

Cuidados com a FARMACINHA

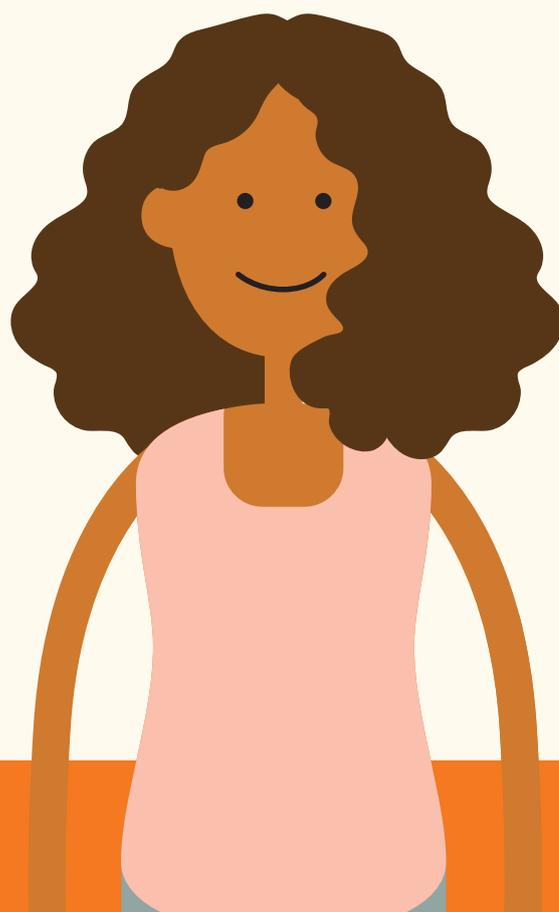
Saiba como armazenar e utilizar
corretamente os medicamentos
que você tem em casa.



Todo mundo tem aquela caixinha de medicamentos em casa, a famosa “farmacinha”.

Mas pouca gente sabe dos cuidados que devemos ter com esses produtos para **evitar riscos** à nossa saúde.

Por isso, preparamos algumas **dicas e recomendações de segurança** para você se prevenir. Fique atento!



Nada de automedicação!

Usar medicamentos sem prescrição médica pode ser prejudicial à saúde, provocando efeitos adversos, reações alérgicas ou intoxicações.

Portanto, sempre procure um médico para realizar seu tratamento corretamente.



Cuidado com a intoxicação medicamentosa!

Segundo a Agência Nacional de Vigilância Sanitária, os medicamentos são os principais causadores de intoxicação em seres humanos no Brasil.

Geralmente, isso acontece devido a dosagens erradas ou à automedicação. **Alguns dos sintomas de intoxicação medicamentosa mais frequentes são:**

- Sonolência
- Confusão mental ou outras alterações de consciência
- Náuseas e vômitos
- Diarreia
- Manchas vermelhas ou coceira

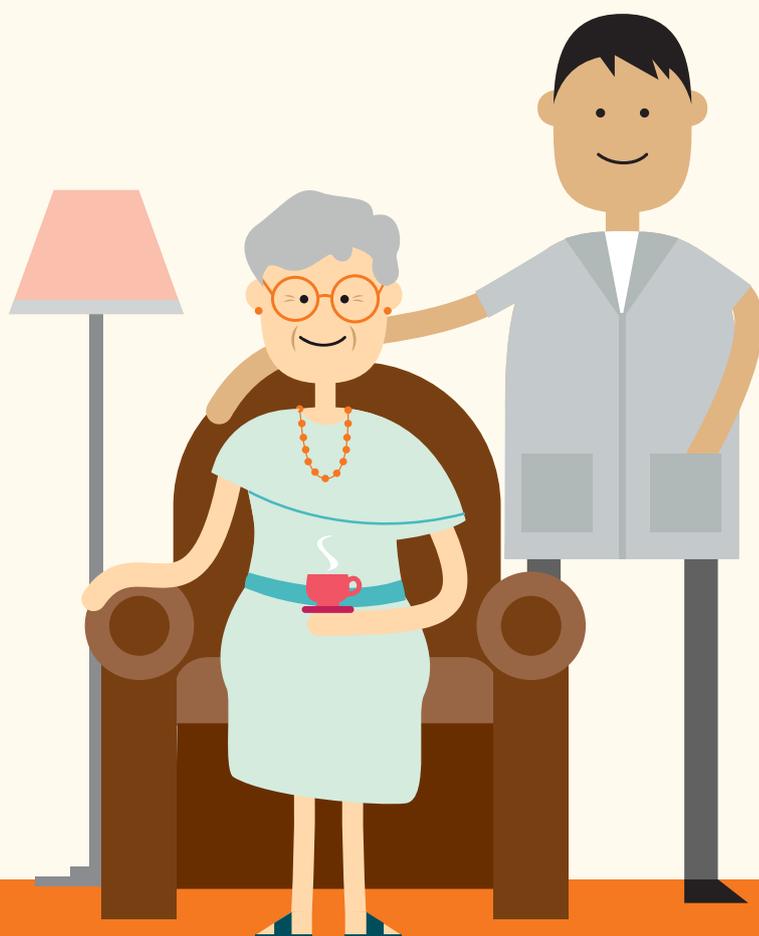
Fique atento aos sinais e, em caso de necessidade, procure atendimento médico.

