

# ORIENTAÇÕES FARMACÊUTICAS

Aqui tem Unimed

Presença que transforma  
o cuidado com a saúde e a vida.



**Unimed**   
Cuiabá

confiança é ter

**Unimed**   
Cuiabá

por você

**Você sabia** que o uso inadequado de medicamentos e a falta de orientações sobre seus efeitos podem prejudicar a sua saúde?

Pensando nisso, a **Unimed Cuiabá** criou uma cartilha com orientações e dicas sobre utilização, armazenamento e descarte, conciliação medicamentosa, efeitos colaterais, entre outros assuntos relevantes.

**Você terá acesso a um rico conteúdo sobre o uso consciente e seguro de medicamentos.**

# Sumário

O que são medicamentos?	03
Durante a consulta	03
Na farmácia	04
Em casa	04
Cuidados ao guardar os medicamentos	05
Descarte dos medicamentos	05
Conciliação medicamentosa	06
Automedicação	06
Mitos e Verdades	06
Referências	07

## O que são medicamentos?

Medicamentos são substâncias utilizadas para aliviar sinais e sintomas de patologias, controlar condições clínicas, prevenir doenças e até mesmo, auxiliar em seu diagnóstico.

**Você sabia que todo medicamento é remédio,**

**mas nem todo remédio é um medicamento?**

O remédio está associado a todo e qualquer tipo de cuidado utilizado para curar ou aliviar doenças, sintomas, desconforto e mal-estar (exemplo: banho quente, repouso em caso de resfriado).

Já os medicamentos são substâncias ou preparações elaboradas em farmácias (medicamentos manipulados ou industriais), que devem seguir determinações legais de seguranças, eficácia e qualidade.



## Durante a consulta?



Esse momento é muito importante para você conversar com o profissional de saúde. Pergunte ao seu médico tudo sobre o uso de suas medicações, como:

- Quais efeitos indesejáveis?
- Quando vou começar a sentir os efeitos do tratamento?
- Tenho que tomar algum cuidado específico (evitar algum alimento, não dirigir, tomar a medicação apenas em jejum, entre outros)?
- Por quanto tempo devo tomar esta medicação?
- Por quanto tempo devo tomar esta medicação?
- Haverá mudança na dosagem?
- Devo continuar?
- Como usar?

-Como monitorar?

-Preciso de acompanhamento?

**Lembre-se de levar na consulta médica uma lista contendo:**

-Diagnósticos anteriores;

-Todos os medicamentos que você utiliza (inclusive os sem receita médica);

-Alergia a medicamentos;

-Vitaminas, suplementos e minerais;

-Chás, medicamentos fitoterápicos e qualquer produto natural.

## Na farmácia

- Evite a automedicação. Mesmo os medicamentos vendidos sem receita podem causar intoxicação.

- Ao comprar e/ou receber o medicamento, confira se é de fato o que foi receitado para você.

- Atende-se á validade do medicamento antes de adquiri-lo.

- Utilize somente medicamentos registrados. Verifique na embalagem se há o registro do medicamento na Anvisa/Ministério da Saúde.

- Não compre ou aceite medicamentos que estejam com a embalagem aberta, com o lacre rompido, borrado ou apagado.

- Se achar que terá dificuldade em recordar quando tomar os seus medicamentos, peça ao seu farmacêutico que lhe escreva as doses a serem tomadas a cada horário.



**FIQUE ATENTO**

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

## Casa

- Leia com atenção a receita médica.

- Utilize os medicamentos na quantidade indicada, horários certos e pelo número de dias indicado.

- Não abandone o tratamento mesmo apresentando melhora dos sintomas. Os medicamentos precisam ser tomados por todo o tratamento indicado, principalmente durante o uso de antibióticos e outros medicamentos de uso controlado.

- Não altere a dosagem nem os horários de ingestão dos medicamentos.

**Siga a prescrição corretamente.**

- Caso tenha dificuldade em organizar a rotina de utilização diária de seus medicamentos solicite ajuda dos farmacêuticos.

- Observe os seus sintomas e caso perceba alguma alteração após o início do uso do medicamento comunique seu médico.

- Não corte o remédio ao meio, não mastigue nem abra as cápsulas. Estas ações podem reduzir seu efeito, ou ainda dificultar sua identificação.

- A associação de medicamentos a bebidas alcoólicas pode ser muito perigosa.

O álcool! pode tanto anular quanto potencializar o efeito das medicações, causando graves efeitos colaterais.

