



TERAPIA CON BETABLOQUEADORES PARA EVITAR LOS ATAQUES CARDÍACOS Y LOS DERRAMES CEREBRALES

Si corre el riesgo de tener enfermedades cardíacas, o si ya ha tenido un ataque cardíaco o un derrame cerebral, tomar un betabloqueador todos los días puede ayudarlo a mantenerse saludable. Las personas que toman un betabloqueador diariamente tienen muchas menos probabilidades de tener un ataque cardíaco o morir por un ataque cardíaco o un derrame cerebral.

¿Cómo ayudan los betabloqueadores con los ataques cardíacos?

La mayoría de la gente piensa que los betabloqueadores son sólo para bajar la presión arterial, pero también son muy útiles para su corazón y los vasos sanguíneos.

Los betabloqueadores relajan el músculo cardíaco y reducen el ritmo cardíaco. Esto le facilita al corazón la tarea de bombear sangre. Los betabloqueadores se utilizan para tratar la presión arterial alta, la insuficiencia cardíaca, el latido irregular del corazón, las arterias bloqueadas y la angina (dolor en el pecho). Las personas que padecen la enfermedad de las arterias coronarias reducen la posibilidad de una muerte súbita, sin síntomas ni advertencia, por ataque cardíaco. Si bien tomar un betabloqueador en sí mismo no evita los ataques cardíacos ni los derrames cerebrales, es una parte importante de su tratamiento médico.

Generalmente, la gente toma otros medicamentos junto con los betabloqueadores. Pregúntele a su profesional del cuidado de la salud por otros medicamentos que puedan ayudarlo.

¿Qué problemas puedo tener si tomo un betabloqueador?

La mayoría de la gente que toma este medicamento tiene pocos o ningún efecto secundario. Algunas personas desarrollan un ritmo cardíaco muy lento o presión arterial baja, lo que puede hacerles sentir aturdimiento.

Por lo general, la gente con asma bien controlada puede tomar un betabloqueador sin problemas. En casos raros, el asma puede empeorar. Si su asma no está controlado, no debe tomar betabloqueadores porque pueden empeorarlo.

La gente con diabetes, generalmente, puede tomar betabloqueadores sin ningún problema, aunque pueden hacer que sea más difícil para usted sentir los síntomas de un nivel muy bajo de azúcar en la sangre (hipoglucemia).

Para reducir el riesgo de tener problemas al tomar un betabloqueador:

- Hable con su profesional del cuidado de la salud si tiene asma, problemas con el ritmo cardíaco, depresión o si está tomando otros medicamentos para tratar la presión arterial alta o el dolor en el pecho. Los medicamentos que utiliza para estas afecciones pueden interactuar con los betabloqueadores.
- Si tiene reacciones alérgicas graves (como choque anafiláctico), puede reaccionar más gravemente a alérgenos cuando

toma un betabloqueador. Es posible que necesite una inyección de epinefrina más fuerte para tratar una reacción alérgica grave.

- No tome un betabloqueador si ha tenido una reacción alérgica a algún tipo de betabloqueador en el pasado.
- Si está embarazada o puede quedar embarazada pronto, hable con su médico sobre los betabloqueadores.
- Cuénteles a su médico o a otro profesional del cuidado de la salud si está tomando alguno de los siguientes medicamentos: diltiazem (*Cardizem, Dilacor*) o verapamil (*Calan, Isoptin*).

Los agentes bloqueadores receptores beta adrenérgicos, más conocidos como betabloqueadores, son un grupo de medicamentos que incluye:

- atenolol (*Tenormin*)
- metoprolol (*Lopressor, Toprol*)
- propranolol (*Inderal*)

¿Es posible que si tomo beta bloqueadores aumenten las posibilidades de tener sensación de cansancio?

Posiblemente, pero el equipo de cuidados de la salud lo controlará para asegurarse de que no tenga problemas cuando tome este medicamento.

¿Tendré problemas para mantener relaciones sexuales?

Tomar un betabloqueador a la noche puede ayudarlo a manejar este posible efecto secundario. Hable con su profesional del cuidado de la salud si está preocupado.

Entienda sus medicamentos

¿Cómo encajan los medicamentos en mi plan de tratamiento?

