

Versão - 02/22

CARTILHA CUIDADOS COM OS MEDICAMENTOS

ORIENTAÇÕES BÁSICAS PARA O USO
SEGURO E RACIONAL DOS MEDICAMENTOS

Unimed
Sete Lagoas

MEDICAMENTO É COISA SÉRIA!

Por isso, a Unimed Sete Lagoas criou uma cartilha com orientações básicas com dicas de utilização, armazenamento, descarte, efeitos colaterais, entre outros assuntos para que todos façam um uso seguro e racional dos medicamentos.

Mas antes de falarmos de doenças e medicamentos, seguem algumas dicas para termos uma boa saúde:



Procure manter uma alimentação saudável.



Durma bem.



Beba água.



Não fume.



Pratique atividades físicas.



Você sabe o que são medicamentos?

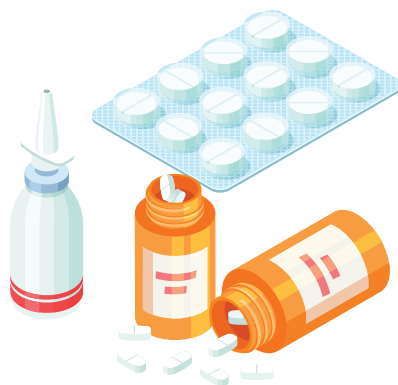
De acordo com o Ministério da Saúde medicamentos são “substâncias que objetivam curar doenças ou aliviar sintomas. São usados para trazer bem estar, porém, se os devidos cuidados não forem tomados, podem causar problemas”.

Remédio tem uma abrangência maior que medicamento, a sua definição gira em torno de recursos terapêuticos, ou seja, qualquer meio para aliviar sintomas e auxiliar no combate de doenças como: massagem, fisioterapia, corrida, acupuntura, repouso, etc.

REMÉDIO



MEDICAMENTOS



Chegamos então à conclusão de que todo medicamento é um remédio, mas nem todo remédio é um medicamento.



IMPORTANTE

Fitoterápicos e homeopáticos também são medicamentos. Os fitoterápicos são obtidos apenas por plantas medicinais. Já os homeopáticos são derivados de plantas medicinais, animais, minerais, substâncias biológicas ou sintéticas. Devemos ter os mesmos cuidados em sua utilização.



Durante a Consulta

Este é o momento mais importante!



Não tenha vergonha! O médico está ali para te ouvir. Tire todas as suas dúvidas!

Informe todos os medicamentos que você utiliza.

Incluindo fitoterápicos e homeopáticos. De preferência, faça uma lista em um papel com horários e forma que utiliza.

Informe se já apresentou algum problema com medicamentos: reações adversas e alergias.

Fale sobre doenças que algum membro da sua família possui, como diabetes, hipertensão, câncer, entre outras. Informe se está ou se pretende engravidar.

Diga se fuma ou bebe e se pratica atividade física.

APROVEITE O MOMENTO!

*Não volte para casa com dúvidas.
Pergunte sobre os medicamentos prescritos:*

- Qual a dose a ser utilizada?
- Verifique se a prescrição está legível.
- Por quanto tempo deve tomar?
- Como tomar? Se em jejum, com alimentos, com água, etc.
- Quantas vezes do dia?
- Quando vai começar a sentir os efeitos do medicamento?
- Quais os efeitos colaterais?





Na Farmácia



- Ao comprar ou receber o medicamento, confira se é de fato o prescrito pelo médico.

- Não compre ou aceite medicamentos com a embalagem aberta, amassada ou com lacre rompido.

- Observe a validade do medicamento.

- Verifique se na embalagem do medicamento há o registro da ANVISA.

- Em caso de dúvidas, peça ajuda ao farmacêutico.

- Nunca compre medicamentos em estabelecimentos não legalizados, tais como conveniências, academias, padarias, etc.

Evite a automedicação!

A automedicação se caracteriza pela prática de tomar remédios, sem a avaliação prévia de um profissional de saúde. Nessas situações, a pessoa tende a medicar-se por conta própria ou por indicação de amigos, familiares e conhecidos.

Riscos: Intoxicação; interação medicamentosa, alívio de sintomas que mascara o diagnóstico correto, reação alérgica, dependência, resistência ao medicamento, interações não desejadas. A automedicação gera outro hábito ruim, que é o acúmulo de medicamentos.

Esta prática pode causar problemas graves: confusão entre os medicamentos, ingestão de substâncias vencidas, ineficácia devido ao mau armazenamento, ingestão acidental por crianças. Atualmente, o uso indevido de medicamentos é um dos principais motivos de internação hospitalar por intoxicação.



Na Farmácia

Você sabe a diferença entre medicamento genérico?



Medicamento de referência também conhecidos como “de marca” são aqueles que possuem testes de eficácia e segurança comprovadas, geralmente são produtos inovadores e registrados na ANVISA. Por um determinado tempo ficam com a patente do medicamento, ou seja, o registro e a maneira como é produzido não é divulgado, sendo condicionado somente ao fabricante que descobriu o medicamento.



Medicamento Genérico são aqueles que possuem a mesma fórmula e efeitos no organismo de referência. Sempre vai estar identificado com uma tarja amarela, contendo a letra G e a descrição de Medicamento Genérico. Não possui nome comercial é identificado apenas pelo princípio ativo.



