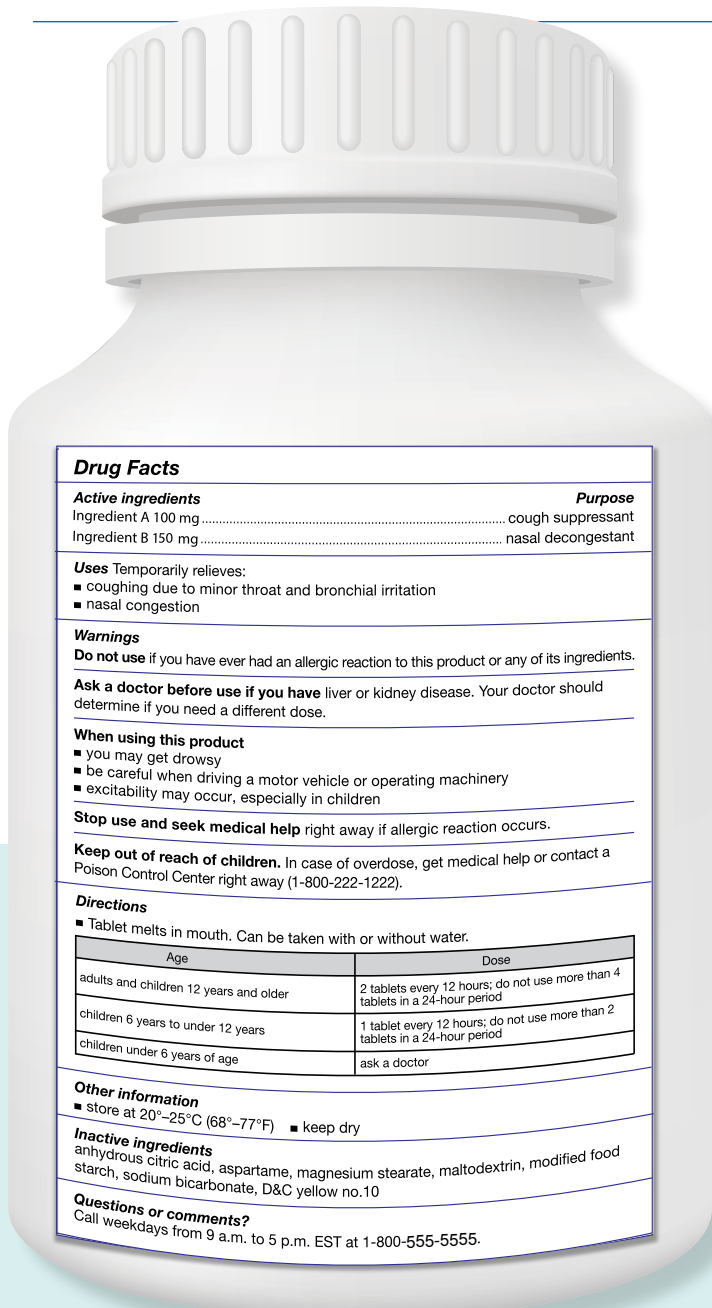


# OTC OVER-THE-COUNTER MEDICINE SAFETY

## KEEPING YOUR CHILDREN MEDICINE-SAFE

As children get older, they often start to take on more responsibility – at home, at school, and even with their health. That is why it's so important for families to help children learn how to make safe choices.

Over-the-counter (OTC) medicines can be purchased from a store without a doctor's prescription, but they still need to be treated with the same amount of care! It is important to read and follow the *Drug Facts* label every time.



**Drug Facts**

**Active ingredients** **Purpose**  
 Ingredient A 100 mg ..... cough suppressant  
 Ingredient B 150 mg ..... nasal decongestant

**Uses** Temporarily relieves:  
 ■ coughing due to minor throat and bronchial irritation  
 ■ nasal congestion

**Warnings**  
**Do not use** if you have ever had an allergic reaction to this product or any of its ingredients.  
**Ask a doctor before use if you have** liver or kidney disease. Your doctor should determine if you need a different dose.

**When using this product**  
 ■ you may get drowsy  
 ■ be careful when driving a motor vehicle or operating machinery  
 ■ excitability may occur, especially in children

**Stop use and seek medical help** right away if allergic reaction occurs.

**Keep out of reach of children.** In case of overdose, get medical help or contact a Poison Control Center right away (1-800-222-1222).

