



CUIDADOS COM MEDICAMENTOS

Unimed 
Chapecó



CUIDADOS COM MEDICAMENTOS

Olá!

Esta cartilha foi desenvolvida para auxiliar no uso, armazenamento e administração correta de seus medicamentos. Para mais informações ou orientações, converse com a farmacêutica através dos nossos canais de atendimento, ou pessoalmente no Espaço Viver Bem da Unimed Chapecó ou no Unimed Personal.

Canais de atendimento para Atenção Farmacêutica

Formulário de **Atenção Farmacêutica** na página da Unimed Chapecó Unimed Personal/Medicina Preventiva:

(49) 3361-1815  **(49) 3361-1800** (opção 5 depois 3 - Farmacêutica)

Atendimento presencial Espaço Viver Bem Unimed Chapecó

Av. General Osório, 60E (esquina Rua Barão do Rio Branco)



Escaneie o código QR

Unimed 
Chapecó

O QUE SÃO E COMO AGEM OS MEDICAMENTOS

Medicamentos são substâncias utilizadas para **aliviar sintomas, prevenir, tratar ou diagnosticar** doenças.

OS MEDICAMENTOS SÃO CLASSIFICADOS PELA TARJA DA EMBALAGEM COMO:

• TARJA VERMELHA •

São vendidos somente sob prescrição médica e a receita fica retida na farmácia.



• TARJA PRETA •

São vendidos com receita de controle especial, pois tem alto índice de tolerância e dependência. A receita também fica retida na farmácia.



• SEM TARJA •

Não precisam de receita médica e são comprados no balcão da farmácia.



TODO
MEDICAMENTO
É UM REMÉDIO,
MAS NEM TODO
REMÉDIO É UM
MEDICAMENTO.

Remédios são todos os recursos utilizados para curar ou aliviar a dor, o desconforto ou a enfermidade. Já os **medicamentos** são substâncias ou preparações elaboradas em farmácias (de manipulação ou industriais), que devem seguir determinações legais de segurança, eficácia e qualidade.



Dicas para um tratamento **SEGURO E EFICAZ**

NA CONSULTA

Sempre que for consultar com seu médico, leve todos os exames e receitas de medicamentos que utiliza com horários e doses. Se possível, faça uma lista para organizar melhor.

1. Questione sobre o que foi prescrito, como:

- Para que serve o medicamento?
- Quais os efeitos colaterais que ele pode apresentar?
- Em quantos dias vou começar a perceber o efeito?
- Posso tomar este medicamento com alguma refeição?
- Qual horário devo tomar?
- Por quanto tempo devo tomar este medicamento?

**EXIJA QUE A RECEITA ESTEJA LEGÍVEL
E, CASO NÃO ENTENDA ALGUM ITEM,
PEÇA PARA QUE LHE SEJA EXPLICADO.**



2. Lembre-se sempre de relatar ao médico sobre:

- Todos os medicamentos que faz uso (*incluindo fitoterápicos, vitaminas, plantas medicinais e homeopáticos*), tendo eles sido receitados ou não;
 - Se você tem ou já teve alergia de algum medicamento ou alimento;
 - Se já fez outros tratamentos para o problema de saúde relatado;
 - Fale sobre as doenças que seus familiares têm (*diabetes, hipertensão, problema cardíaco ou outras*);
 - Fale sobre o desejo ou se suspeita de gravidez;
 - Relate ao profissional de saúde outros hábitos que podem interferir no uso do medicamento, como por exemplo o uso de bebidas alcoólicas e cigarro;
 - Informe sempre se tem problemas para engolir cápsulas ou comprimidos e ainda se sente algum desconforto como náusea, vômito ou dor abdominal com alguma destas formas farmacêuticas.
-

NA FARMÁCIA

- **No momento em que comprar/receber o medicamento, confira se está de acordo com o que foi prescrito;**
- Não aceite medicamentos com a embalagem violada, lacre rompido ou com algum dado apagado;
- **Caso necessite, peça para o Farmacêutico(a) orientá-lo sobre como utilizar ou anotar na embalagem;**
- Fique atento às validades e não compre medicamentos vencidos ou com validade muito próxima;
- **Evite a automedicação, mesmo medicamentos que podem ser vendidos sem receita médica, podem causar sérios danos à sua saúde;**
- Somente utilize medicamentos registrados pela ANVISA. O número do registro deve estar na embalagem do produto.

