

AUTOMEDICAÇÃO: QUAIS OS RISCOS E CUIDADOS COM ESSA PRÁTICA?

AUTOMEDICAÇÃO: O QUE É?

Olá, pessoal! Hoje nós iremos falar um pouco sobre a prática da automedicação.

A automedicação acontece quando uma pessoa doente ou com algum sintoma decide, sozinha, se tratar utilizando um remédio ou um chá, sem antes consultar um profissional de saúde qualificado.

Por mais que os remédios sejam a principal forma de tratamento para várias doenças, eles também podem causar vários prejuízos. Para se ter uma ideia, os medicamentos são a principal fonte de intoxicação em seres humanos.

ORIENTAÇÕES E CUIDADOS SOBRE A AUTOMEDICAÇÃO

Com o objetivo de orientar, listamos os principais riscos e cuidados necessários com a automedicação:



- Todos os remédios, mesmo os que são vendidos sem receita, podem causar danos à saúde se utilizados em excesso ou de forma incorreta. O uso frequente de analgésicos, por exemplo, pode fazer com que as dores de cabeça fiquem mais frequentes. Além disso, pode causar hemorragias, alergias, dores no estômago e danos aos rins;



EXEMPLOS DE AUTOMEDICAÇÃO:

As pessoas praticam a automedicação quando:

- Reutilizam remédios que foram bons em situações anteriores;
- Quando usam remédios porque encontraram indicação na internet ou porque algum conhecido usou e lhe fez bem;
- Ou ainda, quando usam um remédio porque já tem em sua casa ao invés de procurar atendimento de um médico ou farmacêutico.



- Os chás e os remédios à base de plantas naturais também podem causar males. Quando usados de forma incorreta ou em altas doses, podem agravar problemas de saúde que o indivíduo já tenha;

- Qualquer medicamento, seja ele natural, manipulado ou industrializado, pode causar reações adversas e trazerem riscos à saúde. Por isso, seu uso deve ser feito com cuidado e sempre orientado por um profissional de saúde capacitado;

- Utilizar remédios por conta própria pode diminuir ou tirar o efeito de outros remédios! Isso pode levar a consequências graves, como aumento da pressão arterial em pessoas com hipertensão ou aumento da glicose em pacientes com diabetes;



- Até mesmo as vitaminas, que costumam ter seu uso estimulado por trazerem grandes benefícios à saúde, podem fazer mal. A vitamina C, por exemplo, se usada em **excesso** pode causar problemas no estômago, intestino e também piorar as famosas pedras nos rins;



- Remédios para aliviar os sintomas da gripe não devem ser usados por longos períodos e em doses

altas. É importante saber que esses remédios não devem ser utilizados por qualquer pessoa, já que os seus componentes podem causar aumento da pressão arterial, aumento da pressão intraocular, piorando o glaucoma em pacientes que já apresentam essa condição, além de interferir também nos batimentos cardíacos.



CuRiOsIdaDEs

Resultados de um grande estudo brasileiro, com mais de 40.000 entrevistados, mostraram que os medicamentos mais usados por conta própria são os remédios para dor, relaxantes musculares e anti-inflamatórios.

DADOS IMPORTANTES

- Em todo mundo, 50% dos pacientes tomam remédios de forma incorreta (OMS);
- Dos óbitos por intoxicação no Brasil, 25% são causados por intoxicação medicamentosa (SINITOX, 2017).

Portanto, mesmo que os sintomas te incomodem e seja difícil conseguir atendimento médico todas as vezes que surgir algum incômodo na saúde, evite tomar medicamentos por conta própria ou porque alguém te indicou.



O farmacêutico é um importante profissional de saúde, capacitado para informar a população sobre os potenciais riscos do uso incorreto de medicamentos. Ele também pode ajudar a identificar se os objetivos terapêuticos esperados estão sendo alcançados, contribuindo para

otimizar a efetividade do tratamento. Muitas das vezes, ele é o último profissional a entrar em contato com o paciente antes do início do tratamento, portanto, seu papel social torna-se essencial.

O farmacêutico está presente em todas as farmácias e drogarias e está apto a orientar sobre o uso de medicamentos. Não dê bobeira tomando algo que poderá te fazer mal! Procure por ajuda e viva bem!



PARA NÓS, CADA PESSOA IMPORTA!



CIÊNCIA & SAÚDE 
PARA TODOS 

Editores científicos: Dr. André de Oliveira Baldoni e Dra. Mariana Linhares Pereira.

Autoras: Thays Mendonça e Isabella Ribeiro.

Revisores e editores: Athos Wellington da Silva Pinto, Jordânia Ferreira Martins e Luara Montalvão Martins.

Revisão jornalística: Tatiana Linhares Leopoldino.



www.ufsj.edu.br/nepefac



Nepefac



@nepefac



<http://dgp.cnpq.br/dgp/espelhogrupo/577185>

Núcleo de Ensino e Pesquisa em Farmácia Clínica (NEPeFaC)

Laboratório de Farmácia Social Gerencial e Clínica | Rua Sebastião Gonçalves Coelho, nº 400 - Bairro Chanadour - Divinópolis, MG

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/33856/1436099/Campanha+A+informa%C3%A7%C3%A3o+%C3%A9+o+melhor+rem%C3%A9dio+++Guia+Apoio/ae2a3eee-418c-41c0-9b8b-ff4024dcc912> Acesso em: 06/09/2020.

AQUINO, D.S. Por que o uso racional de medicamentos deve ser uma prioridade? *Ciência e Saúde Coletiva*, v.13, p.733-736, 2008.

ARRAIS, P.S.D. et al. Prevalência da automedicação no Brasil e fatores associados. *Revista de saúde pública*. v.50, n.13, 2016.

BRASIL, Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Projeto Educação e Promoção da Saúde no Contexto escolar: o contributo da Agência Nacional de Vigilância Sanitária para o uso racional de medicamentos. Brasília: Anvisa, 2007.

DRUGS.COM. Disponível em: <https://www.drugs.com/ppa/ascorbic-acid.html>. Acesso em: 06/09/2020.

FONSECA, José Júlio de Andrade; FRADE, Joselia. Automedicação, velho hábito brasileiro. Escola Nacional de Saúde Pública, Fiocruz. Disponível em: <http://www6.ensp.fiocruz.br/visa/?q=node/5499>

OLIVEIRA, A.V.C. Falência hepática aguda e automedicação. *Arq. Bras. Cir. Dig.* v.27, n.4, p.294-297, 2014.

PONS et al. Predisposing factors to the practice of self-medication in Brazil: results from the national survey on access, use and promotion of rational use of medicines. *Plos One*, v.12, n.12, 2017.

SINITOX – Sistema Nacional de Informações Tóxico-Farmacológicas, 2020. Disponível em: <https://sinitox.icict.fiocruz.br/dados-nacionais>. Acesso em: 06/09/2020.