



## MANEJO DE LOS COSTOS DEL CUIDADO DE LA SALUD

*“Mi esposa y yo gastamos mucho dinero en medicamentos. Necesitamos encontrar formas de disminuir costos.”*

— Max C., abogado retirado de 82 años de edad

Muchas personas mayores padecen de problemas de salud que requieren tomar medicamentos en forma regular. Para poder pagar los medicamentos de venta con receta (o prescripción) y los medicamentos de venta libre (sin receta), estas personas podrían tener que sacrificar la adquisición de otros productos. Sin embargo, los consejos de ahorro que damos a continuación pueden ayudar a reducir los gastos de medicamentos.

### Consejos para ahorrar gastos

- ✓ Hable con su médico o farmacéutico acerca de las opciones menos costosas.
- ✓ Solicite a su médico que le recete el medicamento menos costoso que pueda resultar efectivo para usted.
- ✓ Consulte a su médico o farmacéutico sobre la sustitución por un medicamento genérico. Los medicamentos genéricos contienen los mismos componentes que los medicamentos de marca comercial, pero son mucho menos costosos.
- ✓ Si un medicamento genérico puede darle resultado, solicite a su médico que indique en la receta (prescripción) que la sustitución está permitida. Esto ayudará cuando usted se encuentre en la farmacia.
- ✓ Verifique con su farmacéutico a fin de asegurarse de que se está utilizando una marca genérica (a menos que el médico haya indicado que no debe efectuarse sustitución alguna).
- ✓ Llame al fabricante del medicamento para interiorizarse acerca de Programas de Asistencia al Paciente o de tarjetas de descuento.

Algunos fabricantes incluso están dispuestos a proveer medicamentos en forma gratuita a individuos de bajos ingresos. Aunque estos programas tienen restricciones, la búsqueda puede resultar valiosa. Su médico o farmacéutico puede proporcionarle el nombre y el número de la compañía que produce el medicamento.

- ✓ Compare precios. El precio de los medicamentos puede variar en gran medida entre las farmacias. Al comparar precios, usted podrá obtener el mayor rendimiento de su dinero.
- ✓ Las Farmacias de Descuento por Correo (*Mail Order Discount Pharmacies*) tienen precios de descuento en medicamentos de venta libre, suministros para diabéticos y medicamentos de venta con receta (prescripción). Algunas no cobran para asociarse, pero sí pueden cobrar por el envío y el manipuleo. Para obtener una lista de farmacias de descuento por correo, ingrese a [www.medicarerights.org](http://www.medicarerights.org), o consulte a su médico o farmacéutico si conoce algún programa. Compre sólo a farmacias que venden por correo o por Internet que estén acreditadas por los Sitios de Práctica de Farmacia Verificados (*Verified Pharmacy Practice Sites, VIPPS*) (busque el sello del hipervínculo de VIPPS que se muestra en el sitio Web).
- ✓ Ajuste su receta a su presupuesto.
- ✓ Para toda nueva prescripción, solicite al médico que le recete sólo lo necesario para asegurarse de que el medicamento funcione en forma correcta antes de pagar una suma mayor. Esto le ayudará a evitar derroches en caso de que su prescripción cambie.
- ✓ Si usted padece de una condición crónica, ha estado ya con la medicación durante algunas semanas y necesitará tomarla por un período de tiempo largo o extendido, puede resultar más accesible ordenar grandes cantidades a un precio de descuento. Generalmente, comprar al por mayor reduce en gran medida el costo de la dosis.
- ✓ Considere fraccionar los comprimidos. Los mismos vienen en concentraciones variables. Generalmente, los de alta concentración cuestan casi lo mismo que las píldoras de baja concentración.

Comprando comprimidos de alta concentración y luego fraccionándolos por mitades, usted puede obtener dos dosis por un precio cercano al de una. Consulte a su médico si la división de los comprimidos resultará efectiva en el caso de algún medicamento que esté tomando y si ello implicará un ahorro de gastos significativo. La utilización de un instrumento fraccionador de comprimidos (disponible en la mayoría de las farmacias) le ayudará a realizar la división en forma correcta. Tenga cuidado: asegúrese de que su médico haya aprobado la división de comprimidos para su medicación. Asegúrese también de fraccionar el comprimido correcto, y de que el medicamento se divida exactamente por la mitad.

- ✓ Considere las alternativas de venta libre (*over-the-counter*, OTC). Muchos medicamentos de venta libre cuestan hasta un 75% menos que los medicamentos recetados, pero pueden ser igualmente efectivos. Esto incluye antihistamínicos, calmantes y antiácidos. También puede representar un ahorro utilizar como alternativa de venta libre la “marca propia” de la tienda (por ejemplo, acetaminophen de CVS) en vez de medicamentos de venta libre “de marca comercial” (por ejemplo, Tylenol). Consulte a su médico si una alternativa de venta libre puede resultar efectiva en su caso.
- ✓ Considere alternativas de prescripción. Si usted cuenta con un seguro que cubre medicamentos de venta con receta, un medicamento de ese tipo puede terminar costando menos que los productos de venta libre. Como una medida para ahorrar gastos, en caso de tener un seguro con cobertura de medicamentos de venta con receta, consulte a su médico si es posible que le recete un medicamento que generalmente usted compra en forma libre.
- ✓ Compare marcas comerciales, consultando a su médico si el medicamento que toma es menos costoso bajo una marca comercial diferente.
- ✓ En cada visita a su médico, pregúntele si es necesario continuar con todas sus medicaciones. Dejar de tomar un medicamento que no necesita puede ahorrarle dinero, pero suspender uno que sí necesita no hace más que dificultar su camino hacia una buena salud.

- ✓ Tome solamente lo que necesita. Es fácil sucumbir ante los mensajes de los anuncios de los laboratorios que fabrican los medicamentos. Ellos quieren que usted compre sus productos. Sea un buen consumidor y tome únicamente los medicamentos que necesita, por el período específico que su médico determine y prescriba.

*Este material le brinda información general y breve sobre este tema del cuidado de la salud. Sin embargo, éste no reemplaza las instrucciones específicas de sus proveedores del cuidado de la salud. Para obtener respuestas a otras preguntas que usted pueda tener, consulte a su médico o a otro proveedor del cuidado de la salud.*

*Copyright NewYork-Presbyterian Hospital 2003. Se reserva todos los derechos.*