

Uso Apropiado de Medicamentos

[Introducción](#)

[Interacciones Con Medicamentos](#)

[Signos y Síntomas de Posible Uso Inapropiado de Medicamentos](#)

[Reacciones Adversas](#)

[Administrando Medicamentos a Pacientes con Alzheimer](#)

[Medicamentos Bioequivalentes](#)

[Recomendaciones y/o Sugerencias](#)

[Medicamentos y el Riesgo a Caídas](#)

[Otros Datos- de Utilidad](#)

[Medicamentos sin Receta \(Over the Counter\)](#)

[Como ahorrar en el costo de los medicamentos](#)

[Consejos para Cuidadores Acerca de la Administración Segura de](#)

[Medicamentos](#)

[Abreviaturas más Comunes](#)

[Anejo I](#)

[Lugares donde buscar información Relacionada con uso de medicamentos](#)

[Glosario de Términos](#)

[Referencias](#)

Introducción

Como cuidador debe estar informado sobre las medicinas del familiar que usted cuida a fin de evitar problemas. Igualmente debe saber sobre los posibles efectos no deseados que estos medicamentos pueden producir.

El gozar de buena salud lo debemos en gran medida a los nuevos y mejores medicamentos y vacunas que están en el mercado actualmente; pero el uso de los mismos puede ser más arriesgado para ciertos grupos de personas, especialmente cuando se usan varios medicamentos a la vez. Este es el caso de las personas de edad avanzada en las que tomar varios medicamentos es no

siempre fácil y correcto. Puede ser difícil recordar para qué es cada remedio y como y cuando se debe tomar, sobre todo para las personas con problemas de memoria o demencia.



Las personas mayores de 65 años de edad usan más medicamentos y más remedios sin receta que las personas de otras edades. Las personas mayores tienden a padecer de más enfermedades crónicas de largo plazo - tales como artritis, diabetes, hipertensión y dolencias cardíacas - que la gente más joven. Es común que las personas mayores de 65 años tomen **un promedio de casi 4** diferentes medicamentos con receta a la vez porque tienen más de una enfermedad o incapacidad al mismo tiempo [También conocido como **POLIFARMACIA**]. Siendo aquellos mayores de 75 años [sobre el 32%] quienes consumen más de 5 medicamentos (PREHCO, 2002-2003).



Por ello es importante que le demos seguimiento a todo tratamiento prescrito y no prescrito [los medicamentos obtenidos sin receta y hierbas o teces] a la (s) persona (s) bajo nuestro cuidado pues los medicamentos pueden actuar de manera diferente en las personas mayores que en las personas más jóvenes. Esto es resultado de los cambios fisiológicos normales que trae el envejecimiento en todos los sistemas. Por ejemplo, a medida que envejecemos,

el cuerpo va perdiendo agua y tejidos [principalmente músculos] y agrega más tejido graso. Esto puede hacer que el tiempo que el cuerpo tarda en absorber ese medicamento puede alargarse trayendo como consecuencia que la concentración del mismo sea mayor y por ende ocurran efectos no deseados o adversos [Ej. Toxicidad]. Cambios en el aparato digestivo pueden repercutir en la rapidez con que los medicamentos entran a la sangre [flujo sanguíneo] y se distribuyen hasta llegar al lugar deseado. Tanto el riñón como el hígado disminuyen su capacidad de funcionamiento a la mitad; trayendo un impacto en la manera en que los medicamentos se metabolizan en el cuerpo. Esto no quiere decir que nuestros sistemas estén enfermos, sino que al disminuir su capacidad de funcionamiento en las personas de edad avanzada hay un aumento en la probabilidad de sufrir de interacciones indeseadas o incluso perjudiciales a la salud.

Tenga presente que la palabra “drogas” puede significar tanto los fármacos o medicamentos recetados por su médico como los remedios que compra en la farmacia sin receta (OTC). Estos últimos pueden incluir las vitaminas, minerales, suplementos de hierbas y dietéticos, laxantes, remedios para el catarro y antiácidos. Tomar estos remedios sin receta al mismo tiempo que alguno que haya recetado el médico puede provocar serios problemas. Por ejemplo, no se debe tomar aspirina junto con *warfarina (Coumadin®)*. El Coumadin® se usa para impedir la formación y el crecimiento de coágulos. La warfarina y la aspirina impiden la coagulación de la sangre, por lo que tomará más tiempo detener una hemorragia si usted tiene un accidente. Evite actividades de alto riesgo. Llame a su doctor si hay cualquier hemorragia o sangrado inusual. Cerciórese de que su médico sepa qué remedios está tomando el paciente y que le asegure que no hay riesgo en tomar esas medicinas al mismo tiempo. Pregúntele también si debe tomarse los remedios con las comidas. Por ejemplo, si el paciente toma alendronato (Fosamax® para la osteoporosis) con la comida, éste será menos eficaz ya que se supone se tome con el estómago vacío para una mayor absorción del medicamento.

Los suplementos de hierbas también deben tomarse con cuidado. El ginkgo biloba, por ejemplo, no se debe tomar con aspirina, acetaminofén, warfarina o algunos diuréticos, pues puede causar un aumento de la presión arterial y



aumentar el riesgo de una hemorragia.

[Volver al Inicio](#)

Interacciones con medicamentos:

Debido a los cambios que ocurren en el cuerpo de las personas de edad avanzada, el riesgo de que ocurran interacciones entre medicamentos es mayor y con consecuencias no deseadas.