FIQUE ATENTO!

Compre sempre seus medicamentos em farmácias legalizadas! O comércio de medicamentos em lojas de conveniência, padarias, academias e ambulantes não é permitido e você não terá garantias da procedência do produto.

EM CASA

- 1. Lave as mãos antes de manusear qualquer medicamento.**
- 2. Manuseie os medicamentos em lugares claros. Leia sempre os nomes para evitar trocas.**
- 3. É importante o uso regular dos medicamentos, observando os horários prescritos. Somente altere a dose do medicamento com orientação médica.**
- 4. Tome os comprimidos e as cápsulas sempre com água ou conforme a orientação de um profissional de saúde.**
- 5. Consulte seu médico ou farmacêutico caso seja necessário partir ou triturar os comprimidos.**
- 6. Abra somente um frasco ou embalagem de cada medicamento por vez.**
- 7. Observe frequentemente a data da validade e não tome medicamentos vencidos.**
- 8. Consulte seu médico ou farmacêutico caso observe qualquer mudança no medicamento: cor, mancha ou cheiro estranho.**
- 9. Utilize preferencialmente o medidor que acompanha o medicamento. Evite o uso de colheres caseiras. Lave-o após o uso.**
- 10. Não passe o bico do tubo do medicamento em feridas ou na pele quando for utilizar pomadas. Você pode contaminar o medicamento.**
- 11. Não encoste no olho ou na pele o bico dos frascos dos colírios e das pomadas para os olhos.**
- 12. Nunca espere o medicamento acabar para providenciar nova receita, para comprá-lo ou buscá-lo na unidade de saúde.**

ATENÇÃO!

Evite tomar seu medicamento quando você estiver deitado. Tome-o com um copo cheio de água (aproximadamente 200 ml), nunca com refrigerante, chá, café ou bebida quente. Lembre que nem todo medicamento pode ser tomado com leite, sucos de frutas ou mesmo com alimentos.

COMO **GUARDAR** SEUS MEDICAMENTOS



- 1. Mantenha os medicamentos em lugares secos e frescos, seguros e específicos para este fim, fora do alcance de crianças e animais. Evite guardar os medicamentos com produtos de limpeza, perfumaria e alimentos.**
- 2. Alguns medicamentos precisam ser armazenados em geladeira, evite armazená-los na porta ou próximo ao congelador. A insulina, por exemplo, perde o efeito se for congelada.**
- 3. Mantenha os medicamentos nas embalagens originais para facilitar sua identificação e o controle da validade.**
- 4. Guarde os medicamentos suspensos ou antigos em local separado dos medicamentos em uso, se possível faça o descarte.**

ATENÇÃO!

Siga a orientação do farmacêutico e/ou do fabricante, não armazene em geladeira medicamentos que devem ser armazenados em temperatura ambiente.

COMO **DESCARTAR** SEUS MEDICAMENTOS

1. Nunca descarte medicamentos no lixo comum, vaso sanitário ou no ralo da pia. Eles podem contaminar o solo e a água quando descartados no lixo ou na rede de esgoto. Além do mais, podem ser utilizados por pessoas que trabalham em lixões, ocasionando intoxicações e até morte.

2. Para fazer o descarte correto dos medicamentos, procure um posto de coleta específico para isso. Muitas farmácias e drogarias oferecem o serviço de coleta, além das Unidades Básicas de Saúde.

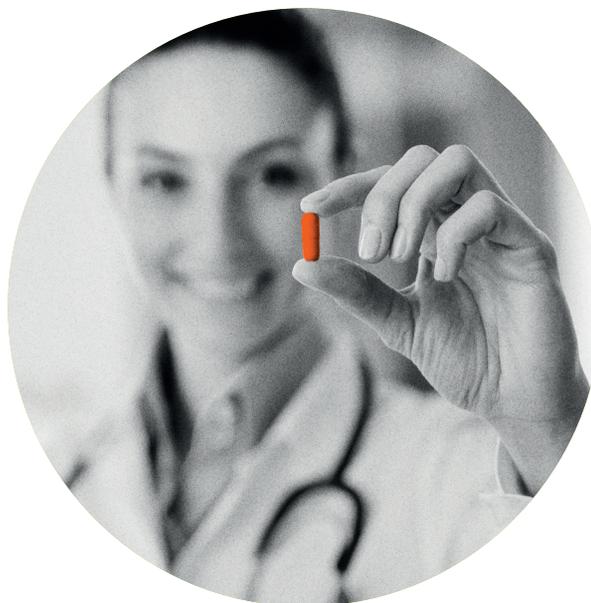
IMPORTANTE!

