

Tu Salud en Baltimore

Adhesión a la medicación (Medication Adherence)

Adriana Andrade, MD
Médico, Investigadora,
Departamento de Enfermedades
Infecciosas
Universidad de Johns Hopkins



¿Qué es la adhesión a la medicación (medication adherence)?

La adhesión a la medicación significa tomarse la dosis correcta del medicamento cada vez, tal y como fue prescrita por su doctor.

¿Qué pasa si no me adhiero a mis medicinas?

Si no toma sus medicinas como fueron prescritas, es probable que su condición médica no mejore. En algunos casos, adhesión baja a medicamentos puede llevar a fallo en el tratamiento. Por ejemplo, adhesión baja en pacientes VIH positivos a su terapia antirretroviral, puede causar que el virus se vuelva resistente a las medicinas y llevar al fallo del tratamiento.

¿Cuáles son las causas de la baja adherencia a las medicinas?

Hay algunas situaciones que pueden llevar a la adhesión baja a las medicinas. Algunos ejemplos seleccionados incluyen:

Farmacia múltiple: adhesión baja a los medicamentos está a menudo asociada con la necesidad de un mayor número de medicinas. Por tanto, a más medicinas prescritas, más alta es la oportunidad de falta de adhesión. **Requisitos de dosis:** los pacientes que toman medicinas una vez al día, tienen mayor probabilidad de adherirse a su medicamento que aquellos que toman medicinas dos o más veces al día. También, los pacientes a menudo tienen menos adhesión a las medicinas que requieren ser tomadas con el estómago vacío o con comida, que aquellos que no tienen requisitos de comida.

Efectos secundarios: cuando los pacientes experimentan efectos secundarios asociados con el tratamiento, son menos propensos a tomar sus medicinas. **Depresión y abuso de sustancias:** la depresión no tratada y el abuso activo de sustancias, son condiciones conocidas que afectan negativamente la habilidad del paciente para adherirse a sus medicamentos.

Conocimiento: la falta de entender sobre la importancia de la adhesión a las medicinas y como tomarlas con prescripción médica, pueden afectar negativamente el comportamiento al tomar un medicamento.

¿Qué puedo hacer para mejorar la adhesión a las medicinas?

Asegúrese que entiende como tomar la medicina.

Haga saber a su médico si tiene problemas con la adhesión a la medicación.

Hable con su doctor sobre los efectos secundarios comunes asociados con las medicinas y qué hacer en caso de tener síntomas de los efectos secundarios.

Si tiene depresión y/o está luchando con el abuso de sustancias, hable con su doctor sobre opciones de tratamiento para estas condiciones, ya que pueden afectar negativamente a su adhesión a las medicinas.

Pida ayuda a sus amigos y familiares para tomar las medicinas de manera correcta.

Use los teléfonos celulares, relojes de alarma u otros dispositivos electrónicos para recordarse que debe tomar las medicinas.

Intente asociar una hora para tomar las medicinas con una actividad que haga diariamente como un recordatorio de su adhesión. Por ejemplo, si toma medicinas en la mañana o en la tarde, puede usar el cepillado de sus dientes como un recordatorio.

Siempre traiga los medicamentos a las citas con su doctor para asegurarse que su lista encaja con los que está incluido en su historial médico. Esto debería incluir vitaminas y medicamentos sin receta que haya estado usando.

Hable con su doctor sobre las opciones para reducir el número de medicamentos y la frecuencia de la dosis cuando sea posible.

Algunas clínicas y otros centros de salud ofrecen apoyo a la adhesión a las medicinas a los pacientes. Averigüe si estos servicios están disponibles para usted.

Resumen

La adhesión a las medicinas es crucial para el éxito del tratamiento. Tenga una comunicación clara y continua con su doctor sobre cualquier dificultad que pueda estar teniendo con su adhesión para resolver barreras al comportamiento para tomar la medicación.

Traducción: Centro Sol



Media Partners:

