

Unimed 
São Carlos

Orientações Farmacêuticas

*Um guia para o uso consciente e seguro de
medicamentos.*

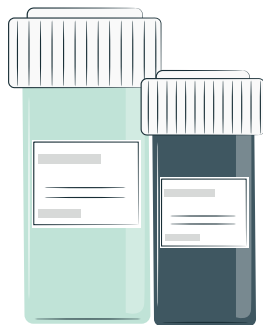
Sumário

- 2 Definição de medicamento
- 2 Prepare-se para ir a consulta médica
- 3 Cuidados antes de iniciar uma medicação
- 4 Cuidado com as medicações em casa
- 4 Atenção ao armazenar os medicamentos
- 5 Automedicação
- 5 Uso Racional de Medicamentos
- 6 Descarte correto
- 6 Alerta aos tipos de interações medicamentosas
- 7 Curiosidades sobre medicamentos
- 8 Medicamento quimioterápicos de uso oral
- 9 Como tomar o medicamento quimioterápico
- 10 Como os medicamentos quimioterápicos são eliminados
- 11 Referências Bibliográficas



Definição de medicamento

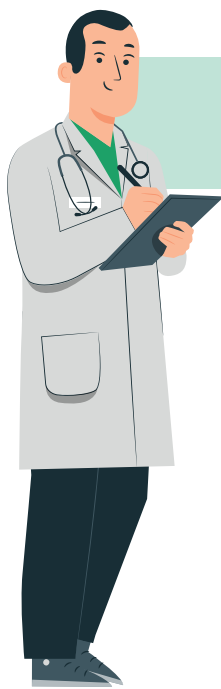
É o produto farmacêutico, tecnicamente obtido ou elaborado, com finalidade profilática, curativa, paliativa ou para fins de diagnóstico.



Você sabe a diferença entre medicamento e remédio?

Remédio: é um termo amplo, aplicado a todos os recursos terapêuticos utilizados para combater doenças ou sintomas, como: repouso, psicoterapia, fisioterapia, acupuntura, cirurgia, etc. Muitas vezes, não há necessidade de utilizar medicamentos para resolver problemas de saúde, um remédio já pode fazer efeito.

Medicamento: são substâncias ou preparações que se utilizam como remédios, elaborados em farmácias ou indústrias farmacêuticas, atendendo especificações técnicas e legais.



Prepare-se para ir à consulta médica!

O processo de preparação para uma consulta médica é de extrema importância para que o diagnóstico seja seguro e ela aconteça de forma tranquila. Você pode se preparar seguindo alguns passos, tanto antes quanto durante a consulta.

Anote todos os detalhes dos sintomas, quando e como começaram, como progrediram, o que faz você se sentir melhor ou pior, etc. Relate seus sintomas desde o princípio, tudo que já fez para melhorar e se isso ajudou ou piorou.

Antes da consulta médica:

- Anote as questões mais importantes que você tem sobre o seu problema;
- Leve consigo ou anote todos os medicamentos em uso – incluindo vitaminas e suplementos, homeopatias e fitoterápicos;
- Se considerar necessário, peça que um familiar ou amigo acompanhe você;
- Leve os seus exames mais recentes.

Durante a consulta médica:

- Procure ouvir atentamente o profissional e responder às perguntas o mais claro possível. Se não entendeu, solicite que o profissional repita a pergunta;
- Não se sinta constrangido em fazer perguntas durante a consulta;
- Não saia com dúvidas;
- Siga exatamente as orientações médicas que foram passadas.

Cuidados antes de iniciar uma medicação

No momento da aquisição do medicamento, tire todas as suas dúvidas com o farmacêutico:

- Qual o nome do meu medicamento? Estou levando o original ou genérico?
- Qual é a função do medicamento que estou tomando?
- Como devo usar esse medicamento?
- O que devo fazer se esquecer uma dose?
- Por quanto tempo foi prescrito o medicamento?
- Existem atividades, alimentos ou outros medicamentos que não devo utilizar enquanto estiver tomando esse medicamento?
- Quais são os efeitos colaterais desse medicamento e o que devo fazer se acontecer?
- Como devo guardar esse medicamento?



