

Você já pensou que o uso incorreto de medicamentos pode ser prejudicial à sua saúde?

É cada vez maior o número de pessoas que utiliza medicamentos, mas, que se esquece dos **riscos** que os medicamentos podem causar.

O consumo irracional de medicamentos pode trazer consequências graves para a saúde da população e para o sistema de saúde.

Por esse motivo, é importante entendermos o que significa uso racional de medicamentos: uso correto, efetivo e seguro do medicamento, a partir da identificação de uma doença, com a menor chance de aparecimento de efeitos indesejáveis para a pessoa, e ao menor custo possível.

E como eu devo usar meus medicamentos?

Para que os medicamentos sejam utilizados corretamente, a população precisa ser orientada pelo profissional que prescreve o medicamento e pelo farmacêutico, no momento da entrega do medicamento na farmácia da Unidade de Saúde. Mas, muitas vezes as pessoas permanecem com dúvidas sobre a forma correta de tomar alguns medicamentos e, portanto, a doença não é tratada como deveria.

Por quanto tempo eu vou usar o medicamento?

Saber como, quando e durante quanto tempo utilizar os medicamentos é muito importante. O número de vezes e a quantidade de medicamento a ser utilizada a cada dia mudam de pessoa para pessoa, depende da doença que está sendo tratada e do tipo de medicamento utilizado. Você pode obter essas informações lendo a receita feita pelo profissional que prescreveu o medicamento ou buscar informações com o farmacêutico da farmácia da Unidade de Saúde.

O tempo que a pessoa vai usar um medicamento não é sempre o mesmo. Alguns medicamentos são de uso contínuo e utilizados no tratamento de doenças crônicas, como hipertensão e diabetes.

Outros medicamentos são utilizados por tempo determinado, como os antibióticos e medicamentos para febre e dor. No caso dos antibióticos, não pare o tratamento antes da hora. Isso pode criar resistência às bactérias, a doença voltar mais forte e o medicamento não fazer efeito.

Porque meu tratamento pode dar errado?

Para que você utilize o medicamento de maneira segura, você não pode ter dúvidas quanto à hora de tomar o medicamento, a quantidade a ser utilizada, como e por quanto tempo usar o medicamento. Para ter acesso a essas informações, você precisa ir à farmácia da Unidade de Saúde e conversar com o farmacêutico, assim tem menos chance de algo dar errado.

O problema é quando as pessoas não cumprem o tratamento, podendo gerar sérias consequências como: piora da doença, gastos financeiros desnecessários, hospitalizações, dentre outros vários problemas.

Onde devo guardar os medicamentos?

Nas farmácias, os medicamentos são guardados em prateleiras e, em casa, eles também precisam de um local especial, para que sejam protegidos do calor e da umidade, evitando assim que ele estrague, e também para evitar acidentes, principalmente com crianças.

Guarde seus medicamentos em local seguro, fora do alcance das crianças, protegido da luz, do calor, de insetos e roedores, em um ambiente sem muita umidade, longe de alimentos, de produtos químicos e de produtos para limpeza. Não guarde medicamentos em locais quentes, como a cozinha, e úmidos, como o banheiro. Alguns medicamentos, como insulinas, precisam ser guardados na geladeira, não podendo ser congeladas.

Normalmente as crianças gostam da cor e do aspecto dos medicamentos e por isso, tomam medicamentos sem poder, o que pode causar intoxicações. Lembre-se que medicamento não é brinquedo e deve ficar longe do alcance das crianças!

O que eu faço para não confundir um medicamento com o outro?

Para evitar trocas, guarde os medicamentos dentro de sua embalagem original, aquela que foi entregue pela farmácia. No caso de medicamentos líquidos, a colher ou o copo de medida devem ser guardados junto com a embalagem.

Posso usar medicamentos vencidos ou estragados? E como eu joga fora?

Não! Medicamentos vencidos ou estragados não podem ser utilizados e devem ser devolvidos à farmácia, para que sejam descartados. Igual aos alimentos, os medicamentos também podem estragar e sua utilização pode causar sérios problemas para a saúde.

Nunca utilize os frascos dos medicamentos para colocar outros líquidos, pois isso pode confundir a pessoa que utiliza o medicamento ou seu cuidador, podendo causar intoxicações.

Você sabia que quando jogamos medicamentos no lixo de casa, eles podem ser utilizados por pessoas que não precisam do medicamento, provocando intoxicações e até morte? Muitas vezes, após o uso, as pessoas jogam as sobras dos medicamentos no lixo de casa, na pia ou no vaso sanitário, o que não é certo. Isso pode contaminar o solo e a água, podendo trazer riscos para a população.

Meu vizinho falou que está usando um remédio muito bom para gripe, acho que vou usar também.

Quando sentimos dores de cabeça e no corpo, má-digestão ou quando estamos gripados, pensamos que não precisamos ir ao médico. Por isso, às vezes utilizamos medicamentos sem prescrição, por conta própria, o que chamamos de automedicação, que é muito perigoso. Quase sempre esses problemas não permanecem por muito tempo, durando de poucas horas a alguns dias. Por isso, esses sintomas podem desaparecer sem a necessidade de se utilizar medicamentos ou de recorrer ao médico. O consumo desses medicamentos por muito tempo pode mascarar os sintomas de um problema de saúde mais sério.

Você precisa saber que um medicamento que é bom para uma pessoa pode fazer mal a outra, podendo representar inclusive risco de morte.

Quando eu sentir alguma coisa diferente usando o medicamento, o que fazer?

Isso é chamado de reação adversa a medicamento, isto é, qualquer resposta indesejável, que pode ser perigosa, e que aparece quando se utiliza um medicamento. Quando achar que está tendo alguma reação adversa, procure a Unidade de Saúde e comunique à equipe de saúde.

Por que alguns medicamentos têm uma faixa preta na caixa?

Os medicamentos que têm uma faixa preta na caixa são de uso controlado. Como eles agem sobre o sistema nervoso central, são perigosos e precisam ser tomados seguindo rigorosamente a indicação do profissional prescriptor e as orientações do farmacêutico. Esses medicamentos, se usados por muito tempo, podem causar dependência.

Todos os medicamentos representam risco para quem o utiliza, por isso é tão importante a prescrição correta de medicamentos. Nenhum medicamento deve ser utilizado sem as devidas orientações do farmacêutico, lembre-se disso!

Ensine para seus parentes e amigos como usar corretamente os medicamentos, isso vai fazer bem a todos!
#MedicamentoÉCoisaSéria #UsoRacionalDeMedicamentos

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. **O trabalho dos agentes comunitários de saúde na promoção do uso correto de medicamentos**. 2 ed. rev. Brasília, 2006. 72p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Cartilha para a promoção do uso racional de medicamentos**. Brasília, 2015. 28p.

BRASIL. Uso Racional de Medicamentos. ANVISA. http://portal.anvisa.gov.br/resultado-de-busca?p_p_id=101&p_p_lifecycle=0&p_p_state=maximized&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-1&p_p_col_count=1&_101_struts_action=%2Fasset_publisher%2Fview_content&_101_assetEntryId=2862278&_101_type=content&_101_groupId=219201&_101_urlTitle=uso-racional-de-medicamentos&inheritRedirect=true. Acesso em: 21 de Setembro de 2018.