

División de tabletas

Si usted toma medicamentos recetados para tratar una dolencia crónica, puede ahorrar dinero si divide las tabletas (cortándolas a la mitad, literalmente). No todas las tabletas pueden dividirse, por lo que el dividir las tabletas no puede usarse en el tratamiento de cualquier enfermedad crónica. Pero ante el costo creciente de los medicamentos recetados, muchos médicos y autoridades de la salud aconsejan el uso de este método con cada vez más medicinas. Muy notablemente, todos los medicamentos para la disminución del colesterol conocidos como estatinas pueden dividirse, al igual que muchos de los medicamentos que se usan para tratar la presión sanguínea elevada y la depresión.

En esencia, el dividir las tabletas permite comprar dos dosis de medicina al precio de una (o adquirir la medicina necesaria para dos meses al precio que se gasta en un mes). Si su médico concuerda en que es buena idea, si usted aprende a hacerlo adecuadamente y si divide sólo las tabletas que pueden dividirse, el dividir las tabletas no conlleva ningún riesgo. Actualmente hay una gran disponibilidad de dispositivos simples para dividir tabletas.

ANTECEDENTES

Hace tiempo que los médicos aconsejan a los pacientes que dividan las tabletas. En un principio, no era para ahorrar dinero. Al contrario, era para permitir que la gente tomara una dosis de medicina que no se conseguía fácilmente en una farmacia. Ello se debe a que las empresas farmacéuticas fabrican sólo varias dosis fijas de cualquier medicamento dado. Pero muchos médicos prefieren adaptar la dosis de una medicina a las necesidades exactas de un paciente, o lo hacen para disminuir el riesgo de que se presenten efectos secundarios. Por ejemplo, un médico podría querer recetar menos cantidad de un medicamento (10 mg, digamos) que la dosis más baja disponible (20 mg, digamos).

Un ejemplo de división de tabletas común hoy en día tiene que ver con la vieja y conocida aspirina. Actualmente, las autoridades de la salud instan a cualquiera que tenga riesgo de sufrir una enfermedad cardíaca a tomar media tableta de aspirina para adultos al día. Una tableta de aspirina común contiene 325 mg, pero los estudios muestran que 160 mg o menos son igualmente eficaces (y más seguros) para disminuir el riesgo de sufrir un ataque cardíaco o un derrame cerebral. Actualmente, algunas empresas fabrican tabletas de aspirina de

media dosis y la aspirina para niños viene en dosis menores (81 mg, generalmente). Pero con frecuencia, la alternativa menos costosa es comprar un frasco grande de aspirina genérica y dividir las tabletas a la mitad.

El dividir las tabletas ahorra dinero porque las empresas farmacéuticas y las farmacias suelen cobrar casi la misma suma por una medicina en particular, sin tener en cuenta la dosis. Por ejemplo, la cantidad necesaria para un mes de un medicamento que se tome una vez al día puede costar \$100, tanto en el caso de una dosis de 100 mg como en el de una de 50 mg. Por lo tanto, si el médico le receta la tableta de 50 mg, le costará \$100. Pero si le receta la tableta de 100 mg y le dice que la corte a la mitad, por \$100 puede comprar la cantidad de medicina necesaria para dos meses. Si usted toma varias medicinas, ese ahorro puede acumularse.

Lógicamente, muchas empresas de seguros están a favor de la división de las tabletas porque a ellas también les ahorra dinero. A su empleador podría gustarle la idea por la misma razón. Actualmente, algunas empresas de seguros le brindan una lista de tabletas cuya división está aprobada. Y algunas incluso exigen la división de las tabletas al no cubrir el costo de algunos medica-

mentos de dosis menores. Ello obliga a la gente a comprar tabletas de dosis mayores y dividir las. La Asociación Médica Estadounidense y la Asociación Estadounidense de Farmacéuticos se oponen a esa práctica. Pero esas organizaciones reconocen que muchas tabletas pueden dividirse de manera segura si ello se hace correctamente. El Departamento de Asuntos de Ex Combatientes permite dividir las tabletas en varios de sus establecimientos, aunque no apoya formalmente tal práctica.

La mayoría de las empresas farmacéuticas se opone a la división de las tabletas.

ALGUNAS MEDICINAS QUE PUEDEN DIVIDIRSE CON SEGURIDAD

Amlodipina (Norvasc)
Atenolol (Tenormin)
Atorvastina (Lipitor)
Citalopram (Celexa)
Clonazepam (Klonopin)
Doxazosina (Cardura)
Finasterida (Proscar)
Levotiroxina (Synthroid)
Lisinopril (Zestril)
Lovastatina (Mevacor)
Metformina (Glucophage)
Metoprolol (Toprol)
Nefazodona (Serzone)
Olanzapina (Zyprexa)
Paraxetina (Paxil)
Pravastatina (Pravachol)
Quinapril (Accupril)
Rosuvastatina (Crestor)
Sertralina (Zoloft)
Sildenafil (Viagra)
Simvastatina (Zocor)
Tadalafil (Cialis)
Vardenafil (Levitra)

Dicen que puede ser peligrosa. Pero los estudios realizados hasta la fecha no han mostrado ningún impacto de salud adverso. Además, al reducir el costo de los medicamentos recetados, la división de las tabletas podría mejorar los resultados de las actividades relativas a la salud contribuyendo a que la gente pueda costear sus medicamentos y se cumplan con los regímenes de medicamentos que sus médicos recomiendan.

