

EL PUNT SIGRE, UN CONTENIDOR A CADA FARMÀCIA

► Les farmàcies disposen d'un Punt SIGRE, un contenidor en el qual es poden llençar tots aquells medicaments que estiguin caducats o en mal estat de conservació, així com tots aquells que fa temps que no utilitzem o que ja no recordem ni per a què ens els van receptar. S'hi poden llençar les caixes i els envasos buits o amb restes, les xeringues precarregades i plomes o bolígrafs d'insulina. Per contra, no s'hi poden dipositar la resta d'agulles, termòmetres, gasses, radiografies, piles i productes químics. Per damunt de tot, cal recordar que els envasos dels medicaments —buits o no— no els podem llençar ni al cubell de les escombraries ni al contenidor groc. Encara menys podem llençar per l'aigüera i pel wàter la resta de formes líquides (xarops i gotes) ni sòlides (pastilles i càpsules, entre altres) que ens queden als envasos perquè això comporta un risc de contaminació ambiental.

Saps com conservar els medicaments a casa?

► Organitzar i guardar correctament els medicaments a la llar és essencial a l'hora d'evitar errors fatals, especialment durant els mesos de més calor

REDACCIÓ. FIGUERES

■ All llarg de l'any, en major o menor mesura, gairebé tothom utilitza algun tipus de medicament. Un cop deixen de fer servei, sovint s'apilen les medicines sense cap ordre i això pot originar més d'un disgust. Per a mantenir correctament una farmaciola domiciliària cal atendre no només les condicions de conservació, sinó també altres aspectes com la quantitat de medicaments que guardem i la seva caducitat. I, per descomptat, és fonamental mantenir-los fora de l'abast dels infants.

Ferran Bossacoma, cap del servei de Farmàcia de la FSE, i Virginia Gol, farmacèutica adjunta, assenyalen que «habitualment veiem o tenim coneixement de comportaments poc adequats en aquest tema. Moltes persones els guarden en algun calaix a la cuina o al bany, precisament els dos punts en els quals no es recomana conservar-los, ja que es poden veure perjudicats pels canvis de

temperatura i d'humitat propis d'aquests espais». Un altre aspecte a tenir molt en compte «és vigilar la data de caducitat. En general, un medicament caducat perd totalment o parcialment la seva eficàcia, però també hi ha casos en què pot suposar un risc per a la salut, adverteixen. És per això que, Ferran Bossacoma i Virginia Gol insisteixen que «organitzar i conservar els medicaments correctament és essencial a l'hora d'evitar errors fatals».

Per això, a mode de resum, recomanen guardar els medicaments en un lloc que assegurí unes bones condicions de conservació i fora de l'abast dels nens, vigilar la seva caducitat i tenir en compte altres consells bàsics que poden variar en funció del tipus de producte. Per exemple, en el cas dels envasos oberts —molt especialment en les cremes i pomades, col·liris i gotes per a les orelles, xarops i insulines— que en poc temps perden la seva eficàcia.

CONSERVACIÓ DELS ENVASOS OBERTS

Cremes i pomades ► comproveu el símbol que indica la caducitat en mesos una vegada obert l'envàs.



Col·liris i gotes òtiques ► rebutgeu-los al mes de l'obertura. No cal refrigerar-los.

Xarops preparats amb aigua ► manteniu-los a la nevera 7-14 dies, segons el prospecte.

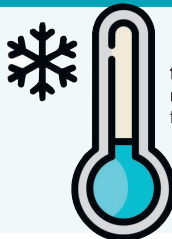
Insulines ► conserveu-les a la nevera abans de començar l'envàs. Un cop encetat, guardeu-les a temperatura ambient durant 4-6 setmanes, segons el prospecte.



RECOMANACIONS GENERALS

a ► No reaprofitueu els sobrants de tractaments anteriors
b ► Llegiu i conserveu el prospecte i l'embalatge original dels medicaments
c ► No prengueu el medicament si us sembla que ha canviat d'aspecte, color o sabor

d ► No deixeu els medicaments a l'interior d'un cotxe aparcats al sol, i si viatgeu en avió, porteu-los a l'equipatge de mà
e ► Comproveu la data de caducitat. Els medicaments caducats cal dur-los a la farmàcia (punt SIGRE).



f ► Comproveu si s'han de mantenir a temperatura ambient o en fred (símbol de ❄).

1. Temperatura ambient (14-30 °C). Conserveu-los en un lloc fresc i sec. Eviteu la cui-

na i el bany per reduir la humitat i els canvis de temperatura.
2. Temperatura freda (2-8 °C). Conserveu-los en una lleixa de la nevera. Eviteu la porta i les parets, per reduir els canvis de temperatura.