

La seguridad de los gabinetes de medicamentos

Manténgase usted y su familia a salvo al descartar medicamentos viejos

Si usted tiene medicinas en su gabinete de medicamentos o en casa que han estado ahí por años, es hora de deshacerse de ellos.

Hay varias razones del por qué no debe mantener o tomar medicamentos viejos.

- Las medicinas por prescripción médica se mandan por razones específicas. Aún cuando usted piense que tiene la misma enfermedad que antes, usted no debe tomar medicamentos viejos.
- Usted puede estar tomando otros medicamentos o productos que no requieren prescripción, como los suplementos dietéticos, vitaminas, hierbas, desde la última vez que le prescribieron un medicamento. Hay un riesgo real de mezclar dos medicamentos, lo que lo puede enfermar. Por ejemplo, la hierba St. John's puede reducir la efectividad de los medicamentos para el VIH y los contraceptivos, así como las drogas para el corazón, el cáncer, la depresión y las convulsiones.
- Las medicinas vencidas son menos efectivas. El tomar medicinas viejas que ya no deben tener toda su efectividad puede conllevar a que otros medicamentos no funcionen en el futuro. En otras palabras, usted le está dando a las bacterias la oportunidad de hacerse más fuertes ya que usted no está tomando la dosis completa, efectiva que mataría las bacterias.

Signos indicativos de los medicamentos son viejos

- Revise los envases de las medicinas buscando humedad. Si se almacenan sobre la cocina u otra área caliente o cerca del lavaplatos o un lugar con mucha humedad, los cambios de temperatura pueden destruir la medicina.
- Los medicamentos líquidos se pueden separar con el paso del tiempo, lo que hace que pierdan su efecto. Fíjese si la medicina parece estar ligada o si se ve como dos líquidos diferentes en el envase. Sólo los medicamentos bien mezclados deben tomarse.

- Verifique la fecha de cada medicamento. Una regla de oro es que la mayoría de los medicamentos son buenos por un año.
- Si ya no puede leer la etiqueta del medicamento, definitivamente deséchelo. Usted nunca debe tomar un medicamento del que no está seguro qué es.

Descarte con precaución

Haga lo que haga, nunca descarte sus medicamentos por el inodoro. Usted puede preguntarle a su farmacéutico cómo descartarlos. Algunas farmacias se quedarán con sus medicamentos viejos; pero si no lo hacen, pueden decirle cómo librarse de ellos. De igual forma, su departamento local de manejo de desechos sólidos o la agencia legal local debe saber el método para su área de deshacerse de ellos.

Si usted quiere hacerlo por si mismo, machaque todas las tabletas o cápsulas abiertas o líquidos y mézclelos con excremento de gatos, café, usado aserrín, o harina de trigo para prevenir un mal uso. Luego séllelos en una bolsita de plástico o caja de leche. Sólo entonces puede usted tirarlos a la basura.

Fuentes: Asociación Americana de Farmacéuticos, Healthforums.com, la escuela Purdue de Farmacia y Ciencias Farmacológicas.

Compilado por Gail O. Guterl, editor de *ADVANCE*.



Notas