Não guarde medicamentos vencidos e sobras de antibióticos. Ao finalizar um tratamento, descarte as sobras assim que possível.



ACOMPANHAMENTO FARMACOTERAPÊUTICO

A atenção farmacêutica tem por objetivo monitorar e auxiliar pacientes em uso de medicamentos, especialmente aqueles com problemas crônicos de saúde e que fazem uso contínuo de um ou mais medicamentos. Este acompanhamento visa garantir melhor adesão ao tratamento, segurança e eficácia, através da avaliação de interações medicamentosas e possíveis erros da farmacoterapia em geral.



A assistência farmacoterapêutica é realizada de forma totalmente gratuita aos beneficiários Unimed Chapecó e pode ser feita através dos nossos canais de atendimento.

O QUE SÃO DOENÇAS CRÔNICAS?

1. A definição da Organização Mundial da Saúde (OMS) para doenças crônicas, é de que tratam-se de doenças que requerem contínua atenção e esforços de vários serviços e de equipe multiprofissional.
2. São consideradas as doenças cardiovasculares (*cerebrovasculares, isquêmicas*), as neoplasias (*câncer*), as doenças respiratórias crônicas e diabetes mellitus.
3. Além do mais, são incluídas outras patologias que contribuem para o sofrimento dos indivíduos, das famílias e da sociedade, tais como as desordens mentais e neurológicas, as doenças bucais, ósseas e articulares, as desordens genéticas e as patologias oculares e auditivas.

*São caracterizadas também, como doenças que apresentam **lento desenvolvimento e uma longa duração, podendo acompanhar a pessoa durante a vida.** Normalmente, os problemas persistem por período superior a seis meses e requerem tratamentos e terapias longas ou complexas.*

