

► Puede descargar un minipóster GRATUITO de la etiqueta *Información sobre el medicamento* en scholastic.com/OTCmedsafety.

HOJA DE RECURSOS PARA LA FAMILIA 1 • LEA LA ETIQUETA PRIMERO

LA IMPORTANCIA DE LA ETIQUETA

La etiqueta *Información sobre el medicamento* aparece en todos los medicamentos de venta libre (OTC) —es decir, que pueden comprarse en tiendas sin la receta de un médico—, desde enjuagues bucales y analgésicos hasta protectores solares. La etiqueta *Información sobre el medicamento* es una etiqueta estandarizada que aparece en los medicamentos de venta libre y es exigida por la Administración de Medicamentos y Alimentos (FDA). Permite comprender la acción terapéutica de los medicamentos de venta libre que toman los miembros de su familia, quiénes deben tomarlos y cómo usarlos de forma segura. A continuación, se presenta un resumen de cada una de las secciones de la etiqueta *Información sobre el medicamento*.

► 1. INGREDIENTES ACTIVOS

Nombres de los ingredientes activos del medicamento y su función (p. ej., aliviar el dolor, bajar la fiebre o cortar la tos). Algunos medicamentos tienen más de un ingrediente activo.

► 2. USOS

Síntomas que trata el medicamento.

► 3. ADVERTENCIAS

Otros medicamentos que no deben tomarse junto con este, efectos secundarios que puede ocasionar el medicamento y otros datos importantes relacionados con la seguridad.

► 4. INDICACIONES

Cantidad de medicamento (dosis) que se debe tomar, frecuencia con la cual se lo debe tomar, y cuánto se puede tomar en un mismo día.

Información sobre el medicamento

| 1 | Ingredientes activos Medicamento 100 mg antitusivo Medicamento 150 mg descongestivo nasal | Acción terapéutica | | | | | | | | |
|--|--|---------------------------|-------|--|--|---------------------------------|---|-------------------------|------------------------|--|
| 2 | Usos Alivio temporal de lo siguiente: ■ tos causada por una leve irritación de los bronquios y de la garganta ■ congestión nasal | | | | | | | | | |
| 3 | Advertencias No utilizar en caso de haber sufrido una reacción alérgica a este producto o a cualquiera de sus ingredientes. Consulte con un médico antes de usarlo si padece enfermedad hepática o renal. El médico debe determinar si usted necesita una dosis diferente. Al utilizar este producto, tenga en cuenta lo siguiente: ■ Puede experimentar somnolencia. ■ Tenga cuidado al conducir un vehículo motorizado u operar máquinas. ■ Puede presentarse excitabilidad, especialmente en niños. Interrumpa el uso y solicite asistencia médica de inmediato si se produce una reacción alérgica. Mantenga fuera del alcance de los niños. En caso de sobredosis, solicite asistencia médica o póngase en contacto con el centro de toxicología local llamando al número 1-800-222-1222. | | | | | | | | | |
| 4 | Indicaciones ■ El comprimido se disuelve en la boca. Se puede tomar con agua o sin ella. | | | | | | | | | |
| | <table border="1"> <thead> <tr> <th>Edad</th> <th>Dosis</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>adultos y niños de 12 años en adelante</td> <td>2 comprimidos cada 12 horas; no tomar más de 4 comprimidos en un período de 24 horas</td> </tr> <tr> <td>niños de 6 a 11 años, inclusive</td> <td>1 comprimido cada 12 horas; no tomar más de 2 comprimidos en un período de 24 horas</td> </tr> <tr> <td>niños menores de 6 años</td> <td>consulte con un médico</td> </tr> </tbody> </table> | Edad | Dosis | adultos y niños de 12 años en adelante | 2 comprimidos cada 12 horas; no tomar más de 4 comprimidos en un período de 24 horas | niños de 6 a 11 años, inclusive | 1 comprimido cada 12 horas; no tomar más de 2 comprimidos en un período de 24 horas | niños menores de 6 años | consulte con un médico | |
| Edad | Dosis | | | | | | | | | |
| adultos y niños de 12 años en adelante | 2 comprimidos cada 12 horas; no tomar más de 4 comprimidos en un período de 24 horas | | | | | | | | | |
| niños de 6 a 11 años, inclusive | 1 comprimido cada 12 horas; no tomar más de 2 comprimidos en un período de 24 horas | | | | | | | | | |
| niños menores de 6 años | consulte con un médico | | | | | | | | | |
| 5 | Información adicional ■ Conservar a una temperatura de entre 20 °C-25 °C (68 °F-77 °F). ■ Mantener en un lugar seco. | | | | | | | | | |
| 6 | Ingredientes inactivos ácido cítrico anhidro, aspartamo, estearato de magnesio, maltodextrina, almidón alimenticio modificado, bicarbonato de sodio, colorante para medicamentos y cosméticos (D&C) amarillo núm. 10 | | | | | | | | | |
| 7 | ¿Preguntas o comentarios? Llame al 1-800-XXX-XXXX los días hábiles, de 9 a.m. a 5 p.m. (hora estándar del este). | | | | | | | | | |

Esta no es una etiqueta *Información sobre el medicamento* real.

