

Di no a ser el paciente

En esta temporada haz escuchado que mucha gente se enfermó, o incluso tú pudiste ser uno de los que padeció de gripe o alguna enfermedad de la garganta.

Si tú estuviste enfermo que pasó:

- A** Fuiste a ver al doctor
- B** Te dieron un jarabe que ya tenías en casa

Si tu respuesta fue "A", te felicitamos.

Vas por buen camino. Auto recetarte no es lo mejor, es decir tomar medicamentos porque se sabe que son buenos, o porque un día que estabas enfermo ello te curó, no es lo mejor.

Ver al doctor

Tomar medicamentos por tomar, aunque se consideren "no dañinos" puede ser malo, más cuando cada vez surgen bichos que hacen que las enfermedades sean más severas.

Desde un dolor de cabeza hasta un padecimiento delicado, siempre es bueno que un doctor te revise, recuerda la frase, es mejor prevenir que lamentar.

Consejos útiles

- 1** Jamás tomes o ingieras ningún medicamento, aun cuando veas que un adulto lo toma.



La auto-prescripción puede reducir la efectividad de los medicamentos.

- 2** Si te siente mal, acude a un doctor lo más pronto posible, tal vez es algo que se cure pronto, pero si lo dejas para después se puede complicar.

- 3** Nunca decidas tomar medicamentos, o sustancias nocivas sólo por que viste a algún amigo o adulto hacerlo.

