

Medicamentos Sin Receta

Los medicamentos sin receta son las medicinas que usted puede adquirir sin receta médica en farmacias, tiendas de alimentación y otros comercios donde se venden artículos diversos. Como cualquier otro tipo de medicamentos, son muy peligrosos si se utilizan inadecuadamente. También puede ser peligroso mezclar medicamentos con y sin receta o tomar al mismo tiempo más de un medicamento sin receta.

A los niños normalmente se les administra medicamentos sin receta para reducir la fiebre o aliviar dolor (como acetaminofén o ibuprofen), antihistamínicos, descongestionantes, jarabes para la tos, remedios para los resfriados, cremas de cortisona suaves y medicinas para problemas intestinales y estomacales comunes (como gases, estreñimiento y diarrea).

Muchos estudios han demostrado que los medicamentos sin receta para la tos y los resfriados no sólo son *ineficaces* para aliviar los síntomas en niños, sino que en algunos casos pueden tener graves efectos secundarios. Consulte con su proveedor de la salud antes de administrar cualquier medicamento sin receta y asegúrese que sabe cómo usarlos correctamente.


Recuerde leer siempre la etiqueta

Todas las etiquetas de los medicamentos sin receta contienen información sobre su uso y las precauciones a tomar. Las etiquetas ayudan a entender el efecto de la medicina, quién debería tomarla o no, cuánto tomar, cada cuánto tiempo y durante cuánto tiempo, si la pueden tomar los niños, su fecha de caducidad, dónde guardarla y qué hacer si se produjera una sobredosis. Si la medicina no viniera con dosificación infantil o si contuviera alcohol, consulte con su proveedor de la salud si se puede administrar a niños.

Medir la dosis correctamente

Las medicinas líquidas normalmente se venden con dosificadores para facilitar la dosificación. Son mejores que las cucharas de cocina porque proporcionan una medida más precisa. Los dosificadores más comunes son:

- *Cucharas cilíndricas*, para niños que saben beber con taza pero que podrían derramar el líquido.
- *Vasitos*, para niños que saben beber en taza sin derramar el líquido.



Proporcionada por California Childcare Health Program
Para más información, póngase en contacto con:
Línea de la Salud 1-800-333-3212

Distribuida por:

- *Cuentagotas y jeringuillas*, para niños que no saben beber en taza.

Medicamentos sin receta en el cuidado infantil

Los centros de cuidado infantil deben tener normas escritas para el uso de medicamentos con y sin receta basadas en las normas establecidas por la licencia y en los Criterios Nacionales de Ejecución para la Salud y la Seguridad (*National Health and Safety Performance Standards*). Se pueden utilizar medicamentos en el cuidado infantil si:

- un proveedor de la salud ha recetado/recomendado el medicamento al niño en cuestión;
- la dosis no se puede administrar antes y después de las horas de cuidado infantil;
- el niño tiene un problema de salud crónico que requiere la administración rutinaria o de emergencia del medicamento durante las horas que esté en el centro de cuidado infantil; o
- no administrarle el medicamento al niño le podría causar inconvenientes y una exclusión innecesaria del cuidado infantil.

Consejos sobre la administración a niños de medicamentos sin recetas

- Mantenga todos los medicamentos en sus envases originales y cerrados con tapas a prueba de niños.
- Guarde todos los medicamentos en un lugar seguro, lejos de alimentos, donde los niños no puedan ni verlos ni alcanzarlos.
- Si la etiqueta no proporciona claramente la dosificación, no haga un cálculo aproximado. Consulte con su farmacéutico o con su proveedor de la salud.
- Nunca aumente la dosis si el niño parece haber empeorado desde la vez anterior.
- Lea la etiqueta antes de abrir el envase. Siga todas las instrucciones; asegúrese de dar la dosis correcta.
- No use medicamentos que hayan caducado.
- Debe saber que algunos medicamentos sin receta se venden en diferentes potencias, como Tylenol, cuya dosificación con cuentagotas es más pequeña porque está más concentrado.
- Sepa la diferencia entre una cuchara (TBSP, por su abreviatura en inglés) y cucharilla (TSP, por su abreviatura en inglés). Son dosis muy diferentes.
- Antes de administrar al niño dos medicamentos al mismo tiempo, consulte con su proveedor de la salud o farmacéutico.
- **Nunca** llame a los medicamentos o a las vitaminas “dulces.”

Referencias

Administración de Drogas y Alimentos (Food and Drug Administration) (888) INFO-FDA (888-463-6332), www.fda.gov/default.htm.

Academia de Pediatría Americana.

California Childcare Health Program: *Currículum de Preparación para la Prevención de Enfermedades Contagiosas (Prevention of Infectious Disease Training Curriculum)* (2001).

por A. Rahman Zamani, MD, MPH