



## Diez Medicamentos que las Personas Mayores de 65 Años Deben Evitar o Usar con Precaución

Puesto que las personas mayores a menudo sufren de enfermedades crónicas que requieren tratamiento con varios medicamentos, hay una mayor posibilidad de sufrir efectos secundarios indeseables. Ellos también pueden ser más sensitivos a ciertos medicamentos. Para ayudar a hacer decisiones bien informadas acerca de sus medicamentos, y para disminuir las posibilidades de sobremedicación y reacciones serias, la Fundación para la Salud durante el Envejecimiento de la Sociedad Americana de Geriátría recomienda que personas mayores presten cautela cuando estén tomando los siguientes tipos de medicamentos, incluyendo algunos que pueden ser comprados sin prescripción médica (over-the-counter).

- ➔ Si Ud. está tomando alguna de estas medicinas, hable con su proveedor de salud o farmacéutico
- ➔ No deje de tomar ninguna medicina sin antes hablar con su proveedor de salud.

### Medicamento

### Razones

#### USE CON CAUTELA

##### **Drogas Anti-Inflamatorias No-Esteroideas (AINES)**

Usadas para reducir el dolor y la inflamación

##### **EVITE el uso regular y prolongado de los AINES**

- Cuando alternativas no están disponibles y el uso de AINES es necesario, tome un inhibidor de la bomba de protones como el omeprazole (Prilosec), o tome una medicina para proteger el estómago como misoprostol (Cytotec) para minimizar el riesgo de sangramiento.
- Tenga cuidado si tiene alto riesgo de desarrollar sangrados de úlceras estomacales. Personas con alto riesgo son las que tienen más de 75 años de edad, personas tomando esteroides orales, y personas tomando medicinas para diluir la sangre como apixaban (Eliquis), aspirina, clopidogrel (Plavix), dabigatran (Pradaxa), edoxaban (Savaysa), rivaroxaban (Xarelto), o warfarina (Coumadin).
- También tenga cuidado si usted tiene problemas con los riñones o si tiene insuficiencia cardíaca

AINES pueden aumentar el riesgo de indigestión, úlceras, y sangrado en su estómago o intestinos. Ellos pueden también aumentar la presión arterial, afectar sus riñones, y empeorar la insuficiencia cardíaca.

#### USE CON CAUTELA digoxina (Lanoxin)

Se usa para tratar la insuficiencia cardíaca y para problemas con el ritmo del corazón.

- Para la mayoría de las personas mayores, existen otras medicinas que son más efectivas y que tienen menos riesgos.
- Evite una dosis más de 0.125 mg por día. Una dosis más alta crea riesgo de toxicidad y no provee beneficios adicionales.
- Tenga mucho cuidado si tiene problemas serios de los riñones.

Puede ser tóxica en adultos mayores y en gente cuyos riñones no trabajan bien.

## Medicamento

## Razones

### EVITE Ciertas Drogas para Diabetes

- Glyburide (Diabeta, Micronase) y chlorpropamide (Diabinese)

Estos pueden causar hipoglicemia (azúcar peligrosamente baja en la sangre).

### EVITE Relajantes Musculares

- Tales como cyclobenzaprine (Flexeril), methocarbamol (Robaxin), y carisoprodol (Soma), y medicinas similares.

Estos pueden hacerlo sentir aturdido y confundido, aumentar su riesgo de caídas, y causar estreñimiento, boca seca, y problemas urinarios. Además, hay poca evidencia que ellos trabajen bien.

### EVITE Ciertas Medicinas usadas para Ansiedad y/o Insomnio

- Benzodiazepinas, tales como diazepam (Valium), alprazolam (Xanax), o chlordiazepoxide (Librium)
- Pastillas para dormir tales como zaleplon (Sonata), zolpidem (Ambien), y eszopiclone (Lunesta)

Estos pueden aumentar su riesgo de caídas, así como causar confusión. Puesto que toma cierto tiempo para que su cuerpo elimine estas drogas, Ud. se puede sentir aturdido y somnoliento por un largo tiempo, hasta el día después que se tome la medicina.

### EVITE Ciertas Drogas Anticolinérgicas

- Antidepresivos, amitriptyline (Elavil) y imipramine (Tofranil)
- Droga anti-Parkinson, trihexyphenidyl (Artane)
- Droga para Síndrome de Colon Irritable, dicyclomine (Bentyl)

Estos pueden causar confusión, estreñimiento, boca seca, visión borrosa, y problemas urinarios (en los hombres).

### EVITE el medicamento para dolor meperidine (Demerol)

Puede aumentar el riesgo de convulsiones y causar confusión.

### EVITE Ciertos Productos sin Prescripción Médica

- EVITE los que contienen los antihistamínicos diphenhydramine (Benadryl) y chlorpheniramine (AllerChlor, Chlor-Trimeton). Estas medicinas frecuentemente están incluidas en remedios para la toz, la gripe, y las alergias.
- EVITE productos over-the-counter para dormir, como Tylenol PM, que contienen diphenhydramine.

Aunque estos medicamentos son vendidos sin una prescripción, estos no están libre de riesgos. Estos pueden causar confusión, visión borrosa, estreñimiento, problemas urinarios, y boca seca.

### Si Ud. no está siendo tratado para psicosis, usar Antipsicóticos CON CAUTELA

- Tales como haloperidol (Haldol), risperidone (Risperdal), o quetiapine (Seroquel). Estas medicinas frecuentemente se usan para tratar problemas del comportamiento en personas mayores con demencia.

Estos pueden aumentar el riesgo de derrame cerebral, o incluso muerte en personas mayores con demencia. Estos también pueden causar temblores y otros efectos secundarios, así como un algo riesgo de sufrir caídas.

### EVITE Pastillas y parches de Estrógenos

- Típicamente recetados para calenturas y otros síntomas relacionados a la menopausia.

Ellos pueden aumentar su riesgo de cáncer del seno, coágulos en la sangre.