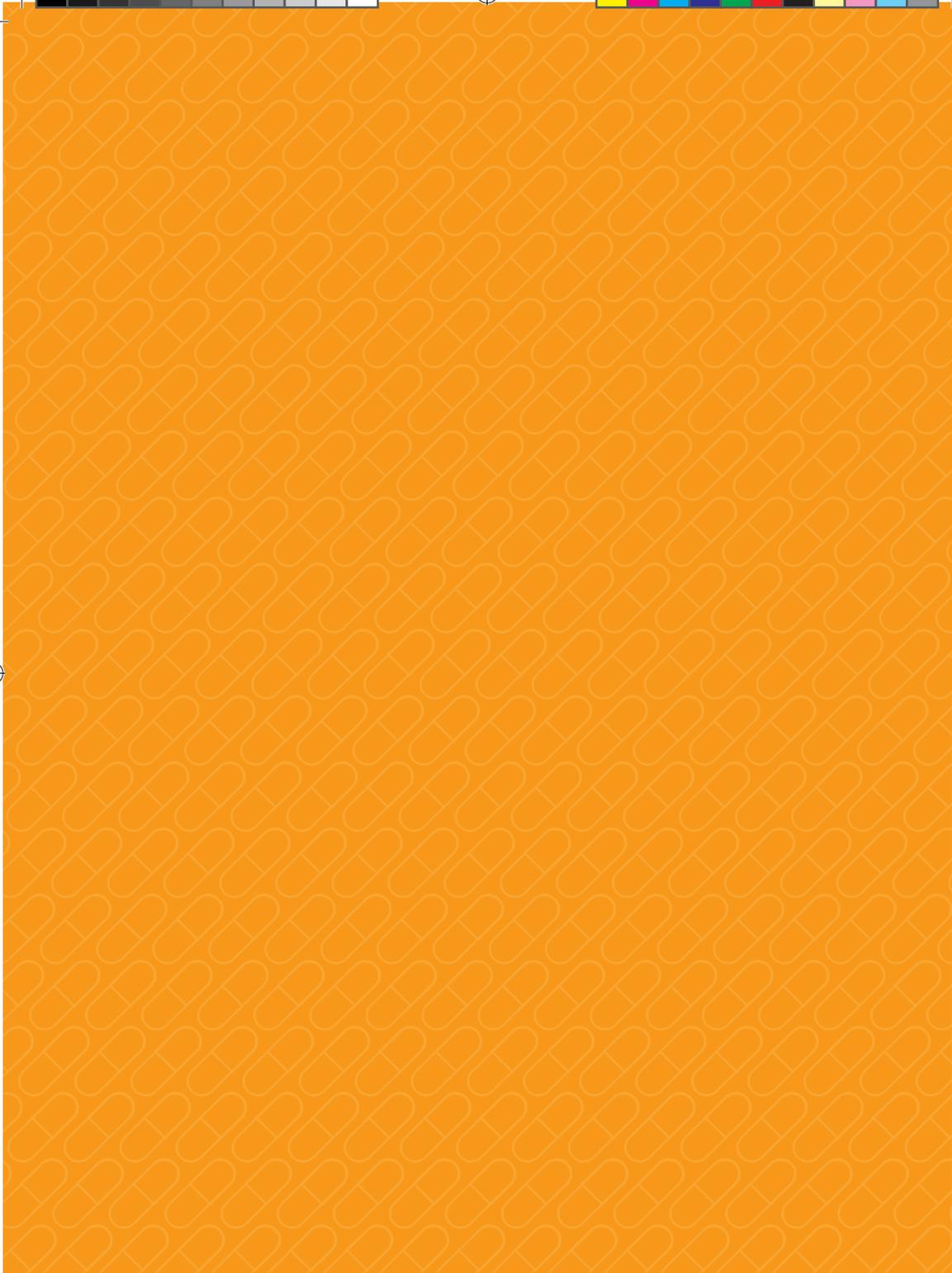




Uso correto de Medicamentos

Cartilha





Uso correto de **Medicamentos**

Cartilha





Presidente da República

Dilma Rousseff

Ministro da Saúde

Alexandre Padilha

Presidente da Fiocruz

Paulo Ernani Gadelha Vieira

Diretor de Farmanguinhos

Hayne Felipe da Silva

Coordenador de Assistência Farmaceutica

Antônio Carlos Morais

Coordenadora de Gestão da Qualidade

Shirley Mendes Guimarães Trajano de Sá

Elaborado por

Janaína de Pina Carvalho

Mary Gomes de Barros

Colaboradores

Ana Cristina Rodrigues Abritta

Marília Telles Paschoal

Programação visual

André Nogueira

Revisão

Regina Castro

**É permitida a reprodução parcial ou total desta obra,
desde que citada a fonte.**

C331u Carvalho, Janaína de Pina; Barros, Mary Gomes de

Uso correto de medicamentos: cartilha. Rio de Janeiro : Instituto de Tecnologia em Fármacos, 2011. 16 p.

1- Medicamentos 2- Saúde 3- Interação Medicamentosa
4- Saúde Pública

CDD 615.1



SUMÁRIO:

Introdução	6
I. Conselhos Importantes	7
II. Receita médica	7
III. Recebendo o medicamento	8
IV. Bula do medicamento	9
V. Como tomar o medicamento	9
VI. Quando tomar o medicamento	9
VII. Cuidados com o uso do medicamento	10
VIII. Eventos adversos a medicamentos	11
IX. Onde guardar os medicamentos em casa	12
X. Superdosagem	13
XI. Considerações finais	13





Orientações básicas para o uso correto de medicamentos

Introdução

Muito se ouve falar sobre o “uso racional de medicamentos”.

A todo o momento vemos uma nova reportagem na mídia sobre produtos que foram usados sem orientação médica que, além de não trazerem benefícios, ainda fizeram mal.

Por exemplo, no início de 2010 foi veiculado alerta sobre a sibutramina (utilizada no tratamento da obesidade), que teve sua venda restringida depois de verificado que este medicamento aumenta os riscos de doenças do coração em 16% dos pacientes tratados. No Brasil, este medicamento sempre foi vendido apenas sob prescrição médica. Ainda assim, existem relatos de que algumas pessoas usaram sem esta prescrição.

