

EL ERROR EN LA PRÁCTICA MÉDICA

UNA GUÍA PARA MEDIR LOS BENEFICIOS Y RIESGOS DE LOS MEDICAMENTOS

Aunque los medicamentos pueden hacer que se sienta mejor y lo ayuden a mejorar, es importante que sepa que **TODOS** tienen riesgos y beneficios. Los **beneficios** son los efectos útiles cuando los usa, como bajar la presión arterial, curar una infección o aliviar el dolor. Los riesgos de los medicamentos son los chances de que algo no deseado o inesperado le ocurra cuando los usa. Los riesgos pueden ser cosas poco serias como molestia estomacal o más serias como daño del hígado.

Cuando los beneficios del medicamento sobrepasa los riesgos conocidos, la *US Food and Drug Administration* (FDA) considera que es lo suficientemente segura para aprobarla. Pero antes de usar cualquier medicina – como muchas cosas que Ud hace cada día- Ud. debería pesar los beneficios y los riesgos a fin de tomar la mejor decisión para Ud.

Hay varios tipos de riesgos con el uso de medicamentos:

1. La posibilidad de una peligrosa interacción entre el medicamento una comida, bebida, suplemento dietético (incluyendo vitaminas y medicamentos naturales), u otro medicamento. Combinaciones de cualquiera de esos productos podría incrementar el chance de que pueda haber interacciones.
2. El chance que el medicamento pueda no funcionar como se esperaba.
3. La posibilidad que el medicamento pueda causar problemas adicionales.

Por ejemplo, cada vez que Ud. maneja un carro hay riesgos- la posibilidad de que cosas no deseadas o inesperadas ocurran. Podría tener un accidente, que cause daño costosos a su carro, o lesiones a Ud. o a sus seres queridos. Pero también hay beneficios de manejar un carro; puede ir más lejos, más rápido que caminando, traer a la casa más cosas del mercado, viajar en clima frío o caliente con comodidad.

Para obtener los beneficios de manejar un carro, Ud. pesa los riesgos. Considera la condición de su carro y la carretera, por ejemplo antes de decidir hacer un viaje. Lo mismo es cierto antes de usar cualquier medicamento. La decisión para tomar un medicamento implica pesar los efectos útiles y los posibles efectos indeseables.

CARRO

Llevar cinturón de seguridad
 Manejar a la defensiva
 Obedecer los límites de velocidad
 Evitar alcohol u otros medicamentos que afecten su capacidad de manejar
 Mantener su carro en buen estado

MEDICAMENTO

Hablar con su médico
 Conocer sus medicinas
 Leer la etiqueta y seguir instrucciones
 Evitar interacciones
 Vigilar los efectos del medicamento

Pesando los riesgos, tomando la decisión

La decisión riesgo/ beneficio es a veces difícil de tomar. La mejor elección depende de su situación particular.

Ud. debe decidir que riesgos puede y debe aceptar a fin de obtener los beneficios que Ud. quiere. Por ejemplo, ante una enfermedad con riesgo de muerte, Ud. podía escoger aceptar mas riesgo en la esperanza de obtener los beneficios de una cura o de vivir larga vida. Por otro lado, si Ud. enfrenta una enfermedad menor, Ud. podría decidir que quiere tomar muy poco riesgo. En muchas situaciones, el sabio consejo de su médico, farmacéutico u otro profesional de salud puede ayudarle a tomar la decisión.

Aquí tiene unas recomendaciones para bajar los riesgos y obtener los beneficios completos de los medicamentos.

HABLE con su médico, farmacéutico u otro profesional de salud

1. Mantenga al día una lista de **todos** los medicamentos, suplementos dietéticos que usa, aunque sea ocasionalmente.
2. Comparta esta lista con **todos** sus médicos.
3. Diga cualquier alergia o hipersensibilidad que pueda tener.
4. Diga cualquier cosa que pudiera afectar su habilidad para tomar los medicamentos como dificultad para deglutir o recordar tomarlos.
5. Diga si Ud. está o pudiera quedar embarazada, o si Ud. está lactando.
6. Siempre pregunte acerca de cualquier duda o preocupación que pueda tener.

CONOZCA sus medicamentos con prescripción o sin ella

1. El nombre comercial y genérico
2. Cómo lucen sus medicamentos
3. Cómo se guardan apropiadamente
4. Cuándo, cómo y por cuánto se usan
5. Cómo y bajo que condiciones debería suspenderlos.
6. Qué hacer si pierde una dosis
7. Qué se supone deben hacer los medicamentos y cuando esperar los resultados
8. Efectos colaterales e interacciones
9. Siempre pida información escrita acerca de sus medicamentos

LEA la etiqueta y siga las instrucciones

1. Asegurarse que entiende las indicaciones; pregunte si Ud. tiene preguntas o preocupaciones.
2. Siempre verifique que Ud. tiene la medicina correcta.
3. Mantenga los medicamentos en sus envases con sus etiquetas originales, siempre que sea posible.
4. Nunca coloque diferentes medicamentos en el mismo envase.
5. Lea y siga las indicaciones en la etiqueta y las indicaciones de su médico, farmacéutico, u otros profesionales de salud. Si Ud. suspende el medicamento o que quiere usar el medicamento de un modo diferente al indicado, consulte con sus proveedores de atención médica.

EVITE interacciones

1. Pregunte si hay interacciones con cualquier otra medicina o suplementos dietéticos (incluyendo vitaminas o medicamentos naturales), bebidas, o comidas.
2. Use la misma farmacia para todos sus medicamentos siempre que sea posible.
3. Antes de comenzar cualquier medicamento nuevo o suplemento dietético pregunte de nuevo si hay posibles interacciones con lo que está usando actualmente.

VIGILE los efectos de sus medicamentos... y los efectos de otros productos que Ud. usa.

1. Pregunte si hay algo que Ud. puede hacer algo minimizar para los efectos colaterales, tales como comer antes de tomar una medicina para evitar la molestia estomacal.
2. Ponga atención a cómo se está sintiendo; anote todos los cambios. Escriba los cambios para recordar decirle a su médico, farmacéutico u otro profesional de la salud.
3. Sepa que hacer si Ud. experimenta efectos colaterales y cuando notificarlos a su médico.
4. Sepa cuando Ud. debería notar una mejoría y cuando reportar si empeora.

Tomado y traducido de: National Patient Safety Foundation
<http://www.npsf.org/download/ThinkitThrough.pdf>

XP/2007

“Cómo mejorar la práctica médica”

Facultad de Medicina, ULA.