Se achar que terá dificuldade em se lembrar quando tomar os seus medicamentos, peça ao seu farmacêutico que escreva na caixa as doses a serem tomadas a cada horário.

Cuidado com as medicações em casa

Existem riscos em se ter medicamentos em casa, como envenenamento acidental, superdosagem, medicamentos vencidos, ingestão por animais domésticos ou crianças, entre outros. Por isso, devemos ficar atentos em vários aspectos:

- Verifique sempre o prazo de validade dos medicamentos antes de usá-los;
- Não use medicamentos com embalagens estragadas, sem rótulo ou bula;
- Não compre medicamentos que foram indicados por vizinhos, parentes ou amigos;
- Não misture medicamentos sem a devida orientação;
- Se apresentar algum sintoma diferente ao tomar um medicamento, procure seu médico;
- Siga sempre as orientações do médico quanto ao modo de usar, horário e a dosagem;
- Evite consumir bebidas alcoólicas quando estiver fazendo uso de medicamentos.



Atenção ao armazenar os medicamentos



Os medicamentos devem ser guardados em lugar seco, longe da umidade e da luz. Jamais deixe-os no carro, em cima da geladeira, debaixo da pia ou no banheiro. Outro ponto importante é retirá-los do invólucro de alumínio somente na hora da ingestão, pois quando o medicamento é retirado do alumínio, ele perde estabilidade. Sempre mantenha os medicamentos em sua embalagem original e com a bula.

Em caso de pacientes em uso de polifarmácia (vários medicamentos) que são acondicionados em caixas organizadoras semanais, manter também dentro do invólucro.

Fique atento aos cuidados especiais descritos na bula ou na embalagem de cada produto.

Uso Racional de Medicamentos

O uso racional de medicamentos contempla dose e tempo certos, conservação e descarte. O objetivo é promover a saúde e evitar problemas pelo consumo inadequado.

Algumas ações para promover o uso racional de medicamentos são:

Use sempre seus medicamentos conforme a receita, as informações da bula e as orientações do médico ou farmacêutico. Não abra cápsulas, não quebre ou tente dividir comprimidos que não foram desenvolvidos para isso. Alguns medicamentos, após serem abertos ou preparados, têm sua validade diminuída. Por isso, é importante fechar bem a embalagem após seu uso.

Algumas consequências do uso irracional dos medicamentos:

Prolongamento ou piora da doença, aumento das reações adversas, consequências negativas para o paciente, novas consultas e internações hospitalares.

Automedicação

A automedicação, entendida como uso de medicamentos sem intervenção de um profissional habilitado, é um problema de Saúde Pública. Os fatores econômicos, políticos e culturais contribuem com o crescimento e difusão dessa prática. Intoxicação, perda da eficácia e eficiência dos medicamentos é o que mais ocorre por conta da automedicação.

Sem a prescrição médica, você pode acabar ingerindo remédios para a finalidade errada e na quantidade inadequada, o que resulta em uma combinação bastante perigosa.



**Use o medicamento
somente durante o tempo
recomendado pelo
profissional, não interrompa e
nem prolongue o seu uso sem
a devida orientação.**

IMPORTANTE

Se você se sentir mal quando estiver tomando um medicamento, **procure imediatamente seu médico ou farmacêutico para avaliação.** Em caso de evento adverso, o profissional deve notificar o caso para a indústria farmacêutica e para a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA).



Alerta aos tipos de interações medicamentosas

Interação medicamentosa é o evento clínico em que os efeitos de um fármaco são alterados pela presença de outro fármaco, alimento, bebida ou algum agente químico ambiental. Por isso é importante organizar as medicações que estão em uso observando possíveis interações.

Lembre-se de organizar por horário, evitando esquecimentos ou tomadas em duplicidade.



Descarte correto de medicamentos

O descarte correto dos medicamentos é outro ponto importante. Não jogue medicamentos na lixeira ou no vaso sanitário, porque eles podem contaminar o meio ambiente. Para descartar os medicamentos você deve levá-los a um posto de coleta. Muitas farmácias, drogarias e postos de saúde possuem esse serviço.

