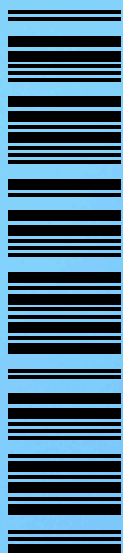


EDIÇÃO XLIV



# INFORMATIVO

COMUNICA PISC

JUNHO, 2025



## USO CONSCIENTE DE MEDICAMENTOS

ARMAZENAMENTO, DESCARTE CORRETO E OS  
RISCOS DA AUTOMEDICAÇÃO



## DEFINIÇÃO

---

O uso consciente de medicamentos envolve um conjunto de práticas seguras e responsáveis relacionadas à administração, armazenamento, descarte e acesso aos medicamentos, sempre com orientação profissional. Essa abordagem também inclui a conscientização sobre os riscos da automedicação, prática comum e perigosa que pode causar intoxicações, reações adversas e dificultar o diagnóstico correto de doenças. Promover o uso racional dos medicamentos é essencial para garantir mais saúde, segurança e bem-estar para toda a comunidade.



SUMÁRIO

Definição	2
Classificação da OMS Armazenamento	4
Recomendações da OMS Armazenamento	5
Classificação da OMS Descarte	6
Recomendações da OMS Descarte	7
Automedicação Um risco invisível	8
Automedicação Mitos e Ajuda	9
Editorial com Rodrigo Freddo	10
Referências	16

## CLASSIFICAÇÃO DA OMS

---

## ARMAZENAMENTO



A Organização Mundial da Saúde (OMS) estabelece diretrizes importantes sobre o armazenamento seguro de medicamentos, principalmente no contexto da atenção primária e segurança do paciente. Essas diretrizes visam evitar intoxicações, perda de eficácia dos medicamentos e riscos à saúde familiar.



# RECOMENDAÇÕES DA OMS

---



## ONDE GUARDAR SEUS MEDICAMENTOS COM SEGURANÇA?

- Guarde os medicamentos em local seco, fresco e arejado, longe da luz solar direta.
- Evite lugares quentes e úmidos, como banheiro e cozinha, pois o calor e a umidade podem estragar os remédios.
- Mantenha os medicamentos fora do alcance de crianças e animais, de preferência em armários altos e fechados.
- Não retire os medicamentos da embalagem original e mantenha a bula junto para futuras consultas.
- Verifique sempre a validade e o aspecto dos medicamentos (cheiro, cor e forma).

# CLASSIFICAÇÃO DA OMS DESCARTE



## CATEGORIAS DE MEDICAMENTOS INUTILIZÁVEIS

A OMS orienta que medicamentos inutilizáveis devem ser classificados para descarte adequado em:

1. Medicamentos vencidos;
2. Medicamentos danificados ou contaminados (ex: umidade, calor excessivo);
3. Medicamentos não identificáveis (sem rótulo ou nome ilegível);
4. Medicamentos parcialmente usados (sobras de antibióticos, xaropes, pomadas etc.);
5. Medicamentos recolhidos ou retirados do mercado;
6. Medicamentos falsificados ou contrabandeados.



## RECOMENDAÇÕES DA OMS

### Para serviços de saúde e instituições, a OMS recomenda:

- Incineradores especializados (temperatura  $> 1.200^{\circ}\text{C}$ );
- Encapsulamento: mistura dos medicamentos com cimento e armazenagem segura;
- Aterros sanitários licenciados, com cuidado ambiental;
- Retorno ao fabricante (quando possível).

### Para a população em geral, a recomendação é:

- NÃO descartar no lixo comum, esgoto ou vaso sanitário;
- Entregar medicamentos vencidos ou sem uso em farmácias e postos de saúde com programa de coleta.



# AUTOMEDICAÇÃO UM RISCO INVISÍVEL

---

Automedicação é o ato de tomar medicamentos por conta própria, sem orientação médica ou farmacêutica. Isso inclui tanto o uso de remédios sem prescrição quanto o uso incorreto de medicamentos que foram prescritos anteriormente, como mudar a dose, repetir o tratamento ou usar sobras de outros membros da família.