► 5. INFORMACIÓN ADICIONAL

Otros datos que debe saber, por ejemplo, cómo conservar el medicamento.

► 6. INGREDIENTES INACTIVOS

Lista de conservantes, colorantes alimentarios, saborizantes u otros ingredientes que no tienen la finalidad de tratar los síntomas. Esto es importante si usted o un miembro de su familia padecen alguna alergia.

► 7. ¿PREGUNTAS O COMENTARIOS?

En algunos medicamentos, sección en la que se informa el número de teléfono de la empresa por si acaso tiene preguntas o comentarios sobre ese medicamento en particular.



PIDA AYUDA

Programe en el teléfono el número de Poison Help (Ayuda en caso de intoxicaciones): **1-800-222-1222**

Para desarrollar este material educativo, contamos con la colaboración de



► Puede descargar otras hojas de recursos GRATUITAS en scholastic.com/OTCmedsafety/parents.

HOJA DE RECURSOS PARA LA FAMILIA 2 • ADMINISTRACIÓN SEGURA

CONOZCA LA DOSIS

MIDA CUIDADOSAMENTE

Cuando toma un medicamento o lo administra a miembros de su familia, la precisión es importante. Si no se respeta la *dosis* recomendada, es posible que los medicamentos no tengan el efecto deseado o que provoquen una sobredosis.

► Consejo 1:

Tómese el tiempo necesario para leer la etiqueta y entender de qué se compone el medicamento. Siga rigurosamente las indicaciones del medicamento para su hijo. Sepa cuáles son los ingredientes activos y tenga en cuenta que dos o más medicamentos con el mismo ingrediente activo pueden ocasionar una sobredosis u otro tipo de daño.

► Consejo 2:

Muchos de los medicamentos para niños vienen con instrucciones de administración según el peso y la edad. Revise la sección “Indicaciones” de la etiqueta *Información sobre el medicamento* para determinar la dosis adecuada.

► Consejo 3:

Siempre use el dosificador que se incluye con el medicamento. Los dosificadores que vienen con distintos medicamentos no son intercambiables, aun cuando sus unidades de medida sean las mismas. Los dosificadores son específicos de cada medicamento; si utiliza otros dosificadores o herramientas de medición caseras (como cucharas de té o cucharas de cocina), es posible que administre una dosis errónea del medicamento.

► Consejo 4:

Más no es mejor y puede ser perjudicial.

Administrarle a su hijo una dosis mayor del medicamento que la recomendada no significa que se recuperará más rápidamente y, además, puede tener efectos adversos. Asegúrese siempre de leer la etiqueta y de seguir las indicaciones.

► Consejo 5:

Nunca administre a los niños medicamentos para adultos. Algunos medicamentos de venta libre no deben ser utilizados por niños y pueden ser perjudiciales para ellos.

► Consejo 6:

La comunicación entre cuidadores es fundamental.

En 2013, los centros de toxicología informaron más de 70,000 casos relacionados con errores de administración de medicamentos en niños de hasta 12 años; en este grupo etario, la principal causa de errores fue la “administración doble” accidental. Los cuidadores deben recibir instrucciones claras sobre exactamente qué medicamento administrar a su hijo, cuándo administrarlo y cuál es la dosis correcta.

En 2013, los centros de toxicología informaron más de **70,000** casos relacionados con errores de administración de medicamentos en niños de hasta 12 años.

—FUENTE: Asociación Americana de Centros de Control de Intoxicaciones (American Association of Poison Control Centers)



PIDA AYUDA

Programe en el teléfono el número de Poison Help (Ayuda en caso de intoxicaciones): **1-800-222-1222**

Para desarrollar este material educativo, contamos con la colaboración de



► Puede descargar otras hojas de recursos GRATUITAS en scholastic.com/OTCmedsafety/parents.

HOJA DE RECURSOS PARA LA FAMILIA 3 • ALMACENAMIENTO Y ELIMINACIÓN

FUERA DEL ALCANCE Y DE LA VISTA

ALMACENAMIENTO INTELIGENTE

Cada año, más de 500,000 padres y cuidadores llaman a los centros de toxicología porque un niño encontró y tomó un medicamento, o recibió una dosis errónea. Esto representa casi una llamada por minuto, por día.

► Consejo 1:

Para evitar la intoxicación por medicamentos, guárdelos en un lugar alto, fuera del alcance y de la vista de los niños. Al guardar medicamentos de venta libre (OTC) y de venta bajo receta, así como vitaminas y suplementos, elija un lugar alto que esté fuera del alcance de los niños. Esto se aplica tanto a los medicamentos para adultos como a los que son para niños.

REALIDAD: En el 86 % de las visitas a salas de urgencias debido a intoxicación por medicamentos, el niño encontró y tomó un medicamento perteneciente a un adulto*.

