

# Es hora de RETOMAR LA VIDA

## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE QUE CUMPLA CON SU TRATAMIENTO?

La depresión y los trastornos de ansiedad son problemas de salud mental comunes, y en algunos casos necesitan medicación cuando interfieren con las actividades de la vida diaria.

Estos trastornos pueden afectar a la forma en que siente, piensa y lidia con actividades habituales como dormir, comer o trabajar y también en la forma en que se relaciona con otras personas.

Con medicación adecuada, existe la posibilidad de superar estos problemas y retomar una vida normal con sus rutinas.

No obstante, no sólo es fundamental contar con medicación adecuada; su uso regular y el cumplimiento del programa de medicación, tienen una importancia similar a la hora de mejorar. [1]



### ¿Qué es el cumplimiento? [2]

Cumplimiento es "La medida en que el comportamiento del paciente (en cuanto a tomar la medicación, seguir una dieta o introducir otros cambios en el estilo de vida) se ajusta a las recomendaciones médicas acordadas entre el paciente y el médico".



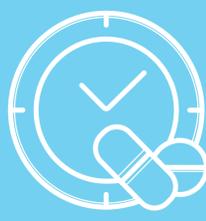
### ¿Qué significa para usted el cumplimiento en cuanto a la medicación? [1]

El cumplimiento de la medicación significa seguir rigurosamente el tratamiento prescrito. Si se toman las medicinas que le han prescrito en el momento del día indicado, en la cantidad indicada y de la forma indicada, significa que está cumpliendo con la prescripción.

### ¿Qué es lo que debe cumplir? [2]

Debe cumplir todas las instrucciones dadas por su médico, ya se trate de medicación, cambios en la dieta, ejercicio, patrones a la hora de dormir, etc.

### ¿Cuáles podrían ser las principales razones (voluntarias o involuntarias) que le llevarían a no tomar sus medicinas en algún momento? [2-4]



- Puede olvidar tomar las medicinas (la razón puede estar en la propia enfermedad).
- Ha experimentado algunos efectos secundarios causados por la propia medicación.
- La falta de resultados inmediatos puede llevarle a pensar que la medicación no está produciendo ningún resultado.
- Piensa que no es necesario seguir con la medicación porque se siente mejor a los pocos días de tomarla.
- Puede pensar de manera equivocada que su enfermedad ha empeorado por causa de la medicación.
- Es posible que no cuente con el apoyo necesario en su familia o allegados.

### ¿POR QUÉ DEBE EVITAR SALTARSE LA MEDICACIÓN? [3-5]

- La enfermedad puede volver con la misma gravedad o incluso peor (lo que se conoce como recaída).
- Si se presentan síntomas graves, es posible que tenga que acudir a urgencias con más frecuencia.
- Si los síntomas no se controlan a nivel clínico, es posible que necesite ser ingresado en el hospital.

Tomar sus medicinas con regularidad es muy importante en el tratamiento de cualquier enfermedad física y mental. Si sigue su tratamiento prescrito puede:

- ✓ Reducir la posibilidad de que vuelva la enfermedad.
- ✓ Reducir la gravedad de la enfermedad.
- ✓ Reducir las posibilidades de tener que ingresar en el hospital.
- ✓ Prevenir que la enfermedad se complique.

Con un cumplimiento adecuado y siguiendo las instrucciones de su médico, es posible que pueda retomar su vida normal.



#### Referencias:

1. Ansiedad y Depresión. Anxiety and Depression Association of America (ADAA). Disponible en [https://adaa.org/sites/default/files/ADAA\\_Anxiety&DepressionSpanishFinal2017.pdf](https://adaa.org/sites/default/files/ADAA_Anxiety&DepressionSpanishFinal2017.pdf). Accedido en junio 2020
2. Acosta FJ, Hernández JL, Pereira J et al. Medication adherence in schizophrenia. World J Psychiatry. 2012;2(5):74-82.
3. Joe S and Lee JS. Association between non-compliance with psychiatric treatment and non-psychiatric service utilization and costs in patients with schizophrenia and related disorders. BMC Psychiatry. 2016; 16: 444.
4. Ho SC, Chong HI, Chaiyakunapruk N et al. Clinical and economic impact of non-adherence to antidepressants in major depressive disorder: A systematic review. J Affect Disord. 2016 Mar 15;193:1-10.
5. Medications Play a Key Role in Treatment. Behavioral Health Evolution. Disponible en: <http://www.bhevolution.org/public/medications.page>. Accedido en junio 2020
6. Borba LO, Maftum MA, Vayego SA et al. (2018). Adherence of mental therapy for mental disorder patients to drug health treatment. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 52, e03341.
7. Schuler KM. Approaches to improve adherence to pharmacotherapy in patients with schizophrenia. Patient Prefer Adherence. 2014; 8: 701-714.

NP-CO-PSU-BNNR-210004 Fecha de elaboración: Septiembre 2021 - Fecha de vencimiento: Septiembre 2023

Este es un material de concientización de enfermedad desarrollado por Glaxosmithkline Colombia S.A. Ante cualquier duda siempre consulte a su médico.  
GlaxoSmithKline Colombia S.A., Calle 26 # 69B-45 Edificio Bogotá Corporate Center Piso 9