**Directions**  
 ■ Tablet melts in mouth. Can be taken with or without water.

Age	Dose
adults and children 12 years and older	2 tablets every 12 hours; do not use more than 4 tablets in a 24-hour period
children 6 years to under 12 years	1 tablet every 12 hours; do not use more than 2 tablets in a 24-hour period
children under 6 years of age	ask a doctor

**Other information**  
 ■ store at 20°–25°C (68°–77°F) ■ keep dry

**Inactive ingredients**  
 anhydrous citric acid, aspartame, magnesium stearate, maltodextrin, modified food starch, sodium bicarbonate, D&C yellow no.10

**Questions or comments?**  
 Call weekdays from 9 a.m. to 5 p.m. EST at 1-800-555-5555.

This is not an actual *Drug Facts* label

## Medicine Action Plan

Create a medicine action plan to help keep everyone safe and healthy! Have your child check off each item as you complete it together.

- Which adults should your child talk to if he or she is sick and may need medicine? Provide options if a primary caregiver is unavailable.
- Where will medicines be stored in your home? Remember that they should be up, away, and out of sight!
- How will you make sure that each medicine and the dosing device it comes with are kept together?
- How will your family make sure that the child safety caps are locked on all medicines?
- How will you make sure that visitors keep all of their medicines out of children's reach and sight?
- Program the **Poison Help** number into your phone: **1-800-222-1222**. Bookmark the Interactive Poison Help Website: [poisonhelp.org](http://poisonhelp.org).

## Get to Know Your Medicine Label

Work as a family to learn more about the children's OTC medicines that you have in your home. Answer these questions together:

- ▶ What are the active ingredients?
- ▶ Are any side effects listed (under "Warnings")?
- ▶ Where is the poison control number on this label?
- ▶ What is the correct dose for your child to take if he or she is sick?
- ▶ How frequently should your child take the medicine if he or she is sick?
- ▶ Is the dose or frequency different for a younger sibling?
- ▶ What type of medicine dosing device came with the medicine? (Make sure it is stored with the medicine!)

# MEDICINE STORAGE AND DISPOSAL, SAFE USE, AND MISUSE

Using the correct dose of medicine is a science — too little won't be effective, and too much could be harmful. It's also important to make sure that medicines are stored up, away, and out of sight, as well as disposed of properly (see [bit.ly/fda-disposal](https://bit.ly/fda-disposal)).

Play the *Hidden Home Hazards* game and find additional resources at [www.ymiclassroom.com/otcmedsafety-families](https://www.ymiclassroom.com/otcmedsafety-families).



## Medicine Safety Hunt

How safe is each room in your home? Work together as a family to make sure that all types of health-related items are up and away in a safe location. Look for all of the following:

- ▶ Liquid medicines
- ▶ Pills
- ▶ Medicated creams
- ▶ Cough drops
- ▶ Eye drops
- ▶ Vitamins
- ▶ Supplements
- ▶ Prescription medicines
- ▶ Other healthcare products or potentially dangerous products, such as detergent pods

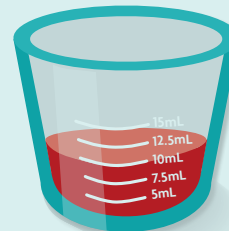


1. Are all medicines up, away, and out of sight?
2. Is the medicine dosing device stored with the medicine?
3. When disposing of a medicine, do you follow the U.S. Food and Drug Administration's guidelines?
4. Is any medicine past its expiration date?

## What Should You Do?

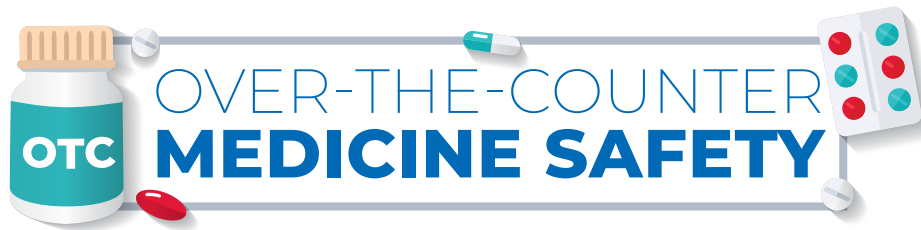
As a family, read each of the following scenarios about OTC medicines. Is this situation safe? Is this misuse? How should the characters handle the situation?