Hay distintos tipos de interacción:

1. **Interacciones entre medicamentos:** Ocurre cuando dos o más medicamentos reaccionan uno con otro causando efectos no deseados.

Por ejemplo, no debe tomarse *aspirina* mientras se está tomando un medicamento recetado para evitar **la formación de coágulos en la sangre**, como la *warfarina (Coumadin®)*, porque aumentaría el tiempo de coagulación y puede ocurrir una hemorragia.

2. **Interacción entre el medicamento y una condición del paciente:** **Puede ocurrir** cuando una enfermedad hace que ciertas drogas sean potencialmente dañinas al cuerpo.

Por ejemplo, si usted sufre de hipertensión (presión alta) o asma, un descongestionante nasal (Ej. Benadryl®) podría causarle una reacción no deseada, puede acelerar los latidos del corazón y aumentar la presión.

3. **Interacción entre medicamento y alimento:** puede ocurrir cuando un medicamento reacciona con ciertas comidas o bebidas. Los alimentos que se hallan en el aparato digestivo pueden afectar la manera en que la droga es absorbida.

Por ejemplo, cuando se usan anticoagulantes se debe evitar comer alimentos altos en potasio (brécol, espárragos, espinacas) pues neutralizan la acción que se espera de los anticoagulantes.

El jugo de china no debería ser consumido con antiácidos que contengan aluminio pues se aumenta la absorción de este metal.

La leche y el jugo de china se deben evitar si se reciben antibióticos por vía oral.

La leche tampoco debería ser consumida con laxantes que contengan *bisacodil* (*Dulcolax®*) porque se potencian mucho sus efectos trayendo desagradables sorpresas.

4. **Interacciones entre medicamentos y alcohol:** ocurre cuando el medicamento reacciona con bebidas alcohólicas. Muchos medicamentos no son compatibles con el alcohol pues pueden causar falta de coordinación, somnolencia y reducir la rapidez de las acciones del cuerpo.

[Volver al Inicio](#)



Signos y Síntomas de posible uso inapropiado de medicamentos

- ❖ Cambios en el patrón del sueño
- ❖ Soñolencia inusual
- ❖ Cambios de animus
- ❖ Ansiedad e irritabilidad
- ❖ Confusión, especialmente cuando no lo tenía antes
- ❖ Problemas en el caminar
- ❖ Hostilidad, especialmente si es un cambio radical (de momento)
- ❖ Pérdida de balance
- ❖ Actitud a la defensiva
- ❖ Cambios en su apetito (dejar de comer)
- ❖ Si se ve mareado o letárgico (lento, como que está y no está)
- ❖ Dificultad para manejar el dolor

[Volver al Inicio](#)

Reacciones Adversas

Una reacción adversa se refiere a cualquier respuesta no deseada y no-intencionada que ocurre en dosis de medicamentos normalmente recetados.

La siguiente tabla le presenta un resumen de los medicamentos más utilizados sus usos y posibles reacciones:

Medicamentos más Comunes, Usos y Posibles Reacciones Adversas

Medicamento	Uso	Posible Reacción
<p>Antiinflamatorios No-Esteroidales (NSAIDS siglas en inglés)</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ (Voltaren ®, Catalpa®) diclofenac ❖ (Motrin ®) ibuprofen ❖ (Clinoril ®) sulindac ❖ (Tolectin ®) tolmetin ❖ (Dolobid ®) diflunisal ❖ (Indocin ®) indometacina ❖ (Naprosyn ®) naproxen ❖ (Relafen ®) nabumetone 	<p>Tratamiento de enfermedades inflamatorias y desórdenes reumatoideos, incluyendo artritis reumatoidea; dolor leve a moderado; fiebre; gota</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Úlcera péptica ❖ Sangrado gastrointestinal ❖ Disfunción hepática (el hígado no funciona bien) ❖ Desórdenes renales (el riñón empieza a sufrir daño) ❖ Alteración niveles de glucosa ❖ Náuseas, Vómitos, Resequedad en la boca ❖ Cambios en visión ❖ Retención de líquido
<p>Hipoglicémicos</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Sulfonilureas- (Micronase®, Diabeta®) glyburide, (Glucotrol®) glipizide ❖ (Diabinese®) chlorpropamida ❖ (Towlines'®) tolazamide ❖ (Orinase®) tolbutamide ❖ Biguanidas- Metformin® glucophage 	<p>Para manejar la Diabetes</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ “Rash”, náusea, acidez, hipoglicemia (Visión borrosa, sudoración, hambre, confusión, ansiedad), dolor en coyunturas, nocturia, fotosensitividad ○ Sulfonilureas-

