

No dia 5 de maio comemoramos o Dia Nacional do Uso Racional de Medicamentos. Nesta data os farmacêuticos, que são os profissionais que mais entendem de medicamentos, chamam sua atenção para mais este cuidado com a saúde.

Os medicamentos foram feitos para curar doenças, porém, se utilizados de forma inadequada e sem orientação, podem ser prejudiciais à saúde e até mesmo ao meio ambiente.

Seja esperto!
Use medicamentos racionalmente.



Respostas do Quiz!

Confira abaixo quais questões você acertou:



O paracetamol e a dipirona são os medicamentos mais indicados para o tratamento da zika, dengue e chikungunya. Mas, cuidado! Tomar doses excessivas e fora do intervalo prescrito, além de não ajudar, pode complicar as doenças.



É essencial que os pacientes com zika, dengue e chikungunya tomem bastante líquido, para evitar a desidratação. Para adultos, a hidratação adequada é de 60 a 80 ml/kg/dia, sendo 1/3 do volume em soro oral e para os 2/3 restantes, complementar com água, suco de frutas, leite, chá, água de coco, sopa)*.



O AAS, assim como alguns outros antiinflamatórios, pode aumentar as chances de sangramentos em pacientes com zika, dengue e chikungunya, e até agravar as doenças.



Não. Os medicamentos usados para zika, dengue e chikungunya servem justamente para tratar os sintomas e, se usados de forma exagerada, podem provocar outros danos no organismo.

Fonte*: Diretrizes Nacionais para a Prevenção e Controle de Epidemias de Dengue – MS – Brasília/DF – 2009.

Seu resultado:



Se você acertou 3 ou 4 questões, parabéns!
Você é uma pessoa racional no uso de medicamentos.



Se você acertou 2 questões, você está no caminho, mas precisa se informar mais.
Procure sempre a orientação do seu farmacêutico.



Se você acertou 1 ou nenhuma questão, cuidado!
Não deixe de se informar e buscar sempre a orientação do seu farmacêutico.

Design: CRFMG | Ilustrações: Alexandre Martins



Rua Urucuia, 48 - Floresta - Belo Horizonte/MG - CEP: 30150-060
(31) 3218-1000 | www.crfmg.org.br | www.facebook.com/crfminas

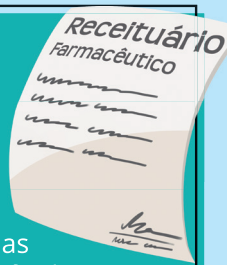
USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS

Consulte o seu Farmacêutico!



Não é racional usar medicamentos por conta própria ou indicado por algum colega!

Sempre que você ou alguém de sua família estiver sentindo mal, procure orientação com um profissional da saúde. Cada pessoa tem suas particularidades, por isso, o medicamento que fez bem para sua vizinha pode ser prejudicial a você. Seus hábitos de vida, doenças que tenha, idade, entre outros fatores, interferem no tratamento. O farmacêutico pode te ajudando as orientações necessárias, em uma consulta na farmácia.

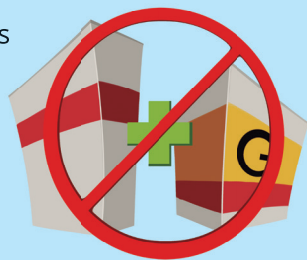


Não é racional esconder um problema de saúde!

Conversar com um profissional da saúde periodicamente pode evitar que as doenças se agravem. Consulte o seu farmacêutico e conte tudo o que está sentindo. Ele tem a melhor orientação e, em alguns casos, poderá prescrever um medicamento ou encaminhá-lo ao médico.

Não é racional misturar vários medicamentos!

Algumas substâncias presentes nos medicamentos, se utilizadas ao mesmo tempo, podem provocar reações graves no organismo ou simplesmente cortar o efeito. Não se automedique! Converse com o farmacêutico e relate todos os remédios que você usa.



Não é racional comprar medicamentos sem necessidade!

Há pessoas que não perdem uma promoção, mesmo se for de medicamentos. Não tenha em casa medicamentos que você não precisa. Usar o produto sem a indicação adequada pode ser prejudicial à sua saúde.

Não é racional misturar medicamentos e álcool!

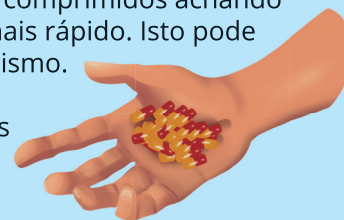
Todo mundo sabe, mas vale repetir. Bebidas alcoólicas, se usadas com medicamentos, impedem a ação ou agravam o problema.

Não é racional adquirir medicamentos em qualquer lugar!

Infelizmente, muitas pessoas vendem, até mesmo pela Internet, medicamentos de origem duvidosa. Cuidado! Estes produtos não passam por nenhum controle de qualidade e podem ser muito perigosos à saúde. Adquirir seus medicamentos somente na farmácia, com orientação do farmacêutico.

Não é racional usar medicamentos na dose e horários errados!

Nunca tome vários comprimidos achando que o efeito será mais rápido. Isto pode intoxicar seu organismo. Respeite sempre a dosagem e horários prescritos.



Não é racional abandonar o tratamento!

Muitas pessoas, quando não percebem uma melhora imediata, abandonam o tratamento. Às vezes, a melhora pode levar alguns dias. Na dúvida, converse com o seu farmacêutico.

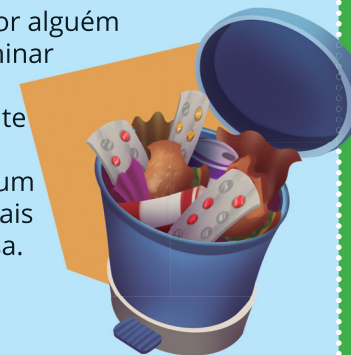
Não é racional guardar os medicamentos em qualquer lugar!

O calor, a umidade e até mesmo a luz podem alterar as propriedades dos medicamentos, comprometendo a eficácia. Guarde-os na embalagem original, respeitando as condições de temperatura descritas na caixa do produto, e sempre em locais protegidos e longe do alcance das crianças ou animais. E fique atento à validade. Protegendo os medicamentos, você protege também a sua família.



Não é racional jogar os medicamentos no lixo comum!

O medicamento jogado no lixo de casa pode ser usado acidentalmente por alguém e também contaminar o meio ambiente. Vamos ajudar! Junte os medicamentos vencidos e leve a um posto de coleta mais próximo à sua casa.



Teste seus conhecimentos!



Vamos lá! Será que você está bem-informado sobre o tratamento da dengue, zika e chikungunya? Marque o que é CERTO no tratamento dessas doenças.

- 1 Para dor e febre devo tomar somente paracetamol ou dipirona, e sempre no horário indicado pelo médico ou farmacêutico.
- 2 Como o AAS (Ácido acetilsalicílico, conhecido popularmente como Aspirina®) age mais rápido para dor e febre, devo sempre usá-lo no lugar de outros medicamentos.
- 3 Devo tomar muita água ou outros líquidos durante o tratamento.
- 4 Mesmo que os sintomas tenham acabado, devo continuar tomando os medicamentos para evitar que as doenças voltem.

Confira as respostas no verso do folheto e veja qual é o seu resultado!

