

# CONSEJOS SOBRE LAS RECETAS MÉDICAS

## Consejos prácticos y preguntas para hacer una vez que se tomó la decisión de recetar una medicina:

- Aclare la dosis, el número de veces que se debe tomar diariamente y el nombre de la medicina en caso que haya confusión de parte de la farmacia o del médico.
- Si un médico receta una medicina a ingerir 3 a 4 veces al día, pregunte si hay alguna otra receta que sea igualmente efectiva, pero que se tome solamente una o dos veces al día, reduciendo así el riesgo de olvidarse de dar la medicina.
- Indique qué tipo de medicina es mejor para su niño (e.g., si no puede tragar píldoras pida una medicina líquida).
- El farmacéutico le dará una lista de los efectos secundarios posibles. Pregunte al médico si hay algún efecto colateral o frecuente que usted debería tener en cuenta (e.g., algunas medicinas dicen que no debe exponerse al sol o que no debe ingerirlas con productos lácteos).
- Pregunte a su farmacéutico si hay instrucciones especiales para tomar una medicina, e.g., evitar productos lácteos por una hora, tomar al irse a la cama si la medicina causa somnolencia, tomar antes de las comidas, etc.
- Pregunte si debe tomar algo más con la medicina (e.g., "prednisone" debe tomarse con calcio).
- No tenga pena de pedir muestras a su médico, especialmente si es una medicina que tomará por un corto tiempo o si la está probando.
- No cambie la forma de ninguna medicina sin hablar con su farmacéutico (e.g., algunas medicinas no deben triturarse, desmenuzarse ni mezclarse con jugo). Siempre pregunte antes de alterar la forma de una medicina. Las píldoras de acción prolongada no deben triturarse y algunas cápsulas no deben abrirse. Averigüe por medio de su farmacéutico.
- Si una medicina tiene mal sabor o si su niño toma muchas medicinas, trate de comprar cápsulas vacías y de llenarlas con la medicina para que su niño no tenga que saborearlas o tragar tanta cantidad.

- En lugar de dejar varios frascos de medicinas en la mesada de su cocina, reserve un estante en una alacena. Si hay muchos frascos de medicinas, piense en comprar un especiero de tres niveles.
- Tenga frascos de distintos colores para cada miembro de la familia, para que sean fáciles de encontrar.
- Anote en su calendario la fecha para volver a llenar la receta y el número de la receta así no se olvida de renovarla. Esto es vital para las medicinas de envío a los 90 días, ya que deberá esperar para recibir las. Algunas farmacias tienen un sistema de aviso de renovación. Averigüe si su farmacia puede y si llenará automáticamente las recetas que son continuas.
- Si tiene dificultad con la farmacia, pida que su compañía de seguro o aseguradora intervenga (si están supervisando la cobertura de su receta).
- ¡Si su niño es pequeño y usted compra medicina en forma líquida, pídale al médico más cantidad para compensar por lo que se pueda volcar en caso que su niño la escupa!
- Conozca la marca y los nombres genéricos y dosis de las medicinas que toma su niño. Esto podrá ayudar a evitar errores con las recetas.
- Si la repetición de su receta se ve diferente a la suministrada anteriormente, asegúrese con el farmacéutico de que la medicina es en realidad la correcta.