

## O Medicamento é como as pessoas

*Tem qualidades e defeitos.*

*As qualidades – as pessoas admiram*

*Os defeitos – as pessoas aguentam ou não.*

*Por isso, podemos ficar (usar eventualmente)*

*Namorar (usar por determinado tempo)*

*ou até casar com algum medicamento.*

*(para o resto das nossas vidas)*

*Mas ele deve atender ao nosso jeito de ser.*

*(eficácia para a situação clínica),*

*Deve ter uma convivência regrada.*

*(dose e tempo de tratamento)*

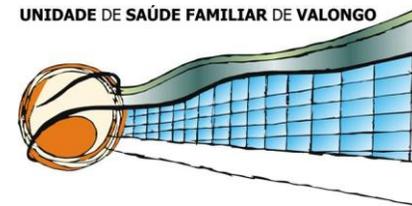
*Não deve proporcionar mais problemas do que*

*aqueles que já temos (custo económico e*

*reações adversas).*



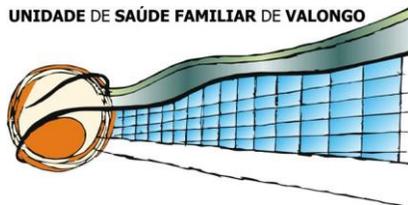
UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR DE VALONGO



## Uso dos medicamentos. Automedicação.



UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR DE VALONGO



Valongo

**Dra. Oksana Zadorozhnya**  
(revisto maio 2017, Prox Rev. 2021)

- Um inquérito, em 2006, a quase 5000 portugueses mostra que a maioria toma medicamentos por sua iniciativa, sem recomendação de nenhum profissional.
- Trata-se da chamada automedicação, que tem benefícios, mas também apresenta riscos.

### **Automedicação responsável**

A automedicação é a utilização de medicamentos não sujeitos a receita médica de forma responsável, sempre que se destine ao alívio e tratamento de queixas de saúde passageiras e sem gravidade com a assistência ou aconselhamento de um profissional de saúde.

- Ajuda a prevenir e tratar sintomas e distúrbios que não necessitam de uma consulta médica

### **Auto-medicação não responsável**

Hábito de tomar medicamentos por conta própria, sem indicação ou acompanhamento médico.

O paciente corre o risco de ter reacções alérgicas e intoxicações e não será observado em relação aos efeitos colaterais que possam surgir.

### **A Auto-medicação gera graves problemas de saúde.**

26 % da população Portuguesa faz auto-medicação com anti-inflamatórios não esteróides, que são responsáveis pela morte de milhares de pessoas, todos anos.

Analgésicos e anti-inflamatórios: podem causar epigastralgias, úlcera, vômitos, febre, convulsões, coma e morte.

Antibióticos: podem provocar alergias e diarreia. O seu uso excessivo pode aumentar a resistência das bactérias ao medicamento.

Tranquilizantes: podem causar dependência e em doses mal controladas, intoxicações. Algumas atitudes correctas podem substituir o seu uso.

Laxantes: podem causar desnutrição, desidratação.

Anti-histamínicos: Sonolência, secura das mucosas, visão turva, obstipação, etc.

### **Precauções especiais**

As crianças, as grávidas, as mães que amamentam e os idosos não devem fazer auto-medicação.

Um fármaco pode ser largamente utilizado durante anos antes de se descobrirem reacções adversas, em crianças.

Quando o rótulo não proporciona informação acerca da dose de fármaco a administrar a crianças, os pais não devem experimentar qualquer dosagem que lhes pareça ser a correcta, sem se informarem. É melhor consultar o médico.

- O envelhecimento altera a velocidade e a forma como o organismo reage aos fármacos.
- As pessoas em idade avançada são mais vulneráveis que os jovens aos efeitos adversos e às interacções medicamentosas.
- Durante as consultas com o seu médico, as pessoas de idade avançada devem

informá-lo sobre qualquer produto de venda sem receita, que estejam a tomar, incluindo vitaminas e sais minerais.

### **Doenças crónicas e interacções entre os fármacos**

- Em qualquer idade, a existência de uma doença crónica deve obrigar a consultar um médico ou um farmacêutico antes de adquirir fármacos de venda sem prescrição.
- Ex: é necessário aconselhar os diabéticos sobre um xarope para a tosse que não contenha açúcar.
- A ingestão de aspirina com o anticoagulante varfarina, pode aumentar risco de hemorragia.
- A aspirina pode agravar a asma.

### **Interacções medicamentosas**

- Existem várias interacções medicamentosas entre a pílula e outros medicamentos.
- Abaixo são apresentadas algumas interacções medicamentosas dos anticoncepcionais orais (pílula)
- Medicacões que diminuem a eficácia da Pílula: Amoxicilina, tetraciclina, ampicilina, carbamazepina, metronidazol.
- A Pílula diminui a eficácia de: Lorazepam e Oxazepam.
- A Pílula potencializa o efeito dos medicamentos benzodiazepínicos (calmantes) betabloqueadores ( medicamentos para a tensão arterial e para o coração ), cafeína, corticosteróides ( cortisona ), antidepressivos tricíclicos .