Clique aqui e confira as farmácias que possuem descarte de medicamentos

Curiosidades sobre medicamentos

1 **Você sabia que pelo menos 52% da população brasileira sofre com algum tipo de doença crônica?**

A maioria desses tratamentos é realizada através dos chamados medicamentos de uso contínuo, medicações que precisam ser utilizadas todos os dias (ou quase todos, em alguns casos) e que não possuem data prevista para serem interrompidas. É preciso cuidado, já que é necessário ficar atento aos horários e às dosagens corretas desses medicamentos.

2 **Medicamentos genéricos são seguros?**

Sim! A legislação nacional determina que para os medicamentos farmacêuticos serem registrados como genéricos é necessária a comprovação de equivalência. Desta forma, os genéricos são fármacos criados para terem faixa menor de preço. Entretanto, possuem a mesma eficiência dos remédios de referência, que são certificados pela Anvisa.

3 **Fitoterápicos e homeopáticos também são medicamentos?**

Sim. Os fitoterápicos são obtidos exclusivamente de plantas medicinais. Já os homeopáticos são derivados de plantas, animais, minerais, de substâncias biológicas ou sintéticas e são utilizados conforme os princípios da homeopatia.

4 **Pode-se tomar medicamentos vencidos se não estiverem com aparência alterada?**

Não! Mesmo que a cor e o cheiro do medicamento estiverem sem alterações, sua ingestão não é indicada se o prazo de validade estiver expirado. Em alguns casos, o consumo pode ser até prejudicial para a saúde, provocando reações adversas no organismo. A administração de medicamentos vencidos gera um problema de eficácia.

5 **O horário de ingestão não interfere na ação do medicamento?**

Mito. O horário da ingestão dos medicamentos faz muita diferença na ação! O recomendado é seguir as orientações médicas. Quando a administração é realizada em intervalos maiores do que o recomendado, garante menor êxito. Por outro lado, quando o tempo é diminuído, tornando-se menor do que o receitado, pode ocorrer intoxicação.

Dispensação dos medicamentos quimioterápicos de uso oral

O medicamento será dispensado pelo farmacêutico responsável, com horário e data pré agendados. Aproveitar o momento do recebimento para esclarecer dúvidas é uma ótima prática. Isso ajuda a garantir que você esteja usando os medicamentos da forma mais segura e eficaz possível. Se precisar de mais informações ou tiver perguntas específicas, sinta-se à vontade para perguntar!



Como armazenar os medicamentos quimioterápicos?

Armazenar medicamentos quimioterápicos de maneira adequada é crucial para garantir sua eficácia e segurança. Aqui estão algumas orientações importantes:

Temperatura: Mantenha os medicamentos em temperatura adequada, geralmente entre 15°C e 30°C, a menos que especificado de outra forma. Evite locais quentes, como banheiros ou em cima de geladeiras, perto de janelas, fontes de calor como forno e fogão, próximos a cosméticos, produtos de limpeza e perfumaria;

Umidade: Armazene em locais secos. A umidade pode degradar os medicamentos. Se houver necessidade de guardar o medicamento em geladeira, o médico ou farmacêutico irá orientá-lo;

Luz: Proteja da luz direta, usando frascos opacos ou mantendo em armários fechados;

Identificação: Mantenha os medicamentos na embalagem original com rótulos visíveis para evitar confusões;

Segurança: Armazene fora do alcance de crianças e animais;

Descarte: Não descarte medicamentos não utilizados em lixo comum ou no vaso sanitário;

Condições especiais: Algumas quimioterapias podem ter requisitos específicos, então sempre siga as instruções do médico ou farmacêutico.

Como tomar o medicamento?



