

CÓMO PRACTICAR LA SEGURIDAD EN LA MEDICACIÓN

Aunque los medicamentos (recetados o de venta libre) sirven para tratar, controlar o aliviar una enfermedad, deben tomarse de forma segura. Aprenda cómo puede practicar la seguridad en la medicación.

1.

Lea la etiqueta y aprenda a guardar los medicamentos para asegurarse de que funcionan correctamente.

¿Debe guardarse en un lugar fresco? ¿Necesita estar refrigerado? ¿En un lugar seco? ¿Lejos de la luz directa? Guárdelo siempre fuera del alcance de los niños.



Tome la medicación según las indicaciones del médico.

Averigüe si debe tomarla con comida o agua, a qué hora y con qué frecuencia. Más medicación no siempre significa más beneficios, sólo tómela según las instrucciones. Consulte siempre a su médico antes de dejar de tomar cualquier medicamento.

2.

3.

Lleve una lista de todos sus medicamentos y suplementos

Guarde la lista en su teléfono o en una copia física. Asegúrese de que esté actualizada y de que incluya cualquier cambio reciente.



Sea consciente de los efectos secundarios y anótelos

Comuníquese a su médico qué le ha ocurrido y cuándo. En caso de efectos secundarios graves o potencialmente mortales, póngase en contacto con su médico o llame al 911.

4.

5.

Deshágase de forma segura de los medicamentos que no haya utilizado y no los comparta con otras personas.

Póngase en contacto con el departamento local de bomberos o de policía para deshacerse de cualquier medicamento no utilizado o caducado, o visite [cdc.gov](https://www.cdc.gov) para obtener consejos seguros sobre almacenamiento y eliminación.



***Consejo adicional** - Consulte primero a su médico para obtener asesoramiento médico personalizado sobre medicamentos recetados, medicamentos de venta libre o suplementos.

Este recurso ha sido adaptado de un vídeo de Rockford Ready "Pregunte a su farmacéutico local". Escanee el QR para ver la lista de reproducción completa de "Pregunte a su farmacéutico local".

Este programa está dirigido por la ciudad de Rockford, en colaboración con la Facultad de Medicina de la Universidad de Illinois Chicago, la Oficina de Alfabetización Sanitaria y la Facultad de Medicina de la UIC de Rockford, así como CURA Strategies. Este programa cuenta con el apoyo de la Oficina del Subsecretario de Salud/Oficina de Salud de las Minorías del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. (HHS) como parte de un premio por un total de 3.614.521 dólares con el 100 por ciento financiado por la OASH/OMH/HHS. El contenido es responsabilidad de los autor(es) y no representará necesariamente la opinión oficial ni el respaldo de la OASH/OMH/HHS. Para más información, visite <https://minorityhealth.hhs.gov/>

**ROCKFORD
READY**
RockfordReady.org

