

Adherencia al Tratamiento Farmacológico



La adherencia al tratamiento farmacológico significa cumplir con la manera en la que su médico le ha indicado que debe usar sus medicamentos; esto considerando la dosis, la frecuencia y el tiempo de duración. Pueden ser varias las razones por las que no cumpla con el tratamiento indicado, entre ellas considerar que el medicamento no es adecuado, temer a los posibles efectos secundarios, no entender las instrucciones u olvidarlo. Sin embargo, es importante tener en cuenta que, si no sigue el tratamiento médico indicado, los síntomas no se aliviarán y la condición puede empeorar.

Datos importantes:

- Cada año, en los Estados Unidos se estima que 125,000 muertes por enfermedades cardiovasculares, como ataques al corazón y accidentes cerebrovasculares, están asociadas a no haber seguido el tratamiento recomendado.
- No seguir la recomendación médica sobre un tratamiento aumentará los costos de atención médica y puede provocar que empeore la calidad de vida. Por ejemplo, no utilizar las dosis indicadas de un antibiótico puede ocasionar que se reactive la infección y contribuir a que se vuelva resistente al fármaco.
- En los niños puede resultar complejo lograr que utilicen sus medicamentos según indicado, debido al mal sabor o a que pueden asustarse por la forma en que se administra, por ejemplo, inyecciones, gotas en los ojos, entre otros.
- En la vejez las dificultades para adherirse al tratamiento están más relacionadas a que olviden las instrucciones de cómo utilizarlos, a las interacciones y efectos secundarios entre medicamentos.

Precauciones para evitar la interacción entre medicamentos

La interacción ocurre cuando hay una reacción entre los medicamentos, bebidas, alimentos o suplementos que utiliza. Para prevenir alguna reacción adversa o posibles interacciones, debe

informarle a su médico de cabecera y especialistas sobre todos los medicamentos que utiliza, incluyendo recetados, los de venta libre, vitaminas y suplementos. Aquí algunas recomendaciones:

- Si está utilizando medicamentos, evite consumir alcohol.
- No utilice medicamentos para tratar el insomnio si está utilizando sedantes o tranquilizantes.
- Consulte con su médico antes de utilizar productos que contengan aspirina.
- Si tiene dolor abdominal, náuseas o vómitos, no utilice laxantes.
- No utilice descongestionante nasal si está utilizando medicamentos con receta para la hipertensión, diabetes o si padece de enfermedades cardíacas, a menos que su médico lo indique.
- Algunos medicamentos puedan causar reacciones alérgicas leves o graves como sarpullidos, hinchazón o dificultad para respirar.

Recomendaciones para promover la adherencia al tratamiento farmacológico:

- Conozca el nombre, la dosis y para qué sirven cada uno de sus medicamentos.

- Consulte con su médico sobre sus preocupaciones acerca de los medicamentos recetados o el tratamiento a seguir.
 - Mantenga los medicamentos lejos del calor, la luz y la humedad.
 - Siga las recomendaciones de su médico y las advertencias indicadas en el frasco.
 - Tenga algún sistema para recordar utilizar sus medicamentos, como alarmas en el teléfono o los envases separados por días y horas.
- 
- Conozca aquellos medicamentos que no puede utilizar a la vez con otros.
 - Utilice una sola farmacia para adquirir sus medicamentos.
 - Utilice solo la dosis recomendada por su médico.
 - Informe a su médico si ha sentido efectos secundarios o si dejará de tomar algún medicamento.
 - Consulte con su médico o farmacéutico si puede utilizar algún medicamento de venta sin receta.
 - No comparta sus medicamentos recetados con otras personas.

Detalles sobre los medicamentos genéricos y los medicamentos de marca:

Las similitudes entre un medicamento genérico y uno de marca son:

- Contenido en dosis de medicamento
- Seguridad
- Potencia y efectividad
- Calidad con la que se produce
- Modo en que trabaja en el cuerpo

- Manera en que se utiliza

La calidad de los medicamentos genéricos y de marca están reguladas respectivamente con estrictos estándares de seguridad, por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Es importante resaltar que debe consultar con su médico si un cambio de medicamentos es la mejor opción de tratamiento para usted.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento médico, por favor visite su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

APS Healthcare

787-641-9133

Referencias:

Medline Plus. (2022). *Interacciones y efectos secundarios de los medicamentos*. Recuperado de:

<https://medlineplus.gov/spanish/drugreactions.html>

Merck Manuals. (2019). *Adherencia al tratamiento farmacológico*. Recuperado de:

<https://www.merckmanuals.com/es-pr/hogar/f%C3%A1rmacos-o-sustancias/factores-que-influyen-en-la-respuesta-del-organismo-a-los-f%C3%A1rmacos/adherencia-al-tratamiento-farmacol%C3%B3gico>

Preparado por Educadores en Salud licenciados
Revisado en junio 2022.

©First Medical Health Plan, Inc.