MEDICAMENTOS:
ÚSALOS DE FORMA SEGURA

Consejos sencillos para cuidar tu salud y la de tu familia



TU SALUD MERECE UN USO SEGURO

Para cuidar tu salud, usa cada medicamento tal como te lo indicó el médico o químico farmacéutico. Pregunta si algo no te queda claro.

No te quedes con dudas: pide orientación.

¿Por qué es importante USARLOS BIEN?

Usar un medicamento de manera incorrecta puede causar efectos no deseados, interacciones o hacer que el tratamiento no funcione como se espera. Lee las indicaciones y no te automediques.

4 PASOS PARA USAR TUS MEDICAMENTOS CON SEGURIDAD

1 Usa medicamentos indicados para ti

No compartas recetas ni tomes medicamentos indicados a otra persona.
Aunque tengan síntomas parecidos, pueden necesitar tratamientos diferentes.



2 Respeta la dosis y los horarios

Toma la cantidad, a la hora y durante el tiempo que te indicaron. No aumentes ni reduzcas la dosis por tu cuenta. Si olvidas una toma, pregunta cómo actuar; no dupliques la siguiente.



3 Usa antibióticos solo si te los indican

Los antibióticos sirven para tratar algunas infecciones causadas por bacterias. No curan resfriados ni gripe, que generalmente son causados por virus. Sigue la indicación recibida y no compartas ni guardes sobrantes.



4 Guárdalos correctamente

Conserva los medicamentos en su envase original, en un lugar seco y fuera del alcance de los niños. No todos necesitan refrigeración: revisa el envase o consulta en farmacia. No uses medicamentos vencidos.



CENTRO REGIONAL DE INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS (CRIM)
Jr. Julio C. Tell o N.° 488, El Tambo - Huancayo 929 409 601 ltocas@diresajunin.gob.pe

INFORMATE ANTES DE
TOMAR UN MEDICAMENTO

Consejos sencillos para cuidar tu salud y la de tu familia

Mitos y realidades
SOBRE LOS MEDICAMENTOS

Lo que se suele creer	Lo que debes saber
"Si tomo el doble, me curaré más rápido".	Tomar más cantidad no acelera la mejoría y puede causar una intoxicación o efectos graves. Respeta la dosis indicada.
"Los antibióticos curan la gripe".	No. Los antibióticos actúan contra bacterias, no contra virus. No los uses para gripe o resfriado salvo otra indicación profesional.
"Si es natural, no hace daño".	Las plantas y productos naturales también pueden causar reacciones o interactuar con medicamentos. Consulta antes de combinarlos.
"Si venció hace poco, todavía sirve".	No lo uses después de la fecha de vencimiento. Su calidad y eficacia ya no están garantizadas.

Evita automedicarte

Consulta antes de tomar un medicamento, especialmente en estos casos:

- Estás embarazada o dando de lactar.
- El medicamento será para un niño o una persona mayor.
- Tienes una enfermedad crónica, como diabetes o hipertensión.
- Tienes alergias o ya tomas otros medicamentos.



¿Qué hacer con losmedicamentos VENCIDOS O QUE YA NO UTILIZAS?

No los arrojes al inodoro, al lavadero ni a la basura común. Llévalos a un punto de acopio autorizado para medicamentos vencidos.

Pregunta en tu establecimiento de salud por el punto de acopio más cercano.



TU CENTRO DE INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS (CRIM)

El CRIM brinda orientación e información clara para resolver tus dudas sobre:

- Uso correcto de medicamentos.
- Posibles efectos no deseados.
- Interacciones con alimentos y otros medicamentos.
- Conservación adecuada.



¡ATENCIÓN!
Si presentas una reacción inesperada, busca orientación. Si tienes dificultad para respirar, hinchazón de la cara o lengua, o desmayo, acude de inmediato a emergencia.

CENTRO REGIONAL DE INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS (CRIM)
Jr. Julio C. Tell o N.° 488, El Tambo - Huancayo 929 409 601 ltocas@diresajunin.gob.pe