<ul style="list-style-type: none"> ❖ Inhibidores de α-glucosidasa- (Precose®) acarbose, (Glyset®) mialitol ❖ Triazolidinediones- (Actos®) pioglitazone, (Arvada®) roglitazone ❖ Derivados de D-fenilalanina- (Starlix®) nateglinide 		<p>náusea, estreñimiento, diarrea</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ <i>Inhibidores de α-glucosidasa</i>- flatulencia, dolor abdominal, ↓ peso ○ <i>Biguanidas</i>- sensación de llenura, anorexia ○ <i>Derivados de D-fenilalanina</i>- Problemas del Sistema Respiratorio
<p style="text-align: center;">Diuréticos</p> <p>De Asa “Loop” (Lasix®) furosemide, (Bumex®) metadine, (Demadex®) torsemide</p> <p>Tiazidas- (Lozol®) indapamide, apresazide (Cozaar-Comp®, Combipress®), (Lopressor® HCT, Hyzaar®, Moduretic®, Inderide®, Maxide®) espironolactona/HCTZ, (Aldoclor®, Aldoril®, Zaroxolyn®) metolazone</p>	<p>Ayuda a reducir la cantidad de agua retenida por los tejidos del cuerpo asociada con fallo cardíaco congestivo y enfermedad de hígado o riñón y por terapia de corticosteroides. Utilizados solos o en combinación con medicaciones antihipertensivas para tratar alta presión sanguínea</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mareos, ❖ urticaria (rash), ❖ Deshidratación, ❖ Hipokalemia (baja el nivel de potasio) ❖ Hiponatremia (baja nivel de sodio) ❖ Nausea ❖ Diarrea
<p style="text-align: center;">Beta Bloqueadores</p> <p>Pindolol (Vizken®); propranolol (Inderal®), atenolol (Tenormin®), nadolol (Corgard®),</p>	<p>Manejo de alta presión, angina, arritmias, prevención de ataque cardíaco, migrañas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Hipotensión (baja la presión) ❖ Disminuye latidos del corazón (heart rate)

<p>betaxolol (Kerlone®), metoprolol (Lopressor ®)</p>	<p>Algunos se utilizan en Parkinson, comportamiento agresivo, ansiedad, esquizofrenia y ataques de pánico</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Pulso bajo ❖ Fallo cardíaco congestivo ❖ Corto de Respiración ❖ Sensación de cabeza ligera (lightheadedness), vertigo ❖ Depresión ❖ Náusea ❖ Vómitos ❖ Estreñimiento ❖ Extremidades frías ❖ Cambios mentales (confusión, depresión y somnolencia) - mayormente con Propranolol (Inderal®)
<p>Ansiolíticos: Benzodiazepinas</p> <p>Ativan®, alprazolam (Xanax®), Halcion® triazolam, (Serax®) oxazepam, (Novopoxide®) chlordiazepoxid, (Valium®) diazepam, (Paxipam®) halazepam, (Centrax®) prazepam, (Dalmane®) flurazepam</p>	<p>Manejo de ansiedad; estado epiléptico; sedación pre-operatoria; desórdenes de pánico; síndrome de retractación (Withdrawal) por alcoholismo; relajación muscular</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Falta de memoria ❖ Aumento en la fatiga y sedación, resultando a veces en confusión ❖ Baja presión sanguínea ❖ Soñolencia diurna excesiva, mareos ❖ Sensación de que la cabeza está como flotando ❖ Caídas ❖ Pesadillas,

		<p>pues aumentan la etapa REM del sueño</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Dependencia física y psicológica en uso prolongado
--	--	--

Medicamentos más Utilizados para Alzheimer

Nombre Medicamento	Tipo de Medicamento	Dosis Recomendada	Efectos Secundarios	Posibles Interacciones con otros Medicamentos
<p>Namenda® (memantina) Bloquea los efectos tóxicos asociados con el exceso de glutamato y regula la activación del glutamato.</p>	<p>Antagonista del N-metil D-aspartato (NMDA) recetado para el tratamiento de los síntomas de grado moderado a severo de la enfermedad de Alzheimer</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 5mg, una vez al día, disponible en tabletas ❖ Aumente a 10mg/día (5mg dos veces al día), 15mg/día (dosis separadas de 5mg y 10mg), y 20mg/día (10mg dos veces al día) en intervalos de al menos una semana si lo tolera bien. 	<p>Mareo, dolores de cabeza, estreñimiento, confusión</p>	<p>Otros medicamentos antagonistas del NMDA, incluyendo amantadina, un agente antiviral usado para el tratamiento de la gripe, dextrometorfano, recetado para aliviar la tos causada por la gripe y el resfriado, y cetamina, algunas veces usada como anestésico, no han sido evaluados sistemáticamente y deben usarse con cuidado en combinación con este medicamento.</p>

<p>Razadyne® (anteriormente conocida como Reminyl®) (galantamina) Previene el deterioro de la acetilcolina y estimula la liberación de niveles más altos de acetilcolina en el cerebro por los receptores nicotínicos.</p>	<p>Inhibidor de colinesterasa recetado para el tratamiento de los síntomas de grado leve a moderado de la enfermedad de Alzheimer</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 4mg, dos veces al día (8mg/día), disponible en tabletas o cápsulas ❖ Después de 4 semanas, aumente de 8mg/día a 8mg dos veces al día (16mg/día). ❖ Después de otras 4 semanas, aumente a 12mg dos veces al día (24mg/día), si lo tolera bien. 	<p>Náusea, vómitos, diarrea, pérdida de peso</p>	<p>Algunos antidepresivos como la paroxetina, la amitriptilina, la fluoxetina, la fluvoxamina y otros medicamentos con acción anticolinérgica pueden causar retención de exceso de Razadyne® (anteriormente conocida como Reminyl®) en el cuerpo, lo cual puede causar complicaciones; NSAIDs deben usarse con cuidado en combinación con este medicamento. *</p>
<p>Exelon® (rivastigmina) Previene el deterioro de la acetilcolina y butirilcolina (un compuesto químico del cerebro similar a la acetilcolina).</p>	<p>Inhibidor de colinesterasa recetado para el tratamiento de los síntomas de grado leve a moderado de la enfermedad de Alzheimer</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 1.5mg, dos veces al día (3mg/día), disponible en cápsulas o solución oral ❖ Cada 2 semanas, aumente de 3mg/día a 6mg dos veces al día (12mg/día), 	<p>Náusea, vómitos, pérdida de peso, malestar estomacal, debilidad muscular</p>	<p>No se han observado interacciones en estudios de laboratorio; NSAIDs deben usarse con cuidado en combinación con este medicamento. *</p>

