



## Cumplimiento del uso de medicamentos: ¿cuál es el mejor método?

El paciente y el médico pueden formar un equipo de trabajo para que convivir con la insuficiencia cardíaca resulte más fácil. Una de las medidas más importantes para mantenerse saludable es tomar los medicamentos de acuerdo con las indicaciones del médico.



### Si no toma los medicamentos para la insuficiencia cardíaca de acuerdo con las indicaciones del médico:

- Los medicamentos no tendrán el efecto esperado.
- Posiblemente tenga problemas para realizar sus actividades diarias.
- Los síntomas de la insuficiencia cardíaca pueden empeorar.
- Es posible que deba recurrir a un hospital.

### “A veces olvido que debo tomar los medicamentos todos los días”

Tomar más de un medicamento diariamente en diferentes horarios puede resultar difícil. La clave es crear una rutina que se adapte a su vida:

- De ser posible, tome los medicamentos a la misma hora que realiza otras actividades diarias, por ejemplo, en la mañana cuando se cepilla los dientes o en la noche con la cena. Consulte a su médico sobre la posibilidad de establecer una rutina.
- Consulte al médico si existe algún medicamento que pueda tomar con menos frecuencia. Un cronograma de medicamentos más simple puede ser útil.

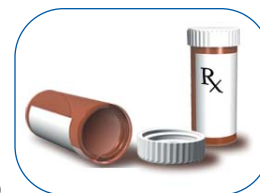
### Si olvida las dosis con frecuencia:

- Utilice un pastillero con los días de la semana y llévelo cuando salga de su casa.
- Use un reloj con alarma. Deje una nota recordatoria en el espejo del baño.
- Deje los medicamentos en un lugar donde los vea todos los días.



### Si olvida renovar sus medicamentos a tiempo:

- Coloque una nota en el almanaque que indique “Renovar el [fecha]”. Elija una fecha que sea aproximadamente una semana antes de que el medicamento se acabe.
- Asegúrese de tener las recetas suficientes hasta la próxima visita al médico.
- Solicítele al farmacéutico que le envíe recordatorios para renovar las recetas.



### “¿Por qué debo tomar todos estos medicamentos si me siento mejor?”

Es posible que se sienta mejor precisamente porque toma los medicamentos todos los días. Si los deja, es probable que los síntomas regresen o empeoren. No deje de tomar sus medicamentos, ya que de esta forma podrá mantener un estado saludable sin necesidad de acudir a un hospital.