

## 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  
TOMA, PARA QUÉ SIRVEN

POR QUÉ DEBO  
TOMAR

CUANDO Y  
COMO

HASTA CUANDO

### ¿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"

Cualquier duda o consulta, puede remitirla al Servicio de Farmacia del Hospital  
Universitari General de Catalunya enviando un email: [farmaciahgc@quironsalud.es](mailto:farmaciahgc@quironsalud.es)