CONSEJOS PRÁCTICOS

Consulte a su médico sobre la división de tabletas. La dosis de la mayoría de los medicamentos que tome es muy importante. Si no recibe la dosis adecuada, el efecto del medicamento podría disminuir considerablemente. Su médico debe saber qué medicamentos pueden dividirse y cuáles no. También puede consultar a un farmacéutico, quien podría estar dispuesto a mostrarle cómo dividir las tabletas.

El único modo seguro de dividir las tabletas es a la mitad y nunca en porciones menores, como tercios o cuartos.

No hay ninguna lista oficial y completa de medicinas que pueden dividirse, y es peligroso dividir ciertos medicamentos. Ello hace que sea doblemente importante consultar a un médico o a un farmacéutico. Por lo general, los siguientes tipos de tabletas *no deben* dividirse:

- Los medicamentos para quimioterapia
- Las medicinas antiepilepticas
- Las píldoras anticonceptivas
- Los diluyentes sanguíneos (coumadina, warfarina)

LA SERIE GUÍA PARA EL COMPRADOR SOBRE LOS MEDICAMENTOS RECETADOS

Esta serie es una producción de Consumers Union y *Los medicamentos de mejor precio (Best Buy Drugs)*, de la publicación *Consumer Reports*, un proyecto de información pública que se financia mediante subvenciones de la Fundación Engelberg y la Biblioteca Nacional de Medicina de los Institutos Nacionales de Salud. La dirección del sitio gratuito del proyecto en la Internet es www.CRBestBuyDrugs.org.

Esta información no debe considerarse como sustitutiva de la consulta con un médico o un profesional de la salud. Se brinda para mejorar la comunicación con su médico, no para sustituirlo. Ni la Biblioteca Nacional de Medicina ni los Institutos Nacionales de Salud son responsables por el contenido ni los consejos que se encuentran aquí.

AHORROS AL DIVIDIR LAS TABLETAS – ALGUNOS EJEMPLOS

Medicamento y dosis diaria	Costo mensual promedio ¹	Ahorros mensuales potenciales y se divide a la mitad una dosis mayor ²	Costo mensual promedio resultante usando tabletas divididas
Lovastatina (Mevacor) 10mg	\$33	\$14.50	\$18.50
Atorvastatina (Lipitor) 40mg	\$124	\$62.50	\$61.50
Amlodipina (Norvasc) 5mg	\$55	\$18.50	\$36.50
Sertralina (Zoloft) 50mg	\$98	\$49	\$49
Metoprolol (Toprol XL) 200mg	\$69	\$9.50	\$34.50

(1) Los precios son promedios de los precios minoristas de todo el país; información obtenida por Los medicamentos de mejor precio (Best Buy Drugs), de la publicación *Consumer Reports*, a partir de datos suministrados por Wolters Kluwer Health. (2) La dosis que se usa para el cálculo es el doble de la dosis que figura en la primera columna. Aquí no se proporciona el precio de esa dosis.

- Las cápsulas de cualquier tipo que contengan polvos o geles
- Las tabletas con recubrimiento duro
- Las tabletas fabricadas para liberar la medicación en el cuerpo paulatinamente
- Las tabletas recubiertas para proteger el estómago
- Las tabletas que liberan el medicamento durante todo el día
- Las tabletas que se desmenuzan con facilidad, irritan la boca, tienen sabor amargo o contienen tinturas fuertes que podrían manchar los dientes y la boca

Algunos ejemplos de medicinas que no pueden dividirse son la oxicodona (OxyContin) para el dolor, el omeprazol (Prilosec) para la acidez estomacal y la cetirizina (Zyrtec) para las alergias.

Algunas tabletas pueden deteriorarse si se exponen al aire y la humedad por períodos largos después de dividirse. Por lo tanto, no debe dividir las tabletas por adelantado. En vez de ello, hágalo el día que tome la primera mitad. Luego tome la otra mitad el segundo día.

No divida las tabletas con un cuchillo. Ello puede ser peligroso y por lo general es impreciso. Es decir que, según muestran los estudios, con demasiada frecuencia el resultado son mitades desiguales. En lugar de ello, compre un divisor de tabletas. Cuestan de \$3 a \$10 y están disponibles en la mayoría de las farmacias y tiendas grandes de descuentos. Un dispositivo para dividir tabletas de formas extrañas puede costar más, hasta \$25. Algunas compañías de seguros le envían un divisor de tabletas gratis, así que consulte al respecto en su plan de salud.

Si usted no tiene buena visión o sufre de alguna dolencia como la artritis o el mal de Parkinson, podría resultarle difícil dividir las tabletas. Debe consultar al médico acerca de si podría ser agobiante. Asimismo, las personas con problemas de memoria o discapacidad del pensamiento no deberían dividir sus tabletas.

Las tabletas más fáciles de dividir son las relativamente planas y redondas con una muesca en el medio. Eso es una línea ligeramente marcada que atraviesa la tableta por la mitad. Sin embargo, no todas las tabletas que tienen una muesca en el medio están diseñadas para dividirse. Consúltelo también con su médico o farmacéutico.