

VITRA Health

Educación para Cuidadores - Edición de noviembre

Administración de Medicamentos



Administración de Medicamentos durante los Cuidados

Es importante saber para qué sirve cada medicamento y cuáles son los posibles efectos secundarios. Usted también deberá trabajar con todos los proveedores de atención médica para llevar la cuenta de los medicamentos que toma su ser querido.

Si su ser querido tiene pérdida de la vista o de la audición, o pérdida de la función de las manos, usted también será los oídos, los ojos y las manos de esa persona. Usted deberá asegurarse de que la persona tome la dosis correcta de cada pastilla correcta en el momento correcto.

HAGA UN PLAN DE CUIDADO CON LOS PROVEEDORES MÉDICOS

Ir a las citas médicas con su ser querido puede ayudarle a usted a estar al tanto de qué medicamentos tiene recetados y por qué son necesarios. Hable periódicamente sobre el plan de cuidado con cada proveedor:

- Aprenda todo lo que pueda sobre las condiciones de salud de su ser querido.
- Lleve una lista de todos los medicamentos recetados y de los que se compran sin receta, incluidos los suplementos y las hierbas, a las citas con cada proveedor. Si es posible, traiga los frascos de las píldoras para mostrárselos al proveedor. Consulte con el proveedor para asegurarse de que todavía se necesitan todos esos medicamentos.
- Averigüe qué afección trata cada medicamento. Asegúrese de saber cuál es la dosis y con qué frecuencia debe tomarse.
- Pregunte qué medicamentos se deben administrar todos los días y cuáles se usan solo para ciertos síntomas o problemas (también llamados “de uso prn”).
- Verifique que cada medicamento esté cubierto por el seguro médico de su ser querido. Si un medicamento no está cubierto, consulte con el proveedor acerca de otras posibles opciones.
- Escriba todas las instrucciones nuevas y asegúrese de que tanto usted como su ser querido las entiendan bien.

Asegúrese de hacerle al proveedor cualquier pregunta que usted tenga sobre los medicamentos que toma su ser querido.

NO PERMITA QUE SE LE ACABEN

Lleve la cuenta de cuántos reabastecimientos (*refills*) quedan para cada medicamento. Esta información por lo general aparece en la etiqueta del frasco del medicamento. Asegúrese de saber cuándo necesita tener una consulta con el proveedor para obtener un reabastecimiento.

Planifique con anticipación. Llame a la farmacia de su ser querido para reabastecerse al menos una semana antes de que se agote cada medicamento. Pregúntele a su proveedor para qué medicamentos puede obtener un suministro de 90 o 100 días.

RIESGO DE INTERACCIONES CON LOS MEDICAMENTOS

Muchos adultos mayores toman múltiples medicamentos, lo cual puede tener como consecuencia interacciones entre ellos. Asegúrese de hablar con cada proveedor sobre todos los medicamentos que toma su ser querido. Algunas interacciones pueden causar efectos secundarios muy molestos o incluso graves. Estas son las diferentes interacciones que pueden ocurrir:

- **Interacciones entre medicamento y medicamento:** Las personas mayores tienen más probabilidades de tener reacciones más dañinas entre los diversos medicamentos. Por ejemplo, algunas interacciones pueden causar somnolencia o aumentar el riesgo de sufrir una caída. Otras interacciones pueden interferir con la eficacia de los medicamentos.
- **Interacciones entre un medicamento y el alcohol:** Las personas mayores pueden verse más afectadas por el alcohol. Mezclar alcohol y medicamentos puede causar pérdida de memoria o de coordinación, o incluso pueden causar irritabilidad. El alcohol también puede aumentar el riesgo de sufrir una caída.
- **Interacciones entre un medicamento y una comida:** Ciertas comidas pueden hacer que algunos medicamentos no funcionen como deberían. Por ejemplo, si la persona toma el anticoagulante warfarina (*Coumadin, Jantoven*), debe evitar consumir alimentos ricos en vitamina K, como la col rizada (*kale*). Si no puede evitar esto, trate de que la persona consuma una cantidad sin grandes variaciones para minimizar los efectos adversos.

Algunos medicamentos también pueden empeorar ciertas afecciones de salud en los adultos mayores. Por ejemplo, los medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (*non-steroidal anti-inflammatory*, o NSAID, por sus siglas en inglés), tales como el ibuprofeno y el naproxeno, pueden aumentar la probabilidad de acumulación de líquido y empeorar los síntomas de insuficiencia cardíaca.

