

HERRAMIENTAS DE APOYO

para mejorar la adherencia a tus medicamentos



Conoce los medicamentos que utilizas, la cantidad que debes tomar y cuándo debes tomarlos



Identifica un momento de tu rutina diaria en la que puedas recordar tomarlos (ej. con el desayuno, luego de lavarte la boca, al acostarte, con las comidas)



Coloca algún símbolo en los envases de tus medicamentos para identificar a la hora que debes tomártelos



Utiliza un pastillero para dividir los medicamentos que debes tomar cada día



Escribe en tu calendario cuando debes tomarlos



Programa una alarma que te recuerde tomarlos



Escribe en un calendario cuando debes recoger tu próxima receta.

SALUS

MEJOR SALUD...MÁS FÁCIL

CONTÁCTANOS

 **787.789.1996**

ADHERENCIA DE MEDICAMENTOS



**Cumpliendo
con el
tratamiento**

SALUS



ADHERENCIA DE MEDICAMENTOS

Cuando hablamos de cumplir con la terapia de medicamentos, nos referimos a seguir las indicaciones del médico sobre la hora del día, la dosis y la frecuencia con que debe utilizarlos.

El cumplir con la terapia de medicamentos, ayuda a que estos sean efectivos en el tratamiento de tus condiciones de salud. Si no cumples con la terapia según indicado por tu médico, los riesgos para tu salud podrían aumentar y tus condiciones complicarse.

La adherencia es importante para el manejo y tratamiento de enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión (presión alta) y dislipidemia (colesterol y triglicéridos altos), entre otras.

¿POR QUÉ DEBES TOMARTE TUS MEDICAMENTOS?

Los medicamentos son uno de los principales recursos para cuidar la salud. Sin embargo, sus beneficios pueden verse alterados por incumplimiento con la terapia.

Cuando no cumples con tu terapia de medicamentos, te expones a:

- Descontrol de la enfermedad
- Mayor probabilidad de recaídas
- Disminución de la efectividad del medicamento
- Aumento en la aparición de efectos secundarios
- Aumento en las visitas a sala de emergencia y hospitalizaciones
- Disminución en la calidad de vida

Es importante que cumplas con tu tratamiento y conozcas cómo debes tomar los mismos según te los ha recetado tu médico. Involucra a tu familia y amigos en la adherencia al tratamiento y aclara todas las dudas que puedas tener en cada visita a tu médico.

Si tienes dudas o preguntas acerca de algún medicamento o si experimentas un efecto no deseado, consulta con tu médico o farmacéutico de preferencia.

¡Recuerda que estos consejos te ayudarán a mejorar tu salud y calidad de vida!

REPETICIONES



NO esperes a que se te termine el suministro de medicamentos para buscarlos



Puedes buscar las repeticiones de tus medicamentos 5 días antes de cumplirse la fecha de la repetición



Participa de programas de repeticiones automáticas



Solicita 90 días de suministro



Solicita autorización de repeticiones si vas de viaje

SINCRONIZA TUS REPETICIONES
Obtén todas tus repeticiones de medicamentos en una sola visita

¡Consulta con tu farmacéutico!

