



# MEDICAMENTOS

Orientações básicas para o uso correto



**CASSI**

ANS - n° 34665-9





## SUMÁRIO

ORIENTAÇÕES BÁSICAS PARA O USO CORRETO DE MEDICAMENTOS .....	<b>4</b>
CONSELHOS IMPORTANTES .....	<b>5</b>
RECEITA MÉDICA .....	<b>6</b>
RECEBENDO O MEDICAMENTO .....	<b>7</b>
BULA DO MEDICAMENTO .....	<b>8</b>
COMO TOMAR O MEDICAMENTO .....	<b>8</b>
QUANDO TOMAR O MEDICAMENTO .....	<b>9</b>
CUIDADOS COM O USO DO MEDICAMENTO .....	<b>10</b>
EVENTOS ADVERSOS A MEDICAMENTOS.....	<b>11</b>
ONDE GUARDAR OS MEDICAMENTOS EM CASA .....	<b>12</b>
ONDE É O LOCAL SEGURO? .....	<b>13</b>
SUPERDOSAGEM.....	<b>14</b>
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	<b>15</b>



## **Orientações básicas para o uso correto de medicamentos**

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

## Conselhos importantes

Caso sinta-se 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).



## 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 qual o horário e como deve ser tomado o medicamento, por exemplo: antes, durante ou depois da alimentação.

**Lembre-se:** o médico não sabe quais os outros medicamentos que você já está usando ou se você tem alergia. Por isso, sempre avise sobre outros medicamentos que esteja fazendo uso ou se já teve

alergias. É importante perguntar se o medicamento que você já está consumindo pode ser usado junto com o prescrito por ele.

## 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 isso, verifique:

- nome;
- concentração;
- apresentação.

**2. Embalagem** - Importante conferir os seguintes itens:

- data de validade;
- o rótulo, o lacre, a tampa etc;
- as embalagens, tais como caixa, cartucho, blister, bisnaga ou frasco devem estar invioladas.

## Bula do medicamento

**Leia a bula antes de tomar o medicamento.**

Não jogue fora a bula, sempre a mantenha junto com medicamento.

Se já leu a bula a primeira vez, vá direto à orientação de seu interesse.

## 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 desenvolvido para ser administrado (tomado) com água.

Alguns medicamentos nem fazem efeito se forem tomados com leite. Assim, água é sempre a melhor escolha.



## Quando tomar o medicamento

### **Sempre obedeça o horário recomendado pelo médico.**

Você pode usar qualquer método para se lembrar: programar o alarme do celular, despertador ou qualquer outro artifício para você não se esquecer de tomar o medicamento.

### **Adeque o horário, conforme recomendado pelo médico, à 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 meia noite.

### **E se esquecer?**

No caso de se esquecer de tomar um antibiótico, o mais recomendado é tomá-lo assim que se lembrar e o tratamento deve ser ajustado a partir desta última dose. Ou seja, se a recomendação era tomar um comprimido a cada 8 horas e você se esqueceu de tomar às 8 horas, por exemplo, e só foi tomar às 10 horas, a recomendação será para tomar o próximo comprimido às 18 horas, e não às 16 horas.

Já os medicamentos de uso contínuo, como os utilizados no controle da pressão arterial, do diabetes, do colesterol ou para a tireoide, a recomendação varia conforme a medicação.

Os medicamentos para controle do colesterol, por exemplo, normalmente são tomados à noite e, quando esquecidos por um dia, a recomendação é que seja tomado apenas na noite seguinte.

Em relação aos medicamentos anti-inflamatórios ou analgésicos a recomendação é que o paciente retome o tratamento com esses medicamentos a partir do momento que se lembrar.

**Lembre-se:** Se você se esquecer de tomar um remédio e tomar duas doses quando se lembrar, pode aumentar os riscos de efeitos colaterais. Mas se o tempo entre uma dose e outra for maior que o recomendado, o efeito do medicamento naquele período passa a ser menor. O ideal é sempre conversar com o médico sobre a melhor conduta nessas situações excepcionais quando receber a prescrição de algum medicamento.

## 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 desenvolvido para ser administrado

(consumido) da forma que você o recebeu e qualquer alteração pode prejudicar sua ação.

## 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 produzidos a partir de plantas podem fazer mal.

**O que é evento adverso?**

Qualquer ocorrência médica indesejável, que pode acontecer durante o tratamento com um medicamento, mas que não seja, necessariamente, causado por esse tratamento.

Isso significa que, se você se sentir mal quando estiver tomando um medicamento, 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 médica.



## **Onde guardar os medicamentos em casa**

Nunca os guarde em lugar úmido, quente ou com muita luz. Evite guardá-los 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 ( $2^{\circ}\text{C}$  a  $8^{\circ}\text{C}$ ), não muito próximo do congelador, pois não pode ser congelada.

**ATENÇÃO:** Os medicamentos não devem ser retirados da 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.



## Superdosagem

**E se alguém tomar uma quantidade maior que a indicada?**

O ideal é sempre procurar seu médico.

Você também pode ligar para o Disque Intoxicação, da **Anvisa**:  
**0800 722 6001**

## Considerações finais

**O melhor é não precisar tomar medicamentos, por isso, 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.

Responsável Técnico  
Luiz Renato Navega Cruz  
Cargo: Gerente Técnico de Saúde  
CRM-DF 4213



[www.cassi.com.br](http://www.cassi.com.br)

ANS - nº 34665-9

**CENTRAL CASSI 0800 729 0080**

Atende também deficiente auditivo

[www.cassi.com.br](http://www.cassi.com.br)