		si lo tolera bien.		
Aricept® (donepezilo) Previene el deterioro de la acetilcolina en el cerebro.	Inhibidor de colinesterasa recetado para el tratamiento de los síntomas de grado leve a moderado, y de grado moderado a severo de la enfermedad de Alzheimer	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 5mg, una vez al día, disponible en tabletas ❖ Después de 4-6 semanas, aumente a 10mg una vez al día, si lo tolera bien 	Náusea, diarrea, vómitos	No se han observado interacciones en estudios de laboratorio; NSAIDs deben usarse con cuidado en combinación con este medicamento. *
Cognex® (tacrina) Previene el deterioro de la acetilcolina en el cerebro. Nota: Cognex aún está disponible pero ya no es comercializado activamente por el fabricante.	Inhibidor de colinesterasa recetado para el tratamiento de los síntomas de grado leve a moderado de la enfermedad de Alzheimer	<ul style="list-style-type: none"> ❖ 10mg, cuatro veces al día (40mg/día), en tabletas ❖ Cada 4 semanas, aumente de 40mg/día a 40mg cuatro veces al día (160mg/día), si las funciones de la enzima hepática permanece n a nivel normal, y si lo tolera bien. 	Náusea, diarrea, daño hepático posible	NSAIDs deben usarse con cuidado en combinación con este medicamento. *

* El uso de los inhibidores de colinesterasa puede aumentar el riesgo de las úlceras de estómago, y debido a que el uso prolongado de medicamentos anti-

inflamatorios no esteroideos (NSAIDs por su siglas en inglés) como la aspirina o el ibuprofén pueden también causar úlceras de estómago, los NSAIDs deben usarse con cuidado en combinación con estos medicamentos.

[Volver al Inicio](#)

Administrando medicamentos a pacientes con Alzheimer

Algunos pacientes con la enfermedad de Alzheimer están a riesgo de sufrir envenenamiento o intoxicación por ingerir diferentes tipos de medicamentos (recetados y no recetados), en etapas avanzada y sin supervisión adecuada.

Las siguientes sugerencias le podrán ayudar a evitar que esto ocurra. Algunos medicamentos pueden ayudar en la etapa temprana.

1. Prepare una lista de todos los medicamentos que se deben tomar diariamente.
2. Mantenga la lista de todos los medicamentos recetados para la condición de Alzheimer en un lugar visible.
3. Incluir en dicha lista los medicamentos por condición (enfermedad). Ej. Alzheimer- Excelon. (Ver anejo)
4. También incluya la dosis, horario específico, si fue recetado por su médico o para uso general.
5. Pedir al farmacéutico de su comunidad que le aclare toda duda referente a medicamentos, dosis, horario.
6. Mantener los medicamentos en un área apropiada de temperatura y restringida bajo llave.

7. Informar a los médicos del paciente (si son más de uno) sobre los medicamentos que está tomando, y si ha observado cambios en la conducta, apetito, horas de sueño, eliminación intestinal y urinaria.
8. Si existe confusión en los horarios para administrar los medicamentos al paciente, prepárelos a parte en bolsitas con la dosis de los medicamentos a administrarse.
9. Identifique las bolsitas con el nombre del medicamento, hora y si es posible para qué se receta.
10. Si hay varios medicamentos de un mismo color y forma (blanco) y se dificulta el poder identificarlo, asigne colores (marcas), en cada bolsita.
11. Si el residente rehúsa tomar los medicamentos no lo obligue, trate más tarde, o llame al médico o farmacéutico para orientación.
12. Mantenga el teléfono de los médicos y farmacéuticos en un lugar disponible para en casos de necesitarlo.
13. Administre los medicamentos, siempre a la misma hora.
14. Provea suficiente líquido oral (agua, jugo) con los medicamentos.
15. Verifique la boca del paciente, por si no tragó los medicamentos. Algunos pacientes pierden la capacidad de tragar (deglutir).
16. Si por alguna razón se dejó de dar una dosis del medicamento, la próxima vez no le de una dosis doble.

[Volver al Inicio](#)

Medicamentos Bioequivalentes

Al entregar una receta en la farmacia siempre surge la palabra “bioequivalente”. Si el médico no establece en la receta “No Sustituir” en la farmacia le ofrecerán la opción de medicamento “bioequivalente”. Muchas veces nos preguntamos qué significa esa palabra y por qué me indican en la farmacia de esa opción. A continuación le brindamos información sobre ello.

Los costos de los medicamentos cada día van en aumento. Sin embargo, existe el mismo medicamento a un costo mucho más bajo sin afectar la terapia asignada por el médico. Esto sirve de ayuda para aquellos pacientes en desventaja económica que se ven obligados a reducir o suspender su terapia por lo costoso del tratamiento.

El cuidador puede solicitar a la farmacia que le provee servicios que le brinde un listado actualizado de todos los medicamentos bioequivalentes que tenga disponible.

¿Qué es bioequivalencia?