Medicamento Similar assim como os genéricos possuem o mesmo princípio ativo do medicamento de referência. A partir da Lei federal 13.235/2015, a indústria farmacêutica passou a verificar a equivalência dos medicamentos similares, ou seja, esse produto tem que apresentar os mesmos resultados de testes do genérico e referência.



Em Casa

Cuidados ao Guardar

- Para que o medicamento tenha seu efeito além de estar dentro do seu prazo de validade ele deve ser armazenado de forma correta. Pergunte seu farmacêutico qual a forma correta de armazenar o medicamento.

- O armazenamento de medicamentos deve ser feito em locais secos, arejados e específicos para esse fim, lembrando de deixar sempre longe do acesso de crianças e animais, evitando sempre guardar próximo a produtos de limpeza e/ou alimentos.

- Medicamentos que devem ser acondicionados em geladeira, ou seja, temperatura de 2 a 8°C, não devem ser armazenados próximos ao congelador. O congelamento dessas substâncias podem gerar falta de efetividade.

- É importante o manuseio dos medicamentos em locais claros que facilitem a visualização, a utilização de embalagens originais podem facilitar a identificação do produto.

- Não reutilize frascos vazios de medicamentos.

- Não amasse ou corte as cartelas dos medicamentos para não perder suas informações.

- Não troque ou guarde a bula de um medicamento na caixa de outro.

- Os medicamentos homeopáticos devem ser guardados longe de fontes de radiação (eletromagnética, raios-x, celulares) e de odores fortes.





Em Casa

Como administrar os medicamentos

- Leia com atenção a receita.

- A utilização de um medicamento de forma correta garante a maior chance de efetividade no tratamento, ou seja, maior chance de atender à proposta terapêutica. Para isso é importante que a administração e finalidade seja entendida pelo paciente, familiar ou cuidador.

- Use os medicamentos nas doses, horários e tempo recomendados. Nunca altere as doses recomendadas.

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

- Na maioria das vezes é indicado que medicamentos de uso oral sejam ingeridos com um copo cheio de água. Contudo, em alguns casos há indicação de ingestão juntamente com alimentos, enquanto outros devem ser ingeridos com o estômago vazio para não influenciar na absorção. Por isso, siga as orientações do seu médico ou farmacêutico para o seu caso específico.

- Não mastigue, quebre, amasse ou abra comprimidos, drágeas ou cápsulas. Os medicamentos foram desenvolvidos para ter efeito na sua forma farmacêutica original. Portanto, não devem ser modificados, a menos que você tenha sido especificamente orientado a proceder desta forma.





Como descartar seus medicamentos

INCORRETO LIXO COMUM - ESGOTO



CORRETO POSTOS DE SAÚDE FARMÁCIAS - HOSPITAIS



- A utilização de medicamentos deve ser feita somente com orientação profissional para evitar sobra, impedindo assim o acúmulo e descarte desnecessário desses produtos.
- O descarte sem o destino adequado pode gerar danos à saúde do ser humano, por meio de intoxicações e reações adversas leves ou graves; e ao meio ambiente pela contaminação do solo, água e dos animais.
- O descarte em lixo comum e pelo esgoto podem gerar contaminação de rios e córregos.
- O descarte de medicamentos deve ser feito em pontos de coletas específicos como farmácias, drogarias, postos de saúde e hospitais que prestam esse serviço. Entre em contato com a Vigilância Sanitária Local ou Secretaria de Saúde Municipal para verificar onde estão esses locais na sua cidade.



Quimioterápicos Orais



- A quimioterapia oral consiste na administração do medicamento antineoplásico pela boca, geralmente na forma de comprimido, cápsula ou líquido.
- Uma das grandes vantagens desta quimioterapia é que ela pode ser feita em casa, sem necessidade de o paciente ir até o hospital ou clínica para cada aplicação. Além disso, não requer uma aplicação na veia ou implante de cateter.



Se você está em tratamento com quimioterápicos orais, a Unimed Sete Lagoas possui uma equipe de farmacêuticos pronta para te auxiliar e esclarecer suas dúvidas.



Cuidados gerais com os quimioterápicos orais

Administração:

- Sempre siga todas as orientações de seu médico. Respeitando sempre os horários e a forma de tomar o quimioterápico.
- Se você esquecer de tomar alguma dose, procure seu médico ou farmacêutico para saber como proceder para retomar seu tratamento.

Duração do tratamento

- A duração do tratamento é planejada de acordo com o tipo da sua doença. Somente o médico é responsável por definir quantos ciclos serão necessários. Nunca interrompa o tratamento por conta própria.

Efeitos colaterais

- Os efeitos colaterais podem variar de acordo com cada medicamento e de pessoa para pessoa. A maior parte dos eventos indesejáveis podem ser remanejados. Informe sempre seu médico e farmacêutico a presença de qualquer incômodo.
- Seguem alguns efeitos colaterais que o quimioterápico oral pode desencadear: náuseas, vômitos, dor nas articulações, ondas de calor, diarreia, aftas, entre outros.





Caro(a) paciente e acompanhante,
Este informativo foi desenvolvido para instruí-los
sobre algumas medidas básicas do uso de
medicamentos. Respeite as orientações das equipes
assistenciais e normas administrativas. Ajude-nos a
cuidar de você da melhor maneira possível!

Unimed
Sete Lagoas

*Referências: MINISTÉRIO DA SAÚDE. Cartilha para a
promoção do uso racional medicamentos, Brasília – DF, 2015.*