

## ¿Qué es la automedicación?

La automedicación es la utilización de medicamentos por iniciativa propia sin ninguna intervención por parte del médico (ni en el diagnóstico de la enfermedad, ni en la prescripción o supervisión del tratamiento).

## Factores de riesgo

La automedicación es una práctica peligrosa para la salud sin importar el medicamento que se utilice. Entre los principales riesgos de la automedicación se encuentran:



- Intoxicaciones.



- Náuseas.



- Diarrea.



- Gastritis.



- Falta de efectividad.



- Dependencia.



- Adicción.



- Interacción con otros medicamentos.

## ¿Qué medidas se pueden tomar?

Los pacientes pueden tomar medidas para asegurar que usan los medicamentos recetados en forma correcta poniendo en práctica lo siguiente:

- Seguir las instrucciones indicadas en la fórmula médica.
- Saber cuáles son las posibles interacciones con otros fármacos y con el alcohol.
- No dejar nunca de tomar el medicamento ni modificar la dosis sin consultar antes con el médico.
- No tomar nunca un medicamento recetado para otra persona y no darles nunca sus propios medicamentos a otros.
- Guardar los estimulantes, sedantes y opioides recetados en un lugar seguro.



### Recomendaciones

Ningún medicamento tiene riesgo cero y los errores de medicación son más comunes de lo que pensamos. Para hacer un uso seguro de los medicamentos, lee siempre el prospecto, consulta siempre tus dudas con el médico tratante y sigue estas reglas de oro:

- No solicitar recomendaciones sobre el consumo de medicamentos que requieran fórmula médica sin que exista el respaldo de un médico que los formule.
- En la cita médica asegúrese de informarle al médico sobre los medicamentos o plantas medicinales que está utilizando y sobre las alergias que presenta u otra información importante sobre su salud.
- Si el médico le prescribe medicamentos, revisar la fórmula médica antes de finalizar la consulta y preguntarle todos los detalles del tratamiento con los medicamentos; si algo es ilegible, solicitar que sea aclarado en la fórmula médica.
- No pida ni reciba recomendaciones en farmacias y droguerías por personas diferentes a un químico farmacéutico o a un regente de farmacia. No compre medicamentos en droguerías o farmacias que no le generen confianza.
- Si el médico le prescribe antibióticos, cumplir rigurosamente con el tratamiento. No es cierto que los antibióticos afecten negativamente las defensas ni los glóbulos rojos.
- Fíjese en la fecha de vencimiento del medicamento.
- Finalmente, cumpla el tratamiento completo como lo indicó el médico
- Conserve adecuadamente los medicamentos, es fundamental para que puedan mantener su actividad farmacológica de la forma esperada. Por tanto, no pueden guardarse en cualquier sitio, sino que debe procurarse mantenerlos en lugares secos y frescos.
- No es aconsejable guardarlos en el baño o en la cocina, donde seguramente deberán soportar mayor humedad y cambios de temperatura; tampoco en lugares que estén al alcance de los niños ni bajo cualquier foco directo de luz o calor.

### Preguntas y respuestas usuales del tema

#### ¿Por qué no debo automedicarme?

La automedicación sin control médico o farmacéutico comporta una serie de riesgos para la salud que en la mayoría de los casos son desconocidos por los ciudadanos: efectos secundarios, reacciones adversas y en algún caso intoxicación, además falta de efectividad, porque se utilizan en situaciones no indicadas.



## Guía Automedicación

### Preguntas y respuestas usuales de la automedicación

Todos los medicamentos tienen consecuencias. Así como ayudan, también generan ciertos efectos secundarios. Hay fármacos de libre acceso que no requieren receta, pero ahí vienen las contraindicaciones, las cuales deben leer los usuarios. Sin embargo, también hay productos que requieren de prescripción médica, que recetan los médicos a partir de la identificación de ciertos síntomas. Por ello, tomar un medicamento sin vigilancia profesional podría ser letal para la salud.

#### Bibliografía

- MANUAL MSD. (2021), Factores de riesgo de reacciones adversas a medicamentos.  
<https://www.msmanuals.com/es-co/hogar/f%C3%A1rmacos-o-sustancias/reacciones-adversas-a-los-f%C3%A1rmacos/factores-de-riesgo-de-reacciones-adversas-a-medicamentos>
- INSTITUTO NACIONAL SOBRE EL ABUSO DE DROGAS EN LOS EU (2019), El uso indebido de los medicamentos recetados.  
[www.drugabuse.gov/es/publicaciones/los-medicamentos-de-prescripcion-abuso-y-adiccion/como-se-puede-evitar-el-uso-indebido-de-medicamentos-recetados](http://www.drugabuse.gov/es/publicaciones/los-medicamentos-de-prescripcion-abuso-y-adiccion/como-se-puede-evitar-el-uso-indebido-de-medicamentos-recetados)