

## Adherencia al tratamiento Consejos para un correcto cumplimiento terapéutico

- Entendemos como adherencia al tratamiento al grado de concienciación de ese paciente (en relación a los medicamentos que debe tomar, el seguimiento de la dieta o a los cambios de que debe hacer en su estilo de vida) hacia las recomendaciones que le hacen los profesionales de la salud que le atienden.
- El objetivo es obtener la máxima eficacia de los medicamentos y un buen control de la enfermedad

### ¿Qué debemos saber?

- **Que** medicamentos debe tomar.
- **Porque** los debe tomar
- **Cuando y como** los debo tomar.
- **Hasta cuando** los debo tomar.

### ¿Qué debemos recordar?

- La medicación debe estar indicada por un profesional sanitario
- Recomendamos que tenga un listado actualizado del tratamiento que sigue, incluyendo la medicación, los suplementos dietéticos y plantas medicinales.
- Si tiene alergia a medicamentos
- Si el medicamento tiene alguna recomendación especial

### ¿Qué tenemos que hacer si...?

- *Olvida una dosis:*
  - Tome la dosis olvidada tan pronto como sea posible, pero si la dosis olvidada se encuentra más próxima a la siguiente toma, espérese a la siguiente dosis. **NO DUPLIQUELA DOSIS.**
- *Observa un efecto no deseado:*
  - Consulte a su médico o farmacéutico.
  - Acuda a urgencias si los síntomas no mejoran.
  - No finalice el tratamiento si no se lo ha indicado un profesional de la salud.

### Consejos para mejorar el cumplimiento terapéutico

- Adaptar el horario de la toma a nuestra rutina diaria
- Utilizar sistemas que nos ayuden a recordar la toma: calendarios, alarmas, aplicaciones para teléfonos móviles...
- Utilizar sistemas personalizados de dosificación o pastilleros



*"Cuando más **aprenda** sobre sus problemas de salud y su tratamiento, más podrá **participar activamente** en el cuidado de su salud y así detectar y **prevenir errores** con su medicación"*

Ante cualquier duda o consulta, utilice la dirección de correo electrónico: Servei de Farmàcia de l'Hospital General de Catalunya: [farmaciahgc@hgc.es](mailto:farmaciahgc@hgc.es)