

Los medicamentos y las enfermedades del corazón

¿Por qué es importante tomar los medicamentos exactamente como se los recetaron?

Al igual que un estilo de vida saludable, es posible que necesite tomar medicamentos para reducir su riesgo para las enfermedades del corazón. Tomar los medicamentos con menor frecuencia que lo indicado o una cantidad incorrecta puede ser peligroso.

Si tiene alguna pregunta sobre cómo debe tomar sus medicamentos, llame a su médico o farmacéutico. A continuación presentamos algunas preguntas comunes que pueden servirle de guía para hablar con su médico.

Preguntas comunes para hacerle a su médico sobre los medicamentos:

- ¿Cuáles son los efectos secundarios posibles de este medicamento?
- ¿Qué debo hacer si tengo estos efectos secundarios?
- ¿Cómo y cuándo debo tomar este medicamento?
- ¿Voy a tener que tomar este medicamento para siempre?
- ¿Hay otros medicamentos para la misma afección que cuesten menos que éste?
- ¿Qué debo hacer si me olvido de tomar mi medicamento?
- ¿Cómo puedo estar segura de que no hay interacciones peligrosas entre los medicamentos que tomo?

¿Cómo puedo acordarme de tomar mis medicamentos?

- Tome sus medicamentos a la misma hora todos los días. Quizás le ayude si toma sus medicamentos con las comidas (si eso se aconseja), u otras rutinas como al lavarse los dientes.
- Coloque una pegatina o un recordatorio sobre el botiquín o el refrigerador.
- Compre recipientes para píldoras que suenan cuando es hora de tomar su medicamento.
- Prepare una hoja de instrucciones. Pegue una muestra de cada píldora que toma sobre una hoja de papel y escriba toda la información sobre cada píldora para que le haga acordar.
- Coloque etiquetas de colores sobre los frascos de sus medicamentos para simplificar su rutina. Por ejemplo, los frascos con etiquetas azules pueden ser para la mañana, con rojo para la tarde y con amarillo para la hora de irse a dormir.
- Si no va a estar en su casa, asegúrese de llevar con usted suficiente cantidad de medicamento. También lleve el número de teléfono de su médico.
- Pida a sus familiares y amigos que le ayuden a acordarse.

¡Esté activa, coma saludablemente, deje de fumar, hágase sus exámenes!

Este recurso fue desarrollado con fines educativos por la Oficina de Salud de la Mujer del Departamento de Servicios de Salud del Condado de Los Angeles. No sustituye las instrucciones de su proveedor de la salud. Hable con su médico sobre los riesgos y los beneficios de los tratamientos.

