

Fecha: 05-11-2018

Fuente: Las Últimas Noticias

Título: ¿Guarda los remedios en el baño? Corra a sacarlos y luego lea esta nota

Visitas: 1.677.282

VPE: 5.618.895

Favorabilidad: No DefinidaLink: <http://www.lun.com/Pages/NewsDetail.aspx?dt=2018-11-06&Paginald=12&bodyid=0>

Guardar en el baño los medicamentos para mantener a raya la presión arterial, la ansiedad o las vitaminas para comenzar el día con más ganas, está lejos de ser una buena idea. "Sucede que la temperatura, la humedad y la exposición solar son los principales enemigos de la estabilidad de los medicamentos", dice Sandro Bustamante, doctor en Farmacología de la Facultad de Medicina de la U. de Chile. Ambientes calurosos y de alta humedad relativa (mayor a 40%) aceleran la descomposición química de los medicamentos, alterando sus beneficios terapéuticos. "Guardarlos en el baño, un lugar húmedo, caluroso, generalmente mal ventilado, no sólo altera sus condiciones físicas, sino que además favorece la proliferación de hongos y algas. Deben ser almacenados en un ambiente de no más de 25 grados", detalla Bustamante. Leonel Rojo, doctor en Farmacología y jefe de la carrera de Química y Farmacia de la U. de Santiago, explica que los medicamentos y sus recipientes de almacenamiento que se venden en Chile están pensados para el clima nacional. "Están diseñados para permanecer en condiciones con poca humedad y de una temperatura media. Por ejemplo, si un laboratorio quiere enviar remedios a Brasil o al Caribe tiene que probar que el envase y la fórmula de este último pueden soportar un clima mucho más húmedo y de mayor temperatura que el nuestro. Por este motivo, el tiempo de vencimiento de un producto farmacológico se considera según el país donde se comercializará. En el Caribe y en Brasil su duración es menor por sus condiciones climatológicas", explica Rojo. Todas estas recomendaciones también deben ser consideradas para aquellos productos que se conocen como medicamentos naturales o fitomedicamentos y vitaminas, recalca Rojo. Entonces, ¿dónde guardarlos? "No es una mala idea guardarlos dentro de una caja plástica en el clóset, siempre y cuando esta última sólo se destine a medicamentos y se revise su fecha de vencimiento cada vez que se tomará una píldora. Algunos productos como solventes para retirar esmaltes de uñas pueden terminar dañando los envases de los fármacos. El alcohol es menos riesgoso, siempre y cuando la botella permanezca muy bien sellada. Hay que evitar tener remedios en el velador porque quedan al alcance de los niños", añade Rojo. ¿Y los jarabes? Según Rojo, los medicamentos líquidos, como los jarabes, son más inestables que los sólidos. Un ejemplo de ello es que se comercializan dentro de un frasco de color ámbar, que protege su principio activo contra la oxidación por la radiación ultra violeta, añade Bustamante. Tampoco se deben meter al refrigerador a menos que su envase diga conservar entre dos y ocho grados. "Cuando el jarabe se abre por primera vez se puede contaminar con bacterias. Para evitar que proliferen tienen muchísima azúcar (cerca de 85%). Sin embargo, si se mete al refrigerador el azúcar comenzará a cristalizarse y liberará agua, donde se reproducirán las bacterias", dice Rojo. El caso del maquillaje "Las brochas que se utilizan para maquillarse corren el riesgo de desarrollar hongos si permanecen todo el tiempo en el baño. Además, se potencian las bacterias que quedan en ellas al pasarlas por la piel con la humedad de la ducha. Es útil lavarlas para quitar los restos de base o polvos, pero siempre y cuando se sequen muy bien. Sobre los cosméticos, generalmente los de marcas reconocidas tienen agentes de preservación microbiológica que les permite soportar esas condiciones y un preservante que ataca todo lo que la piel transmite al utilizarlos", detalla Marcela Escobar, jefa de la carrera de Química y Farmacia de la U. de Valparaíso. Olosmira Correa, magíster en Ciencias Farmacéuticas y profesora de Tecnología Cosmética de la U. de Chile, aconseja tener especial cuidado con los labiales porque su composición es básicamente grasa y esta última cuando se calienta cambia de color, forma y sabor. "No aconsejo guardar el maquillaje y las brochas dentro del baño porque es una zona de la casa donde se producen cambios de temperaturas importantes. Lo mejor es el clóset", recomienda Correa. 05-11-2018