CONSULTE CON EL FARMACEUTA DE SU SER QUERIDO

Conozca al farmacéuta de su ser querido. Esta persona puede ayudarle a llevar la cuenta de los diversos medicamentos que toma su ser querido, así como responder sus preguntas sobre los posibles efectos secundarios. Estos son algunos consejos para trabajar con el farmacéuta:

- Asegúrese de hacer coincidir cada receta escrita con cada medicamento que usted adquiere en la farmacia.

- Pida que el empaque y la etiqueta de la receta vengan en letras grandes, para que su ser querido pueda leer la información con mayor facilidad.
- Si hay un medicamento que se puede dividir en dos, el farmacéuta puede ayudarle a dividir las tabletas en la dosis correcta.
- Si hay medicamentos que son difíciles de tragar, pregunte al farmacéuta si existe alguna alternativa. Por ejemplo, algunos medicamentos pueden estar disponibles en forma de líquido, supositorio o parche para la piel.

Por supuesto, puede ser más fácil y menos costoso obtener los medicamentos a largo plazo por correo. Simplemente asegúrese de imprimir la lista de medicamentos del sitio web del proveedor antes de cada cita con los proveedores de atención médica.

ORGANIZACIÓN DE LOS MEDICAMENTOS

Cuando hay que llevar la cuenta de numerosos medicamentos, es importante aprender ciertos trucos para ayudarle a mantenerlos organizados:

- Mantenga una lista actualizada de todos los medicamentos y suplementos, y de cualquier alergia que tenga la persona. Lleve todos sus medicamentos, o una lista completa de ellos, a cada cita con los proveedores de atención médica y a cada consulta en el hospital.
- Guarde todos los medicamentos en un lugar seguro.
- Verifique la fecha de “vencimiento” (*expiration*) o la fecha de “usar antes de” (*use by*) de todos los medicamentos.
- Mantenga todos los medicamentos en sus frascos originales. Use organizadores de píldoras semanales para llevar la cuenta de lo que la persona debe tomar cada día.
- Diseñe un sistema que le ayude a controlar cuándo debe administrar cada medicamento durante el día.

PLANIFICACIÓN Y ADMINISTRACIÓN ADECUADA DE LOS MEDICAMENTOS

Algunos pasos muy sencillos que pueden ayudarle a llevar el control regular de todos los medicamentos incluyen:

- Mantenga todos los medicamentos juntos en un solo lugar.
- Use las horas de las comidas y de acostarse como recordatorios para tomar los medicamentos.
- Use una alarma en el reloj o una notificación en su dispositivo móvil para los medicamentos intermedios.
- Lea muy bien las instrucciones antes de administrar los medicamentos que vengan en forma de gotas para los ojos, inhalación o inyecciones.
- Asegúrese de desechar correctamente cualquier medicamento sobrante.

Fuente: <https://medlineplus.gov>

Referencias

Aragaki D, Brophy C. Manejo del dolor geriátrico (*Geriatric pain management*). En: Pangarkar S, Pham QG, Eapen BC, eds. Fundamentos e innovaciones para el cuidado del dolor (*Pain Care Essentials and Innovations*). Philadelphia, PA: Elsevier; 2021:cap 10.

Naples JG, Handler SM, Maher RL, Schmader KE, Hanlon JT. Farmacoterapia geriátrica y polifarmacia (*Geriatric pharmacotherapy and polypharmacy*). En: Fillit HM, Rockwood K, Young J, eds. Libro de texto de medicina geriátrica y gerontología de Brocklehurst (*Brocklehurst's Textbook of Geriatric Medicine and Gerontology*). 8va. ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2017:cap 101.

Preveill LA, Heflin MT, Cohen HJ. El paciente de edad avanzada (*The aging patient*). En: Wing EJ, Schiffman FJ, eds. Fundamentos de Medicina de Cecil (*Cecil Essentials of Medicine*). 10ma. ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2022:cap 126.

Fecha de revisión 17/04/2022

Actualizado por: David C. Dugdale, III, MD, Profesor de Medicina, División de Medicina General, Departamento de Medicina, Facultad de Medicina de la Universidad de Washington (*University of Washington School of Medicine*), Seattle, WA. También revisado por David Zieve, MD, MHA, director médico, Brenda Conaway, directora editorial y el equipo editorial de A.D.A.M.