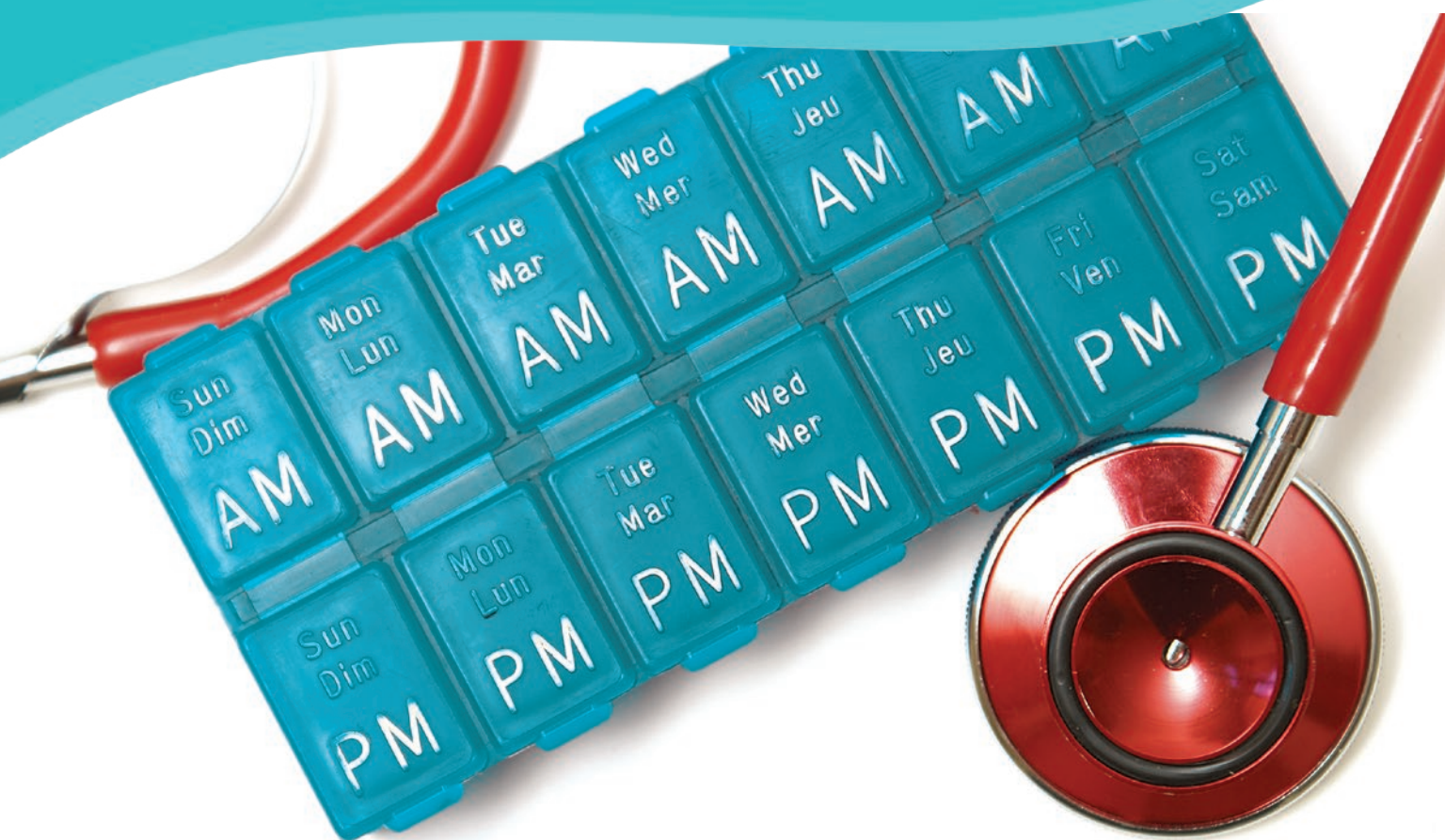


Cumplimiento del tratamiento y uso adecuado de los medicamentos



Mended Hearts™

Table of Contents

Cumplimiento del tratamiento y uso adecuado de los medicamentos.	4
Por qué es importante que cumpla con su tratamiento y use adecuadamente sus medicamentos.	4
Tome sus medicamentos de una manera segura.	5
Aprenda cómo leer la etiqueta de un medicamento	6
Seguridad de los medicamentos	6
Usted puede obtener ayuda.	6

Para una visualización óptima, actualice su navegador para obtener la última versión de Firefox, Safari, Chrome, o Internet Explorer 8 o superior.