► Consejo 2:

Preste atención a cómo y dónde los niños encuentran los medicamentos. Los niños encuentran los medicamentos en muchos lugares, por ejemplo, en carteras y bolsos, en encimeras o mesas de luz.

REALIDAD: En el 67 % de los casos de intoxicación por medicamentos, el medicamento estaba al alcance del niño, como en un bolso, una encimera, un vestidor o en el suelo*.

► Consejo 3:

Productos como los remedios para la dermatitis del pañal o las gotas para los ojos, que es probable que usted no considere medicamentos, también deben guardarse en un lugar seguro. La mayoría de los padres comprenden la importancia de guardar los medicamentos en un lugar alto, fuera del alcance de los niños, pero es posible que no guarden en un lugar seguro productos que no consideran medicamentos.

► Consejo 4:

Cuando reciba visitas, tenga en cuenta que pueden traer medicamentos consigo. Si tiene invitados, ofrézcales guardar sus carteras y bolsos, que pueden contener medicamentos.

REALIDAD: En el 43 % de los casos, el medicamento encontrado por un niño pertenecía a un familiar, como una tía, un tío o un abuelo*.

► Consejo 5:

Cuando termine de administrar el medicamento, cierre la tapa firmemente. Si es posible, compre medicamentos con envases de seguridad, pero recuerde que eso no significa que sean a prueba de niños. Es posible que los niños curiosos encuentren y tomen los medicamentos; por lo tanto, después de cada uso, vuelva a guardarlos en un lugar alto fuera del alcance de ellos.

► Consejo 6:

Limpie el botiquín. Para conocer formas seguras de desechar los medicamentos, consulte las [pautas de la Administración de Medicamentos y Alimentos \(FDA\)](#) para la eliminación de medicamentos, lea la información de la Administración para el Control de Drogas (DEA) sobre la [iniciativa nacional de devolución de medicamentos](#) o comuníquese con el centro de toxicología llamando al número 1-800-222-1222.

Cada año, más de **60,000** niños pequeños acaban en salas de urgencias debido a que encuentran y toman medicamentos cuando sus padres o cuidadores no los ven.

—FUENTE: upandaway.org



PIDA AYUDA

Programe en el teléfono el número de Poison Help (Ayuda en caso de intoxicaciones): **1-800-222-1222**

Para desarrollar este material educativo, contamos con la colaboración de



► Puede descargar otras hojas de recursos GRATUITAS en scholastic.com/OTCmedsafety/parents.

HOJA DE RECURSOS PARA LA FAMILIA 4 • USO INDEBIDO DE MEDICAMENTOS DE VENTA LIBRE

EL USO INDEBIDO ES PELIGROSO

LOS JÓVENES Y EL USO INDEBIDO

En quinto y en sexto grado, los niños se vuelven cada vez más responsables de su cuidado personal. Es importante que controle a sus hijos y les recuerde que no deben tomar medicamentos de venta libre (OTC) sin la supervisión de un adulto. En situaciones en que los niños deben tomar medicamentos con regularidad, los padres deben seguir controlando el uso. Incluso los niños que toman medicamentos todos los días pueden cometer errores en la dosis o en la frecuencia de administración.

Cree un entorno que fomente el aprendizaje y el diálogo acerca de cómo tomar los medicamentos de forma responsable y que sitúe a los profesionales de atención de la salud como el recurso principal para evacuar preguntas e inquietudes.

Los medicamentos de venta libre pueden ser perjudiciales si se utilizan de forma indebida o irresponsable. Esto puede incluir lo siguiente:

- No leer ni seguir las indicaciones de la etiqueta *Información sobre el medicamento*.
- Tomar una dosis mayor que la indicada o volver a administrar el medicamento con mayor frecuencia que la indicada en la etiqueta.
- Tomar más de un medicamento con el mismo ingrediente activo en forma simultánea, lo que puede provocar una sobredosis.
- Tomar medicamentos durante más tiempo que el indicado en la etiqueta.
- Tomar medicamentos por motivos o síntomas no especificados en la etiqueta.

Al administrar un medicamento, más no necesariamente es mejor. Si los síntomas no se alivian, o si aparecen síntomas nuevos, póngase en contacto con un médico. Tómese el tiempo necesario para comprender íntegramente el medicamento que está tomando, lea la etiqueta *Información sobre el medicamento* y llame a su médico, enfermero o farmacéutico si tiene alguna pregunta.

Para obtener más información sobre cómo evitar el uso indebido de medicamentos, visite consumermedsafety.org/OTC-drug-abuse

Cada año, los errores en la administración y el uso indebido de medicamentos de venta libre comunes originan, aproximadamente, **10,000** visitas de niños menores de 18 años a las salas de urgencias.

—FUENTE: *American Journal of Preventive Medicine*, 2009



PIDA AYUDA
 Programe en el teléfono el número de Poison Help (Ayuda en caso de intoxicaciones): **1-800-222-1222**

Para desarrollar este material educativo, contamos con la colaboración de

