

¿Es seguro su gabinete de medicamentos?

Abuso de analgésicos, medicamentos y medicamentos de venta libre

¿Por qué debe preocuparse?

HECHO: entre las personas de 12 años de edad o más, que utilizaron analgésicos en forma no médica el año pasado, se estima que un 70 % obtuvieron estos de un amigo o familiar. (NSDUH 2011)

HECHO: durante el 2011, el uso no médico de medicamentos con receta médica entre los jóvenes y los jóvenes adultos de 12 a 25 años fue la segunda categoría de drogas ilícitas más importante, siendo la marihuana la primera. (NSDUH 2011)

HECHO: de acuerdo con la Red Federal de Alerta sobre el Abuso de Medicamentos (Federal Drug Abuse Warning Network), las visitas a las salas de emergencias debido al abuso de medicamentos con receta médica fueron más que las visitas debido a abuso de marihuana y heroína, combinadas.

HECHO: los jóvenes adultos entre los 18 y los 24 años de edad están especialmente en riesgo, con aumento en las admisiones para tratamiento de heroína/opioides en todo el Estado. En particular, el norte de Nueva York (222 % de aumento en las admisiones) y Long Island (242 % de aumento), los cuales han sido azotados fuertemente por este problema. (NYS Client Data System)

HECHO: al comparar el 2007 con el 2012, la cantidad de personas que había usado heroína en los últimos 30 días fue más del doble en todo el país (161,000 a 335,000). (NSDUH 2012)

HECHO: el porcentaje de estudiantes de secundaria del Estado de Nueva York que informaron sobre su consumo de heroína fue más del doble cuando se compara el del 2005 y el del 2011 (1.8 % a 4 %). (Encuesta de comportamiento riesgoso en los jóvenes (Youth Risk Behavior Survey (YRBS)))

Uno de los aspectos más sorprendentes del uso incorrecto de medicamentos con receta médica ha sido el aumento en el abuso de analgésicos, lo cual puede conducir al uso de heroína. El abuso de medicamentos con receta médica es el uso de un medicamento con receta médica en una forma que no es la recetada por un profesional de la atención médica. Esto incluye utilizar la receta médica de alguien más o utilizar su propia receta médica en una forma que no es la indicada por su médico.

La mayoría de personas toma sus medicamentos con receta médica en forma responsable, bajo el cuidado de un médico. Sin embargo, ha habido un aumento constante en el uso no médico de estos medicamentos, principalmente por adolescentes. Parte del problema es la disponibilidad de los medicamentos (de venta libre y con receta médica) en los gabinetes familiares de medicamentos a los que los niños, adultos, ancianos y visitantes tienen fácil acceso. Las personas a menudo creen en forma errónea que estos medicamentos son seguros porque han sido aprobados por la FDA y recetados por un médico. El uso no médico de ciertos medicamentos con receta médica puede causar adicción.

¿Qué puede hacer?

Edúquese

- Esté alerta a los medicamentos en su hogar. Tenga conversaciones abiertas sobre el uso adecuado comparado con el uso inadecuado de medicamentos. Informe a sus amigos y familiares que el abuso de medicamentos puede ser tan peligroso como consumir drogas ilegales.
- Pregunte a su proveedor de atención médica si alguno de los medicamentos con receta médica para su familia tiene un potencial de abuso.
- Familiarícese con las señales de advertencia del abuso de medicamentos con receta médica y de venta libre. Las señales de alarma pueden ser de comportamiento y físicas y pueden incluir aislamiento de actividades normales, irritabilidad, solicitudes inusuales de dinero, cambios inexplicables en amigos e infecciones nasales o sinusitis frecuentes.

Comuníquese con su familia

- Recuerde a los miembros de la familia en su hogar que muchos medicamentos no se mezclan bien con el alcohol u otros medicamentos, incluso remedios de hierbas.
- Enseñe a sus adolescentes y niños más pequeños que respeten los medicamentos. Los medicamentos son herramientas importantes en la atención médica pero deben utilizarse conforme a las instrucciones.
- Establezca expectativas claras con sus adolescentes y hágales saber que bajo ninguna circunstancia deberían tomar medicamentos sin su conocimiento.



Elaborado por el Departamento de Salud del Estado de Nueva York
1005 (Spanish) y la Oficina del Estado de Nueva York de Servicios Contra
el Alcoholismo y el Abuso de Sustancias

8/14

¿Cómo puede usar su inventario del gabinete de medicamentos?

- Enumere todos los medicamentos, incluso los de venta libre.
- Incluya la fecha de compra y la cantidad.
- Incluya la dosis recomendada. Nunca aumente o disminuya las dosis sin hablar con su médico.
- Mantenga todos los medicamentos fuera del alcance de los niños pequeños y adolescentes.
- Para desechar los medicamentos no utilizados o que ya vencieron, deseche los medicamentos en la caja de desecho comunitaria o bien, antes de tirarlos en la basura, mézclelos con arena de gatos ya utilizada, con residuos de café molido o aserrín para que sean menos atractivos.

Un inventario del gabinete de medicamentos

Utilice el siguiente cuadro para ayudarse a controlar los medicamentos en su gabinete de medicamentos.

Enumere el nombre y potencia de los medicamentos con receta médica y sin receta médica. Incluya la fecha de suministro, la fecha de expiración y la cantidad original. Una vez a la semana, cuente las pastillas que le quedan y marque la fecha.

Medicamento Nombre y potencia	Fecha de suministro	Fecha de vencimiento	Cantidad original	Cantidad restante			
				Fecha	Fecha	Fecha	Fecha

Las siguientes organizaciones ofrecen información y recursos que pueden ayudarle a usted y su familia.



1-877-8-HOPENY

Find Help for **1-877-846-7369**
Alcoholism, Drug Abuse, Problem Gambling



Oficina del Estado de Nueva York de Servicios Contra el Alcoholismo y el Abuso de Sustancias www.oasas.ny.gov



Departamento de Salud del Estado de Nueva York
www.health.ny.gov



www.combatheroin.ny.gov