



**KOLL PÅ  
LÄKEMEDEL**

# PREGUNTAS SABIAS

---

sobre la medicación de las personas  
mayores que cabe plantear al  
médico

El folleto Preguntas sabias está dirigido a las personas mayores que toman medicación. Con la edad es más frecuente necesitar medicamentos. En algunos casos será un tratamiento temporal, pero es posible que las personas con varias enfermedades deban tomar muchos fármacos durante un periodo prolongado. Cuantos más medicamentos se toman, mayor es el riesgo de presentar efectos secundarios y de que el tratamiento no tenga el resultado deseado. Además, algunos medicamentos son inadecuados para las personas mayores. Tratar a las personas de edad avanzada que padecen muchas enfermedades plantea un desafío tanto para el médico como para el paciente.

Es importante que usted, en calidad de paciente, mantenga una relación de confianza con el médico y esté de acuerdo con él para que el tratamiento tenga éxito.

El médico necesita saber cuáles son sus dudas acerca de su enfermedad y el tratamiento. Muchos problemas pueden solucionarse si plantea las preguntas adecuadas. De hecho, un paciente activo y comprometido suele recibir un tratamiento mejor que un paciente pasivo que no dice nada. Al mismo tiempo, no siempre es fácil que se acuerde de qué quería preguntar. Si necesita sugerencias de preguntas, este folleto de Preguntas sabias puede resultarse útil.

## Elija las preguntas y anote las respuestas

A continuación se recoge una serie de propuestas que le ayudarán a ser un paciente más activo. Las preguntas están agrupadas en diferentes temas para que las encuentre más fácilmente. Elija una o más preguntas adecuadas a su caso y plantéelas la próxima vez que vaya al médico. Es conveniente que anote la respuesta y el trato que recibe. Si tiene alguna pregunta específica sobre su enfermedad y el tratamiento, anótelas antes de ir al médico.

**¡Haga siempre preguntas para saber con seguridad por qué y cómo debe tomar los medicamentos!**

## Debe saber por qué y cómo debe tomar sus medicamentos

### PREGUNTAS

### COMENTARIOS

*¿Por qué me receta este medicamento?*

El médico debe indicar la causa en la receta.

*¿El medicamento cura, alivia o reduce el riesgo de enfermedad?*

Muchos medicamentos reducen el riesgo de enfermedad, pero no curan.

*¿Cómo notaré el efecto del medicamento?*

Muchos efectos no se notan. Deben quizás medirse con un análisis de sangre, etc.

*¿Cuál es el objetivo terapéutico del medicamento que me receta?*

Por ejemplo, que la presión arterial sea 140/90, como máximo, o que el nivel de glucosa en sangre se sitúe por debajo de un nivel determinado.

*¿Cuándo y cómo revisará si se ha logrado el objetivo terapéutico?*

Cuando vuelva a tener visita con el médico o el enfermero, o por teléfono.

*¿Cuánto tiempo debo tomar el medicamento?*

Es necesario saber si el medicamento deberá tomarse de por vida, si será un tratamiento breve o si deberá tomarse solo cuando se necesite.

*Cuando llegue a casa ya no me acordaré de todo lo que me ha dicho. ¿Puede escribirme lo más importante?*

Tiene derecho a recibir información escrita. Pídale al médico que imprima su lista actualizada de medicamentos o recoja una lista completa de sus medicamentos con receta en la farmacia.

*¿Puede escribirme en los frascos para qué es cada medicamento?*

Tiene derecho a recibir información escrita. Lo que el médico escriba en la receta se imprimirá automáticamente en las etiquetas de la farmacia.

*¿Me ha recetado medicamentos suficientes hasta la próxima visita?*

Tener que llamar para que le receten más medicamentos les cuesta tiempo y dinero a usted y al personal sanitario.

*Necesito ayuda para entender el prospecto. ¿Puede ayudarme?*

El farmacéutico o el médico pueden ayudarle.

## Analizar las ventajas y los inconvenientes de sus medicamentos

### PREGUNTAS

### COMENTARIOS

*¿Cómo sé que este medicamento es beneficioso para mí?*

Debe estar convencido de que el medicamento que toma es beneficioso para su caso. Los beneficios pueden variar en función de la enfermedad. También puede solicitar un asesoramiento personal sobre los medicamentos en la farmacia.

*¿Hay algo que deba tener en cuenta cuando tome este medicamento?*

Algunos medicamentos pueden tomarse en combinación con alimentos, otros no. Algunos requieren no tomar alcohol. Otros no deben tomarse si se va a conducir.

*¿Se ha probado este medicamento en personas mayores? ¿Es adecuado para personas mayores?*

Muchos medicamentos no se han probado en personas mayores, por lo que estas deben evitarlos.

*¿Puede causar interacciones alguno de mis medicamentos?*

Las interacciones hacen referencia a que un medicamento afecta a la acción de otro. Cuantos más medicamentos se toman, mayor es el riesgo.

*¿Este tratamiento causará que no pueda hacer todo lo que quiera?*

Una pregunta importante cuando se receta un medicamento nuevo.

*¿Puedo conducir mientras tomo este medicamento?*

Conviene saberlo si suele conducir. Se aplica sobre todo a los analgésicos y los tranquilizantes.

*¿Pueden causarme adicción los medicamentos?*

Una pregunta importante para no desarrollar adicciones.

*¿Qué pasa si me olvido de tomar el medicamento?*

Con la mayoría de los medicamentos (pero no con todos), no pasa nada si se olvidan algún día.