Si bien los medicamentos son una parte importante de su plan de tratamiento, no reemplazan la alimentación saludable, la actividad física regular ni el control del estrés. Si su médico le receta medicamentos, asegúrese de tomarlos como se le indica. No deje de tomarlos sin antes hablar con su profesional del cuidado de la salud. Si tiene efectos secundarios, es posible que su profesional del cuidado de la salud pueda cambiarle los medicamentos o la dosis para evitarlos.

Es probable que tenga que tomar este medicamento por el resto de su vida. Trabaje con su profesional del cuidado de la salud para asegurarse de tomar el medicamento y la dosis correctos.

Si siente que no tiene el dinero para comprar sus medicamentos, es posible que se encuentre disponible una asistencia financiera. Para obtener más información, hable con un farmacéutico o llame al Programa de asistencia financiera para gastos médicos al 1-866-399-7696.

¿Qué necesito saber sobre mis medicamentos?

Antes de retirarse de la clínica, tómese el tiempo para preguntarle a su médico o a un miembro del equipo de cuidados de la salud sobre sus medicamentos.

Pregunte:

- ¿Por qué los tomo?
- ¿Con qué frecuencia y durante cuánto tiempo debo tomarlos?
- ¿Hay alguna instrucción especial para tomar este medicamento?
- ¿Debo tomar los medicamentos con

las comidas?

- ¿Debo evitar algún tipo de actividad mientras tome algún medicamento?
- ¿Qué tipos de efectos secundarios puedo sufrir? ¿Qué síntomas debo esperar?
- ¿Cómo puedo evitar los efectos secundarios?

¿Qué debo hacer si tengo efectos secundarios?

Asegúrese de decirle a su profesional del cuidado de la salud si hay algún motivo por el que no puede tomar algún medicamento que se le haya recetado. Además, dígame a su profesional del cuidado de la salud si le parece que tendrá problemas para recordar tomar sus medicamentos.

¿Cómo puedo recordar tomar mis medicamentos?

A todos nos cuesta adaptarnos a rutinas nuevas en nuestra vida. Estos consejos funcionan para algunas personas y quizá puedan ayudarle a usted también.

- Haga un cuadro simple y póngalo en algún lugar obvio, donde pueda verlo todos los días, como el espejo del baño.
- Configure su despertador, reloj o computadora como recordatorio.
- Tome los medicamentos a la misma hora todos los días: antes de acostarse, con las comidas o al comienzo de un programa de televisión que mire todos los días, como las noticias de la noche.
- Use un pastillero con siete secciones; uno para cada día de la semana.
- Anote sus medicamentos en una tarjeta de bolsillo o calendario.
- ¿Se le ocurren otros consejos?

¿Qué más puedo hacer para administrar mis medicamentos?

- Lleve con usted una tarjeta personal de registro de medicamentos (tarjeta de bolsillo) actualizada. Incluya todas las alergias a alimentos o medicamentos que pueda tener y todos los medicamentos de venta libre o sin receta médica, los productos a base de hierbas, las vitaminas o suplementos que esté tomando.
- Repase su tarjeta de registro de medicamentos regularmente con su profesional del cuidado de la salud, incluido su dentista.
- Cuando compre un medicamento nuevo, incluidos los medicamentos de venta libre o productos a base de hierbas, solicítele al farmacéutico que verifique si existe alguna interacción con sus medicamentos actuales.
- Reponga sus medicamentos al menos una o dos semanas antes de que se terminen. Las reposiciones pueden realizarse por teléfono, por Internet a través de nuestro sitio web o personalmente en la farmacia. Las reposiciones podrán entregarse en su domicilio por correo sin ningún costo adicional.
- Si un profesional del cuidado de la salud se lo recomienda, lleve algún tipo de identificación médica, como una pulsera Medic Alert. Para obtener más información, llame al 1-888-663-4298 o visite MedicAlert.org.

Otros recursos

- Visite nuestro sitio web en kp.org/espanol para acceder a las enciclopedias de salud y medicamentos, programas interactivos, clases de salud y más.
- Consulte su copia de *La salud en casa: guía práctica de Healthwise y Kaiser Permanente*.
- Comuníquese con el Departamento o Centro de Educación de la Salud de Kaiser Permanente para obtener información sobre salud, programas u otros recursos.

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado que usted recibe de su doctor o de otro profesional de la salud. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor. Si tiene más preguntas o necesita información adicional acerca de sus medicamentos, por favor hable con su farmacéuta.