

# Lo que debe saber acerca de las medicinas que no requieren receta y las interacciones farmacológicas

Elaborado por la Asociación Americana de Farmacéuticos. Mejorando el uso de medicamentos. Avanzando la atención a pacientes.

Cada día, millones de estadounidenses usan medicinas que no requieren receta (también llamadas de venta libre) para aliviar el dolor de cabeza o la artritis, la tos y los resfriados, la gripe y el malestar de estómago. Estas medicinas son eficaces, se consiguen fácilmente y además resultan cómodas y costo-efectivas.

## ¿Sabe usted todo lo que debería saber acerca de las medicinas que no requieren receta?

Las medicinas que se venden sin receta son medicamentos verdaderos. En realidad, muchas de las medicinas que hoy no requieren receta, antes se compraban sólo con receta.

De manera que es importante tratar a todas las medicinas con seriedad y leer todas las instrucciones cuidadosamente. Esto puede ayudarle a evitar problemas que pueden presentarse con todas las medicinas, incluidas las que se venden sin receta.

## ¿Qué son las interacciones farmacológicas?

Uno de los problemas que pueden presentarse es la interacción farmacológica. Existen tres clases principales de interacción farmacológica.

La interacción entre fármacos se produce cuando un fármaco interactúa o interfiere con otro fármaco. Esto modifica la manera en que uno de ellos (o los dos) actúan en el organismo, y también puede ser causa de efectos colaterales inesperados. Las medicinas involucradas pueden ser de venta libre o recetadas. Hasta puede tratarse de vitaminas y productos derivados de hierbas.

A veces, cuando dos fármacos interactúan, el efecto general de uno de ellos, o de ambos, puede ser mayor que el deseado. Por ejemplo, tanto la aspirina como los anticoagulantes como la warfarina (Coumadin®), sirven para prevenir que se formen coágulos en la sangre. El uso de las dos medicinas juntas puede provocar sangrado excesivo.

Otras veces, el efecto general de uno de ellos, o de ambos, puede ser menor que el deseado. Por ejemplo, ciertos antiácidos pueden hacer que muchas medicinas (como los antibióticos, los anticoagulantes y las medicinas para el corazón) no se absorban bien hacia la corriente sanguínea. Si esto ocurre, es posible que estas medicinas no actúen en forma adecuada o no actúen del todo.

Las interacciones entre los fármacos y los alimentos se producen cuando la medicina recetada o de venta libre interactúa o interfiere con algo que usted come o bebe. Por ejemplo, tomar jugo de toronjas a la misma vez que algunas medicinas puede aumentar los niveles de estas en la sangre.

Las interacciones entre los fármacos y las enfermedades se producen cuando la medicina recetada o la medicina que no requiere receta interactúa o interfiere con una enfermedad o condición que usted tiene. Por ejemplo los descongestivos, que se incluyen en muchos remedios

*Esta información ha sido desarrollada y difundida por la Asociación Americana de Farmacéuticos mediante un subsidio educativo de Johnson & Johnson-Merck.*



## Lo que debe saber acerca de las medicinas que no requieren receta y las interacciones farmacológicas

para el resfriado, pueden causar aumento de la presión arterial. Esto puede ser peligroso para las personas que tienen la presión arterial elevada.

### Prevención de las interacciones farmacológicas

El riesgo de sufrir una interacción farmacológica depende en gran medida del número de medicinas que usted está tomando. Afortunadamente, la mayoría de dichas interacciones se pueden evitar. Tomando algunas precauciones simples, usted puede proteger su salud y evitar problemas serios.

1. **Lea las etiquetas de todas las medicinas que se venden sin receta.** Busque la sección llamada “Drug Interaction Precaution” (Precauciones contra las interacciones farmacológicas). Si no la ve, no piense que las interacciones no pueden producirse. Lea toda la información cuidadosamente para estar seguro.
2. **Informe a todos los médicos y farmacéuticos que visita todas las medicinas recetadas y las medicinas que no requieren receta que está tomando.** Use el Registro Personal de Medicinas incluido en este folleto para anotar las medicinas que está usando. Asegúrese de incluir las que toma todos los días, así como las que usa sólo ocasionalmente. Si toma vitaminas o productos derivados de hierbas, asegúrese de escribirlos también.  
  
Comparta su Registro Personal de Medicinas con su(s) médico(s) y farmacéutico(s) cada vez que los visite. El registro completo de todo lo que está tomando ayudará al farmacéutico y al médico a descubrir cualquier interacción posible. Mantenga actualizado su Registro Personal de Medicinas, ingresando todas las medicinas, vitaminas o productos derivados de hierbas que haya empezado a tomar.
3. **Antes de tomar cualquier medicina nueva, hable con el médico o el farmacéutico.** Pregúntele si es seguro tomar la medicina nueva junto con otras medicinas prescritas o que no requieren receta, vitaminas o productos derivados de hierbas que ya está tomando. Averigüe si debe evitar algún alimento, bebida o

medicamento mientras está tomando la medicina nueva. Nunca use medicinas que le hayan recetado a otra persona, aún si esa persona parece tener los mismos problemas de salud que usted tiene.

4. **Consulte a su médico o farmacéutico acerca de las medicinas que no requieren receta.** Ellos le ayudarán a elegir la medicina que mejor se ajusta a las necesidades de su salud. Si le es posible, compre sus medicinas que no requieren receta en la misma farmacia donde adquiere sus medicinas recetadas. De ese modo, el farmacéutico podrá revisar su Registro Personal de Medicinas para ver si las medicinas que no requieren receta que usted compra pueden interactuar con las medicinas recetadas que está tomando.

### ¿Cómo usar sabiamente sus medicinas?

#### Lo que debe hacer

- Lea los envases y las etiquetas de todas las medicinas que no requieren receta.
- Asegúrese de que su médico o farmacéutico tengan la lista completa de las medicinas recetadas y que no requieren receta, las vitaminas y los productos derivados de hierbas que usted usa todos los días o de vez en cuando.
- Trate de ir a la misma farmacia para adquirir todas sus medicinas, recetadas o de venta libre.
- Consulte a su médico o farmacéutico para que le ayuden a elegir las medicinas que no requieren receta que son más adecuadas para usted.
- Reporte a su médico o farmacéutico cualquier efecto colateral o problema que tenga después de haber tomado medicinas recetadas o que no requieren receta, vitaminas o productos derivados de hierbas.

#### Lo que no debe hacer

- No tome medicinas recetadas y que no requieren receta a la misma vez, a menos que se lo indique el médico o farmacéutico.
- No tome ninguna medicina que le hayan recetado a otra persona.