



BOAS PRÁTICAS PARA MELHORAR A SEGURANÇA DO USO DE MEDICAMENTOS

DICAS

USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS

INTERAÇÕES COM MEDICAMENTOS

ARMAZENAMENTO CORRETO
DE MEDICAMENTOS

05

08

10



A dor de cabeça está ali pulsando novamente... aí você sabe que é hora de tomar por conta própria aquele comprimidinho de sempre.

Mas você sabe como ele deveria ser tomado?

Quais são as orientações básicas que envolvem um medicamento?



É algo extremamente sério e exige diversos cuidados que vão da compra à ingestão.

**Todo medicamento
é remédio, mas
nem todo remédio
é um medicamento!**

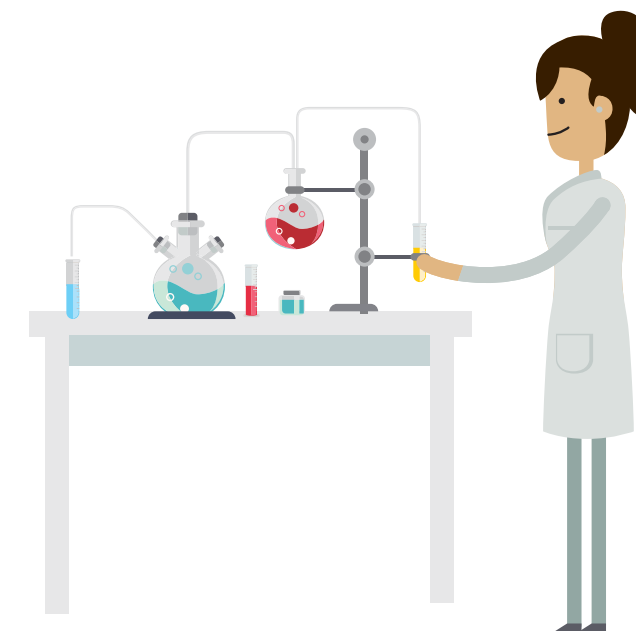
***Você sabe a
diferença?***



Remédio: qualquer cuidado que pode aliviar uma dor ou ajudar a combater uma doença. Por exemplo: um chá caseiro, fisioterapia, uma massagem, acupuntura.



Medicamento: Uma forma farmacêutica (comprimido, cápsula, drágea, xarope, creme, pomada, entre outros) fabricado por um laboratório, dentro dos mais rigorosos controles da qualidade, e que são utilizados para prevenir ou curar doenças, ajudar nas funções do nosso organismo, aliviar sintomas de mal estar ou para ajudar a detectar doenças.



1

O QUE É USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, entende-se que há uso racional de medicamento quando pacientes recebem medicamentos para suas condições clínicas em doses adequadas às suas necessidades individuais, por um período adequado e ao menor custo para si e para a comunidade.

Utilizar medicamentos de forma incorreta pode prejudicar a sua saúde e até levar à morte.

Para que eles façam efeito desejado é importante que sejam administrados corretamente e com orientação do seu médico ou de um farmacêutico.

3

MANDAMENTOS DO USO CORRETO DO MEDICAMENTO

1. Medicamento certo
2. Na dose certa
3. Na hora certa

5

MOTIVOS PARA NÃO SE AUTOMEDICAR

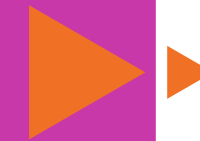
Um levantamento feito pelo Instituto de Ciência Tecnologia e Qualidade (ICTQ) identificou que **76,4% dos brasileiros costumam se automedicar.**

- 1) **Diagnóstico falho:** ingerir medicação sem orientação de um profissional pode “mascarar” uma doença mais grave em estágio inicial, dificultando o diagnóstico médico precoce.
- 2) **Surgimento de problemas:** entre as consequências do uso abusivo de remédios está o aparecimento de náuseas, vômitos, reações alérgicas, reações gastrointestinais e efeitos sobre o sistema nervoso central.
- 3) **Cuidado com os antibióticos:** com eles a atenção deve ser sempre redobrada, pois o uso indiscriminado pode facilitar o aumento da resistência de micro-organismos, comprometendo a eficácia dos tratamentos.

- 4) **Combinação inadequada:** fazer uso de dois ou mais medicamentos que não combinam pode anular ou potencializar o efeito do outro. E como saber se eles combinam sem a orientação de um especialista?
- 5) **Efeito rebote:** pode ocorrer quando o medicamento é usado com frequência. Assim que o efeito cessa, a dor volta com mais intensidade e para acalmá-la é necessário aumentar a dose de medicação.

Resumindo, a automedicação e uso incorreto do medicamento podem causar:

- Piora da doença
- Mascaramento de sintomas
- Reações alérgicas
- Dependência
- Morte



TENHA EM MENTE: poder adquirir um medicamento sem prescrição médica não é sinônimo de poder ingerir por indicação própria, na dosagem deduzidamente mais conveniente e no momento que parecer mais oportuno.