E o que é “uso racional de medicamentos”?

A definição usada pelo Ministério da Saúde (MS) e instituições internacionais como a Organização Mundial de Saúde (OMS) e também a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) é: *“O uso racional de medicamentos parte do princípio que o paciente recebe o medicamento apropriado para suas necessidades clínicas, nas doses individualmente requeridas para um adequado período de tempo e a um baixo custo para ele e sua comunidade.”*

Na prática, todos são responsáveis por promover o uso racional e correto de medicamentos: governo, indústria, profissionais da saúde (como médicos e farmacêuticos) e inclusive **os pacientes**.

Esta cartilha foi elaborada a partir da necessidade de ajudar as pessoas a conhecerem algumas regras para o correto consumo de medicamentos, além de diminuir ou minimizar os erros mais comuns e contribuir para o tratamento adequado dos pacientes.





I. Conselhos Importantes



Caso se sinta mal, procure um médico imediatamente.

Só use medicamentos sob orientação médica

Se o medicamento é bom para seu amigo, vizinho ou parente não significa que será bom para você!

O médico escolhe o melhor medicamento para você de acordo com o resultado dos seus exames, seu estilo de vida, etc.

O seu amigo, vizinho ou parente pode ter um problema parecido com o seu, mas o medicamento pode ter efeitos diferentes em você (e às vezes pode fazer mal!).

II. Receita médica.



Não saia do consultório se não entender o que está escrito na receita ou as orientações verbais do médico.

Tenha certeza de que entendeu o nome do medicamento, a concentração, a posologia (quantas vezes deverá ser consumido ao dia) e **por quanto tempo** (o período de tratamento). Isso é importante para sua saúde.

Também vale perguntar ao médico como deve ser consumido, por exemplo: com ou sem alimentação.

