

[1]

Los prospectos de los medicamentos contienen indicaciones básicas sobre cómo conservar adecuadamente los medicamentos. Como complemento a dicha información te facilitamos una serie de consejos útiles para ayudar a mantener tu medicación en perfectas condiciones.

Por regla general, es conveniente guardar los medicamentos en casa en un sitio limpio, fresco, seco y que no esté expuesto a la luz solar. La cocina y el baño no son lugares apropiados para guardar los medicamentos. En el caso de los:

- **Medicamentos conservados de 2 a 8° C:** van identificados con el símbolo \* y se conservan en frigorífico, como es el caso de las insulinas, vacunas y algunos antibióticos. Los fármacos que tengan que conservarse en frigorífico deben ser transportados en condiciones que respeten la cadena de frío (embalaje isotérmico refrigerado con acumuladores de frío), sin provocar la congelación del producto.

- **Insulinas:** existen tres parámetros clave que hay que tener en cuenta a la hora de conservar la insulina de forma eficiente. Estos son:

- La **temperatura**, almacenar entre 4 y 8° C en frigorífico.
- **Lugar**, no exponer a fuentes de luz y calor intensas.
- **Tiempo**, el vial o pluma de insulina puede utilizarse durante los 30 días posteriores al primer uso, más allá de este período de tiempo deberá ser descartado.

Antes de abrir, conservar en nevera (entre 2° C y 8° C), preferiblemente en la puerta. No congelar.

Durante el uso o cuando se lleva como repuesto: Conservar por debajo de 30° C. No refrigerar ni congelar. Proteger de la luz.

- **Medicamentos conservados entre 25 y 30° C:** se recomienda guardarlos en un lugar lo más limpio, fresco y seco, así como evitar su exposición al calor y a la luz solar. A modo de sugerencia, se pueden transportar en un embalaje isotérmico no refrigerado.

En los viajes, **evita llevar medicamentos en el maletero o en la guantera del coche**, dado que pueden verse sometidos a temperaturas muy elevadas. Si vas en avión, lleva los medicamentos en el equipaje de mano.

Los supositorios, óvulos vaginales y cremas son especialmente sensibles al calor. Por ello, es conveniente comprobar la apariencia exterior del producto y desecharlo en caso de que presente un aspecto anormal.

Unas malas condiciones de conservación pueden convertir los medicamentos en ineficaces y añadir riesgo de efectos indeseados.

Source URL: <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/uso-razional-del-medicamento/conservacion-en-verano>

Links:

[1]  
[https://sanidad.castillalamancha.es/sites/escam.castillalamancha.es/files/documentos/paginas/imagenes/medicamentos\\_nevera.jpg](https://sanidad.castillalamancha.es/sites/escam.castillalamancha.es/files/documentos/paginas/imagenes/medicamentos_nevera.jpg)