

## Hablando de medicamentos...



Cuaderno número 9

# Automedicación

¿Recomendable o dañina?

## Una historia...

*"Doña Antonia, ayer como usted no estaba, fui a la venta y me compré un medicamento para el dolor de cabeza..., realmente me sentía mal. Pero, no sé si hice bien".*

*Mire usted se automedicó, el problema es saber si usted tenía suficiente información para actuar correctamente y con responsabilidad.*



*Vamos a seguir platicando para saber más sobre la automedicación, los beneficios y riesgos, sobre todo para que podamos actuar con responsabilidad.*

## ¿Qué es la automedicación?



Es cuando tomamos o damos un medicamento por cuenta propia o por consejo de otra persona que no es el personal de salud capacitado.

## ¿Puede ser bueno automedicarse?



Hay enfermedades o molestias leves que pasan solas o se pueden curar sin necesidad de consultar al personal de salud.

*Ejemplos: dolor de cabeza leve, resfriado común, ciertos dolores de estómago, de los músculos, de la regla, alergia leve, picaduras de insectos, piojos.*



En este caso puede ser útil tomar algún medicamento esencial y bien conocido para aliviar el problema.

*Ejemplo: acetaminofén para dolor de cabeza, suero oral para la diarrea, ibuprofeno para el dolor de la regla, etc.*

**Para esto, necesitamos buena información y acudir a la unidad de salud si no hay mejoría.**

## ¿Qué peligros tiene la automedicación irresponsable?



- Se pueden interpretar mal las señas de la enfermedad y atrasar el diagnóstico y tratamiento adecuado.

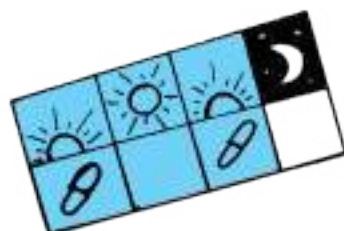
*Ejemplo: Tomar jarabes para la tos prolongada, que puede ser sintoma de tuberculosis.*

*El dolor de cabeza puede ser signo de enfermedad grave.*



- Si ya estamos tomando medicamentos y añadimos otro, pueden chocar entre ellos y provocar efectos feos o cambia el efecto del medicamento.

*Ejemplo: Si una mujer está tomando pastillas anticonceptivas, algunos medicamentos pueden disminuir su efecto (antibióticos, medicamentos contra las convulsiones, etc.)*



- Si por nuestra cuenta cambiamos la cantidad recomendada del medicamento, éste puede ser peligroso o inútil.

*Ejemplo: dar una dosis de adulto puede ser peligroso en una niña o niño.*

- Un medicamento que le cayó bien a otra persona, nos puede caer mal a nosotros/as porque:



- Somos alérgicos/as a este medicamento.
- Estamos embarazadas o damos el pecho y el medicamento puede dañar a la criatura.
- Tenemos una enfermedad que aumenta el peligro del medicamento.

*Ejemplo: Si tenemos úlcera de estómago, una aspirina puede provocar sangrado grave.*

- Damos el medicamento a una niña/o o persona anciana.  
*Son más sensibles a los peligros de los medicamentos.*



- Puede ser que el medicamento sea inútil, como muchos que se venden (ver folleto # 2), por lo que al comprarlo malgastamos el dinero.

Lo mismo pasa si compramos un medicamento que sirve, pero para otro problema de salud.



- Tomar antibiótico por su cuenta puede agravar la enfermedad y hacer más difícil tratar otras infecciones para nosotros mismos y la comunidad.

*Ejemplo: Al seguir usando mal los antibióticos que no son necesarios para la gripe o catarro, será siempre más difícil tratar la neumonía porque los microbios se vuelven resistentes.*

¿Qué debemos preguntar  
y saber para una automedicación  
segura y responsable?

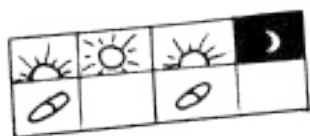


- ¿Realmente son molestias menores, o lo que tengo puede ser por una enfermedad más grave?



- ¿Cuál es el nombre genérico del medicamento? *Para evitar tomar dos medicamentos iguales o evitar interacciones.*

- ¿Para qué sirve?



- ¿Cómo y cuánto tomar?

- ¿Por cuántos días?



- ¿Qué molestias puede dar?



- ¿Qué peligro tiene?

- ¿Qué hago si se presentan estas molestias?



- ¿Tengo que tomarlo con la comida, antes o después de comer?



- ¿Hay algún problema si tomo alcohol mientras tomo el medicamento?



- ¿Este medicamento puede "chocar" con algún otro que esté tomando?



- ¿Hay alguna actividad que no pueda hacer mientras esté tomando el medicamento?  
*Ejemplo: manejar.*



- ¿Puedo tomar el medicamento estando embarazada o dando el pecho?

- ¿El medicamento que voy a comprar o tomar es de buena calidad?

*Tengo que mirar la fecha de vencimiento, el aspecto (empaquete, tableta) y el olor.*



- ¿El medicamento solamente contiene la sustancia que necesito para mi molestia?

**Se debe preguntar todo esto en la farmacia.  
Leer con cuidado la etiqueta del medicamento.  
Si el problema no mejora, acudir a la unidad de salud.**

## ¡Recuerde! Usando bien los medicamentos



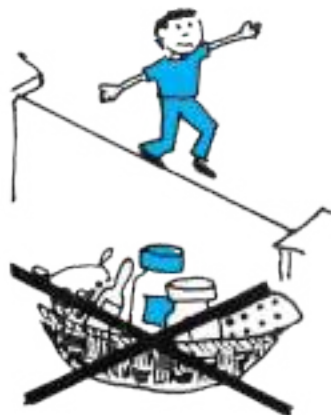
Preguntar al personal de salud que medicamento podemos tomar por nuestra propia cuenta.



A veces la automedicación **responsable** puede ser provechosa.  
¡Recuerde para la diarrea tomar líquidos y suero oral lo antes posible!



No se deje influir por la propaganda comercial, busquemos información objetiva e independiente sobre medicamentos.



Tenga presente que tomar medicamentos siempre tiene un riesgo

Cuidado con la calidad de los medicamentos que compramos. No compremos medicamentos en las canastas ni en los buses.

**¡No tome antibiótico por su cuenta!**

Editado por : AIS-Nicaragua y Colectivo de Mujeres de Matagalpa. 2da. Edición 2011