



**Geração Saudável**  
Sênior

## Uso Responsável do Medicamento

## O que é o Medicamento?

É qualquer substância ou associação de substâncias, com propriedades curativas ou preventivas de doenças ou dos seus sintomas, ou que possa ser utilizada com vista a estabelecer um diagnóstico médico ou a restaurar, corrigir ou modificar funções fisiológicas.

## O Medicamento é composto por:



# Formas Farmacêuticas

Estado físico que as substâncias ativas e excipientes apresentam depois de submetidos às operações farmacêuticas necessárias.

Por exemplo, existem:



...entre muitas outras formas farmacêuticas!

## E o que é um Medicamento Genérico?

É um medicamento com a mesma substância ativa, forma farmacêutica, dose ou concentração e a mesma indicação terapêutica do medicamento original, de marca, que serviu de referência, mas com preço inferior, sendo identificado pela sigla MG na embalagem exterior do medicamento.<sup>1</sup>

O medicamento de marca é mais caro porque se gastou dinheiro em investigação para garantir a sua eficácia e segurança, o que já não é necessário para o medicamento genérico, porque é possível utilizar os estudos desenvolvidos para o medicamento original, tornando-se, assim, mais barato o seu desenvolvimento. Em suma, os medicamentos genéricos têm a mesma qualidade, eficácia e segurança, a um preço inferior ao do medicamento original.

<sup>1</sup>Fonte: Informed (2016) Medicamentos Genéricos, Informed, Lisboa. Consultado a 23/11/2016 em: [http://www.informed.pt/web/informed/perguntas-frequentes-area-transversal/medicamentos\\_uso\\_humano/muh\\_medicamentos\\_genericos](http://www.informed.pt/web/informed/perguntas-frequentes-area-transversal/medicamentos_uso_humano/muh_medicamentos_genericos)

# Sabe o que é...

## ... A posologia?

É a dosagem e a frequência com que deve ser tomado ou administrado o medicamento.



## ... Uma contraindicação?

É uma situação específica (outra doença, alergia, entre outras) em que um determinado medicamento não deve ser utilizado por uma dada pessoa.



## ... O folheto informativo?

Também conhecido por Bula, é o papel que acompanha o medicamento e que contém todas as informações mais relevantes para uma utilização correta e segura do mesmo.



## ... Um efeito secundário?

Também conhecido por Reação Adversa, é um sintoma ou efeito indesejado causado por um determinado medicamento que pode variar de pessoa para pessoa, dependendo do estado da sua doença, idade, peso, sexo, etnia, e saúde geral.

Se suspeitar que esteja a ocorrer um efeito secundário, consulte um profissional de saúde.



# E sabia que...

- 1.** Um medicamento e a respetiva dose adequada para si pode não ser a indicada para outra pessoa com a mesma doença?
- 2.** Há medicamentos que não podem ser tomados por crianças?
- 3.** Os antibióticos devem ser sempre tomados até ao final do tempo indicado e a horas certas?
- 4.** Não deve tomar os medicamentos com sumos ou leite (apenas com água)?
- 5.** Não se podem esmagar os comprimidos?



## Os Medicamentos contribuem para a redução das doenças e da mortalidade, melhorando a saúde e a qualidade de vida da população.

- Mas sabia que 1 em cada 2 pessoas não toma corretamente os medicamentos?
- E que podemos poupar até 370 mil milhões de euros por ano, em todo o mundo, através da utilização responsável dos medicamentos?

### O USO RESPONSÁVEL DO MEDICAMENTO garante:

O **medicamento** certo



Na **dose** certa



No **momento** certo



Na **pessoa** certa



Ao **preço** certo





# 10 PASSOS

## PARA O USO SEGURO DOS SEUS MEDICAMENTOS



### 1. FAÇA

uma lista dos medicamentos que está a tomar

### 2. SAIBA

para que servem



### 3. LEIA

o nome do medicamento e siga as instruções do médico, farmacêutico ou folheto informativo

### 4. CONFIRME

a data de validade



### 5. CONHEÇA

os efeitos secundários e as interações

### 6. GUARDE

os medicamentos em local seguro e adequado



### 7. INFORME

os profissionais de saúde se tiver alguma alergia ou reação adversa

### 8. PERGUNTE

sempre que tiver dúvidas



### 9. NÃO PARTILHE

medicamentos com a família ou amigos



### 10. LIGUE 808 250 143\*

em caso de ingestão acidental

\*Centro de Informação Antivenenos (CIAV)



## Como usar os Medicamentos:

Há medicamentos que só se podem comprar com receita médica, e outros que podem ser aconselhados pelo farmacêutico - que são os medicamentos não sujeitos a receita médica. Existem ainda os medicamentos não sujeitos a receita médica de dispensa exclusiva em farmácia, em que a sua dispensa pressupõe obrigatoriamente a intervenção de um farmacêutico, após avaliação de cada situação.

Escolher o medicamento certo requer a avaliação clínica de um médico e/ou a indicação do farmacêutico, mas **tomá-lo da forma correta é da responsabilidade da pessoa com doença, ou de quem cuida desta.**



No caso dos comprimidos, cápsulas e drageias, o melhor é **tomá-los sempre com água.**

O café, o leite e outras bebidas podem aumentar, diminuir ou anular o efeito do princípio ativo do medicamento.



O conteúdo em pó que está dentro do medicamento em cápsulas pode fazer mal, ou não fazer efeito, se ingerido diretamente.

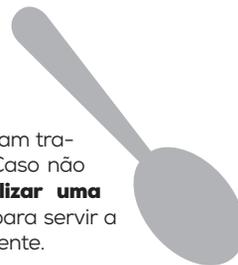
**Nunca se devem abrir as cápsulas!**

Tal como **as cápsulas, os comprimidos não devem ser esmagados, mastigados ou partidos,** exce-

to quando o médico ou o farmacêutico o recomendam (é por isso que alguns já trazem um pequeno corte no meio).



Os xaropes costumam trazer um doseador. Caso não traga, **poderá utilizar uma seringa ou colher** para servir a quantidade equivalente.





QUEM É  
**RESPONSÁVEL**  
PELO USO **DO MEDICAMENTO**



# Farmácia de Casa

**Confirme se o seu armário de medicamentos está completo!**

- Termómetro, pinça e tesoura
- Pensos rápidos, ligaduras, compressas de não tecido esterilizadas e adesivos
- Desinfetante líquido para a pele e instrumentos
- Soro fisiológico em unidoses
- Solução de cloro-hexidina
- Pomada antisséptica
- Pomada calmante para pequenas queimaduras
- Creme cicatrizante
- Pomada para hematomas (nódoas negras)
- Analgésico\* ou antipirético\*
- Pomada analgésica e anti-inflamatória\*
- Antiácido\*
- Anti-histamínico oral e para a pele\*
- Antidiarreicos\*
- Laxante\*

**No caso dos medicamentos assinalados com asterisco, confirme primeiro com o farmacêutico se são adequados para si e não interferem com a sua medicação crónica.**





Secção Regional do Sul  
e Regiões Autónomas

Parceiros:

**anf**  
Associação Nacional das Farmácias

**afp**  
Associação  
de Farmácias de Portugal