arroje medicamentos al inodoro o a la basura.

Solo Tome sus Medicamentos

- Tome solo los medicamentos recetados para usted.
- Nunca de sus medicamentos recetados a otra persona.
- No tome medicamentos recetados de otras personas.

Pida Ayuda

Hable con su farmacéutico, su proveedor de atención médica, su médico o con el personal de apoyo en las siguientes situaciones:

- Si cree que la medicación le ha generado una reacción adversa.
- Si necesita ayuda para tomar los medicamentos. Esto incluye si se olvida con frecuencia de tomarlos cuando debería.

Llame al 911 ante una emergencia o si no puede comunicarse con las personas que ya ha llamado.



El Departamento de Servicios de Desarrollo produce los boletines de bienestar y seguridad para alertar a las personas, a sus familias y a otras personas acerca de los riesgos específicos identificados en nuestra comunidad. Por medio de esta encuesta, por favor comparta su opinión sobre este boletín y sobre lo que podemos mejorar: [Encuesta del boletín](#).