Não use medicamentos indicados por outras pessoas como amigos, Vizinhos, parentes ou balconistas da farmácia.

E tenha cuidado, doenças diferentes podem ser sintomas parecidos ou até iguais, mas usar medicamento sem recomendação de um profissional de saúde pode ser prejudicial a sua saúde.

## Cuidados ao guardar os medicamentos



- A bula deve ser lida com muita atenção. Suas instruções apontam como guardar e conversar os medicamentos.

- Mantenha-os em locais protegidos da luz úmida e calor, longe de insetos e roedores, de alimentos e produtos químicos /limpeza.

- Alguns medicamentos devem ser guardados na geladeira. Nesse caso, armazene-os em caixa plástica fechada na parte interna da geladeira (nunca na porta) para evitar variações de temperatura.

- Conserve-os em suas próprias embalagens (caixa) e com suas bulas.

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

## Descarte dos medicamentos



Não descarte sobras de medicamentos no lixo comum, na pia ou no vaso sanitário. Os resíduos das substâncias podem contaminar o solo e a água quando descartados dessa forma.

Além disso, quando jogamos medicamentos no lixo comum, eles podem ser utilizados por pessoas que os encontrarem, ocasionando intoxicações e complicações sérias de saúde. O ideal é desatá-los em um posto de coleta.

Muitas farmácias, drogaria e unidades básicas de saúde oferecem esses serviços.

## Conciliação medicamentosa

A conciliação medicamentosa é a organização das medicações utilizadas de modo que se identifique duplicidade na utilização, interações medicamentosas e ineficiências terapêuticas.

Além disso, organizar os horários de utilização dos medicamentos evitando esquecimentos e facilitando a adesão ao tratamento.

## Automedicação

O principal risco da automedicação e do uso indiscriminado de medicamentos é a intoxicação. Os analgésicos, antitérmicos e anti-inflamatórios representam as classes de medicamentos que mais intoxicam.

O seu uso pode ocasionar também reações alérgicas, mascarar e atrasar o diagnóstico de patologias, ocasionar interações medicamentosas e alimentares, dependência e até morte.

## Quimioterápicos orais

Para mais informações de solicitação de medicamentos quimioterápicos orais, entre em contato no centro de infusão pelo telefone (65) 3612-8731/ WhatsApp (65) 3612-8855 (horário comercial).

## Mitos e Verdades

**“ Diluir cápsulas na água não altera seu efeito.”**

**MITO.** Não é indicado abrir as cápsulas e despejar o conteúdo na água ou mesmo direto na boca. O conteúdo de uma cápsula só deve ser liberado no estômago ou no intestino após a dissolução da mesma. Por isso, é importante seguir a devida recomendação quanto ao uso.

**“ Bebidas alcoólicas podem interferir na ação dos medicamentos”**

**VERDADE.** Bebidas que contém teor alcoólico podem interferir na ação dos medicamentos, alterando a metabolização dos fármacos, reduzindo a absorção e comprometendo o resultado do tratamento, ou ainda, aumentar a absorção do medicamento, gerando intoxicação.

**“Faz mal tomar medicamentos estando em jejum”**

**MITO.** Alguns medicamentos devem ser tomados em jejum, pois sua interação com alimentos pode prejudicar o sucesso terapêutico intervindo no metabolismo da medicação e/ou na absorção de nutrientes. Em contrapartida, existem medicamentos que devem ser ingeridos após a alimentação. Assim, o ideal é sempre seguir as orientações médicas ou do farmacêutico, além de atentar-se as recomendações da bula.

**“ Medicamentos devem ser mantidos longe do calor, da umidade e da luz”**

**VERDADE.** Devem ser mantidos longe do calor, da umidade e da luz. A umidade e o calor podem provocar alterações na estabilidade dos fármacos, por isso, devemos armazená-los sempre em local fresco e longe da umidade, alguns inclusive devem ser conservados sob refrigeração. Desta forma, é importante seguir as devidas recomendações quanto ao armazenamento dos medicamentos. t

**‘ Em caso de esquecimento, basta dobrar a dose do medicamento. ’**

**MITO.** O ideal é continuar tomando a medicação no horário recomendado e não dobrar a dose. O intervalo entre as doses é calculado de acordo com a meia-vida do medicamento (tempo em que a concentração do fármaco cai pela metade na corrente sanguínea). Os horários devem corresponder à rotina do paciente respeitando seus horários de trabalho e sono.



## Referências

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

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

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

CENTRAL NACIONAL, UNIMED (CNU). Orientações Farmacêuticas,2021