



La Oficina de Salud del Comportamiento para la Comunidad (Community Behavioral Health, CBH) sugiere a los médicos que incluyan a sus pacientes en las decisiones relativas a sus medicamentos antipsicóticos, como Risperdal y Seroquel. También anima a los pacientes a que comprendan los motivos por los que los toman y se asegura de que se sientan cómodo tomándolos.

Tomar los medicamentos reduce los síntomas, lo que hace que la vida cotidiana se vea menos alterada. También ayuda a reducir el riesgo de hospitalización.

La gestión de sus propios medicamentos es un paso fundamental y de empoderamiento en el manejo de una enfermedad mental.

Sin embargo, para manejar una enfermedad mental, no solo se deben tomar los medicamentos, también es importante contar con un sistema de apoyo. La terapia, los especialistas certificados en ayuda entre pares (Certified Peer Specialists, CPS) y el apoyo familiar son componentes indispensables para la recuperación y el manejo de los síntomas.

Qué debe saber sobre sus medicamentos antipsicóticos:

- ➔ Antes de dejar de tomar un medicamento, **consulte siempre a su médico.**
- ➔ Si después de este tiempo los medicamentos no son eficaces, **comuníquese con su médico.**
- ➔ En algunos casos, es posible que pasen **entre seis y ocho semanas** para que los medicamentos disminuyan de manera notable los síntomas.
- ➔ Si tiene alguna duda sobre los medicamentos, **comuníquese con su médico o farmacéutico.**

Los **medicamentos antipsicóticos**, como Risperdal y Seroquel, se recetan por varios motivos, entre ellos la esquizofrenia y el trastorno bipolar. Es importante que conozca *los motivos* por los que se le recetó un medicamento antipsicótico. **Pregunte a su médico** lo siguiente:

- ➔ ¿**Por qué** me recetaron este medicamento?
- ➔ ¿**Qué** debo hacer si olvido una dosis?
- ➔ ¿**En qué** me va a ayudar este medicamento?
- ➔ ¿**Cuál** es la mejor manera de tomar este medicamento?
- ➔ ¿**Cómo** debo conservar este medicamento?
- ➔ Si me cuesta tragar la pastilla, ¿**puedo triturarla**?
- ➔ ¿**Cuándo** debo tomar este medicamento?
- ➔ ¿**Cómo** sabré si este medicamento está funcionando?
- ➔ ¿Este medicamento viene en **otra presentación**?
- ➔ ¿**Cuáles** son los posibles efectos secundarios?





Métodos para recordar que debe tomar sus medicamentos:



Programe una alarma para las horas en las que debe tomar sus medicamentos.



Si toma los medicamentos después de despertarse o antes de acostarse, **colóquelos junto a la cama.**



Utilice un **pastillero** para organizar todos sus medicamentos.



Regístrese en su farmacia local para recibir un **recordatorio de reposición.**



Haga una lista de sus medicamentos con las indicaciones sobre cómo y cuándo tomarlos.



Establezca un recordatorio para la reposición de sus medicamentos.



Utilice una aplicación en su teléfono, como *Mango Health* o *Medisafe*, para que le envíe notificaciones de recordatorio para tomar sus medicamentos.



Tome una foto de sus medicamentos para mostrársela a su médico o farmacéutico.

Preocupaciones al tomar un medicamento antipsicótico

Me siento bien y no necesito tomar los medicamentos para mi enfermedad mental.

No me gusta cómo me hace sentir el medicamento.

No me gusta lo que me produce el medicamento.

Tengo dificultades para realizar el traspaso de medicamentos de una farmacia a otra.

No tengo acceso fácil a una farmacia.

Me están ocurriendo muchas cosas y no puedo estar al pendiente de mis medicamentos.

Maneras de manejar las preocupaciones

Es posible que se sienta bien *porque* está tomando los medicamentos. Hable con su médico antes de dejar de tomar cualquier medicamento. Pregunte todas sus dudas a su médico o farmacéutico sobre el medicamento recetado hasta quedar conforme con las respuestas.

Hable con su médico sobre los efectos secundarios que está experimentando y sobre su estado de ánimo. Su médico puede modificar su dosis o recetarle otro medicamento. Avise de inmediato a su médico si experimenta algún dolor o molestia por causa de un medicamento.

Pregunte a su farmacia o plan de salud sobre las opciones de entrega a domicilio.

Tomar los medicamentos ayuda a tener la mente clara. Con una mayor claridad mental, podrá manejar mejor sus otros problemas y responsabilidades.