- ▶ Nikita has a headache. Last time she had a headache, her dad gave her some ibuprofen. He isn't home from work yet, so Nikita goes to the medicine cabinet and takes a couple of the pills without talking to her dad.
- ▶ Ruben is taking a dose of cough syrup under his mom's supervision. He forgot the dosing device in the cabinet, so he grabs a spoon from the kitchen drawer to measure his dose of medicine.
- ▶ Every day, Angelica takes a once-a-day allergy medicine. Her mom always reminds her at breakfast. Today, though, it doesn't seem to be working. At lunchtime, Angelica takes another dose of the medicine so she will feel better faster.



dosage cup

Get free, confidential answers to your medicine questions by calling the Poison Help Line, **1-800-222-1222**, or visit [poisonhelp.org](https://poisonhelp.org).



## OUR OTC MEDICINE SAFETY CHECKLIST

- Read and follow the *Drug Facts* label every time.
- Measure carefully. Keep the medicine and the dosing device it comes with together. Never use household spoons to measure medicine.
- Check that all medicines, vitamins, and supplements are stored up, away, and out of sight of young children. Keep prescription medicines locked away.
- Ensure that the child safety caps are locked on all medicines.
- Remind visitors to keep luggage, purses, or anything else that might have medicines in it out of children's reach and sight.
- Medicines should only be taken with the supervision of an adult or trusted guardian. Communicate with other caregivers to prevent double-dosing errors.
- Make sure your children know that using OTC and prescription medicines incorrectly can cause harm.
- Program the **Poison Help** number into your phone: **1-800-222-1222**.
- Bookmark the Interactive Poison Help Website: [poisonhelp.org](http://poisonhelp.org).

## EMERGENCY CONTACTS

Post these numbers in a prominent place in your home. Remember to save them into your cell phone in case of emergency.

Family Doctor Name: \_\_\_\_\_ Phone Number: \_\_\_\_\_

Pharmacy Name: \_\_\_\_\_ Phone Number: \_\_\_\_\_



Poison Help Line: **1-800-222-1222**

Open 24 hours a day every day of the year. Calls are fast, free, and confidential.

Interactive Poison Help Website:

[poisonhelp.org](http://poisonhelp.org)

Learn more about **OTC Medicine Safety** at [www.ymiclassroom.com/otcmedsafety-families](http://www.ymiclassroom.com/otcmedsafety-families).



# SEGURIDAD DE LOS OTC MEDICAMENTOS DE VENTA LIBRE

## ACTIVIDADES FAMILIARES

### MANTENER LA SEGURIDAD DE SUS HIJOS CON RESPECTO A LOS MEDICAMENTOS

A medida que los niños crecen, a menudo comienzan a asumir más responsabilidades: en casa, en la escuela e incluso con su salud. Por eso es tan importante que las familias ayuden a los niños a aprender cómo tomar decisiones seguras.

Los medicamentos de venta libre (OTC) se pueden comprar en una tienda sin receta médica, ¡pero aun así deben tratarse con igual cuidado! Es importante leer y seguir siempre la etiqueta *Drug Facts* (Información del medicamento).



#### Información del medicamento

**Ingredientes activos** **Acción terapéutica**  
 Ingrediente A 100 mg..... antitusivo  
 Ingrediente B 150 mg..... descongestivo nasal

**Usos** Alivio temporal de lo siguiente:  
 ■ Tos causada por una leve irritación de los bronquios y de la garganta  
 ■ Congestión nasal

**Advertencias**  
**No utilizar** en caso de haber sufrido una reacción alérgica a este producto o a cualquiera de sus ingredientes.

**Consulte con un médico antes de usarlo si padece** enfermedad hepática o renal. Su médico debe determinar si usted necesita una dosis diferente.

**Al utilizar este producto, tenga en cuenta lo siguiente:**  
 ■ Puede causar somnolencia.  
 ■ Tenga cuidado al conducir un vehículo motorizado u operar máquinas.  
 ■ Pueden aparecer síntomas de excitación, especialmente en niños.

**Interrumpa el uso y solicite asistencia médica** de inmediato si se produce una reacción alérgica.

**Mantenga fuera del alcance de los niños.** En caso de sobredosis, solicite asistencia médica o póngase en contacto con un centro de toxicología de inmediato (1-800-222-1222).