Es el término utilizado para medir la velocidad y proporción en que el mismo principio activo de dos medicamentos iguales alcanza la circulación sistémica. Se establece que dos medicamentos son bioequivalentes si son iguales desde el punto de vista farmacéutico, porque tienen la misma cantidad de sustancia activa en la misma forma farmacéutica (tableta, capsula) y que administrados en dosis iguales alcanzan las mismas concentraciones en la sangre, es decir que son igualmente biodisponibles y que los efectos con relación a su eficacia e inocuidad son los mismos.

¿Qué es un medicamento bioequivalente?

Es aquel medicamento genérico o similar (no innovador) que cumple las mismas condiciones de biodisponibilidad de la sustancia referente, la cual puede ser el medicamento innovador ó el medicamento líder en el mercado que se le ha dado

licencia de comercialización y que ha demostrado su eficacia, seguridad y calidad.

[Volver al Inicio](#)

Recomendaciones y/o Sugerencias

Es sumamente importante tratar de minimizar los riesgos y obtener mejores resultados con los medicamentos. A continuación le damos algunas sugerencias.

En el hogar

- Mantenga un registro diario de todas las medicinas que toma el paciente (Ver anejo al final). Incluya tanto los fármacos recetados por el médico como los remedios sin receta. Anote el nombre de cada medicamento, del médico que lo recetó, la dosis y el horario en que se toma. Guarde una



copia en su botiquín y otra en su cartera. (Ver Anejo I)

- Lea y guarde toda la información que venga con la medicina.
- Fíjese en la etiqueta del medicamento antes de administrarlo para cerciorarse que es para la persona indicada — el paciente — con las instrucciones precisas que recetó el médico.
- Administre la medicina en la dosis exacta y el horario preciso que el médico le recetó.
- Revise en los frascos la fecha de vencimiento de las medicinas y deseche los medicamentos que estén vencidos.
- Llame inmediatamente al médico si el paciente tiene cualquier problema con los medicamentos o si le preocupa que el medicamento pueda estarle causando más mal que bien. El médico puede cambiarle el medicamento

por otro que sirva para la misma dolencia y que no le haga daño al paciente.

- No administre medicinas recetadas para otras personas ni dé los del paciente a otras personas.
- No interrumpa el tratamiento farmacológico hasta que el médico le diga que puede hacerlo, aunque el paciente se esté sintiendo mejor.
- No administre ni más ni menos de la cantidad recetada de un medicamento.
- No se debe mezclar alcohol y medicamentos, a menos que el médico le diga que puede hacerlo. Algunas medicinas pueden no funcionar o pueden causar alguna enfermedad si se toma alcohol mientras las consume.

En la Oficina del Médico:

- Estudie el expediente farmacológico con el médico o la enfermera en cada consulta y siempre que el médico le recete nuevos medicamentos al paciente. El médico puede tener alguna nueva información sobre las medicinas que pueden ser importantes para el paciente y para usted.



- Informe siempre al médico o a la enfermera sobre todos los problemas que haya tenido el paciente con los medicamentos, tales como irritaciones en la piel, indigestión, mareos o falta de apetito.
- Pregunte al médico o la enfermera sobre la manera correcta de administrar los medicamentos antes de comenzar a administrarlos.
- Haga todas estas preguntas (y anote las respuestas) antes de salir del consultorio:

- ✓ ¿Cuál es el nombre del medicamento y por qué debe tomarlo?
- ✓ ¿Qué nombre tiene la condición clínica que trata este medicamento?
- ✓ ¿Cómo funciona este medicamento en el organismo?
- ✓ ¿Con qué frecuencia debo administrarlo?
- ✓ ¿Cuánto tiempo demora en hacer efecto?
- ✓ ¿Cómo puedo saber si el medicamento está haciendo efecto?
- ✓ ¿Cómo se debe sentir el paciente cuando comience a tomarlo?
- ✓ ¿Cuándo debo administrarlo? ¿Cuándo lo necesita? ¿Antes, durante o después de las comidas? ¿A la hora de acostarse?
- ✓ Si se me olvida administrarlo, ¿qué debo hacer?
- ✓ ¿Qué efectos secundarios puedo esperar? ¿Debo informar al médico?
- ✓ ¿Por cuánto tiempo debo administrar el medicamento?

- ✓ ¿Puedo administrar este medicamento con otras medicinas que usa el paciente? (Recetadas, sin receta, suplementos dietéticos o de hierbas)
- ✓ Si el paciente no toma medicamentos, ¿hay alguna otra cosa que pueda también aliviarle?

En la Farmacia

- Cerciórese que usted puede leer y entender el nombre del medicamento y las instrucciones en el envase. Si es difícil leer las instrucciones, pídale al farmacéutico que use letras más grandes. Comuníquelo al farmacéutico si



usted tiene dificultad para abrir el frasco de medicamento.

- Revise bien, antes de salir de la farmacia, que en la etiqueta del medicamento diga que es para la persona correcta y que tenga las instrucciones correctas que el médico recetó. En el caso contrario, avise al farmacéutico.
- Es recomendable comprar los medicamentos en una misma farmacia ya que si compra los medicamentos en la misma farmacia, el farmacéutico tendrá el registro de los medicamentos que utiliza el paciente en su computadora y le puede verificar si estos pueden interactuar perjudicialmente entre sí.
- Siempre pregunte:
 - a. ¿Tienen ustedes un formulario de información [perfil] sobre pacientes?
 - b. ¿Tienen información escrita sobre los medicamentos [no solamente la literatura que viene con el medicamento] Si usted lo necesita, pregunte si esa información la tienen impresa en letra más grande o en español u otro idioma que le sea conveniente a usted.
 - c. ¿Qué es lo más importante que debo saber acerca de este medicamento? Hágale al farmacéutico cualquier pregunta que pudiera no haberle contestado el médico.
 - d. ¿Cómo y dónde debo guardar ese medicamento?

