

ORIENTAÇÕES

FARMACÊUTICAS

Aqui tem Unimed

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



Unimed 
Cuiabá

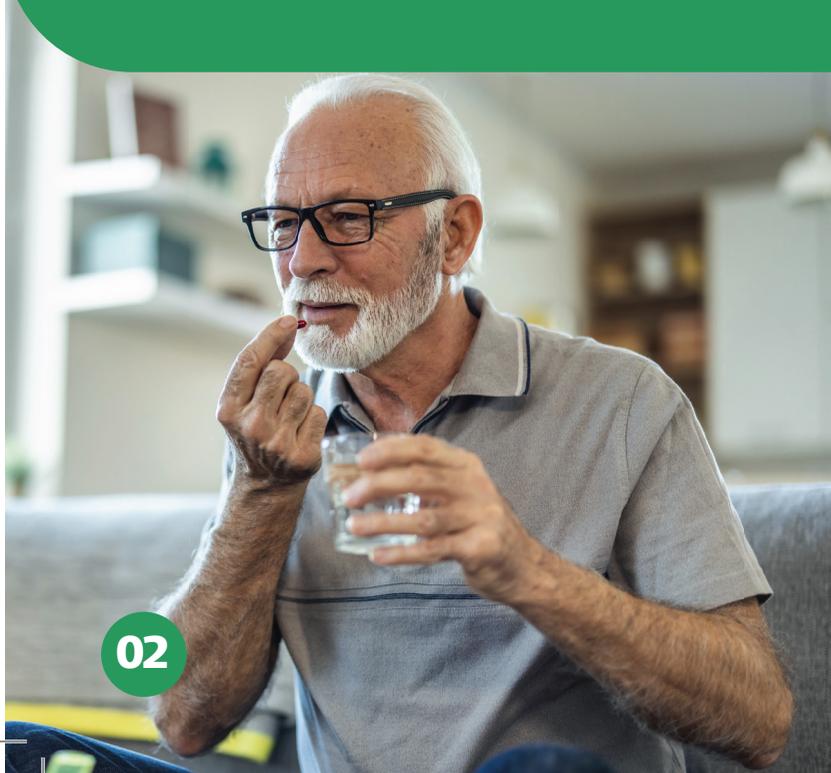
Você sabia que o uso inadequado de medicamentos e a falta de orientações sobre seus efeitos podem prejudicar sua saúde?

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 no diagnóstico delas.

Você sabia que todo medicamento é remédio, mas nem todo remédio é 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 segurança, 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 os 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?
- Haverá mudança na dosagem?
- Devo continuar?
- Como usar?
- Como monitorar?
- Preciso de acompanhamento?

Lembre-se de levar à 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.

- Se achar que encontrará dificuldade em recordar quando tomar seus medicamentos, peça ao 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.

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 à 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 nem aceite medicamentos que estejam com a embalagem aberta, com o lacre rompido, borrado ou apagado.

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 seus sintomas. Caso perceba alguma alteração após o início do uso do medicamento, comunique seu médico.
- Não corte o remédio ao meio, não o mastigue nem abra as cápsulas. Essas 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 cuidado: doenças diferentes podem apresentar sintomas parecidos ou até mesmo iguais, mas usar medicamento sem recomendação de um profissional de saúde pode ser prejudicial à sua saúde.

Cuidados ao guardar os medicamentos



- A bula deve ser lida com muita atenção. As instruções contidas nela apontam como guardar e conservar os medicamentos.

- Mantenha-os em locais protegidos da luz, umidade 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 descartá-los em um posto de coleta.

Muitas farmácias, drogarias 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 uso deles pode ocasionar também reações alérgicas, mascarar e atrasar o diagnóstico de patologias, causar interações medicamentosas e alimentares, dependência e até morte.

Quimioterápicos orais

Para mais informações de solicitação de medicamentos quimioterápicos orais, entre em contato com o 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 dela. Por isso, é importante seguir a devida recomendação quanto ao uso.

“Bebidas alcoólicas podem interferir na ação dos medicamentos.”

VERDADE. Bebidas que contêm 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 às 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. Dessa forma, é importante seguir as devidas recomendações quanto ao armazenamento dos medicamentos.

“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 de 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.



confiança é ter

Unimed 
Cuiabá

por você