Lembre-se: o médico não sabe quais os outros medicamentos que você já está usando ou se você tem alergia. Por isto, sempre avise sobre outros medicamentos que esteja usando ou se já teve alergias. É importante perguntar se o medicamento que você já está tomando pode ser usado com o prescrito por ele. Além disso, esclareça se o nome do medicamento é o nome de marca ou o nome da substância química (também chamado princípio ativo).





Peça para colocar o nome genérico (do princípio ativo), para que você possa escolher um medicamento genérico.

Por exemplo, se o médico prescrever o medicamento de marca “Novalgina®”, peça para ele incluir na receita o nome “dipirona sódica”, que é o nome genérico.

Ao fazer a troca de um medicamento de marca por um genérico, sempre consulte um farmacêutico.

Só compre medicamentos com orientação médica (mesmo aqueles de venda livre!!!)

III. Recebendo o medicamento



Ao receber um medicamento, fique de olho!

1.Receita: confira se o que está recebendo é o que está escrito na receita. Para isto, verifique os seguintes itens.

- nome;
- concentração;
- apresentação.

2.Embalagem: importante conferir os seguintes itens.

- data de validade;
- o rótulo, o lacre, a tampa, etc;
- aspecto da embalagem por fora, tais como a da caixa, cartucho, blister, a bisnaga, o frasco, etc.

Onde conseguir os medicamentos de **Farmanguinhos?**

Os medicamentos de Farmanguinhos são distribuídos gratuitamente em postos de saúde e hospitais públicos.

Alguns medicamentos de Farmanguinhos também podem ser obtidos em Farmácias Populares do Brasil (do Governo Federal).

Para mais informações sobre as Farmácias Populares do Brasil, ligue para o Disque Saúde, 0800.611997, ou para a Ouvidoria Geral da Fiocruz, (21) 3885 1762.





IV. Bula do medicamento



Leia a bula, antes de tomar o medicamento, mas não se desespere!

Não jogue fora a bula, enquanto estiver em tratamento médico.

Se já leu a bula a primeira vez, vá direto à orientação de interesse, ou seja, toda bula deve conter informações ao paciente.

V. Como tomar o medicamento



Posso tomar com alimentos?

Sempre siga a orientação médica (lembre-se de tirar esta dúvida durante a consulta).

A bula também tem orientações sobre o uso de medicamentos com alimentos.

Posso tomar com leite?

O medicamento foi estudado para ser administrado (tomado) com água. Alguns medicamentos nem fazem efeito se forem tomados com leite. Assim, **água** é sempre a melhor escolha.

VI. Quando tomar o medicamento



Sempre obedeça ao horário recomendado pelo médico.

Você pode usar qualquer método para se lembrar: amarrar uma fita no dedo, programar o alarme do celular, despertador ou qualquer outro artifício que seja melhor, para você não esquecer.





Ajuste o horário de acordo com sua rotina.

Por exemplo: se o medicamento deve ser tomado de 8 em 8 horas, uma opção é tomar às 6 horas, 14 horas e 22 horas. Mas se você gosta de dormir e acordar mais tarde, pode tomar às 8 horas, 16 horas e 24 horas.

E se esquecer???

Isto vai depender de cada medicamento.

No caso de antibióticos, o horário é muito importante.
Para um xarope, o horário não é tão rígido, mas é importante.

Antes de tudo, procure na bula alguma orientação sobre o que fazer se esquecer de tomar uma dose.

Em geral, tome o medicamento assim que lembrar, principalmente se tiver passado pouco tempo do horário.

A próxima dose deverá ser tomada no horário normal (aquele que tomaria se não tivesse esquecido).

Caso já esteja perto da próxima dose, não dobre a quantidade de medicamento. Apenas tome a dose no horário, sem tomar a que esqueceu.

VII. Cuidados com o uso do medicamento



Lavar sempre as mãos antes de tomar seu medicamento ou medicar outra pessoa (seu filho, sua mãe, etc.)

No uso de cápsulas, não abra para tomar parte do conteúdo ou dissolver com água!

Não parta ou corte comprimidos, a menos que orientado pelo médico.

Não troque o medicamento de embalagem.

O medicamento foi estudado do jeito que você recebeu. Qualquer alteração pode prejudicar a ação no seu organismo e, principalmente, a sua saúde.





