

## C Columna

# Los medicamentos no toman vacaciones

Por Paula Molina C.  
Químico farmacéutico de Farmacias Ahumada



En mis más de 20 años de trayectoria como químico farmacéutico, he presenciado cómo en los meses de verano muchas personas, especialmente aquellas con enfermedades crónicas, tienden a relajar sus hábitos de medicación, a veces por desconocimiento o por la errónea sensación de que las enfermedades pueden pasar a un segundo plano durante este periodo. Sin embargo, es crucial entender que las enfermedades no toman vacaciones. La falta de adherencia terapéutica, particularmente durante esta época del año, puede llevar a complicaciones graves y, en muchos casos, a la hospitalización.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los porcentajes de falta de adherencia de cualquier tratamiento farmacológico varían entre 15% y 93%, con un porcentaje promedio calculado en 50%. Esto se aprecia mucho más cuando hablamos de pacientes con enfermedades crónicas como la hipertensión o la diabetes y durante los meses de verano, cuando las rutinas cambian y la atención a la medicación disminuye.

Los pacientes que no siguen sus tratamientos de manera continua pueden experimentar retrocesos y episodios graves en sus enfermedades, lo que genera un riesgo innecesario para su bienestar.

Olvidar las tomas de medicamentos, interrumpir el régimen o, incluso, automedicarse sin consultar con un profesional es una práctica particularmente peligrosa, y puede empeorar la condición de salud original. Por otro lado, la falta de educación sobre la importancia de la adherencia terapéutica es un problema frecuente en nuestro país y en el mundo.

En este contexto, es fundamental tomarse el tiempo de revisar las indicaciones médicas antes de salir de vacaciones, organizar alarmas para las tomas diarias y hablar con el médico sobre la continuidad del trata-

miento durante este periodo. Asimismo, los profesionales de la salud debemos asumir más activamente nuestro rol educativo, aclarando todas las dudas de los pacientes sobre sus tratamientos.

A menudo, la falta de tiempo o la falta de costumbre de los pacientes para hacer preguntas dejan inquietudes sin resolver, lo que genera inseguridad en ellos. En este sentido, es clave que estos profesionales se tomen el tiempo necesario para abordar esas interrogantes y brindar la información adecuada.

Es cierto que las vacaciones son el periodo donde todos podemos hacer ciertos desajustes

en pos del descanso y la diversión que tanto necesitamos. Sin embargo, el llamado urgente es a que esto no ocurra con algo tan

sensible y delicado como nuestra salud.

CS