**Indicaciones**  
 ■ El comprimido se disuelve en la boca. Se puede tomar con agua o sin ella.

Edad	Dosis
adultos y niños de 12 años en adelante	2 comprimidos cada 12 horas; no tomar más de 4 comprimidos en un periodo de 24 horas
niños de 6 a 11 años	1 comprimido cada 12 horas; no tomar más de 2 comprimidos en un periodo de 24 horas
niños menores de 6 años	consulte con un médico

**Información adicional**  
 ■ Conservar a una temperatura de entre 20°C-25°C (68°F-77°F)  
 ■ Mantener en un lugar seco

**Ingredientes inactivos**  
 Ácido cítrico anhidro, aspartamo, estearato de magnesio, maltodextrina, almidón alimenticio modificado, bicarbonato de sodio, colorante paramedicamentos y cosméticos (D&C) amarillo núm. 10

**¿Preguntas o comentarios?**  
 Llame al 1-800-555-5555 los días hábiles, de 9 a.m. a 5 p.m. (hora estándar del este).

### Plan de acción de medicamentos

¡Cree un plan de acción de medicamentos para ayudar a mantener a todos seguros y saludables! Haga que su hijo marque cada elemento de la lista mientras completan juntos el plan de acción.

- ¿Con qué adultos debe hablar su hijo cuando esté enfermo y pueda necesitar medicamentos? Incluya opciones si un cuidador principal no está disponible.
- ¿Dónde se almacenarán los medicamentos en su hogar? ¡Recuerde que deben estar en un lugar alto, lejos y fuera de la vista!
- ¿Cómo se asegurará de mantener juntos el medicamento y el dosificador con el que viene?
- ¿Cómo se asegurará su familia de que los tapones de seguridad para niños estén bloqueados en todos los medicamentos?
- ¿Cómo se asegurará de que los visitantes mantengan todos sus medicamentos fuera del alcance y la vista de los niños?
- Guarde el número de **Poison Help** (Ayuda por envenenamiento) en su teléfono: **1-800-222-1222**. Marque como favorito en su navegador la Ayuda interactiva por envenenamiento sitio web: [poisonhelp.org](http://poisonhelp.org).

### Conozca la etiqueta de su medicamento

Trabajen en familia para aprender más sobre los medicamentos de venta libre para niños que tiene en su hogar. Respondan estas preguntas juntos:

- ▶ ¿Cuáles son los ingredientes activos?
- ▶ ¿Se mencionan efectos secundarios (en "Warnings" [Advertencias])?
- ▶ ¿Dónde está el número de control de envenenamiento en esta etiqueta?
- ▶ ¿Cuál es la dosis correcta para su hijo si está enfermo?
- ▶ ¿Con qué frecuencia debe tomar el medicamento su hijo si está enfermo?
- ▶ ¿La dosis o la frecuencia son diferentes para un hermano menor?
- ▶ ¿Qué tipo de dosificador de medicamento viene con el medicamento? (¡Asegúrese de guardarlo con el medicamento!)

Esta no es una etiqueta de Información sobre el medicamento (*Drug Facts* label) real.



# ALMACENAMIENTO Y ELIMINACIÓN DE MEDICAMENTOS, USO SEGURO Y USO INDEBIDO

Usar la dosis correcta de medicamento es una ciencia: muy poco no será eficaz y demasiado podría ser perjudicial.

También es importante asegurarse de que los medicamentos se guarden en un lugar alto, lejos y fuera de la vista, y que se desechen correctamente (consulte <https://www.fda.gov/drugs/safe-disposal-medicines/eliminacion-de-medicamentos-no-utilizados-todo-lo-que-debe-saber>).

Juegue al juego *Hidden Home Hazards* y encuentre recursos adicionales en [www.ymiclassroom.com/otcmedsafety-families](http://www.ymiclassroom.com/otcmedsafety-families).



