Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Cómo llenar un pastillero

En este documento informativo, se explica cómo llenar un pastillero.

¿Qué es un pastillero?

Un pastillero es un recipiente que se usa para organizar las dosis de medicinas por un determinado tiempo. Un pastillero también se puede llamar organizador de pastillas o caja de pastillas.

Usar un pastillero es muy útil si tiene que tomar diferentes medicinas. Le ayudará a evitar perderse dosis de sus medicinas.

Los pastilleros vienen en muchos tamaños (véase las figuras 1 y 2). Pueden mantener las dosis de sus medicinas por hasta 14 días. Algunos tienen hasta 4 espacios para cada día. Si no está seguro de cuál es el más conveniente para usted, pregúntele a su equipo de atención.

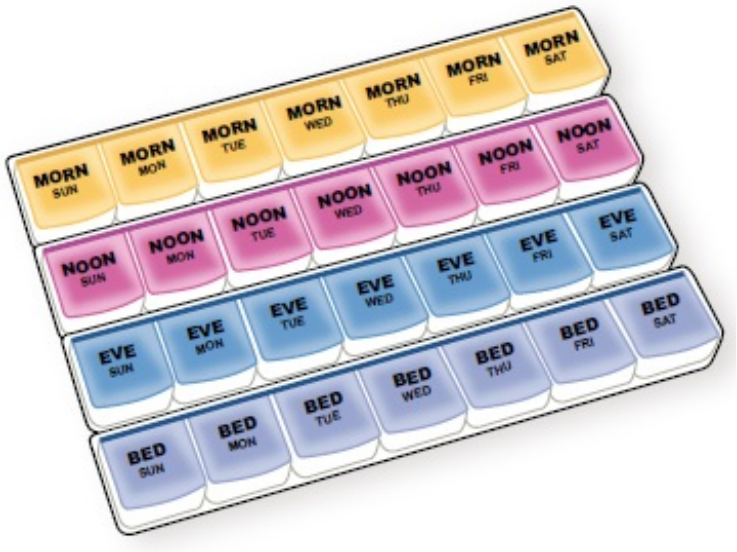


Figura 1. Ejemplo de pastillero



Figura 2. Ejemplo de pastillero

La mayoría de los pastilleros no son seguros para los niños. Guarde los pastilleros en un lugar fuera del alcance de los niños.

Si otras personas en su hogar usan un pastillero, es útil que sean de diferentes colores. Esto evita que puedan confundirlos.

Lo que debe saber antes de llenar su pastillero

Solo ponga las medicinas fijas (medicinas que toma en un horario determinado) en el pastillero.

En algunos casos, no es seguro colocar las medicinas en un pastillero. Como en el caso de la quimioterapia (quimio) oral. Siga las instrucciones de su equipo de atención médica para guardar las medicinas de quimioterapia oral.

Las medicinas orales de estudios de investigación deben mantenerse en el recipiente original en el que fueron entregadas. **No las ponga en un pastillero.** Siga las instrucciones de su equipo de atención del estudio de investigación para guardar la medicina oral del estudio.

Si tiene medicinas PRN (medicinas que toma solo cuando las necesita) que utiliza de forma puntual, manténgalas separadas. Esto incluye analgésicos y medicinas contra las náuseas (sensación de que va a vomitar). No ponga estas medicinas PRN en su pastillero.

Es posible que su Lista de medicamentos para tomar en casa no indique qué día debe tomar la medicina. Si es así, elija qué día quiere tomarla. Por ejemplo, si dice que tome cierta medicina una vez por semana, puede decidir tomarla los lunes. Escriba su elección al lado del nombre de la medicina en su Lista de medicamentos para tomar en casa.

Es posible que su Lista de medicamentos para tomar en casa no indique la hora en que debe tomar la medicina. Si es así, elija a qué hora quiere tomarla. Por ejemplo, puede indicar que tome una medicina determinada todos los días, pero no especificar a qué hora del día. Puede optar por tomar esa medicina a diario por la mañana. Escriba su elección al lado del nombre de la medicina en su Lista de medicamentos para tomar en casa.

Las instrucciones en su Lista de medicamentos para tomar en casa pueden ser diferentes a las instrucciones que figuran en los frascos. Esto puede suceder si su proveedor de cuidados de la salud cambia la dosis o el horario de sus medicinas con más frecuencia de lo que usted repone sus medicinas.