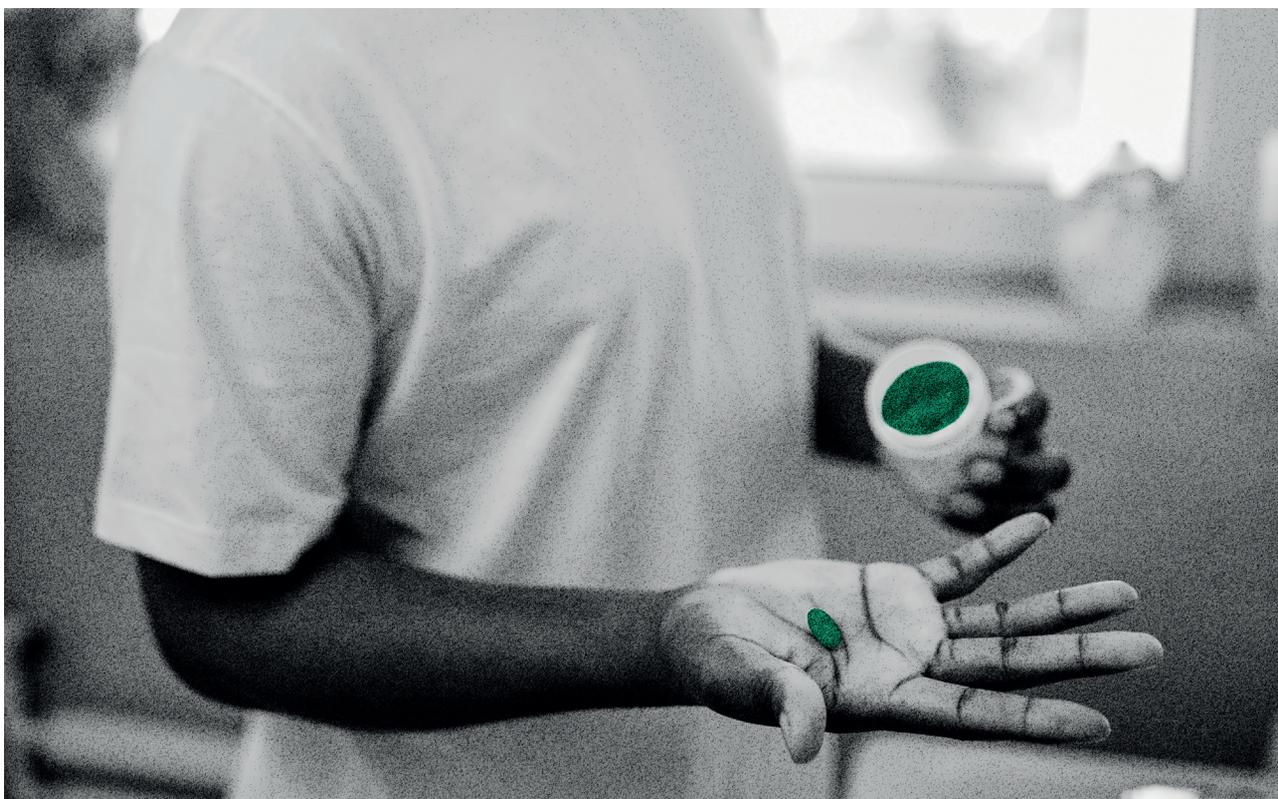
AUTOMEDICAÇÃO

Tenha sempre muito cuidado com os medicamentos que você utiliza. Não use medicamentos indicados por amigos, vizinhos ou parentes, mesmo que eles digam que tiveram os mesmos sintomas ou sinais que você.

1. Cuidado! Doenças diferentes podem ter sintomas semelhantes ou até iguais, e você poderá usar um medicamento que poderá prejudicar ainda mais a sua saúde, ou mascarar algo mais sério.

2. O alívio da dor ou o desaparecimento dos sintomas, não significa a cura da doença. A interrupção do tratamento antes do prazo informado na receita pode resultar em agravamento da doença.

3. O uso indiscriminado de medicamentos sem prescrição ou avaliação médica ou do farmacêutico, pode ocasionar efeitos colaterais, interações medicamentosas importantes, podendo levar a toxicidade ou perda da eficácia.



CUIDADO!

O uso indiscriminado e sem orientação de antibióticos, pode facilitar o aumento da resistência de microrganismos, comprometendo a eficácia dos tratamentos.

USO DE MEDICAMENTOS POR SONDA

Os medicamentos podem ser produzidos de diferentes maneiras, o que chamamos de formas farmacêuticas. Os medicamentos que podem ser ingeridos pela boca ou administrados via sonda são:



- **Soluções ou suspensões:** líquido pronto ou pó para reconstituição com água;
- **Comprimido simples:** forma sólida resultante da compressão de vários compostos (*princípio ativo + excipiente*);
- **Comprimido revestido:** comprimido que passou por um processo de revestimento com açúcar.
- **Drágea:** forma farmacêutica sólida cujo núcleo é um comprimido que passou por um processo de revestimento com açúcar e corante (*drageamento*).
- **Cápsulas:** forma farmacêutica constituída de um invólucro de gelatina que contém os excipientes + princípios ativos

PODEM SER:

- **Moles:** Composto por medicamentos oleosos.
- **Duras:** Contêm medicamentos granulados ou pós.
- **Oros:** Sistema oral de liberação osmótica. São cápsulas não absorvíveis, com um pequeno orifício que liberam gradativamente a substância e que, no final, são eliminadas pelas fezes.

LEMBRE-SE:

o encapsulamento e o drageamento têm por finalidade mascarar o sabor, odor, proteger a mucosa gástrica de substâncias irritantes e, ainda, evitar que o princípio ativo seja destruído pelo suco gástrico.

ORIENTAÇÕES PARA USO CORRETO DOS MEDICAMENTOS PELA SONDA:

1. Evitar a administração simultânea de vários comprimidos;
 2. Dois ou mais medicamentos prescritos para o mesmo horário devem ser preparados e administrados separadamente, sendo necessário lavar a sonda com 5 a 15 ml de água entre as administrações;
 3. Ao término das medicações do horário, lavar a sonda com 20 ml de água, utilizando exclusivamente seringa de 20 ml;
 4. Obedecer ao intervalo de aproximadamente 2 horas de administração de antiácidos e outros medicamentos quando indicado;
 5. Se houver a necessidade de triturar os medicamentos sólidos, fazer isso separadamente até obter um pó fino e homogêneo;
 6. No caso de múltiplos medicamentos, triturá-los e solubilizá-los separadamente em água devido ao risco de incompatibilidade físico-química;
 7. Utilizar sempre água na diluição e administração, ou de acordo com orientação do médico ou farmacêutico;
 8. Não realizar associação de fármacos e nutrientes que aumentem a probabilidade de obstrução da sonda;
 9. Antes da administração de fármacos ou nutrientes, não deixe de checar a fixação e a posição da sonda;
-
- IMPORTANTE!** Verificar na dispensação se os medicamentos prescritos são compatíveis com a trituração e administração via sonda enteral.
-

