

## Revista Electrónica de Salud y Mujer – Febrero 2005

### Vivir con salud

La prescripción de medicamentos, una guía práctica para los pacientes



Cuando un médico prescribe una medicación a su paciente, es importante que éste tenga un rol activo, puesto que deberá tomar algunas decisiones por lo que a la administración se refiere, y por otro lado siga las indicaciones y pasos descritos por su médico para seguir el tratamiento de la manera más correcta posible. El Gobierno de Canarias ha elaborado un práctica guía que permite conocer en detalle los pasos que debe seguir los pacientes en la consulta médica. A continuación se detallen los puntos más importantes.

#### ¿Qué hacer cuando se producen errores en la administración?

En algunas ocasiones se cometen errores en la toma de una medicación. Estos errores pueden ser del tipo:

- Seguir la medicación fielmente hasta que comienza a sentirse signos de mejora, dejando de tomar todas las dosis.
- No finalizar el tratamiento por haber acabado con la medicación y no haber solicitado una nueva receta
- Olvidar alguna toma de una dosis
- Consumir más cantidad de medicación prescrita por el médico
- Consumir menos cantidad de medicación prescrita por el médico

#### La importancia de tener un papel activo

Es importante plantear cualquier duda que tengamos sobre la medicación, sus efectos secundarios o contraindicaciones, antes, durante y después del tratamiento. Puesto que hacer un uso correcto de los medicamentos repercute directamente en nuestra salud. Un uso correcto permitirá que los principios activos tengan el efecto esperado sobre su estado de salud, si se consume dosis inferiores, la medicación no tendrá el efecto esperado. Es importante saber cómo pueden interactuar los medicamentos con otros, con bebidas alcohólicas, si producen somnolencia o no, cómo pueden afectarnos durante el embarazo, etc. Por otro lado, es importante conocer los efectos secundarios para hacer un buen seguimiento si se presentaran

alergias o sobremedicación. La decisión de tomar un medicamento u otro deber ser consensuada con el paciente, por lo que el médico y el paciente deben dialogar sobre qué medicamentos pueden alterar menos la vida del paciente. Por ejemplo, en algunas ocasiones, ciertos anti-histamínicos para la alergia pueden producir somnolencia, sin embargo existen medicamentos de una nueva generación que ya no tienen este efecto secundario. Una persona que tenga un trabajo de alta peligrosidad (transporte, manejo de maquinaria, etc.) debería poder decidir qué tipo de medicación le es más conveniente para llevar una vida plenamente normal, y no condicionada al tratamiento de su enfermedad. Por otro lado, muchos problemas que surgen durante el tratamiento podrían ser evitados si entre médico y paciente hubiera una buena comunicación y pueden pactar cambios de medicación cuando surgen problemas de adherencia al tratamiento.

#### ¿Qué debemos comunicar al médico?

- La preocupación respecto a la toma de un medicamento, por su composición (la alergia a ciertos compuestos puede plantearnos inquietud en ciertos momentos)
- Plantear qué cambios debemos producir en nuestro hábito de vida. En ocasiones algunos medicamentos producen la retención de líquidos y es recomendable disminuir la toma de sal, hacer ejercicio regularmente, etc.
- Preguntar qué beneficios y perjuicios tendrá la medicación
- Solicitar qué otros tratamientos se pudieran aplicar en nuestro caso y qué es más recomendable
- Demandar qué seguimiento se hará de la mejora gracias al medicamento, por ejemplo si es necesario hacer análisis de sangre posteriores para conocer el nivel de ácido úrico.
- Es importante informar sobre la medicación que está tomando en ese momento (ya si está recetado o se está tomando sin prescripción médica)
- Plantear qué tipo administración del medicamento prefiere: vía oral, supositorios, aplicación cutánea, etc. El coste del medicamento puede ser otro factor para seleccionar

#### Cumplir íntegramente un plan de tratamiento

Es más que recomendable seguir el plan de tratamiento previamente pactado con su médico. Si tiene dudas resuélvelas con su médico, personal de enfermería o en su oficina de farmacia, para que sea factible seguirlo sin incidencias.

### Resolver sus dudas y preguntas en la consulta o en la farmacia

- Demande el nombre del medicamento y sus efectos
- Durante cuento tiempo debe tomarlo y cómo: cantidad, cada cuantas horas, en qué momentos del día
- Pregunte que alimentos, bebidas u otros medicamentos no puede tomar por interactuar mal con el medicamento
- Solicite que le detallen los efectos secundarios y lo que debe hacer si tuviera algún efecto negativo
- Pregunte cómo debe actuar si se salta alguna dosis
- En la farmacia es recomendable leer el prospecto, y plantear sus dudas al farmacéutico
- Plantee las preocupaciones que le provoque seguir el tratamiento (respecto al uso, seguimiento, etc)
- Si comete algún error siguiendo el tratamiento no olvide comentárselo a su médico
- Si le deben hacer controles médicos una vez finalice el tratamiento, no dude en preguntar qué efecto positivo han tenido y si es necesario continuar algún tiempo más el tratamiento. Por ejemplo: pregunte cual es su nivel de colesterol y si es necesario continuar tomando su medicación para controlarlo

Por otro lado no olvide informar de la medicación que está tomando previamente.

### Consejos útiles

- Acuda habitualmente a la misma farmacia, puesto que el farmacéutico conocerá sus necesidades y el tipo de medicamentos que usa.
- Solicite un listado de teléfonos de las farmacias en guardia
- Confeccione un listado de medicamentos que está tomando, para que sirva de ayuda a su médico o farmacéutico al recomendarle algún medicamento usando habitualmente
- Recurra a sus familiares y amigos si tiene dificultad para seguir los tratamientos

Más información: Gobierno de Canarias.

[http://www.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/su\\_salud/ahcpr/guia15.html](http://www.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/su_salud/ahcpr/guia15.html)