

Toma Acción

¡La seguridad de los medicamentos comienza con usted!
Todos podemos hacer nuestra parte para prevenir el uso indebido de medicamentos recetados, mediante la participación de prácticas seguras de medicación en el hogar, así como educar a otros en nuestra comunidad.



En Casa

1 Solo use medicamentos recetados según las indicaciones de un profesional de la salud.

- Siga las instrucciones de dosificación prescritas por su profesional de la salud. Estas instrucciones son intencionales y ayudarán a evitar efectos negativos.
- Hable con su farmacéutico o prescriptor si siente que su medicamento debe ser ajustado.

2 No comparta ni tome el medicamento de otra persona.

- Evite las tendencias de autodiagnóstico y auto-prescripción. Muchos factores determinan cómo respondemos a los medicamentos- genética, peso y condiciones médicas preexistentes, entre otros. Esto puede hacer que la personas respondan de manera distinta a la misma medicación.
- Independientemente de la intención, compartir o tomar el medicamento de otra persona no es seguro.

3 Mantenga sus medicamentos seguros.

- Guarde los medicamentos en lugares seguros, como cajas de seguridad, cajas fuertes de medicamentos u otros espacios con llave. Evite lugares de almacenamiento como cajones, mesitas de noche, o gabinetes de cocina que los niños y otros pueden acceder fácilmente.
- Siga las instrucciones de eliminación en la etiqueta de la receta u hoja informativa del paciente. Si no se dan, deshágase de los medicamentos no utilizados por:
 1. Tomar el medicamento en una caja de drogas localizada en su comunidad. Visita Rxdrugdropbox.org para encontrar una ubicación cerca de usted.
 2. Tomar el medicamento en un evento de recuperación de fármacos/ programa en su comunidad. Póngase en contacto con su ley local para obtener más información.
 3. Eliminación de los medicamentos en casa.



Paso 1: Quitar las píldoras de la botella y colocarlas en una bolsa que pueda ser sellada. Mezclar las pastillas con sustancias indeseables tales como comida de gato o granos de café.



Paso 2: Arrojar la mezcla sellada en la basura.



Paso 3: Eliminar la receta, etiquetar y disponer de la botella vacía.

4 Modelo de prácticas seguras de medicación.

- Ponga un buen ejemplo para su familia y amigos modelando estas prácticas seguras de medicación .
- La investigación demuestra que hace una diferencia cuando los padres discuten las prácticas seguras de medicación con sus hijos en una base regular. Piensa en ello: ¿solo instruiría a su hijo una vez para mirar ambas direcciones antes de cruzar la calle? ¡No! Tratar estas prácticas de manera similar. Repita la conversación a menudo y discuta estas prácticas cuando se le prescribe a su hijo Un medicamento.
- Consulte la sección **Tomar Acción** en GenerationRx.org Para más consejos sobre cómo enseñar prácticas seguras de medicación por vida a jóvenes.

En tu comunidad

¿Listo para compartir lo que has aprendido con otros en tu comunidad?



Hemos creado recursos gratuitos y listos para usar para educar personas de todas las edades sobre prácticas seguras de medicación. Descargue estos recursos en la sección **Tome Acción** en GenerationRx.org.



Aprende más en GenerationRx.org

GenerationRx.org es un excelente recurso para consultar Más información relacionada con el uso indebido de medicamentos recetados. La siguiente información se puede encontrar en la sección Aprender en GenerationRx.org, incluyendo enlaces a sitios web adicionales Relacionados con estas cuestiones:

- Alcance del problema del uso indebido de medicamentos recetados.
- Guías de almacenamiento y eliminación de drogas.
- Cursos o juegos en línea.

- Lista de signos y síntomas para facilitar Reconocimiento del mal uso.
- Recursos para localizar centros de tratamiento para trastornos por uso de sustancias.
- Pasos para tomar medidas en una situación de sobredosis de drogas.
- Instrucciones para usar y acceder a Naloxone como un agente de rescate en una sobredosis de opioides.



Información adicional

1 ¿Dónde puedo aprender acerca de las drogas comúnmente mal utilizadas?

El Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA) provee información específica sobre los fármacos comúnmente mal utilizados, drogas ilegales en la calle, medicamentos recetados y alcohol: www.drugabuse.gov/drugs-abuse

2 Si sospecho que un amigo o familiar está haciendo mal uso de medicamentos recetados, ¿Cómo debería intervenir? ¿Qué debería hacer?

Generación Rx se centra en estrategias educativas para prevenir el uso indebido de medicamentos recetados. Para encontrar recursos de intervención, le invitamos a consultar uno de los siguientes recursos:

- Asociación para Niños Libre de Drogas: www.drugfree.org/resources/
- Clínica Mayo: www.mayoclinic.org
(En el tipo de motor de búsqueda, la intervención de abuso de drogas)

3 ¿Dónde puedo encontrar ayuda para una receta, problema de abuso de medicamentos o adicción?

Si usted piensa que usted o alguien que conoce pueda tener un problema, hable con sus profesionales de la salud. Ellos son capaces de guiarle a los especialistas médicos, el tratamiento en instalaciones, consejeros o tratamiento asistido por medicamentos proveedores de ayuda. El Departamento de Abuso de Sustancias y la Administración de Servicios de Salud también provee un Localizador de Servicios para el tratamiento de salud, para personas que buscan las instalaciones que tratan problemas con el abuso de sustancias y adicción. Visite www.findtreatment.samhsa.gov, o llame al la línea directa al 1-800-662-HELP para encontrar ayuda cerca de usted.

Síguenos en @TheGenRx



Traído a usted por:



THE OHIO STATE UNIVERSITY
COLLEGE OF PHARMACY



CardinalHealth™
FOUNDATION