

# CUMPLIMIENTO TERAPÉUTICO. Recomendaciones prácticas al paciente para un mejor cumplimiento de su

## ¿Qué es el cumplimiento terapéutico?

Es el grado con que el paciente sigue el **compromiso o pacto** hecho con los profesionales sanitarios (médicos, enfermeras, farmacéuticas, etc.) que le atiendan, en relación con los medicamentos que debe tomar.

El objetivo de los profesionales sanitarios es conseguir el grado máximo de cumplimiento entre sus pacientes, para así **obtener la máxima eficacia de los medicamentos y un buen control de la enfermedad.**



## Podemos decir que el cumplimiento terapéutico no es bueno o que no se cumple correctamente cuando:

- No se toma el medicamento recomendado o en su lugar se toma otro.
- Se olvida de tomar alguna dosis de medicamento, aunque sea un solo día.
- Se toma dosis superiores o inferiores de las aconsejadas.
- No toma el medicamento a las horas indicadas.
- Se toma el medicamento de forma incorrecta, sin seguir las recomendaciones.

## ¿Qué consecuencias puede tener no cumplir bien el tratamiento?

- Que las recomendaciones de los profesionales de la salud no resulten tan eficaces como sería de esperar. **Lo que provoca en ocasiones que las enfermedades pueden empeorar y derivar en recaídas e incluso en ingresos hospitalarios.**

- Puede aumentar la dependencia a los medicamentos. Aumentar la resistencia a los antibióticos y antivirales lo que puede provocar que en el futuro no serán eficaces.

- **El seguimiento y control de las enfermedades se complique:** si los profesionales de la salud desconocen que el paciente no toma correctamente los medicamentos, pueden creer que éstos no son lo suficientemente eficaces. Esto puede provocar que se añadan otros medicamentos para controlar mejor la enfermedad, aumentando la complejidad del tratamiento y el riesgo de aparición de efectos secundarios.

- **Se malgastan recursos** ya que el sistema sanitario (o el mismo paciente) está pagando unos medicamentos que en realidad



## ¿Qué podemos hacer los pacientes para cumplir mejor el tratamiento?

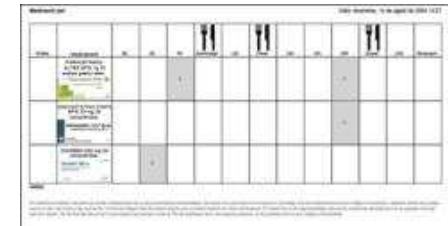
- **Conocer bien nuestra enfermedad y saber como funcionan los medicamentos** que tomamos.
- **Explicar con confianza** a los profesionales de la salud (médicos, enfermeros, farmacéuticos...) las **dudas, miedos o problemas** que nos surgen en relación con los medicamentos.
- Explicar al médico cual es nuestra **rutina diaria** de forma que pueda adaptar las tomas de los medicamentos.
- Solicitar al médico que intente recetarnos el **mínimo número de medicamentos posible.**

- **No debe irse de la consulta hasta que tenga claro las siguientes preguntas:**

- ¿Qué medicamentos debo tomar?
- ¿Para qué los debo tomar?
- ¿Cuándo los debo tomar?
- ¿De qué forma los debo tomar?

- **Ir a la visita acompañado** de algún familiar o amigo puede ser útil en el caso que no se aclare con los medicamentos y sus horarios.

- Elaborar un **"Plan de medicación personalizado"** por escrito o hacerlo nosotros mismos a través del web **www.cedimcat.info.**



- Solicitar un **pastillero** o un **"sistema personalizado de dosificación"** en la farmacia si vivimos solos, tomamos muchos medicamentos o necesitamos ayuda con los medicamentos y el horario de las tomas.
- Utilizar **sistemas que nos ayuden acordarnos** de tomar los medicamentos (alertas, dejarlos en lugares visibles).



Encontraréis más información en el web **Centro de Información de Medicamentos de Cataluña:** [www.cedimcat.info](http://www.cedimcat.info).

Fecha: febrero 2010

Disponible en: [www.cedimcat.info](http://www.cedimcat.info)