[Volver al Inicio](#)

Medicamentos y el riesgo a caídas

Los Medicamentos Cardiovasculares, como los antihipertensivos, diuréticos, bloqueadores del calcio, antiarrítmicos, digoxina poseen el riesgo de producir caídas ya que ciertas posturas generan baja de la presión arterial (hipotensión). El sentirse con sueño, fatiga, debilidad muscular, arritmias, y mareos son síntomas característicos del uso de estos medicamentos. De ahí que aumentan el riesgo a caídas.

[Volver al Inicio](#)

Otros datos de utilidad:

La administración de medicamentos con receta:

Siga las indicaciones del médico y lea (y guarde) la información que viene con el empaque, si la trae. Pida al médico que le anote las indicaciones para la administración del medicamento, si teme no haberlas entendido claramente.

Comprar los medicamentos en una misma farmacia le permite tener un registro de todas las medicinas que usa el paciente.

Administre el medicamento durante todo el período para el cual fueron recetadas, aún cuando el paciente se sienta mejor.

Administre únicamente las propias medicinas del paciente. Si administra un medicamento de otra persona, eso podría ocultar los síntomas y dificultar al médico el diagnóstico de la enfermedad.

Conozca los medicamentos. Si el paciente toma más de un medicamento,



debe poder diferenciarlos por su tamaño, forma y color, por el número o nombre que lleva impreso, su presentación (tableta o cápsula), o su envase.

Organice sus medicamentos en su casa. Muchas personas usan un formulario o calendario por escrito para llevar el control de medicinas. Algunos prefieren usar envases con tapas de distintos colores o divididos en varias secciones.

Mantenga los medicamentos en un lugar fresco, seco, sin mucha luz. Un gabinete en la cocina o una mesita en el dormitorio podrían ser buenos lugares para guardarlos. Los medicamentos no deben guardarse en lugares en donde el calor y la humedad puedan alterar su eficacia. No ponga los medicamentos dentro del refrigerador, a menos que el médico, el farmacéutico o la etiqueta así lo indiquen.

En caso de viaje, pregúntele al médico o farmacéutico cómo adaptar el horario para la administración de los medicamento de acuerdo con los cambios de hora, de rutina y alimentación. Lleve consigo los números telefónicos de los médicos y farmacéuticos. Si viaja en avión, lleve consigo las medicinas; no las empaque dentro del equipaje que entregará a la aerolínea. Cuando esté viajando mantenga siempre sus medicamentos protegidos contra el calor y la luz directa del sol.

Si en su casa viven niños, recuerde que debe mantener sus medicamentos donde no los vean y estén fuera de su alcance.

Vuelva a comprar las medicinas recetadas con repeticiones con

suficiente tiempo de modo que no se le terminen, lo cual podría crear problemas con el horario para su administración.

Mantenga siempre las medicinas en sus envases originales, y nunca ponga más de un medicamento en el mismo envase.

[Volver al Inicio](#)

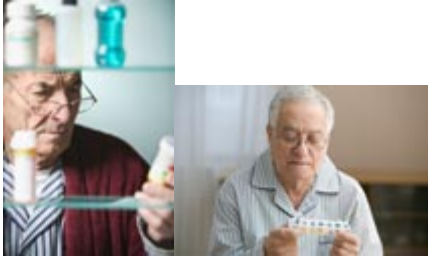
Medicamentos sin Receta (Over the Counter):

Lea y siga siempre las indicaciones en la etiqueta del medicamento. Las etiquetas de los medicamentos de venta libre contienen toda la información que necesita para usarlo correctamente, y le indican:

- los ingredientes activos e inactivos,
- para qué sirve el medicamento,
- las interacciones o efectos secundarios que podrían producirse,
- cómo y cuando (o cuándo no) tomarlo, y otras advertencias.

Seleccione medicamentos de venta libre (OTC) que tengan sólo los ingredientes que necesita. Es mejor usar solamente la medicina que trata los problemas o síntomas que tiene el paciente. Pídale ayuda al farmacéutico. Si el paciente está tomando más de un medicamento, préstele atención a los "ingredientes activos" para evitar una dosis excesiva del mismo ingrediente.

Compruebe que el paquete no haya sido abierto y que no haya pasado su fecha de expiración. No compre medicinas cuyo envase esté abierto o que tenga la fecha de expiración vencida. La fecha de expiración le indica que una vez vencido el producto posiblemente ya no sea tan eficaz. Consulte con el médico si acostumbra a dar al paciente remedios de venta libre regularmente. La mayoría de este tipo de medicamentos debe tomarse durante poco tiempo.



[Volver al Inicio](#)

Como Ahorrar en el Costo de los Medicamentos

Los medicamentos constituyen una parte importante del tratamiento de una



enfermedad. Pero los medicamentos pueden ser caros.

Para el año 2004 un economista especializado en salud señaló que los puertorriqueños gastaban 3 millones de dólares mensuales en ansiolíticos e hipnóticos - medicamentos para dormir - y en analgésicos narcóticos, fármacos que sólo son despachados por orden médica y que pueden crear dependencia.

Carlos Muñoz Bravo, también presidente del plan médico MCS, indicó que los medicamentos para dormir representan 47% del total de los medicamentos controlados utilizados por los boricuas.

