



## EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Cómo llenar su pastillero

En esta información se explica cómo llenar su pastillero.

Un pastillero es un recipiente que se usa para organizar las dosis de medicamentos por un determinado tiempo. También se llama organizador de pastillas o caja de pastillas. Usar un pastillero es muy útil si tiene que tomar diferentes medicamentos. Le ayudará a evitar perderse dosis de sus medicamentos.

Los pastilleros vienen en muchos diferentes tamaños (véase las figuras 1 y 2). Pueden mantener las dosis de sus medicamentos por hasta 14 días y tienen hasta 4 espacios por día. Si no está seguro de cuál es el más conveniente para usted, pregúntele a su proveedor de cuidados de la salud.



Figura 1. Ejemplo de un pastillero



Figura 2. Ejemplo de un pastillero

Si más de una persona en su casa usa un pastillero, es útil tener pastilleros de diferentes colores. Esto evitará que se confundan.

La mayoría de los pastilleros no son seguros para los niños. Si hay niños en su hogar, mantenga el pastillero en un lugar que no puedan alcanzar.

## Instrucciones para llenar su pastillero

- Es posible que las instrucciones en los frascos de sus medicamentos y en la lista de medicamentos para tomar en su casa sean diferentes. Esto puede suceder si su proveedor de cuidados de la salud cambia la dosis o el horario de sus medicamentos con más frecuencia de lo que usted repone sus medicamentos. **Siempre siga las instrucciones de su lista de medicamentos para tomar en su casa, no las que aparecen en los frascos de sus medicamentos.** Su lista de medicamentos para tomar en su casa contiene la información más actualizada sobre sus medicamentos.
- Solo ponga los medicamentos que toma en un horario determinado en su pastillero. Si tiene medicamentos que solo toma cuando lo necesita, como analgésicos o medicamentos contra las náuseas (sensación de que va a vomitar), manténgalos separados de sus medicamentos fijos. Por ejemplo, mantenga los frascos en una bolsa con una etiqueta diferente.
- Si tiene artrosis, neuropatía periférica o problemas de memoria, quizás sea más difícil llenar su pastillero. Si es necesario, pídale ayuda a un familiar, amigo o enfermero visitante. También puede pedirle a su farmacéutico que ponga sus medicamentos en frascos que no sean a prueba de niños para que sean más fáciles de abrir.

## Prepare los materiales

1. Coloque los materiales en una superficie grande, limpia y plana.  
Necesitará lo siguiente:
  - Los medicamentos que toma según un horario
  - Su lista de medicamentos para tomar en su casa
  - Su pastillero
2. Lávese las manos.

- Si se lava las manos con agua y jabón, mójeselas, aplique jabón, fróteselas durante 20 segundos y luego enjuáguelas. Séqueselas con una toalla desechable y use la misma toalla para cerrar el grifo.
  - Si usa un antiséptico para manos a base de alcohol, asegúrese de cubrirse las manos con el producto y masajéelas hasta que estén secas.
3. Haga una fila con los frascos de pastillas como aparecen en la lista de medicamentos para tomar en su casa. Si tiene más de un frasco de pastillas de un medicamento determinado, coloque los frascos uno al lado del otro.

## **Llene su pastillero**

Comience con el primer medicamento que aparece en su lista de medicamentos para tomar en su casa. Termine de poner todas las dosis de ese medicamento en su pastillero antes de seguir con el próximo.

Para cada medicamento:

1. Mire la lista de medicamentos para tomar en su casa para ver qué dosis necesita tomar.
2. Mire los frascos para ver la concentración del medicamento.
3. Averigüe la cantidad de pastillas que necesita para tener la dosis correcta.
  - Es posible que necesite más de una pastilla para obtener la dosis correcta.
  - Quizás necesite usar pastillas de diferentes concentraciones para tener la dosis correcta. Por ejemplo, para tener una dosis de 2.5 miligramos (mg), tal vez necesite usar 2 pastillas (1 mg) más 1 pastilla adicional (0.5 mg).
4. Mire la lista de medicamentos para tomar en su casa para ver cuándo debe tomar el medicamento.
  - Si en su lista de medicamentos para tomar en su casa no dice qué día debe tomar el medicamento, elija el día que desea tomarlo. Por

ejemplo, si en su lista de medicamentos para tomar en su casa dice que tome un medicamento una vez por semana, puede decidir tomarlo los lunes. Escriba su elección al lado del medicamento en su lista de medicamentos para tomar en su casa.

- Si en su lista de medicamentos para tomar en su casa no dice a qué hora del día debe tomar el medicamento, elija la hora a la que desea tomarlo. Por ejemplo, si en su lista de medicamentos para tomar en su casa dice que debe tomar un medicamento diariamente pero no dice a qué hora del día, puede elegir tomarlo todos los días por la mañana. Escriba su elección al lado del medicamento en su lista de medicamentos para tomar en su casa.

5. Ponga 1 dosis del medicamento en los espacios correspondientes en su pastillero. Por ejemplo:

- Si en su lista de medicamentos para tomar en su casa dice que debe tomar el medicamento diariamente por la mañana, coloque 1 dosis en el espacio de la mañana del día.
- Si en su lista de medicamentos para tomar en su casa dice que tome el medicamento cada 12 horas, coloque 1 dosis en el espacio de la mañana y 1 dosis en el espacio de la noche del día en cuestión.

6. Ponga todas las dosis del medicamento para cada día en su pastillero o hasta el día de su próxima consulta médica.

7. Tape nuevamente el frasco. Ponga el frasco donde guarda los medicamentos que toma según un horario.

8. Repita los pasos 1 a 7 para el siguiente medicamento que aparezca en su lista de medicamentos para tomar en su casa.

Cuando termine de llenar su pastillero, póngalo en una bolsa de plástico. De esa forma, si lo golpea y se abre por accidente, las pastillas se derramarán en la bolsa.

Mantenga un registro de la cantidad que tiene de cada medicamento. Pida reposiciones 5 días o más antes de que se le termine el medicamento. A veces, la farmacia puede tardar uno o dos días para tener listo su

medicamento.

Puede ser muy peligroso perderse una dosis o tomar más dosis de sus medicamentos. Siempre tome sus medicamentos de forma adecuada, en el momento correcto y en la dosis indicada. Para obtener más información, lea el recurso *Cómo tomar sus medicamentos de forma segura* ([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-take-your-medications-safely](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-take-your-medications-safely)). Si tiene preguntas o inquietudes sobre sus medicamentos, llame al consultorio de su médico.

Si tiene preguntas, contacte directamente a un integrante del equipo de atención médica. Si es paciente de MSK y necesita comunicarse con un proveedor después de las 5:00 pm, los fines de semana o un día feriado, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) y busque en nuestra biblioteca virtual.

---

How to Fill Your Pill Box - Last updated on April 12, 2022

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center