



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Cómo tomar sus medicamentos de forma segura

Esta información le ayudará a tomar sus medicamentos de forma segura después de que le den de alta del hospital.

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.

Qué hacer antes de que le den de alta

- Para cada medicamento, intente aprender:
 - El nombre del medicamento
 - El motivo por el que lo toma
 - La frecuencia con que necesita tomarlo
 - La concentración de la píldora o tableta
 - La cantidad de píldoras o tabletas que debe tomar para obtener la dosis correcta

Es muy útil si su cuidador también aprende esos datos. Incluso si se siente seguro manejando sus medicamentos por su cuenta, es mejor si tiene a alguien que le ayude si es necesario.

- Asegúrese de entender su lista de medicamentos para tomar en su casa, aprender cómo llenar el pastillero y cómo leer las etiquetas de los frascos de medicamentos.
- Si no quiere usar un pastillero, hable con su enfermero y su farmacéutico. Acuerden un plan sobre cómo manejará sus medicamentos.
- Si tiene preguntas o inquietudes sobre sus medicamentos, hable con su enfermero o su farmacéutico antes de salir del hospital.

Qué hacer después de que le den de alta



- **Nunca deje de tomar ninguno de sus medicamentos sin hablar primero con su proveedor de cuidados de la salud.**
- **No tome otros medicamentos, a menos que su proveedor de cuidados de la salud le diga que es seguro.** Esto incluye suplementos alimenticios (como suplementos herbales, vitaminas y minerales) y medicamentos sin receta.

Traiga su lista de medicamentos para tomar en su casa a todas sus consultas. Asegúrese de pedir un lista actualizada en cada consulta. Uno de sus proveedores de cuidados de la salud debería darle una. Tire las listas viejas de medicamentos para tomar en

su casa, para evitar que se mezclen con su lista actual.

Si su proveedor de cuidados de la salud cambia la dosis o el horario de sus medicamentos entre las consultas, escriba el cambio en su lista de medicamentos para tomar en su casa.

Cómo tomar sus medicamentos

- 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.
- Cree recordatorios para no olvidarse de tomar sus medicamentos. Use una alarma, un temporizador o un reloj inteligente. Planear tomar las dosis junto con las comidas también puede ser útil.
- Algunos de sus medicamentos le pueden provocar náuseas (sensación de que va a vomitar). A veces, solo pensar en tomar los medicamentos puede causarle náuseas. Siga las sugerencias a continuación para prevenir las náuseas.

- Tome un medicamento contra las náuseas 30 minutos antes de tomar sus otros medicamentos.
- Si puede tomar su medicamento con las comidas, almuerce, cene o coma un refrigerio justo antes o cuando tome sus medicamentos. No tome sus medicamentos con el estómago vacío, en especial a primera hora de la mañana.
 - Tal vez deba tomar algunos de sus medicamentos cuando tenga el estómago vacío. Si lo hace, no coma antes de tomarlos ni cuando los tome. Siga las instrucciones de su lista de medicamentos para tomar en su casa o las indicaciones de su proveedor de cuidados de la salud.
- No trate de tragar todas sus pastillas al mismo tiempo, especialmente a primera hora de la mañana.

Cómo solicitar reposiciones de medicamentos

- **No deje que sus medicamentos se agoten.** Mantenga un registro de cuándo debe reponer sus medicamentos. Pida una reposición 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.
- Trate de no usar muchas farmacias diferentes para reponer sus medicamentos. A veces, diferentes farmacias usan diferentes marcas del mismo medicamento. Aunque el medicamento es el mismo, la pastilla puede tener una apariencia diferente. Esto puede ser confuso.

Cómo guardar sus medicamentos

- Guarde los medicamentos que tome en un horario determinado separados de los medicamentos que toma solo cuando los necesita (como los medicamentos contra las náuseas o los analgésicos). Por ejemplo, mantenga los frascos en una bolsa con una etiqueta diferente.

Cómo llenar su pastillero

- Para obtener más información sobre cómo llenar su pastillero, lea el recurso *Cómo llenar su pastillero* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-fill-your-pill-box).

Cuándo llamar al proveedor de cuidados de la salud

Llame a su médico, enfermero o farmacéutico si usted:

- Necesita reponer un medicamento. Recuerde llamar 5 o más días antes de que se le terminen los medicamentos.
- Tiene problemas con sus medicamentos.
- Tiene preguntas sobre sus medicamentos.

Si tienes preguntas, contacta a un integrante del equipo de atención médica directamente. Si eres paciente de MSK y necesitas comunicarte con un proveedor después de las 5:00 PM, durante el fin de semana o un día feriado, llama al 212-639-2000.

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

How to Take Your Medications Safely - Last updated on July 24, 2020
Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center