

Boas práticas no uso de medicamentos



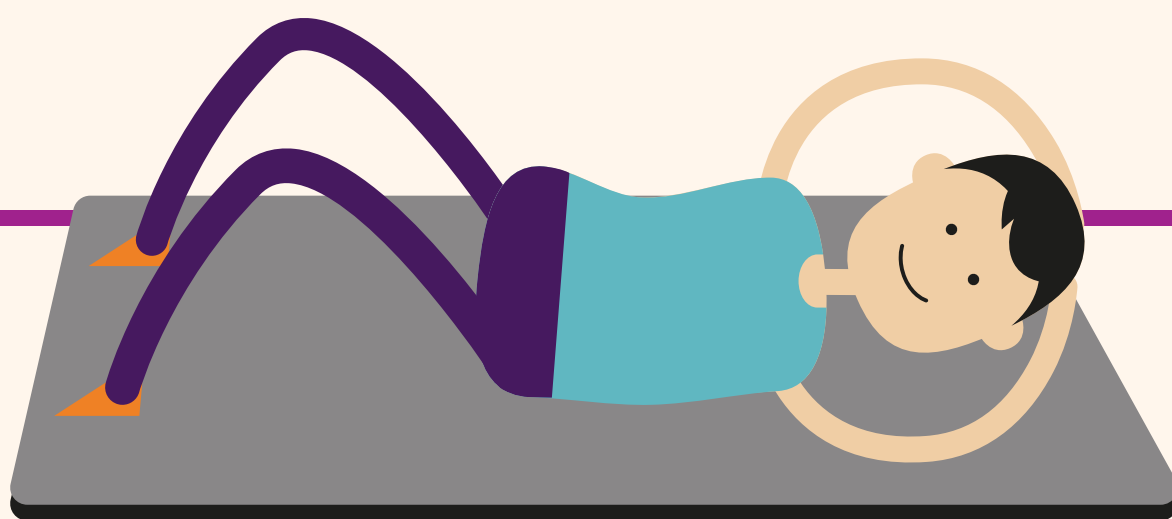
Unimed | 
Blumenau

Remédio \neq medicamento

Para começar, é importante explicar que todo medicamento é remédio, mas nem todo remédio é um medicamento.

Remédio

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



Medicamento

Medicamento é uma forma farmacêutica (comprimido, cápsula, drágea, xarope, creme, pomada, entre outros) fabricada 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.



Uso racional de medicamento

A dor de cabeça está ali pulsando novamente... você logo pensa em 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? Todos esses detalhes são extremamente sérios e envolvem diversos cuidados, que vão da compra à ingestão.

Então, o que é o uso racional de medicamentos?

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, entende-se que há uso racional de medicamento quando os 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 sua saúde e até levar à morte.



Resumidamente, é preciso estar atento a esses três tópicos:

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

Ingerir medicamentos sem orientação de um profissional pode “mascarar” uma doença mais grave em estágio inicial, dificultando o diagnóstico médico precoce.

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.

Vale destacar ainda, que o uso indiscriminado de medicamentos pode facilitar o aumento da resistência de micro-organismos, comprometendo a eficácia dos tratamentos.

Além disso, fazer uso de dois ou mais medicamentos que não combinam pode anular ou potencializar o efeito do outro.

Da mesma forma, quando um 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 da medicação.

Resumindo, a automedicação e o uso incorreto de medicamentos podem causar:

- ▶ Piora da doença;
- ▶ Mascaramento de sintomas;
- ▶ Reações alérgicas;
- ▶ Dependência;
- ▶ Óbito.

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.

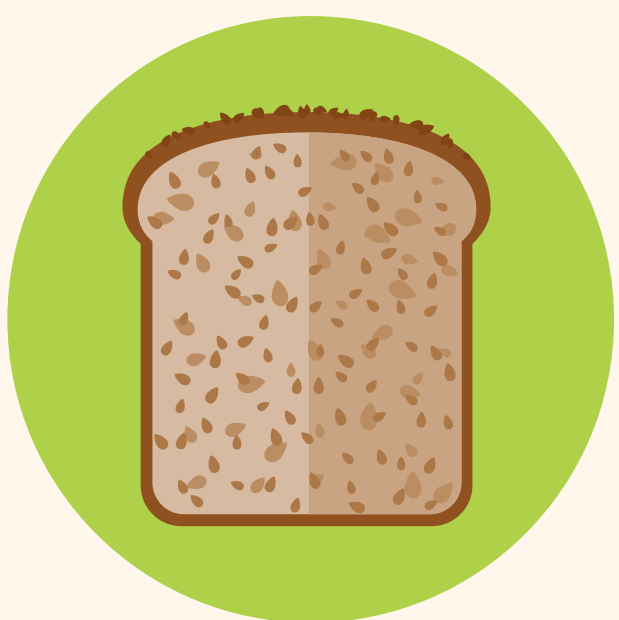


Como ingerir os medicamentos



Com água,

pois com outras substâncias pode haver combinações que provocam interações não desejáveis.



Com ou sem alimento,

a ingestão de medicamentos com alimentos pode potencializar reações adversas ou diminuir os efeitos terapêuticos dos medicamentos.

Peça sempre orientação médica e/ou farmacêutica!



