

5 momentos claves para la utilización segura de medicamentos

Estos **5 pasos básicos** son los que siguen las personas **cuando toman medicamentos**.

En cada uno de esos pasos, se proponen preguntas que deben hacerse los pacientes, familiares o cuidadores, junto con sus profesionales sanitarios, **para reducir el riesgo de daño asociado al uso de los medicamentos**.

Consulte a su médico/a sobre estos aspectos para conocer y **utilizar adecuadamente los medicamentos** que toma

Contacto:
cimuruguay@gmail.com

Adaptado de:
5 Moments for Medication Safety.
<https://www.who.int/initiatives/medication-without-harm>. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2019

1 Antes de comenzar

1. ¿Cómo se **llama** y para qué sirve?
2. Además de este medicamento, **¿hay otras formas de tratar mi enfermedad?**
3. ¿Cuáles son sus **posibles efectos adversos** y qué tengo que hacer si los observo?
4. ¿He informado al profesional sanitario sobre mis **alergias, otras enfermedades y otros medicamentos o productos que estoy tomando?**
5. ¿Cómo debo **almacenar** este medicamento?

2 Al tomar el medicamento

1. **¿Cuándo y cómo debo tomar** este medicamento y qué dosis debo tomar cada vez?
2. ¿Debo tomarlo en **ayunas o con las comidas?**
3. ¿Cómo puedo **organizar** bien las tomas?
4. ¿Qué debo hacer **si me olvido** de tomar una dosis?
5. ¿Cómo debo **controlar** que **no se me termine** el medicamento?

3 Al añadir otro medicamento

1. ¿He **entendido la necesidad** de tomar otro medicamento más?
2. ¿He **informado al profesional** sanitario de todos los medicamentos con o sin receta que estoy tomando?
3. ¿Este nuevo medicamento **afecta o interfiere** con el resto de mi tratamiento?
4. ¿Qué debo hacer si surge alguna **complicación?**
5. ¿Cómo **organizo** las tomas de este nuevo medicamento con las del resto?

4 Al revisar los medicamentos

1. ¿Mantengo una **lista actualizada** con todos los medicamentos y productos que tomo?
2. ¿**Hasta cuándo** debo tomar cada medicamento?
3. ¿Estoy tomando **algún medicamento que ya no necesito?**
4. ¿He comunicado al profesional sanitario los **efectos adversos que he notado** para que me ayude a manejarlos?
5. ¿Cuándo debo **volver a consulta** para que revisen mis medicamentos?

5 Antes de finalizar la toma de un medicamento

1. ¿Cuándo debo **dejar de tomar** cada medicamento?
2. ¿Puedo dejar de tomar alguno de mis medicamentos de repente?
3. ¿Qué debo hacer **si me quedo sin un medicamento**, pero no he terminado mi tratamiento?
4. Si tengo que **suspender un medicamento por un efecto adverso**, ¿dónde y a quién debo informar?
5. ¿Qué debo hacer con los **medicamentos que me sobraron o que estén caducados?**