2º

INTERAÇÕES COM MEDICAMENTOS

Segundo a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), a interação medicamentosa é definida como uma resposta farmacológica ou clínica à administração de uma combinação de medicamentos, diferente dos efeitos de dois agentes administrados individualmente.

Quando dois medicamentos são administrados concomitantemente a um paciente, podem agir de forma independente ou interagir entre si, com aumento ou diminuição de efeito terapêutico ou tóxico de um e/ou de outro.

Existem interações medicamentosas do tipo medicamento-medicamento, medicamento-alimento, medicamento-bebida alcoólica e medicamento-exames laboratoriais. As interações medicamentosas podem ocorrer entre medicamentos sintéticos, fitoterápicos, chás e ervas medicinais.

Algumas podem levar pacientes a resultados insatisfatórios no tratamento ou até mesmo ao óbito.

USO DE MEDICAMENTOS + INGESTÃO DE ALCOOL

É preciso atenção redobrada na ingestão de bebidas alcoólicas e medicamentos, há associações que podem causar efeitos graves. O álcool tem o poder de potencializar ou neutralizar os efeitos de um medicamento. Muita cautela especialmente com:

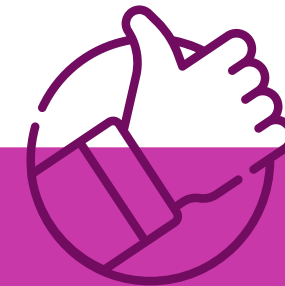
- Analgésicos, antipiréticos e anti-inflamatórios, pois podem causar perturbações gastrointestinais, úlceras e hemorragias.
- Antidepressivos, pois diminui os efeitos e pode aumentar a pressão sanguínea.
- Antibióticos, pois pode causar náuseas, vômitos, dores de cabeça e até convulsões.
 - Antidiabéticos, pois pode causar severa hipoglicemia (baixa glicose).
- Anti-histamínicos, tranquilizantes, sedativos, pois podem intensificar o efeito de sonolência e causar vertigens.
- Antiepilépticos, pois a proteção contra ataques epilépticos é significativamente reduzida.
- Medicamentos cardiovasculares, pois pode ocasionar vertigens ou desfalecimento, assim como redução do efeito terapêutico.

3º

ARMAZENAMENTO CORRETO DE MEDICAMENTOS

Saiba como realizar um correto armazenamento dos seus medicamentos.

ATITUDES CORRETAS



- Guardar o medicamento em local protegido da luz, calor e umidade.
- Mantenha-o fora do alcance de crianças e animais.
- Respeite a temperatura de conservação do medicamento indicada na bula/rótulo.
- Para medicamentos resfriados, não deixe na porta da geladeira, pois há oscilação de

temperatura. O ideal é deixar na parte central da geladeira.

- Sempre observe a data da validade. Não utilize o medicamento se estiver vencido.
- Guarde medicamentos de uso contínuo separados dos demais para não haver trocas na hora de sua administração.
- Para não esquecer de tomar os seus medicamentos, utilize despertador, tabelas de controle de horários, aplicativos etc.

ARMAZENAMENTO CORRETO DE MEDICAMENTOS

Saiba como realizar um correto armazenamento dos seus medicamentos.

ATITUDES ERRADAS



- Retirar o medicamento da embalagem original para preservar sua integridade.
- Guardar na cozinha ou banheiro.
- Congelar os medicamentos líquidos e guardá-los na geladeira (exceto nos casos em que esteja escrito na embalagem ou bula).
- Reaproveitar frascos usados de medicamentos para colocar outros líquidos, pois isso pode causar intoxicação.
- Deixá-los no interior do carro por muito tempo. O local não possui temperatura adequada para conservação.

IMPORTANTE SABER!



Comprimidos e cápsulas geralmente devem ser tomados com água, alguns precisam ser ingeridos após ter se alimentado e outros em jejum;



Não esmague, mastigue ou quebre comprimidos, drágeas ou cápsulas, exceto por recomendação médica;



Se o medicamento estiver na forma líquida, utilize o recipiente dosador específico contido na embalagem ou outro dosador que meça corretamente (p.ex. seringa plástica);



Não dilua o conteúdo das cápsulas em água ou qualquer outro líquido sem orientação médica ou farmacêutica;



Não utilize remédios por conta própria. A automedicação pode trazer riscos a sua saúde;



Observe a data de validade, não tome medicamento vencido.

Você já segue a **Unimed Uberlândia**
nas redes sociais?



@UnimedUberlândia

Quaisquer dúvidas relacionadas a sua saúde
ou da sua família, ligue para a

Central de Orientação em Saúde
(COS): 0800 772 8988

 **34 99983 8496**

