



making the right choice

Cómo tomar la decisión correcta

Medidas para evitar los errores con los medicamentos

Como Consumidor, debe Mantenerse Informado

Desafortunadamente, los errores que se cometen con los medicamentos son una realidad. Pueden suceder en hospitales, farmacias o, incluso, en el hogar. Cuanto mayor sea la información que reciba, más preparado estará para prevenir esos errores y cuidarse. Tiene que hacer preguntas a los farmacéuticos, médicos y enfermeras sobre sus medicamentos y, si padece una enfermedad crónica, averigüe todo lo que pueda sobre esta enfermedad y los medicamentos que está tomando. La información que reciba lo ayudará a protegerse más adelante. Sus médicos, enfermeras y farmacéuticos se preocupan constantemente por mantener su salud, pero esto también depende de usted. Descubra qué preguntas debe hacer. Busque respuestas — ¡se trata de su vida y de su salud!

Cómo Evitar Errores en Casa

- Haga una lista de los medicamentos que está tomando. Incluya la dosis, con qué frecuencia los toma, el sello impreso que aparece en cada comprimido o cápsula y el nombre de la farmacia. El sello impreso puede ayudarlo a identificar un medicamento cuando le envían una nueva provisión del mismo.
- Cada vez que haya un cambio en sus medicamentos, modifique también la lista de los mismos.
- Además, indique si es alérgico a algún medicamento o alimento, como así también, cualquier medicamento de venta libre (sin prescripción), vitaminas, suplementos nutricionales o productos con hierbas que esté tomando regularmente.
- Mantenga los medicamentos en sus envases originales. Muchas píldoras se parecen, de modo que si las conserva en sus envases originales, sabrá cuál es cuál y cómo debe tomarlas.
- Lea la etiqueta cada vez que tome una dosis para asegurarse de que tiene el medicamento correcto y de que está siguiendo las instrucciones.
- Encienda la luz para tomar el medicamento. Si no puede ver lo que toma, es posible que se equivoque y tome otra cosa.
- No guarde los medicamentos en el armario del baño ni bajo la luz solar directa. La humedad, el calor y la luz pueden afectar la potencia y seguridad de las medicinas.
- Guarde los medicamentos para las personas y para las mascotas en lugares separados. Las confusiones de unas por otras pueden ser peligrosas.
- No guarde los tubos de pomadas o cremas junto a su tubo de pasta dental. Su textura se parece mucho al tacto cuando los toma rápidamente, pero un error podría ser muy serio.
- Arroje los medicamentos viejos por el excusado. Algunos medicamentos son tóxicos una vez vencidos.

Cómo Evitar Errores en Casa (continuación)

- No mastique, triture, ni rompa ninguna cápsula o tableta a menos que se lo hayan indicado. Algunas medicinas de acción prolongada se absorben con demasiada rapidez si se mastican y otras pierden su eficacia o podrían hacer que se enferme.
- Para la administración de los medicamentos líquidos, use sólo el medidor o dosificador que viene con las mismas. Si usa medidores distintos puede cometer errores con la dosificación porque estos a menudo tienen tamaños o marcas diferentes. Por otro lado, las cucharas de té y las soperas tampoco son muy exactas y, con ciertas medicinas, es muy importante ser preciso. Su farmacéutico puede darle una cuchara especial o jeringa para reemplazarlas.

Evitar errores en el hospital

- Lleve los medicamentos y la lista de los mismos cuando vaya al hospital. Es necesario que los médicos y enfermeras sepan qué está tomando.
- Lleve una lista de aquellas medicinas que no pueda tomar (debido a reacciones alérgicas, etc.). Indique las razones por las que no puede tomarlas y muestre esa lista a los profesionales de salud que le atienden.
- Una vez que el médico haya visto sus medicamentos, envíelas de regreso a su casa con algún familiar. Mientras esté en el hospital puede no necesitar las mismas medicinas.
- Informe a su médico que quiere conocer el nombre de sus medicamentos y las razones por las que los está tomando. De ese modo, si alguien le indica algo diferente, sabrá que tiene que hacer preguntas, para prevenir posibles errores.
- Mire todas las medicinas antes de tomarlas. Si no se parecen a las que toma habitualmente, pregunte por qué. Podría tratarse de una droga genérica o bien, del medicamento equivocado.
- Solicite cualquier información escrita sobre sus medicinas que esté disponible.
- No permita que nadie le suministre ningún medicamento si no le revisa primero la pulsera de identificación del hospital en cada oportunidad. Esto ayuda a evitar que tome el medicamento de otra persona.
- Antes de cualquier análisis o procedimiento, pregunte si se requiere algún contraste o medicina. Recuérdeles a su enfermera y médico si tiene alguna alergia.
- Cuando esté listo para ir a su casa, haga un repaso de cada una de las medicinas con el médico, enfermera o farmacéutico, en presencia de algún familiar suyo.
- Si está demasiado enfermo como para seguir estas instrucciones, pida ayuda a un familiar o amigo.

El Hospital Yale-New Haven (YNHH) puede ayudar

Los medicamentos modernos son cada vez más complejos y potentes. Tienen un gran poder curativo cuando se les usa en forma adecuada. Aun así, su potencial curativo o dañino depende en gran medida de la calidad de atención médica y farmacéutica que guíe su uso. Ésa es la razón por la que cada paciente debe trabajar en estrecha colaboración con sus médicos, enfermeras y farmacéuticos para aprovechar al máximo las medicinas. Al ser un paciente informado, puede reducir las posibilidades de que se cometan errores con la medicación y que se produzcan reacciones adversas.

El Hospital Yale-New Haven desea informar que gran parte del material incluido en esta ficha técnica fue tomado del *Institute for Safe Medication Use* [Instituto Para el Uso Seguro del Medicamento] en Warminster, PA (<http://www.ismp.org>) y de la *American Society for Health System Pharmacists* [Sociedad Americana para los Farmacéuticos del Sistema de Salud] (<http://www.ashp.org>).