Siempre siga las instrucciones que figuran en su Lista de medicamentos para tomar en casa, no las instrucciones en los frascos de las medicinas. Su Lista de medicamentos para tomar en casa contiene la información más actualizada sobre sus medicinas.

Llene el pastillero una vez a la semana. Es mejor si llena el pastillero todas las semanas el mismo día de la semana, o después de una visita de seguimiento. Ponga todas las medicinas fijas para la semana en él cada vez que lo rellene.

Pida ayuda para llenar su pastillero si lo necesita. Si tiene

artritis, neuropatía periférica o problemas de memoria, puede ser difícil llenar su pastillero. Pídale ayuda a un familiar, amigo o enfermero visitante. También puede pedirle a su farmacéutico que ponga sus medicinas en frascos que no sean a prueba de niños para que sean más fáciles de abrir.

Pasos para llenar un pastillero

1. **Ponga los materiales** sobre una superficie limpia y plana. Necesitará lo siguiente:

- El pastillero.
- La medicina que toma en un horario determinado.
- La Lista de medicamentos para tomar en casa.
- Una toalla desechable (que se pueda tirar).
- Agua y jabón, o un desinfectante de manos a base de alcohol.

2. **Límpiese las manos.** Si se está lavando las manos con agua y jabón, mójese las manos y aplíquese jabón. Frótese bien las manos durante 20 segundos y luego enjuague el jabón. Séqueselas con una toalla desechable. Use la misma toalla para cerrar el grifo.

   Si está usando un desinfectante para manos a base de

alcohol, cúbrase las manos con él. Luego, frótese las manos hasta que se sequen.

3. **Haga una fila con los frascos de medicinas** siguiendo el orden en que aparecen en la Lista de medicamentos para tomar en casa. Si hay más de un frasco de una misma medicina determinada, coloque los frascos uno al lado del otro.
4. **Llene el pastillero.** Comience con la primera medicina que aparece en su Lista de medicamentos para tomar en casa. Ponga todas las dosis de esa medicina en su pastillero antes de seguir con la próxima. Para cada medicina, haga lo siguiente:

- Verifique su Lista de medicamentos para tomar en casa para ver qué dosis necesita tomar.
- Verifique la concentración de la medicina en los frascos de las pastillas. 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.
    - A veces, es posible que necesite usar pastillas de diferentes concentraciones para tener la dosis correcta. Por ejemplo, para una dosis de 2.5 miligramos (mg), tal vez necesite usar 1 pastilla (de 0.5 mg) más 2 pastillas adicionales (de 1 mg).

- Verifique su Lista de medicamentos para tomar en casa para ver cuándo tomar la medicina. Ponga 1 dosis de la medicina en el espacio correspondiente. Por ejemplo:
  - Para las medicinas diarias que toma por la mañana, coloque 1 dosis en el espacio de la mañana de cada día.
  - Para las medicinas que toma cada 12 horas, coloque 1 dosis en el espacio de la mañana para cada día. Luego ponga otra dosis en el espacio de la noche de cada día.
- Ponga las dosis de cada día en su pastillero. Llene todas las dosis para cada día de su pastillero o hasta su próxima consulta médica.
- Tape nuevamente el frasco. Ponga el frasco donde guarda las medicinas que toma según un horario.

  Repita estos pasos para cada medicina que aparezca en su Lista de medicamentos para tomar en casa.

A medida que llene su pastillero, mantenga un registro de la cantidad que le queda de cada medicina. Pídale a su proveedor de cuidados de la salud la receta para las reposiciones por lo menos 5 días antes de que se le termine la medicina. A veces, la farmacia puede tardar uno o dos días para tener lista la medicina.

Qué hacer luego de llenar un pastillero

Cuando termine de llenar el pastillero, cierre cada uno de los espacios. Coloque el pastillero en una bolsa de plástico. De esa forma, si se vuelca y se abre por accidente, las pastillas caerán en la bolsa.

Ponga la Lista de medicamentos para tomar en casa en la bolsa con el pastillero. Guarde el pastillero en un lugar fresco y seco, lejos de la luz solar.

Puede ser muy peligroso perderse una dosis o tomar más dosis de sus medicinas. Siempre tome sus medicinas de la forma adecuada, en el momento correcto y según la dosis indicada. Para obtener más información, lea *Cómo tomar sus medicinas de manera segura* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-take-your-medications-safely).

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si tiene alguna pregunta o duda sobre sus medicinas.

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

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