Interação 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.

Tome cuidado



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 álcool

É preciso atenção redobrada na ingestão de bebidas alcoólicas e medicamentos, pois 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 diminuem os efeitos e podem aumentar a pressão sanguínea;
- ▶ Antibióticos, pois podem causar náuseas, vômitos, dores de cabeça e até convulsões;
- ▶ Antidiabéticos, pois podem 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 epiléticos é significativamente reduzida;
- ▶ Medicamentos cardiovasculares, pois pode ocasionar vertigens ou desfalecimento, assim como redução do efeito terapêutico.

Armazenamento correto de medicamentos:



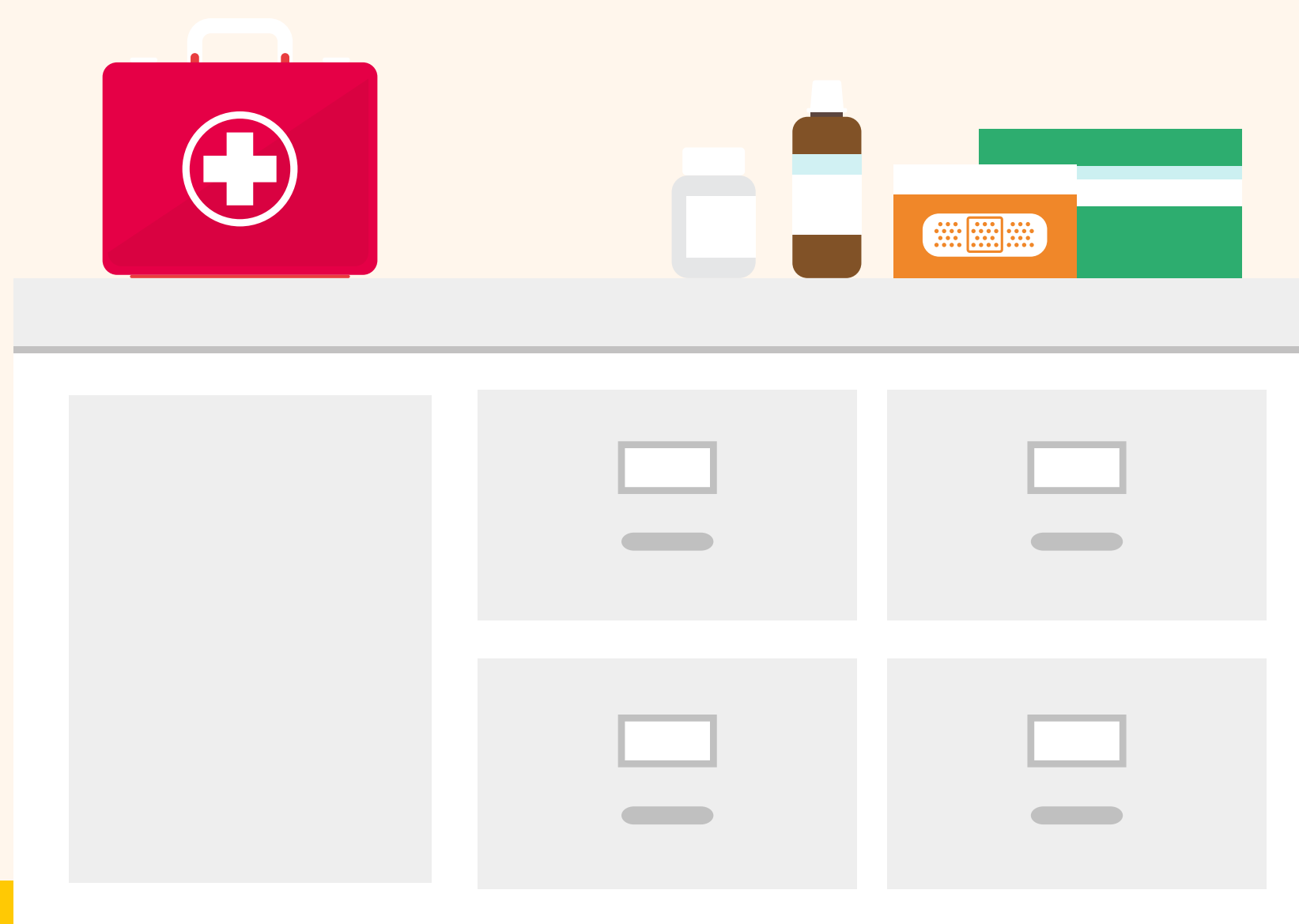
Lembre-se sempre de guardar medicamentos em local protegido da luz, calor e umidade, além disso:

- ▶ Mantenha-os 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 se esquecer de tomar os seus medicamentos, utilize despertador, tabelas de controle de horários, aplicativos etc.

Armazenamento incorreto de medicamentos:



- ▶ Retirar o medicamento da embalagem original;
- ▶ 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!



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 (como a seringa plástica);



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

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

Unimed | 
Blumenau

ANS - nº 33456-1

www.unimedblumenau.coop.br

Rua das Missões, 455

89051-900 - Ponta Aguda - Blumenau/SC

T. (47) 3331-8500 SAC 0800 647 0026

Ouvidoria www.unimed.coop.br/web/blumenau/ouvidoria