Aproveche esta guía

A lo largo de esta Guía de Recursos para el Paciente, utilice estas funciones interactivas para enriquecer su experiencia de aprendizaje:



Documentos en PDF. Descargue o imprima páginas que pueden ayudarle a manejar de la salud de su corazón. Para usar esta herramienta, instale el programa gratuito Adobe Acrobat Reader (<http://get.adobe.com/reader/>).



Audio. Escuche la versión en audio de las páginas que está viendo. Para usar esta función, debe contar con la copia más reciente del programa gratuito Adobe Flash Player (<http://get.adobe.com/flashplayer/>).



Zoom. Haga clic una vez en la página (no en un elemento interactivo) para acercar. Vuelva a hacer clic para disminuir el zoom a la vista normal.



Ayuda. Haga clic en el botón de ayuda de la barra de menús para obtener ayuda sobre el uso de esta Guía de Recursos para Pacientes.

Cumplimiento del tratamiento y uso adecuado de los medicamentos

Los medicamentos que le ha recetado su médico han demostrado marcar una gran diferencia a la hora de ayudar a los pacientes cardíacos a recuperarse y mantener la salud cardiovascular. Es muy importante que tome los medicamentos exactamente como le hayan indicado.

No cumplir con las indicaciones del médico para tomar los medicamentos es un problema que se da en todo el país y que tiene un costo muy alto. Todos los años, muchos pacientes cardíacos tienen que ser ingresados de nuevo en el hospital después de un episodio cardiovascular simplemente porque no tomaron sus medicamentos según las instrucciones recibidas. Esos nuevos ingresos no sólo son costosos para los pacientes, sino que aumentan los riesgos de que se repitan los episodios cardiovasculares más adelante, así como también el riesgo de muerte. Según la American Pharmacists Association (Asociación Estadounidense de Farmacéuticos, o APA en inglés), alrededor de 125,000 personas mueren al año como consecuencia de no tomar sus medicamentos según lo indicado. Según el grupo Task Force for Compliance (Grupo de Trabajo para el Cumplimiento Terapéutico) de la APA, el costo financiero para la nación también es importante y llega a un total de \$100 mil millones. Éstas son sólo dos de las principales razones por las que es muy importante que usted siga al pie de la letra las instrucciones de su médico sobre cómo tomar los medicamentos.

Recuerde: usted querrá que sus medicamentos sean lo más efectivos posible. La tabla de la página 21 resume las recomendaciones de la Food & Drug Administration (Administración de Alimentos y Medicamentos, o FDA en inglés) sobre cómo debe tomar sus medicamentos según las indicaciones.

Por qué es importante que cumpla con su tratamiento y use adecuadamente sus medicamentos

Hay una serie de medicamentos muy beneficiosos que han demostrado marcar una gran diferencia a la hora de ayudar a los pacientes cardíacos a recuperarse y mantener la salud cardiovascular. Una vez que se haya tratado su episodio cardiovascular, es posible que el médico le recete uno o más de esos medicamentos.

Para lograr los mejores resultados posibles con los medicamentos, es muy importante que los tome exactamente como se los receta su médico. A esto también se le llama cumplimiento terapéutico.

El cumplimiento terapéutico significa que:

- Haga surtir sus medicamentos recetados a tiempo
- Tome sus medicamentos siguiendo todas las instrucciones que aparecen en la etiqueta del medicamento
- Mantenga informado a su médico sobre cómo le está yendo con los medicamentos
- Haga resurtir sus medicamentos recetados

Es importante que tome los medicamentos correctamente y cumpla con el tratamiento que le han indicado para recuperarse después de un episodio cardíaco. También es preciso que haga una dieta que sea saludable para su corazón y mucho ejercicio, según las instrucciones de su médico. Es verdad que los medicamentos pueden ser costosos. Pero es importante recordar que hasta los medicamentos costosos son mucho más fáciles de pagar que los costos de una hospitalización.



