

¿Cómo guardar mis medicamentos?

Evelyn López Santana

Estudiante de la Facultad de Ciencias Químicas, UdeC

Almacenar sus medicamentos adecuadamente puede ayudar a garantizar su función, reduciendo riesgos por intoxicación o confusión.

El lugar donde guarda sus medicamentos también es importante

El lugar donde almacena sus medicamentos puede afectar su efectividad, si no se colocan en un lugar adecuado. Conozca el almacenamiento apropiado para evitar que se alteren.

Cuide su medicación

- El aire, el calor, la humedad y la luz pueden dañar su medicamento.
- Almacénelo en un lugar seco y fresco, como: el cajón del vestidor; un gabinete de la cocina, lejos de la estufa, el fregadero y cualquier aparato caliente; una caja de almacenamiento, en el estante o en un armario.
- Siempre mantenga sus medicamentos en el envase original.
- Pregunte al farmacéutico sobre indicaciones específicas de almacenamiento.
- NO almacenar en el cuarto de baño.

Cuide a los niños

- Guarde sus medicamentos lejos de su alcance y de su vista.
- Almacene sus medicamentos en un gabinete con candado o aldaba para niños.

No tome medicamentos dañados

Un medicamento dañado podría enfermarlo, no tome:

- Un medicamento que haya cambiado de color, textura u olor, aunque no esté vencido.
- Píldoras que se pegan, están más duras o más blandas de lo normal, o si están agrietadas o astilladas.

Deshágase de los medicamentos viejos

Deseche, de manera segura y sin demoras, los medicamentos que no utiliza.

- Verifique la fecha de vencimiento. No guarde su medicamento viejo o que no haya utilizado, éste se altera y no se debe usar.
- No deben ser depositados con la basura comunitaria.
- No tire su medicamento por el inodoro o drenaje, esto afecta el suministro de agua, ya que es una fuente de contaminación.
- Para arrojar el medicamento a la basura, primero mézclelo con algo que lo arruine, como con cuncho de café o arena para gatos. Ponga toda la mezcla en una bolsa de plástico sellada.
- También puede llevar su medicamento de desecho a su farmacéutico.
- Use los programas comunitarios de "devolución de medicamentos", si están disponibles.

Al viajar con medicamentos

No guarde sus medicamentos en la guantera del auto, se pueden calentar, enfriar o humedecer demasiado.

Si va en un avión, mantenga su medicamento en el equipaje de mano. Para ayudar con la seguridad en el aeropuerto:

- Mantenga el medicamento en los envases originales.
- Pídale al proveedor de atención médica una copia de todas sus recetas, la puede necesitar en caso de que se le pierda, se le acabe o se le dañe su medicamento. Si tiene diabetes, pídale al proveedor una carta que explique que usted tiene diabetes y que provea una lista de todos sus suministros. A usted se le



permite llevar su medicamento, un glucómetro y un dispositivo de punción en el avión.

Referencias

- MedlinePlus enciclopedia médica.(s.f.). Almacenamiento de sus medicamentos. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000534.htm>
- Farmacéuticos. (s. f.). Cómo guardar y conservar bien los medicamentos en casa. <https://www.farmacuticos.com/tu-farmaceutico-informa/consejos-de-salud/como-guardar-y-conservar-bien-los-medicamentos-en-casa/>
- Aguilar, A. Y. (2017, 6 febrero). Aprenda cómo administrar los medicamentos de los niños en esta entrada a clases. AMPrensa.com. <https://amprensa.com/2017/02/aprenda-administrar-los-medicamentos-los-ninos-esta-entrada-clases/>
- Farmacia Llorens. (2018, 9 noviembre). Reciclaje de medicamentos. El punto Sigre - Farmacia Llorens. Farmacia Llorens. <http://www.farmaciallorens.com/puntosigre/>