ORIENTAÇÕES À PESSOA EM USO DE ANTICOAGULANTE ORAL

1. A ingestão de vitamina K deve ser regular. A orientação de um nutricionista pode ser de grande valia.
 2. Evitar atividades de risco de sangramento e trauma.
 3. Não compensar a dose esquecida no dia seguinte; se perder mais doses, entrar em contato com seu médico.
 4. Os anticoagulantes podem causar hematomas e sangramento; em caso de hematomas em excesso e/ou sangramentos, entrar em contato com seu médico.
 5. Muitos medicamentos interagem com os anticoagulantes. Avisar seu médico sempre que houver necessidade de nova medicação.
 6. Evitar automedicação.
 7. Mulheres em idade fértil devem evitar engravidar durante o uso de anticoagulantes. Converse com seu médico sobre o planejamento familiar.
 8. O exame usado para monitorar a terapia é o INR. O alvo terapêutico é INR entre 2,0 e 3,0.
 9. Entrar em contato com seu médico caso apresente diarreia, hipertermia, edema.
-

DICAS PARA UM ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL

PRATIQUE EXERCÍCIOS FÍSICOS PELO MENOS 3X POR SEMANA;

Inicie com alguma atividade leve e de curta duração e vá aumentando o tempo e intensidade conforme sua capacidade (Obs.: atividades que exijam mais força e resistência, devem ser guiadas por um profissional de educação física).

ALIMENTE-SE BEM

Ter uma dieta saudável e equilibrada oferece nutrientes ao seu corpo. Esses nutrientes também ajudam a construir e fortalecer ossos e músculos.

BEBA MUITA ÁGUA

Isso ajuda a livrar nosso organismo de resíduos e toxinas. Mesmo assim, muitas pessoas vivem desidratadas, o que causa cansaço, baixa energia e dores de cabeça.

Sempre que possível, busque fazer atividades prazerosas e que lhe tragam mais alegria e tranquilidade.



REFERÊNCIAS

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (ANVISA). O que devemos saber sobre os medicamentos, 2020.

AGÊNCIA NACIONAL DE SAÚDE SUPLEMENTAR. Medicamentos: Uso seguro e cuidados essenciais, 2018.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância à Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Diretrizes e recomendações para o cuidado integral de doenças crônicas não-transmissíveis: promoção da saúde, vigilância, prevenção e assistência. Brasília: Ministério da Saúde, 2008

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Diretrizes para o cuidado das pessoas com doenças crônicas nas redes de atenção à saúde e nas linhas de cuidado prioritárias. Brasília : Ministério da Saúde, 2013.

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.

Ministério da Educação. Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares. Recomendações para administração de medicamentos via sonda. Unidade de Dispensação Farmacêutica. Dourados: HU-UFGD/Ebserh, 2017. 17 p.

MORAES, Edgar Nunes; AZEVEDO, Raquel Souza. Fundamentos do cuidado ao idoso frágil. Belo Horizonte: Folium, 2016. 412p.

SÃO PAULO. Secretaria de gestão pública. Remédios: Cuidados e Orientações. Instituto de Assistência Médica ao Servidor Público Estadual. São Paulo, 2012.

SÃO PAULO. Secretaria de gestão pública. Medicamentos por sonda nasoesofágica. Centro de Desenvolvimento de Ensino e Pesquisa (Cedep) Núcleo de Apoio e Formação Educacional em Enfermagem (Nafee). Instituto de Assistência Médica ao Servidor Público Estadual. São Paulo, v. 1, 12p., 2014.

SÃO PAULO. Secretaria de gestão pública. Manual de Administração de Medicamentos por Vias Enterais. Equipe Multidisciplinar de Terapia Nutricional – EMTN. Instituto de Assistência Médica ao Servidor Público Estadual. São Paulo, 2020.

ELABORADO POR:

Janice Zagonel
Farmacêutica CRF: SC 17.383

Unimed Chapecó
Espaço Viver Bem Unimed Personal