Tome sus medicamentos de una manera segura

Medida	Qué hacer
Hable con su médico, farmacéutico u otro profesional de la atención médica.	Lleve una lista completa y al día de todos los medicamentos (incluyendo los recetados o de venta libre, las vitaminas, los suplementos de hierbas o de otro tipo) que está tomando para mostrarla cada vez que vaya al hospital o al consultorio del médico.
	Recuerde decirles a los profesionales de la salud si tiene alguna alergia o es sensible a algo, si está embarazada o amamantando, o si está pensando en tener un hijo.
	No tema preguntarle a su médico lo que necesita saber.
Familiarícese con sus medicamentos (de venta con y sin receta).	Aprenda los nombres de marca y genéricos de todos los medicamentos, recuerde su aspecto, cómo debe guardarlos y cómo se toman.
	Pregunte a su médico o farmacéutico qué puede pasar con el medicamento, incluidos qué efectos secundarios e interacciones son importantes que usted conozca.
	Averigüe por cuánto tiempo tiene que tomar sus medicamentos, en qué momentos del día tiene que tomar cada uno y si debe tomarlo o no con algo de comida.
Lea la etiqueta y siga las instrucciones.	Hable con su médico o farmacéutico para asegurarse de entenderlas.
	En lo posible, mantenga sus medicamentos en los envases originales.
	Revise si está tomando el medicamento correcto cada vez que tome uno.
	Tome el medicamento exactamente como le indicaron. Si tiene alguna dificultad con el medicamento, hable con su médico lo antes posible.
Evite las interacciones.	Averigüe si se conocen interacciones entre sus medicamentos y otros medicamentos o suplementos dietéticos, alimentos o bebidas.
	Dentro de lo posible, trate de comprar todos sus medicamentos en la misma farmacia.
Esté atento a los efectos de sus medicamentos y los de otros productos que usa.	Pregúntele a su médico cuánto tardará en notarse la mejora que se espera le traerá su medicamento.
	Pregunte a su médico o farmacéutico si hay alguna manera de bajar al mínimo el riesgo de efectos secundarios y qué hacer en caso de que aparezcan.
	Preste mucha atención a cómo lo hacen sentir sus medicamentos. Si siente algún efecto secundario, escríbalo y lleve las notas a su médico, farmacéutico u otro profesional de la salud.

Cumplimiento del tratamiento y uso adecuado de los medicamentos

Aprenda cómo leer la etiqueta de un medicamento

La etiqueta que viene en el frasco de su medicamento tiene información muy importante para su equipo de atención médica (incluido el farmacéutico) y para usted. Para obtener todos los beneficios de sus medicamentos, tiene que entender la información de las etiquetas.

Las etiquetas de los medicamentos recetados varían pero, en general, toda etiqueta le dará datos básicos sobre el medicamento. Esos datos normalmente incluyen:

- El nombre, la dirección y el número de teléfono de la farmacia que surtió la receta
- El nombre del médico que recetó el medicamento
- El nombre del medicamento (genérico o de la marca)
- La dosis
- Instrucciones sobre cómo guardarlo
- Instrucciones sobre cuándo y con qué frecuencia tomar el medicamento

Algunas etiquetas también pueden tener avisos sobre medicamentos, alimentos o bebidas que pueden interactuar con este medicamento, y sobre si se deben evitar ciertas actividades o situaciones mientras se está tomando un medicamento determinado.

Asegúrese de entender todas las instrucciones que aparecen en la etiqueta para tomar el medicamento exactamente como se lo recetó el médico.

Seguridad de los medicamentos

Recuerde: usted querrá que sus medicamentos sean lo más eficaces posible. Trate de tomar sus medicamentos a la misma hora todos los días. Acostumbrarse a esto le ayudará a recordar tomar todos sus medicamentos cada vez que deba hacerlo.

Revise su receta antes de hacerla surtir para asegurarse de que sea correcta. Preste atención especialmente al nombre, la dosis, y al momento y la forma de tomar el medicamento que le indica el médico. Una vez que haya recibido el medicamento de su receta, revise antes de irse de la farmacia para comprobar que lo hayan surtido correctamente.

Asegúrese de guardar sus medicamentos adecuadamente. Muchos medicamentos deben guardarse en un lugar fresco y seco lejos de la luz del sol. Además, mantenga los medicamentos fuera del alcance de los niños y las mascotas.

Usted puede obtener ayuda

Uno de los motivos por los que muchas personas no toman sus medicamentos de la forma indicada es que no pueden permitirse el costo de los mismos. Este puede ser un problema muy serio para las personas que han sobrevivido episodios cardíacos, ya que los medicamentos suelen ser parte esencial de su atención médica y su recuperación. Para aquellas personas que tienen dificultad para pagar el costo de sus medicamentos, existen buenas noticias: pueden obtener ayuda.

Algunos supermercados y farmacias ofrecen tarjetas de descuento o medicamentos genéricos de bajo costo a un precio inferior al de los copagos de algunos seguros médicos. Consulte el sitio de Internet de su farmacia y pregunte a su médico o farmacéutico si usted podría tener derecho a estos descuentos. Muchas compañías



Para obtener más información, visítenos en

www.mendedhearts.org

o llámenos al **1-888-HEART99**.

También puede escribirnos a:

The Mended Hearts, Inc.

National Office

8150 N. Central Expressway

M2248

Dallas, TX 75206