

# Educación y Prevención Te Informa

## La importancia de cumplir con el tratamiento médico recomendado



La adherencia o cumplimiento al tratamiento médico y/o medicamentos es muy importante. Sin embargo, las estadísticas revelan que solo la mitad de las personas que salen de la consulta del médico con una receta en mano tomarán el medicamento según las indicaciones recibidas. El olvido es la razón principal para incumplir con el tratamiento médico. Entonces, la pregunta clave es: ¿por qué olvidamos o evitamos el tratamiento? Pueden existir múltiples razones por las que una persona olvida y/o evita tomar sus medicamentos. Entre ellas:

- Temor a los efectos secundarios que puedan tener los medicamentos
- No entender su uso o malinterpretar las instrucciones
- El experimentar efectos secundarios. El tratamiento puede ser percibido como peor que la enfermedad.
- El medicamento tiene un sabor u olor desagradable
- No aceptar la enfermedad o el diagnóstico recibido
- Temor a la dependencia que el medicamento pueda ocasionar, si alguno.
- Alto costo del medicamento
- Dificultad al tragar o estrechez de la garganta

Para sentirse seguro al utilizar los medicamentos que su doctor le recomienda, es importante mantener una buena comunicación con su médico de cabecera. Anote todas las preguntas que tenga acerca de su condición. Pregunte a su médico sobre posibles efectos secundarios que debe esperar al utilizar el tratamiento recetado, cuál es la mejor hora para tomarlo y la cantidad de días que lo debe utilizar. Se recomienda tenerlos en un lugar visible, por ejemplo: cerca de la cafetera (si toma café), cerca de su cepillo de dientes, cerca de sus espejuelos, etc. Cuando el médico recomienda un tratamiento lo hace porque los efectos positivos a su salud estarán por encima de cualquier efecto secundario. No obstante, si usted identifica algún efecto secundario y/o síntoma, debe visitar a su médico lo antes posible para evaluar la situación ocurrida.

Llevar un registro del número de veces que usted toma el medicamento es una buena manera de comenzar el día y asegurarse que se mantendrá controlado y saludable.

¡Cumpla con el tratamiento médico recomendado y alcanzará una mejor salud!

### Sus Recursos:

#### **Humana Primero** **1-877-HUMANA-7**

Línea de Información de Salud  
24 horas 7 días a la semana

#### **My Humana**

[humana.com/about/myhumana](http://humana.com/about/myhumana)  
Información de Salud,  
Beneficios y Medicamentos

#### **Calidad Humana**

Programa de Manejo de  
Condiciones  
**1-877-589-2819**

#### **Humana Beginnings**

Programa de Educación  
Prenatal  
**1-866-488-5992**

#### **Personal Nurse**

Programa de Manejo de Casos  
**1-866-488-5992**

#### **¡Visítenos en la Internet!**

[Humana.pr](http://Humana.pr)

#### **Contáctenos:**

Dpto. Educación y Prevención  
383 Ave. F.D. Roosevelt  
San Juan, PR 00918-2131

**Humana**®