

ANS nº 30.326-7

Siga-nos:      
[www.unimedjundiai.com.br](http://www.unimedjundiai.com.br)

Cuidar de você. Esse é o plano.

# Recomendações para uso de medicamentos



**Unimed**   
Jundiaí

## Polifarmácia, qual é o horário recomendado para o uso dos meus medicamentos?

*Fique atento. As orientações abaixo podem te auxiliar:*

### Hipertensão Arterial – Pressão Alta

Os anti-hipertensivos (medicamentos usados para tratar a pressão alta) podem ser utilizados uma ou várias vezes ao dia. Prefira fazer o uso logo pela manhã, meia hora após seu café, evitando assim algum desconforto no estômago.

Exemplos de medicamentos mais utilizados: *captopril, enalapril, losartana, valsartana*, entre outros.

### Dislipidemia – Colesterol Alto

A produção do colesterol (que é um tipo de gordura) acontece em sua maior parte durante a noite, portanto se você faz uso de medicamentos como *sinvastatina, atorvastatina, rosuvastatina*, entre outros, utilizá-los a noite, antes de dormir, é o mais recomendado.

### Diabetes Tipo II (alto nível de açúcar no sangue)

O medicamento *metformina (Glifage)*, por exemplo, pode ser utilizado juntamente ou após as refeições. Ele pode ser administrado nas três principais refeições do dia ou conforme determinação do seu médico, por este motivo, é necessário questioná-lo sobre o melhor horário para utilizá-lo para uma melhor ação.

As insulinas também utilizadas para a Diabetes Tipo II podem ser aplicadas por canetas, ou mesmo com o auxílio de uma seringa e uma agulha. A Insulina Regular tem ação rápida, sendo recomendado, então, seu uso meia hora antes da refeição. Caso você utilize insulina aplicável, lembre-se de checar com o seu médico qual o melhor horário para a aplicação.

### Hipotireoidismo/Hipertiroidismo – Problema na Tireóide

Quando se tem deficiência na produção do hormônio produzido pela tireóide, é necessário fazer a reposição com o medicamento *levotiroxina*, que deve ser ingerido sempre em Jejum.

Se você faz uso de outros medicamentos pela manhã, tome primeiramente a *levotiroxina* e aguarde 30 minutos para tomar seu café ou ingerir outro medicamento. Caso esqueça de tomar uma dose, fique 2 horas em jejum, tome o medicamento, aguarde 30 minutos e depois se alimente normalmente.

### Úlcera, Gastrite etc

Se você faz uso de *omeprazol, lansoprazol e esomeprazol*, é recomendado que a ingestão seja feita pela manhã em jejum. Desta forma seu estômago ficará protegido durante um longo período.

### Ácido Fólico e Complexos Vitamínicos Maternos

Gestantes possuem necessidade de suplementar ácido fólico no início da gestação para ajudar na formação da parte neurológica do bebê.

A maior parte das gestantes sofrem de náuseas e enjoos, principalmente logo que acordam. O uso destas vitaminas é recomendado meia hora após o café da manhã para evitar mais náuseas.

*Lembre-se de seguir sempre a orientação de seu médico e de sua equipe de saúde!*

### IMPORTANTE

- Se você faz uso de mais de um medicamento por dia, evite tomá-los juntos, se não houver recomendação médica;
- Dê preferência para ingerir os comprimidos sempre com água;
- Não mastigue ou parta os comprimidos sem recomendação;
- Mantenha sempre com você uma lista com os medicamentos de uso contínuo;
- Saiba para que serve cada medicamento que faz uso e seus efeitos esperados;
- Informe ao médico e sua equipe de saúde se tiver algum efeito adverso.

*Dúvidas? Procure o médico e sua equipe de Assistência Integral a Saúde!*

**Equipe Farmacêuticos Unimed Jundiaí**