Essas orientações são muito importantes para garantir a eficácia e a segurança do tratamento:

Horário de uso: Siga as instruções do médico que informará se o medicamento deve ser tomado em jejum, após refeição ou junto com ela. O médico é quem irá determinar qual medicamento você deve usar, a dosagem adequada e o horário correto para a administração;

Ingestão com água: Sempre tome o comprimido com um copo de água;

Forma de ingestão: Não corte ou mastigue os medicamentos. Se tiver dificuldade para engolir, consulte seu médico para alternativas;

Esquecimento de dose: Se esquecer de tomar uma dose, continue com a próxima normalmente; não dobre a dose;

Não interromper o tratamento: Nunca interrompa o uso do medicamento sem consultar seu médico;

Vômito: Se vomitar após tomar o medicamento, não tome outra dose sem orientação médica. O médico poderá prescrever um antiemético (medicamento para controle de náuseas e vômitos) para se necessário.

Posso tomar medicamento quimioterápico junto com outras medicações?

É essencial informar ao médico e ao farmacêutico sobre qualquer outro medicamento que você esteja utilizando, incluindo medicamentos de venda livre, suplementos e fitoterápicos. Isso ajuda a:

Evitar interações: Alguns medicamentos podem interagir entre si, alterando a eficácia ou aumentando os efeitos colaterais;

Ajustar a dosagem: O médico pode precisar ajustar a dosagem dos medicamentos que você já usa. Conhecer todos os medicamentos em uso permite que o médico selecione a melhor opção para o seu tratamento.

Como os medicamentos quimioterápicos são eliminados?

Eles são eliminados do corpo principalmente pela urina, mas também podem ser excretados em menor quantidade por fezes, vômito, suor, lágrimas, sêmen e leite materno. Aqui estão algumas orientações importantes para lidar com essa eliminação:

Eliminação pela urina e fezes: Após usar o banheiro, é recomendável abaixar a tampa e dar duas descargas para evitar a contaminação. Lave as mãos em água corrente e seque com papel toalha;

Descarte de absorventes e fraldas: Esses itens devem ser acondicionados em sacos plásticos antes de serem descartados no lixo comum;

Limpeza após vômito: Se ocorrer vômito, todos os resíduos devem ser descartados no vaso sanitário. Superfícies e recipientes utilizados devem ser limpos com água e sabão.

Essas precauções ajudam a minimizar a exposição a resíduos de medicamentos quimioterápicos, tanto para o paciente quanto para os cuidadores e familiares.

ATENÇÃO!

Se você apresentar qualquer uma das situações abaixo, procure imediatamente uma unidade de saúde:

Febre igual ou superior a 37,8 °C; Manchas avermelhadas pelo corpo e lesões; Sangramentos ou dor persistente; Falta de ar em pequenos esforços; Vômito persistente; Crise convulsiva; Reações alérgicas.

Cuidar de sua saúde emocional e mental é tão importante quanto o tratamento físico. Realize atividades prazerosas, mantendo-se próximo de familiares e amigos. Mantenha uma alimentação equilibrada, consumindo alimentos frescos e nutritivos

O medicamento é de uso exclusivo do paciente e não deve ser doado para outra pessoa; Seguir essas diretrizes ajuda a maximizar a eficácia do tratamento e a segurança do paciente.



Referências Bibliográficas

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. Cartilha para a promoção do uso racional de medicamentos. Brasília : Ministério da Saúde, 2015. ISBN 978-85-334-2260-5.

CARVALHO, J. de P.; BARROS, M. G. de; FALQUETO, E. Uso correto de medicamentos: cartilha. 2.ed. Rio de Janeiro: Instituto de Tecnologia em Fármacos, 2013.

SANTOS, L.; TORRIANI, M. S.; BARROS, E. (Org.). Medicamentos na prática da farmácia clínica. Porto Alegre: Artmed, 2013. ISBN 9788565852975

Site : <https://www.gov.br/saude/pt-br>

Elaborado Por:

Cinthia Cristina Carro Guereschi
Farmacêutica do Viver Bem
Data: 23/01/2024 - REV00
Data: 28/11/2024 - REV01

MAOPERADORA0150

Verificado Por:

Cinthia Cristina Carro Guereschi
Farmacêutica do Viver Bem

Aprovado Por:

Patrícia Sousa Silva
Gerente do Viver Bem

ANS - nº 35403-1



www.unimedsaocarlos.com.br

Av. Dr. Carlos Botelho, 1055
Centro - São Carlos - SP
Telefone: (16) 2107-7699