

AUTOMEDICAÇÃO

Pela equipa da Unidade de Cuidados de Saúde do Centro de Saúde de Torres Vedras (Enf^a Patrícia Santos Serrano).



A **automedicação** é a prática de ingerir medicamentos sem o aconselhamento e/ou acompanhamento de um profissional de saúde qualificado, em outras palavras, é a ingestão de medicamentos por conta e risco por um indivíduo.

A automedicação é uma prática utilizada por milhares de pessoas. O que a maioria não sabe é que a decisão de se automedicar pode trazer sérias consequências.

Pesquisa feita pelo Ministério da Saúde em relata que apenas 30% dos pacientes internados em unidades de cuidados intensivos conseguiram absorver os princípios ativos que necessitavam devido ao consumo excessivo de medicação.

As causas do problema seriam o uso incorrecto de substâncias durante vários períodos ao longo da vida, onde o sistema imunitário é perturbado, facilitando assim intoxicações, hipersensibilidade e resistência de organismos nocivos como bactérias (pelo uso exagerado de antibióticos) e vírus.

A pessoa sente dor ou mal estar e resolve tomar um medicamento por sua conta ou indicação de um vizinho, amigo ou parente, em vez de procurar um atendimento especializado. A frase “o que é bom para uns nem sempre é bom para si” encaixa-se perfeitamente nestes casos.



Muitas vezes, os medicamentos são comprados, por indicações de amigos, artigos de jornais, revistas, Internet ou indicação do vendedor. O culto à beleza impulsionou as vendas de medicamentos para emagrecer e vitaminas. A onda das “psicoses”, fez a classe média consumir anti-depressivos sem recomendação médica. Os antipiréticos (para baixar a febre), anti-inflamatórios (para combater a inflamação) e analgésicos (para a dor) são os medicamentos mais utilizados, sem qualquer tipo de orientação profissional.

Estudos relatam que um dos principais factores que levam as pessoas a automedicar-se é achar que o problema é pouco importante e a dificuldade que encontram em ter acesso a médicos com facilidade. E mesmo que tenham um atendimento de posto de saúde, hospitais ou subsistemas de saúde à sua disposição, não querem dispor do tempo necessário para esperar por um atendimento, e resolvem ingerir medicamentos, que na maioria das vezes não conhecem os efeitos.



E claro como já foi dito, as propagandas publicitárias de medicamentos dos meios de comunicação, são também grandes promotores deste hábito, uma vez que passam a idéia de que não é necessário buscar auxílio para tomar um medicamento para as chamadas dores do dia a dia. Somente citam que “se não houver melhora dos sintomas, procure atendimento médico”.

As pessoas têm organismos diferentes, e sensibilidades e alergias nem sempre conhecidas. A ingestão de medicamentos sem uma avaliação

médica é muito perigosa, também pelo facto que, muitas vezes os sintomas são alertas de uma doença. A automedicação pode mascarar estes alertas, tornando mais difícil o diagnóstico depois.

Acontece também que:

- Um medicamento pode eliminar o efeito do outro;
- Um pode potencializar o outro, deixando-o mais forte e com possibilidade de maiores efeitos secundários;
- Podem ocorrer transformações no organismo, e o medicamento que seria para corrigir um problema, pode tornar-se tóxico.

Pratica uma automedicação responsável!



PASSA A MENSAGEM! - A automedicação deve ser:

"A utilização de medicamentos **não sujeitos a receita médica** de forma responsável, sempre que se destine ao alívio e tratamento de queixas de saúde passageiras e sem gravidade, **com a assistência ou aconselhamento**

opcional de um profissional de saúde. A automedicação aparece associada a sintomas e em caso algum pode decorrer de um diagnóstico médico.”

O aconselhamento por profissional de saúde tem a ver com os riscos de segurança e eficácia dos medicamentos. Seja qual for o medicamento, exigindo ou não receita médica para ser dispensado, tem sempre efeitos secundários e interações e está totalmente desaconselhada a sua banalização.

A prática da automedicação não deve ultrapassar um número reduzido de dias, está desaconselhada a grávidas, mães que amamentam, crianças e idosos vulneráveis ou que tomem medicação prescrita pelo médico habitualmente.



Por tudo isto debes ter especial atenção quando sentires necessidade de aliviar algum sintoma e procurar sempre a ajuda de um adulto ou aconselhamento com um profissional de saúde.

TOMOU, SUMIU?

• OS RISCOS DA automedicação

QUEM NUNCA TOMOU UM REMÉDIO SEM PRESCRIÇÃO APÓS UMA DOR DE CABEÇA OU FEBRE? OU PEDIU A OPINIÃO DE UM AMIGO SOBRE QUAL MEDICAMENTO INGERIR EM DETERMINADAS OCASIÕES?

PRESCRIÇÃO MÉDICA

O uso de medicamentos sem a prescrição médica é uma prática bastante difundida não apenas no Brasil, mas também em outros países. Para encurtar o caminho e obter alívio dos incômodos, o brasileiro age de pronto diante de quaisquer sintomas - especialmente os mais comuns como aqueles decorrentes de viroses banais - e utiliza medicamentos populares para gripe, febre, dor de garganta etc.

RECOMENDAÇÕES

- Somente faça uso de medicações quando prescritas pelo médico;
- Siga corretamente a prescrição médica, respeite as doses e horários;
- Caso seja alérgico a alguma medicação informe sempre ao médico durante o atendimento;
- Não use medicações indicadas por pessoas que não sejam médicos ou capacitados e habilitados para realizar estas prescrições.



Muitas vezes vista como uma solução para o alívio imediato de alguns sintomas, a automedicação pode trazer consequências mais graves do que se imagina.

O uso inadequado de medicamentos pode causar desde reação alérgica leve até um quadro grave de intoxicação, além de mascarar alguns sintomas de uma doença mais grave, atrasando o diagnóstico e comprometendo o tratamento. Se o remédio for antibiótico, a atenção deve ser sempre redobrada. O uso abusivo desses produtos pode facilitar o aumento da resistência de microorganismos.

**"CUIDE DE SUA SAÚDE!
NÃO FAÇA USO DE MEDICAMENTOS SEM A PRESCRIÇÃO MÉDICA."**



REFERENCIAS:



- <http://pt.wikipedia.org/wiki/Automedica%C3%A7%C3%A3o>
- http://medicosdeportugal.saude.sapo.pt/utentes/medicamentos/pratique_uma_automedicacao_responsavel
- <http://portaldasaude.pt>