"Antes se usaban mucho las valium y los libirum, y todavía existen, pero (las nuevas versiones de) este tipo de medicamento ha tenido un aumento dramático. En los últimos cuatro años, hemos visto una tasa de crecimiento de 30% anual.

En el renglón de los analgésicos narcóticos, el gasto se ha calculado en 1 millón de dólares mensuales, con un incremento anual de 18%.

A continuación le damos algunas ideas para reducir los costos:

Si a usted le preocupa el costo de los medicamentos, dígaselo a su médico. Su médico posiblemente no sepa el precio de su prescripción, pero puede recomendarle una opción menos costosa.

Pida el descuento al que tienen derechos las personas de más edad.

Busque en diferentes lugares. Vea los precios en diferentes tiendas o farmacias.

Pida muestras gratuitas. Si el médico le receta al paciente un nuevo medicamento, pídale muestras médicas gratuitas para probar el medicamento antes de comprar la cantidad recetada.

Pruebe los pedidos de medicinas por correo. Las farmacias que envían medicamentos por correo pueden venderlos a un menor precio. Conviene, sin embargo, consultar con el médico antes de recurrir a tal servicio, ya que podría no estar atendido por un profesional de salud a quien hablarle, y la entrega del medicamento podría tomar varias semanas. Asegúrese de tener también otra farmacia que pueda venderle el medicamento en caso de surgir algún problema con el servicio postal.

Compre sus medicamentos sin receta (OTC) de venta libre cuando estén en oferta.

Verifique las fechas de expiración y úselos antes de que venza. Si necesita ayuda para seleccionar un remedio de este tipo, diríjase al farmacéutico.

[Volver al inicio](#)

Consejos para cuidadores acerca de la administración segura de medicamentos:

- **Conozca las medicinas de su paciente.** Lea las etiquetas que traen los medicamentos y siga las instrucciones que contienen. Si tiene alguna pregunta, diríjase al médico u otros profesionales de salud.
- **Hable con los profesionales que atienden** al paciente acerca del estado de salud del paciente, sus inquietudes al respecto, y todos los medicamentos que toma (medicinas tanto prescritas como de venta libre, suplementos dietéticos, vitaminas y compuestos a base de hierbas). Cuanto mejor informados estén, más podrán ayudarle. No vacile en hacerles preguntas.
- **Lleve un control de efectos secundarios o posibles interacciones con medicamentos** y comuníquese de inmediato con el médico si el paciente experimenta algún síntoma inesperado o un cambio en la manera en que se siente.
- **No deje de acudir a las citas médicas del paciente** ni a cualquier otra cita para hacerle pruebas de control en el consultorio de su médico o en un laboratorio.
- **Use un calendario, una cajita para píldoras u otros medios** que le ayuden a recordar lo que necesita administrar al paciente y en qué momento. Anote la información que le proporcione su médico acerca de los medicamentos y del estado de salud del paciente.
- **Lleve a un familiar o amigo a las citas médicas** si considera que podría necesitar ayuda para entender claramente o recordar las explicaciones o indicaciones del médico.
- **Revise los medicamentos que halla en el botiquín por lo menos una**



vez al año. Revise el botiquín para descartar los medicamentos que estén viejos o expirados, y también pídale a su

médico o farmacéutico que examine todas las medicinas que esté tomando el paciente. No se olvide de mencionarles todas las medicinas de venta libre que toma el paciente, incluidas las vitaminas, los suplementos dietéticos y los compuestos a base de hierbas.

- **Mantenga todos los medicamentos fuera de la vista y del alcance de los niños.**

[Volver al inicio](#)

Abreviaturas más comunes:

Es bueno que usted sepa el significado de las abreviaturas que utilizan los médicos al recetar un medicamento: A continuación le ofrecemos las Abreviaturas más comunes en la prescripción médica:

- a.c.** --- antes de comidas
- Ad lib** --- a discreción
- b.i.d** --- dos veces al día (cada doce horas)
- c** --- con
- Caps.** --- cápsula
- Gtt** --- gotas
- hr** --- hora
- h.s** --- a la hora de dormir
- i** --- uno
- ii** --- dos
- O.D.** --- ojo derecho
- O.S.** --- ojo izquierdo
- os** --- boca
- Chp.** --- después de comidas
- PO** --- por boca
- PR** --- rectal
- PRN** --- cuando sea necesario

- q.d. --- cada día
- q.h. --- cada hora
- q.h.s.--- cada noche a la hora de acostar
- q.i.d. --- cuatro veces al día (cada seis horas)
- q.o.d.--- días alternos (un día sí y otro no)
- š --- sin
- Šš --- la mitad (media)
- Tab. --- tableta
- t.i.d. --- tres veces al día (cada ocho horas)
- ung. --- unguento

[Volver al inicio](#)

ANEJO I

Registro de Medicamentos:

A continuación le damos una tabla con la información que acabamos de presentarle para que usted pueda vaciar los datos de su familiar y así tenerlos a mano, al igual que para cualquier persona que le ayude a usted con el cuidado de su familiar

Tabla de Medicamentos de:	Fecha:					
Nombre del Medicamento y Dosis Nombre Genérico	MD que la ordena	Número de Veces al día	Hora del día a la que le toca tomarla	Para qué la está tomando	Con que debe o no debe tomarla Qué precauciones deben tomarse	

Ejemplo de una persona de 65 años de edad, hipertensa , diabética y con el colesterol alto