## Búsqueda de la seguridad para medicamentos

¿Qué tan segura es cada habitación de su hogar? Trabajen juntos en familia para asegurarse de que todos los tipos de artículos relacionados con la salud estén en un lugar seguro. Busquen todo lo siguiente:

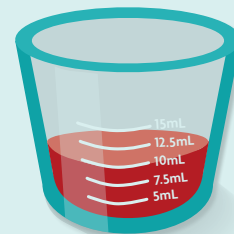
- ▶ Medicamentos líquidos
- ▶ Pastillas
- ▶ Cremas con medicamento
- ▶ Caramelos para la tos
- ▶ Gotas para los ojos
- ▶ Vitaminas
- ▶ Suplementos
- ▶ Medicamentos recetados
- ▶ Otros productos de cuidado de la salud o productos potencialmente peligrosos, como cápsulas de detergente



## ¿Qué debería hacer?

En familia, lean cada uno de los siguientes escenarios sobre medicamentos OTC. ¿Es segura esta situación? ¿Es un mal uso? ¿Cómo deben manejar la situación los personajes?

- ▶ Nikita tiene dolor de cabeza. La última vez que tuvo dolor de cabeza, su papá le dio ibuprofeno. Él todavía no llegó a casa del trabajo, así que Nikita va al gabinete de medicamentos y toma un par de pastillas sin hablar con su padre.
- ▶ Rubén está tomando una dosis de jarabe para la tos bajo la supervisión de su madre. Olvidó el dosificador en el gabinete, así que usa una cuchara de cocina para medir su dosis de medicamento.
- ▶ Todos los días, Angélica toma un medicamento para la alergia una vez al día. Su mamá siempre le recuerda tomarlo en el desayuno. Hoy, sin embargo, el medicamento parece no estar funcionando bien. A la hora del almuerzo, Angélica toma otra dosis del medicamento para sentirse mejor más rápido.



vaso dosificador

1. ¿Están todos los medicamentos en un lugar alto, lejos y fuera de la vista?
2. ¿El dosificador de medicamento está guardado con el medicamento?
3. Al desechar un medicamento, ¿sigue usted las pautas de la Administración de Alimentos y Medicamentos de los EE. UU. (U.S. Food and Drug Administration)?
4. ¿Algún medicamento ha pasado su fecha de caducidad?

Para obtener respuestas gratuitas y confidenciales a sus preguntas sobre medicamentos, llame a Poison Help al **1-800-222-1222**, o visite [poisonhelp.org](http://poisonhelp.org).



# SEGURIDAD DE LOS OTC MEDICAMENTOS DE VENTA LIBRE

## NUESTRA LISTA DE VERIFICACIÓN DE SEGURIDAD DE MEDICAMENTOS DE VENTA LIBRE

- Lea y siga siempre la etiqueta *Drug Facts*.
- Mida con cuidado. Conserve juntos el medicamento y el dosificador con el que vino. Nunca use cucharas comunes para medir medicamentos.
- Compruebe que todos los medicamentos, vitaminas y suplementos se guarden en un lugar alto, lejos y fuera de la vista de los niños pequeños. Guarde los medicamentos recetados bajo llave.
- Asegúrese de que los tapones de seguridad para niños estén bloqueados en todos los medicamentos.
- Recuérdeles a los visitantes que guarden el equipaje, las carteras o cualquier otro elemento que pueda contener medicamentos fuera del alcance y la vista de los niños.
- Los medicamentos solo deben tomarse bajo la supervisión de un adulto o tutor de confianza. Comuníquese con otros cuidadores para evitar errores de dosis doble.
- Asegúrese de que sus hijos sepan que el uso incorrecto de medicamentos OTC y recetados puede causar daños.
- Guarde el número de **Poison Help** en su teléfono: **1-800-222-1222**.
- Marque como favorito en su navegador la Ayuda interactiva por envenenamiento. Sitio web: [poisonhelp.org](http://poisonhelp.org).

### CONTACTOS DE EMERGENCIA

Coloque estos números en un lugar visible en su hogar. Recuerde guardarlos en su teléfono celular en caso de emergencia.

Nombre del médico de familia: \_\_\_\_\_ Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Nombre de la farmacia: \_\_\_\_\_ Número de teléfono: \_\_\_\_\_



#### **Poison Help:** **1-800-222-1222**

Abierto las 24 horas, todos los días del año. Las llamadas son rápidas, gratuitas y confidenciales. Sitio web de la Ayuda interactiva por envenenamiento: [poisonhelp.org](http://poisonhelp.org)

Obtenga más información sobre la **seguridad de los medicamentos OTC** en [www.ymiclassroom.com/otcmedsafety-families](http://www.ymiclassroom.com/otcmedsafety-families).