VIII. Eventos adversos a medicamentos



Pergunte a você mesmo:

Um medicamento pode fazer mal à minha saúde?

Sim. Nenhum medicamento é 100% seguro. Mesmo medicamentos que não precisam de receitas médicas ou medicamentos produzidos com plantas, podem fazer mal.

O que é evento adverso?

Para a Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária), que regula os medicamentos é “qualquer ocorrência médica desfavorável, que pode ocorrer durante o tratamento com um medicamento, mas que não possui, necessariamente relação causal com esse tratamento”

Isto significa que, se você se sentir mal quando estiver tomando um medicamento, isto será considerado um evento adverso, mesmo sem saber se o medicamento é a causa do problema.

O que fazer se eu ou alguém que conheço estiver sentindo um evento adverso?

Antes de tudo, deve-se **procurar um médico**, pois ele é o profissional adequado para avaliar o que está acontecendo.

Nunca altere a dose ou suspenda o tratamento sem a orientação do médico!!

Você pode pedir ao médico que notifique o caso para a indústria farmacêutica e para a Anvisa. Outra opção é você falar com o farmacêutico da indústria, ligando para o SAC - Serviço de Atendimento ao Cidadão, e pedir para ele notificar a Anvisa. O número do telefone está em todos os cartuchos.

Por que notificar (informar o fabricante e a Anvisa) sobre um evento adverso?

Somente aumentando o volume de notificações, a indústria e a Anvisa poderão avaliar o ocorrido e, com isto, proteger a saúde de todos.





Como notificar (informar o fabricante e a Anvisa) um evento adverso?

- **Quando for você.**

A melhor opção é notificar a indústria farmacêutica, para que ela informe a Anvisa. Para isto, basta ligar para o SAC da indústria que fabricou o medicamento ou mandar um e-mail. O e-mail do SAC está em todos os cartuchos.

No caso de produtos de Farmanguinhos, é só ligar para 0800.024 1692 ou enviar e-mail para sac@far.fiocruz.br.

- **Quando for o médico, farmacêutico ou outro profissional da saúde.** Também poderá notificar diretamente a indústria farmacêutica, mas também deverá notificar a Anvisa pelo sistema (Notivisa) disponibilizado no endereço eletrônico: www.anvisa.gov.br

IX. Onde guardar os medicamentos em casa



Nunca guarde em lugar úmido, quente ou com muita luz, como cozinhas e banheiros.

Sempre longe da luz e umidade

Também evite guardar em lugares baixos, onde as crianças possam alcançar.

Onde é o local seguro?

Em geral, **prefira um armário fechado, caixa com tranca, em lugar alto.**

Lembre-se que alguns produtos exigem cuidados especiais no armazenamento. Esta informação pode ser obtida na embalagem ou na bula do produto.

A insulina, por exemplo, deve ser armazenada em sua embalagem original em geladeira (2 °C a 8 °C), não muito próximo do congelador, pois não pode ser congelada.



ATENÇÃO! Os medicamentos não devem ser retirados da embalagem original.

Embalagens como porta-comprimidos exigem que o medicamento seja mantido na embalagem original. Os porta comprimidos somente podem ser utilizados para separar medicamentos suficientes para um curto período, como um dia ou no máximo, uma semana.

Caso seja uma embalagem fracionável, basta destacar o comprimido ou cápsula no local apropriado (“picote”).

Caso não seja fracionável, o ideal é cortar o envelope ou o blister separando apenas aqueles medicamentos que serão utilizados.

X. Superdosagem



E se alguém tomar uma quantidade maior que a indicada?