Tabla de Medicamentos Fecha: _____ de: _____				
Nombre del Medicamento y Dosis Nombre Genérico	Número de Veces al día Ruta de administración	Hora del día a la que me toca tomarla	Para qué la estoy tomando	Con que debo o no debo tomarla. Que precauciones debo tomar
1. Avapro 150mg (Irbersartan)	1		Presión alta	
2. Inderal 80mg (Propranolol)	1 p.o. (por boca)		Presión alta	
3. Cardizem CD 120mg (Diltiazem)	1		Presión alta	
4. Humulin N	2 Sub-cutánea (s.c.)	35 unidades AM 15 unidades PM	Diabetes	
5. Lipitor 20mg (Atorvastatin)	1 cada dos días (Días alternos) p.o.		Colesterol Alto	

A continuación se le presenta qué tipo de información se incluyó en este caso

Tabla de Medicamentos Fecha: _____
de:

Nombre del Medicamento y Dosis Nombre Genérico	Número de Veces al día	Hora del día a la que me toca tomarla	Para qué la estoy tomando	Con que debo o no debo tomarla. Que precauciones debo tomar
1. Avapro 150mg (Irbersartan)	1		Presión alta	Puedo tomarla con o sin comidas. No tomar con suplementos de potasio o con sal que tenga mucho potasio pues me puede provocar debilidad muscular. No debo levantarme de momento.
2. Inderal 80mg (Propranolol)	1		Presión alta	Evitar el ajo pues me puede aumentar el efecto antihipertensivo. No tomar con comidas pues pueden aumentar los niveles del Inderal
3. Cardizem CD 120mg (Diltiazem)	1		Presión alta	No tomar con comidas. ni alcohol. No tomar con St. John's Wort (baja efecto) Con ajo puede bajar la presión aun más.
4. Humulin N	2	35 unidades AM 15 unidades PM	Diabetes	

5. Lipitor 20mg (Atorvastatin)	1 cada dos días (Días alternos)		Colesterol Alto	Tengo que cuidarme el riñón pues estoy tomando Cardizem y puede aumentar el efecto de este medicamento pues me aumenta los niveles del Lipitor No tomar con jugo de toronja pues me aumenta los niveles de Lipitor en sangre Cuidado con St. John;s Word pues me baja los niveles de Lipitor
--------------------------------------	---	--	--------------------	---

[Volver al Inicio](#)

Lugares Donde Buscar Información Relacionada Con Uso De Medicamentos:

Para información adicional sobre medicamentos, puede acceder:

- La página de la Librería Nacional de Medicina de los Estados Unidos:
<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/druginformation.html>,
- La página de la Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos (FDA): <http://www.fda.gov/cder/consumerinfo/medandyouspan.htm>
- La página <http://www.rxlist.com>

Q

CONTACTAR AL Centro de Información de Medicamentos , ubicado en el Recinto de Ciencias Médicas, de la UPR al (787) 758-2525 , Extensión 1516 o a través de su correo electrónico :

<http://cim.rcm.upr.edu> La Licenciada Rafaela Mena, es la Directora y Coordinadora del Centro.

Igualmente existe un programa educativo para personas de edad avanzada y sus cuidadores sobre el uso adecuado de medicamentos. Este programa se conoce por S.I.M.P.L.E. (Sepa la Información correcta sobre los Medicamentos ; Pregunte; Lea las etiquetas; y así Evite Problemas . Para información puede contactar a la Licenciada Miryam González Coordinadora del mismo a través de (787) 758-2525, Extensión 5407 o a través de su correo electrónico mgonzalez@rcm.upr.edu

[Volver al inicio](#)

Glosario de Términos:

1. Absorción: Movimiento del medicamento del lugar de administración a la sangre. La velocidad de absorción disminuye debido a reducción en vaciado gástrico y flujo de sangre al tracto gastrointestinal. Ocurre daño en sistemas de transporte de ese medicamento.
2. Distribución: movimiento del medicamento a través del cuerpo hasta llegar a la célula donde va a hacer su efecto. Este paso se afecta porque la baja la albúmina, la masa corporal y el agua.
3. Metabolismo: Es el proceso a través del cual se descomponen y son excretadas o eliminados los medicamentos.
4. Polifarmacia: La ingesta a la misma vez de 4 ó más medicamentos.

[Volver al Inicio](#)

Referencias:

Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos (FDA):
<http://www.fda.gov/cder/consumerinfo/medandyouspan.htm>

Labault, Nirzka M., *“El efecto de los Medicamentos en personas de edad avanzada”* Programa de Gerontología, Escuela Graduada de Salud Pública, RCM/UPR

Labault, Nirzka M., *“Ejemplos de Medicamentos usados en Problemas del Corazón”*, Programa de Gerontología, Escuela Graduada de Salud Pública, RCM/UPR

National Institute on Aging, *“Para las Personas de la Tercera Edad- Medicamentos: Úselos con Cuidado”*,
<http://www.niapublications.org/agepages/medicine.sp.asp>

National Institute on Aging, *“Medicamentos para la Enfermedad de Alzheimer”* http://www.nia.nih.gov/Alzheimers/Publications/medicationsfs_sp.htm

[Volver al Inicio](#)

Preparado por: Adamaris Vélez Feliciano, TS – Candidata a Maestría en Salud Pública con Especialidad en Gerontología

Carmen H. García Rodríguez, RT, BHS – Candidata a Maestría en Salud Pública General

24 de octubre de 2007.