*¿Cuáles son los efectos secundarios más comunes que puedo tener? ¿Qué debo hacer en ese caso?*

Es conveniente saberlo para que pueda actuar adecuadamente si cree que está experimentando efectos secundarios. Con la herramienta de autovaloración PHASE-20 puede indicar cómo experimenta la medicación (véase [kollpalakemedel.se](http://kollpalakemedel.se)). Es recomendable que lleve la lista cuando vaya al médico.

*De todos los medicamentos que tomo, ¿cuáles son los más importantes?*

Una pregunta importante si toma muchos medicamentos. No todos tienen la misma importancia.

## Si cree que toma demasiados medicamentos

### PREGUNTAS

*¿Es necesario que tome tantos medicamentos?*

*Tomo muchos medicamentos. ¿Se hace responsable de que se puedan combinar?*

*¿Por qué tengo que seguir tomando el medicamento si ahora tengo la tensión bien?*

*¿Por qué tengo que tomar dos medicamentos para la tensión? ¿No es suficiente con uno?*

*¿Por qué tengo que tomar dos medicamentos para el corazón? ¿No es suficiente con uno?*

*¿Es bueno que tome tantos medicamentos a mi edad?*

### COMENTARIOS

Pídale al médico que le diga qué medicamentos son los más importantes, cuáles son menos importantes y cuáles debe tomar solo cuando lo necesite.

Un medicamento no debe afectar a la acción de los demás.

Es conveniente que le expliquen esto para que no haga nada mal.

Más ejercicio, menos peso y menos estrés pueden reducir la necesidad de tomar medicamentos.

Es conveniente que le expliquen esto para que no haga nada mal.

Si toma demasiados medicamentos, el médico puede retirar los menos importantes.



## Hay medicamentos inadecuados para las personas mayores

### PREGUNTAS

*Hay medicamentos que Socialstyrelsen dice que son inadecuados para las personas mayores. ¿Entran en esta categoría algunos de los que yo tomo?*

*¿Ha comprobado que todos mis medicamentos sean adecuados para mí?*

*Ya he tomado este medicamento antes. ¿No puedo seguir tomándolo?*

*¿Hay alguna alternativa a este medicamento inadecuado?*

### COMENTARIOS

Todos estos fármacos se encuentran en La lista desaconsejable, disponible en [www.kollpalakemedel.se](http://www.kollpalakemedel.se) o en el folleto «Derechos sabios».

Una pregunta importante si toma muchos medicamentos.

Pregunta habitual si el médico quiere retirar medicamentos inadecuados.

Una pregunta importante si le han recetado medicamentos inadecuados.

## Otras preguntas sabias

### PREGUNTAS

*¿Por qué me visita un médico distinto cada vez?*

*¿Por qué no puedo hablar con el médico que me conoce?*

*¿Cómo controlará si el medicamento ha sido útil?*

*Cada médico dice una cosa, ¿cómo voy a saber quién tiene razón?*

### COMENTARIOS

Ver al mismo médico cada vez proporciona seguridad y un tratamiento mejor.

Cuando pida hora, solicite que le vea el mismo médico que en ocasiones anteriores.

Para saber si está tomando el medicamento correcto en la dosis adecuada. Y que el medicamento tiene el efecto deseado.

Es útil que alguien explique las diferencias. Si tiene dudas, puede solicitar una revisión de los medicamentos o concertar una cita en la farmacia para que le asesoren.

<i>¿Puede recetarme un medicamento barato que pueda permitirme?</i>	En la farmacia también pueden ayudarle con un pago a plazos.
<i>¿No me puede recetar un envase más pequeño para probar el medicamento?</i>	Es conveniente que empiece con un envase más pequeño y barato, por si tuviera que cambiar de medicamento.
<i>¿Puede ayudarme a que no me den un medicamento nuevo cada vez que voy a la farmacia?</i>	El médico puede marcar en la receta que no se debe cambiar el medicamento.
<i>¿No hay ninguna otra forma de tratarme que no sea con medicamentos?</i>	A veces puede funcionar mejor un tratamiento relacionado con el estilo de vida: dejar de fumar, hacer ejercicio, mantener un peso normal, dormir bien y tener menos estrés.
<i>¿Me dice su nombre y apellido?</i>	Anote la respuesta para acordarse la próxima vez que llame.

Las preguntas tratan muchos problemas distintos que tal vez no se correspondan con su caso. Seleccione las preguntas procedentes y plantéelas la próxima vez que vaya al médico.

Las preguntas sabias pueden debatirse en las reuniones de miembros de las organizaciones de pensionistas. También podrían organizarse talleres en los que, por ejemplo, se practique plantear las preguntas en un juego de rol. Así mejorará su capacidad de preguntar y tendrá más posibilidades de recibir una buena medicación.

**¡Recuerde anotar las preguntas que quiera hacerle al médico!**

Encontrará más información y los datos de contacto en [www.kollpalakemedel.se](http://www.kollpalakemedel.se)

También puede descargarse este folleto en PDF en la web.

Contacto: [kollpalakemedel@apoteket.se](mailto:kollpalakemedel@apoteket.se)

**Koll på läkemedel ha producido el presente folleto.  
Una colaboración entre**



Autores originales: Bertil Hagström, doctor en medicina, médico generalista, miembro de la Asociación Sueca de Medicina General (SFAM). Lars Nilsson, catedrático emérito, experto en medicación, miembro de SPF Seniorerna.

*Revisado por el grupo de dirección de Koll på läkemedel y por Bertil Hagström en 2017.*