

¡No te automediques!

Evitar la automedicación, también es autocuidado.



¿Qué es el autocuidado?

Son las acciones que realizas por ti mismo para mantener tu salud, prevenir enfermedades y tratar padecimientos leves, con o sin apoyo de un profesional de salud.



¿Qué es la automedicación?

- Es el uso de medicamentos sin una valoración médica o sin la orientación de un profesional de la salud.
- Utilizar medicamentos que fueron recetados para otro padecimiento.
- Uso de antibióticos sin receta médica.
- Modificar dosis o suspender tratamientos por cuenta propia.



Principales riesgos de la automedicación

- Incremento de daños por medicamentos y alergias.
- Daño a los riñones o al hígado por dosis excesivas o por medicamentos inapropiados.
- Intoxicaciones.
- Incremento de la resistencia de las bacterias a los antibióticos.



Evitar la automedicación forma parte del autocuidado, porque reduce la probabilidad de daños al no utilizar medicamentos que no son recetados por profesionales de la salud.

¡No te automediques, lo que cura a uno puede dañar a otro!
Consulta siempre al personal de salud.



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL