

Los Medicamentos

LOS MEDICAMENTOS Y LAS PERSONAS DE EDAD AVANZADA

La mayoría de las personas de edad avanzada toman medicamentos, ya sean de venta libre o recetados. Entérese de cómo tomarlos para que no perjudiquen su salud.

LA RELACIÓN ENTRE LOS ALIMENTOS Y LOS MEDICAMENTOS

Los alimentos y los medicamentos son importantes para la salud, pero cuando se los ingiere conjuntamente pueden provocar efectos no deseables.

Los medicamentos pueden influir sobre la ingesta de alimentos.

- Los medicamentos pueden influir en el apetito.
- Los medicamentos pueden cambiar el sabor o el olor de los alimentos.
- Los medicamentos pueden provocar náusea o vómitos.
- Algunos medicamentos deben tomarse con el estómago vacío, otros con las comidas.
- Beber alcohol mientras se está tomando medicamentos puede ser perjudicial.

Los alimentos pueden influir sobre el efecto de los medicamentos.

- Algunos alimentos influyen sobre la absorción de los medicamentos.
- Algunos alimentos pueden causar efectos no deseables cuando se los combina con ciertos medicamentos.



SOLICITE CONSEJO MÉDICO ESPECÍFICO

Tome los medicamentos como se los hayan recetado.

Pregúntele a su médico o farmacéutico:

- A qué hora del día debe tomar los medicamentos.
- Si debe dejar de comer algún alimento específico cuando los toma.
- Si necesita suplementos nutricionales mientras toma los medicamentos.
- Qué posibles efectos secundarios pueden causarle.
- Si la dosis de los medicamentos ingeridos a largo plazo debe modificarse con el transcurso del tiempo.



Infórmele al médico o al farmacéutico de:

- Todos los medicamentos que toma (de venta libre y recetados).
- Los suplementos nutricionales que toma.
- Los síntomas que tiene después de ingerir ciertos alimentos.

Solicite que pongan sus medicamentos en envases grandes que sean fáciles de abrir.

Asegúrese de que las etiquetas sean fáciles de leer.

MÁS INFORMACIÓN

Food and Drug Administration (FDA)

Medications and Older People

Website: www.pueblo.gsa.gov/cic_text/health/meds4old/697_old.html