



Guía de Cuidados para la Ciudadanía

Cuidados para conservar nuestra medicación

- 1.- Lee atentamente el prospecto de los medicamentos, en él se indican las instrucciones de conservación.
- 2.- En aquellos medicamentos que requieran condiciones especiales de temperatura de conservación en la caja del medicamento aparecerá el símbolo de un copo de nieve (❄) o un asterisco (*). Estos símbolos indican que el medicamento debe conservarse en la nevera entre 2°C y 8°C. Si no aparece estos símbolos, el medicamento se puede conservar a menos de 25°C o a menos de 30°C. En estos casos, aun cuando la temperatura ambiente supere esporádicamente los 40°C, no afectará a la conservación del medicamento porque las temperaturas superiores a 40°C en España ocurren de manera puntual y no de forma constante durante todo el día.
- 3.- Mantener los medicamentos fuera del alcance los niños.
- 4.- Si hay dudas de una correcta conservación, ante la posible aparición de posos o cambios de color, lo recomendable es desechar ese envase en el punto SIGRE de cualquier farmacia y abrir un nuevo envase.

Para medicamentos que no necesitan frío:

- 5.- Guárdalos en un lugar seco y fresco, en esos lugares la temperatura que se alcanza sería menor. Si el medicamento no necesita frío, no se debe almacenar en la nevera ya que no va a conservarse mejor por hacerlo.
- 6.- Almacénalos en sitios protegidos de la luz, del calor solar, o de otras fuentes de calor directo.
- 7.- Guarda el medicamento en su envase original, donde tiene su fecha de caducidad. Conservarlos así también nos evitará errores en la toma de la medicación.
- 8.- Conserva el prospecto, para conocer las condiciones de conservación, de cómo tomar la medicación y otras consideraciones.



Guía de Cuidados para la Ciudadanía

Cuidados para conservar nuestra medicación

9.- Evitar su almacenamiento en el baño o la cocina, por los cambios bruscos de temperatura y humedad que suelen darse en estos lugares.

10.- Si se realizan viajes, es desaconsejable mantener los medicamentos en maleteros o habitáculos de los coches a pleno sol porque se pueden alcanzar temperaturas muy elevadas.

11.- Hay medicamentos, como algunos jarabes y suspensiones que se preparan en casa, que deben utilizarse antes de un plazo determinado, por lo que conviene apuntar la fecha de apertura en la propia caja. Además, una vez abiertos puede ser que requieran refrigeración, así que siempre se debe leer el etiquetado y el prospecto para saber cómo conservarlos adecuadamente tras su apertura y/o preparación.

Para medicamentos que requieren bajas temperaturas, entre 2º y 8ºC.:

12.- Es muy importante no romper la cadena del frío, cuando transportamos el medicamento desde la farmacia a nuestra casa o si tenemos que viajar en verano, hay que asegurar las condiciones de temperatura adecuadas usando neveras portátiles.

13.- No guardarlos en el congelador. Debemos evitar que estos medicamentos se congelen.

14.- Algunas insulinas solo precisan estar en la nevera antes de usarlas, pero una vez abiertas, deben permanecer a temperatura ambiental (siempre y cuando sea inferior a 25 °C), para evitar el dolor al inyectarlas. Pueden utilizarse durante los 30 días posteriores al primer uso, más allá de este periodo de tiempo se dejarán de utilizar.