

Ni la cocina ni el baño son buenos lugares para guardar los remedios

La humedad llevaría a los fármacos a perder su eficacia. Además, pueden criar pequeños hongos y bacterias.

V.B.V.

En la mayoría de las casas chilenas, las pastillas y jarabes están guardados en el baño, en un botiquín a veces detrás del espejo o un mueble pequeño. Sin embargo, estos son de los peores lugares para conservar la eficacia de los compuestos, explicó la química farmacéutica y académica de la Universidad Andrés Bello (UNAB), Carolina Avendaño.

"La humedad de las duchas puede afectar su estabilidad, su calidad y, lo más importante, esas condiciones promueven el cultivo de bacterias y hongos que vamos a ingerir posteriormente, en caso de fármacos que se administran por vía oral", explicó.

El segundo peor lugar para dejar los remedios en la casa es la cocina, donde tienden a estar guardados en lugares altos, para evitar que los niños accedan a ellos y


CITUC
Centro de Información
Toxicológica de la Universidad
Católica: +56226353800.

PROSPECTO
Siempre hay que conservar el
folleto con las indicaciones de
uso de cada medicamento.

arriesguen su salud. En caso de que esto ocurra, hay que acudir a urgencias y/o llamar al Centro de Información Toxicológica de la Universidad Católica (CITUC).

Así como en el baño, los fármacos en la cocina también arriesgan su composición debido a los "constantos cambios de temperatura", lo mismo ocurre en "el interior de un automóvil, que en un día soleado puede superar los 50°C".

A esto se suman otros errores frecuentes de conservación: sacar los comprimidos de su envase original, guardar fármacos vencidos

"por si acaso" o mezclarlos todos juntos sin revisar sus fechas de vencimiento.

"Un medicamento puede verse completamente normal por fuera, pero haber perdido parte de su efectividad por haber estado expuesto al calor o la humedad durante mucho tiempo", destacó Avendaño. El resultado, agregó la académica, son tratamientos que no logran la efectividad esperada y pueden terminar agravando la condición de salud del paciente, sobre todo los crónicos.

Algunos medicamentos son particularmente sensibles a estos factores: insulina, vacunas, productos oftálmicos, antibióticos en suspensión y supositorios u óvulos, que requieren protección especial frente a la luz, el calor y la humedad.

"Cuando se degradan, no sólo pierden eficacia; en algunos casos pueden generar productos de degradación que aumentan el riesgo de reacciones adversas o intoxi-



Hay que buscar rincones alejados de la luz y la humedad, en un ambiente fresco.

caciones severas", subrayó la química farmacéutica.

DÓNDE SÍ

Avendaño recordó que la instrucción general para el almacenamiento de remedios es mantenerlos en un lugar fresco, seco, protegido de la luz directa y siempre en su envase original, junto al prospecto, es decir, aquella guía dónde el laboratorio da las instrucciones específicas para ese medicamento, junto con las posibles reacciones adversas y qué hacer.

Pueden generar degradación que aumentan el riesgo de reacciones adversas.

CAROLINA AVENDAÑO
QUÍMICA FARMACÉUTICA

Un punto que suele generar confusión es la indicación "conservar refrigerado". Según la académica, esto no significa llevarlo al congela-

dor, ya que las bajas temperaturas también pueden dañar ciertos fármacos. Hay que fijarse en la temperatura recomendada.

"Existen bacterias en el refrigerador y hongos que pueden contaminarlos, además de microorganismos que no hacen alteraciones de sabor o color en los alimentos y/o medicamentos y que pueden, de todas formas, producir toxinas que van a ingresar a nuestro organismo produciendo enfermedades", advirtió la docente.