O ideal é sempre procurar um médico. Você também pode ligar para o Disque Intoxicação, da **Anvisa: 0800 722 6001**

XI. Considerações finais

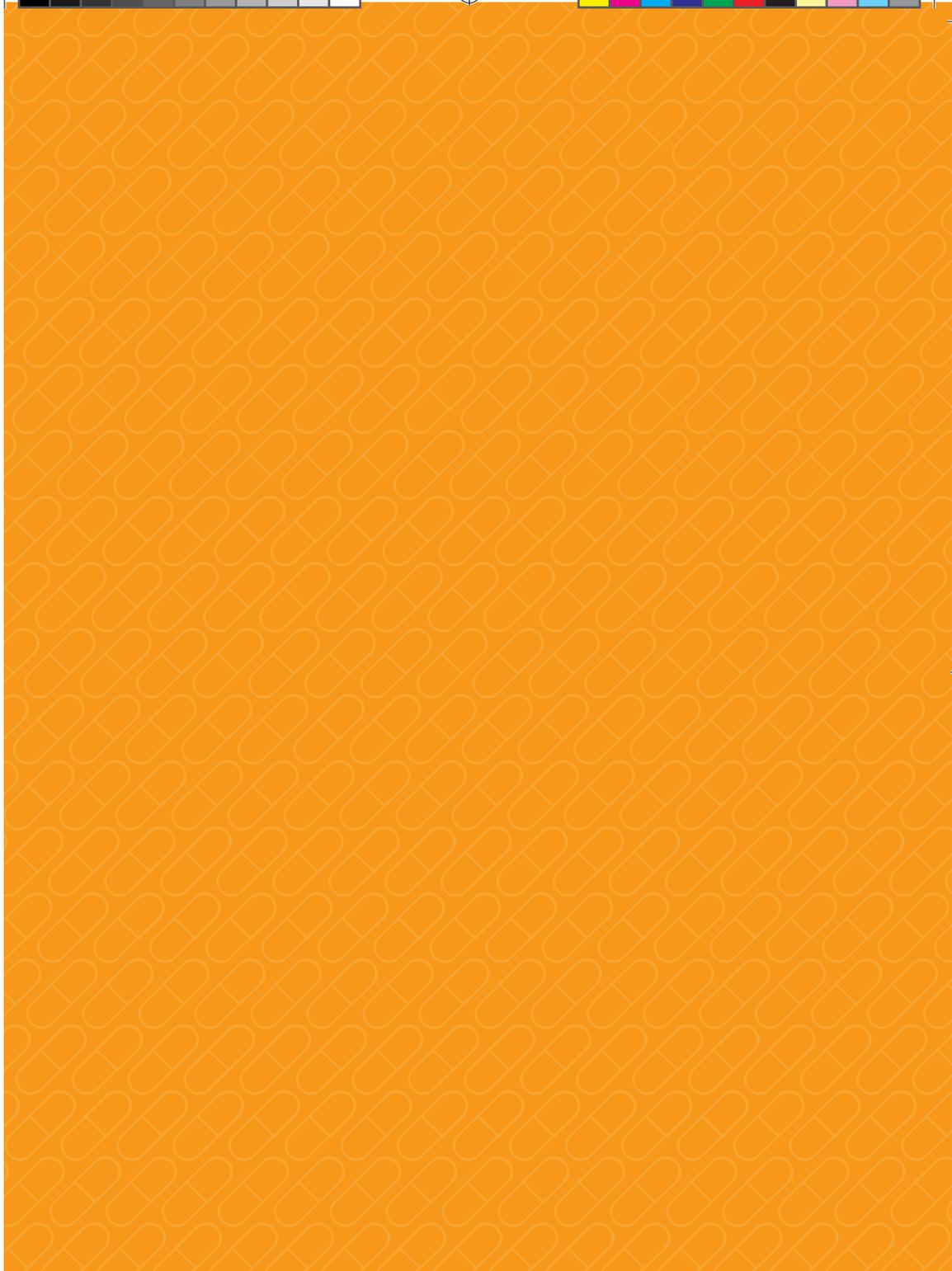


O melhor é não precisar tomar medicamentos. Para isto, mantenha bons hábitos de vida:

- exercite-se;
- alimente-se bem;
- beba muita água;
- tenha equilíbrio entre trabalho e descanso;
- evite o consumo de bebidas alcoólicas;
- não fume.

O mais importante, é ser feliz!!!!!!!







farmanguinhos



FIOCRUZ

Ministério da
Saúde

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
PAÍS RICO É PAÍS SEM POBREZA