Atenção à polifarmácia!

A associação de medicamentos prescritos pelo médico pode curar, minimizar danos, aumentar a longevidade e a qualidade de vida.

O uso de quatro ou mais medicamentos simultaneamente é conhecido como polifarmácia e algumas combinações podem trazer efeitos prejudiciais à saúde.

Por isso, a utilização de medicamentos associados deve ser **sempre acompanhada pelo seu médico** para evitar possíveis efeitos adversos.



Evitando potenciais riscos à saúde.

O uso regular de medicamentos deve ser feito sempre com muita atenção e disciplina para evitar riscos. Nossas principais orientações são:

- **Medicamento certo:** certifique-se que o medicamento que será administrado é o correto. Em caso de dúvida, consulte o médico que prescreveu a receita.
- **Hora certa:** administre a medicação sempre no horário correto para obter o efeito desejado.
- **Dose certa:** garanta que a dose a ser administrada está de acordo com a receita prescrita.
- **Orientação certa:** sempre que for prescrito um medicamento para você, pergunte ao seu médico sobre qual o resultado esperado e os possíveis efeitos adversos.



Entenda a interação medicamentosa.

Um medicamento, ao interagir com outros medicamentos ou bebidas alcoólicas, pode gerar um efeito diferente ou inesperado no organismo.

Por isso, sempre informe ao médico sobre toda medicação que você estiver utilizando. Avise-o também caso o medicamento prescrito não faça o efeito esperado.



Siga as orientações médicas.

Para promover o alívio de sinais e sintomas, controle de doenças ou qualquer outro efeito esperado dos medicamentos, é fundamental aderir corretamente ao tratamento proposto e seguir as orientações médicas.

Essa recomendação vale para todas as pessoas, e a atenção deve ser redobrada para os grupos especiais.

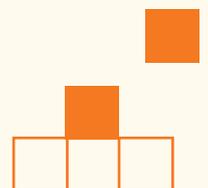
Doentes crônicos (hipertensos, obesos, diabéticos, entre outros): administrar os medicamentos corretamente faz parte do seu tratamento. Fique atento à sua rotina de cuidados.

Gestantes e Lactantes: certos medicamentos podem ser prejudiciais à saúde da mãe e do bebê. Pergunte ao seu médico sobre os efeitos das medicações prescritas na gestação/amamentação.



Crianças: nem todo medicamento para adultos pode ser utilizado por crianças. Somente medique uma criança com a orientação do seu médico. Guarde todas as medicações em local seguro e não brinque ou permita que as crianças brinquem com os remédios.

Idosos: devido ao uso de 4 ou mais medicamentos simultaneamente, os riscos de intoxicação e reações adversas são maiores para os idosos. Por isso, se houver qualquer tipo de queixa ou desconforto, fique atento e procure seu médico.

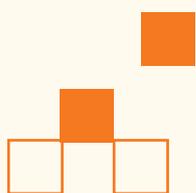


Dicas para utilizar os medicamentos com segurança.

Para evitar riscos e realizar seu tratamento corretamente, atenção às dicas:

- Lave as mãos antes de manusear qualquer medicamento.
- Fique atento aos horários prescritos.
- Nunca tome medicamentos com validade vencida.
- Utilize sempre o medidor que acompanha os medicamentos líquidos.
- Não abra cápsulas nem tente dividir comprimidos sem orientação médica.
- Leia a bula e saiba quais os possíveis efeitos colaterais relacionados ao medicamento.

- Não pare o tratamento por conta própria. O alívio da dor ou dos sintomas não significa a cura.
- Se o medicamento não fizer efeito, procure o médico.
- Use apenas medicamentos por orientação médica. Evite a automedicação e respeite a dose prescrita pelo seu médico.



Armazenando os medicamentos.

Aqui estão algumas dicas para você garantir a segurança e a durabilidade dos seus medicamentos:

- Mantenha os medicamentos identificados.
- Guarde-os em locais limpos, frescos e fora do alcance de crianças e animais.
- Evite armazenar os medicamentos próximos a produtos de limpeza, perfumes e alimentos.
- Conserve os medicamentos longe do calor, da umidade e de equipamentos eletroeletrônicos.
- Sempre mantenha a receita médica junto ao medicamento prescrito.
- Mantenha os medicamentos fora do alcance das crianças e de pessoas com necessidades especiais.

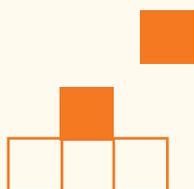


Como fazer o descarte correto de medicamentos?

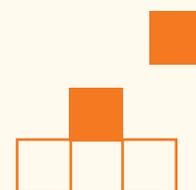
Os medicamentos são composições químicas que, se descartadas de maneira inadequada, podem causar danos ao meio ambiente.

Por isso, **não jogue** restos de medicação no lixo comum nem na pia ou no vaso sanitário: isso pode contaminar o solo e a água.

Ao invés disso, procure o posto de saúde ou a farmácia mais perto de você e veja se esses locais realizam a coleta indicada.



Agora que você já sabe como utilizar,
armazenar e descartar os medicamentos
com segurança, compartilhe nossas dicas
com a família e os amigos.



Unimed | 
Belo Horizonte