## Por que é perigoso?

Muitas vezes, as pessoas acham que estão se cuidando, mas a automedicação pode trazer consequências sérias, como:

**Reações adversas:** até medicamentos “comuns”, como analgésicos ou anti-inflamatórios, podem causar alergias, lesões no fígado, rins ou estômago.

**Mascarar sintomas:** um medicamento pode aliviar um sintoma (como febre ou dor), mas esconder uma doença grave que precisa de tratamento específico.

**Interações medicamentosas:** tomar vários remédios juntos (inclusive naturais ou chás) pode causar reações perigosas.

**Resistência a antibióticos:** tomar antibióticos sem necessidade ou parar antes da hora ajuda as bactérias a se tornarem mais fortes e resistentes.

**Atraso no diagnóstico:** automedicar-se pode adiar a busca por atendimento, dificultando o diagnóstico e o tratamento correto.





# AUTOMEDICAÇÃO

## MITOS E AJUDA

---



---

### MITOS COMUNS SOBRE AUTOMEDICAÇÃO

♦ "Se é vendido na farmácia, é seguro."

Falso. Mesmo os medicamentos vendidos sem receita precisam de orientação para uso correto.

♦ "Já usei esse remédio antes, posso usar de novo."

Falso. O que funcionou antes pode não ser o ideal agora. O seu corpo muda, e os sintomas podem ter outras causas.

♦ "Se é natural, não faz mal."

Falso. Chás, ervas e produtos naturais também podem ter efeitos colaterais e interações perigosas com outros medicamentos.

### QUANDO PROCURAR AJUDA?

Sempre que surgir um novo sintoma ou dúvida, procure:

- A unidade de saúde mais próxima
- Um farmacêutico de confiança
- A equipe da Estratégia Saúde da Família (Médicos, Enfermeiros, Téc. de Enfermagem e/ou Agente comunitário de saúde).

## EDITORIAL RODRIGO FREDDO

---

Possui graduação em Farmácia pela Universidade Federal de Santa Maria (1998), mestrado em Ciências Farmacêuticas pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (2001) e doutorado em Ciências Farmacêuticas pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (2009). Atualmente é professor na Universidade Federal do Pampa. Tem experiência na área de Farmácia, com ênfase em Farmacocinética. Atualmente trabalhando na área de Farmácia Clínica e Cuidado Farmacêutico.



DOUTORADO EM CIÊNCIAS  
FARMACÊUTICAS



**1. QUAIS OS PRINCIPAIS RISCOS DA AUTOMEDICAÇÃO QUE A POPULAÇÃO COSTUMA IGNORAR?**

“Todos nós, em algum momento, já recorreremos à automedicação, seja para tratar sintomas leves de um resfriado, uma dor muscular ou mesmo dores de cabeça. Qual o problema disso? Bem, muitos. A começar que os sintomas do resfriado são semelhantes aos sintomas da dengue, por exemplo, e eu não posso utilizar, nesse caso, uma simples aspirina, por perigo de causar hemorragia. As dores de cabeça podem ser frequentes e os analgésicos, como o Dorflex, podem mascarar problemas maiores. Aí mora o perigo da automedicação.”

## 2. COMO SABER SE ESTOU ARMAZENANDO MEUS MEDICAMENTOS DA FORMA CORRETA?



“Eu sei que todos nós também temos medicamentos guardados em casa para a hora do aperto. Um paracetamol, uma dipirona... Pois bem, guarde sempre esses medicamentos longe de fontes de calor e umidade. Nada de deixar no banheiro ou na cozinha e ao alcance de crianças.”



### 3. O QUE DEVO FAZER COM OS MEDICAMENTOS VENCIDOS OU QUE SOBRARAM EM CASA?



“Ah, e quando eles estiverem com a data de validade vencida, nada de tomar ou jogar no lixo comum. Leve estes para serem descartados na farmácia onde você os adquiriu, eles devem dar a destinação correta para eles.”

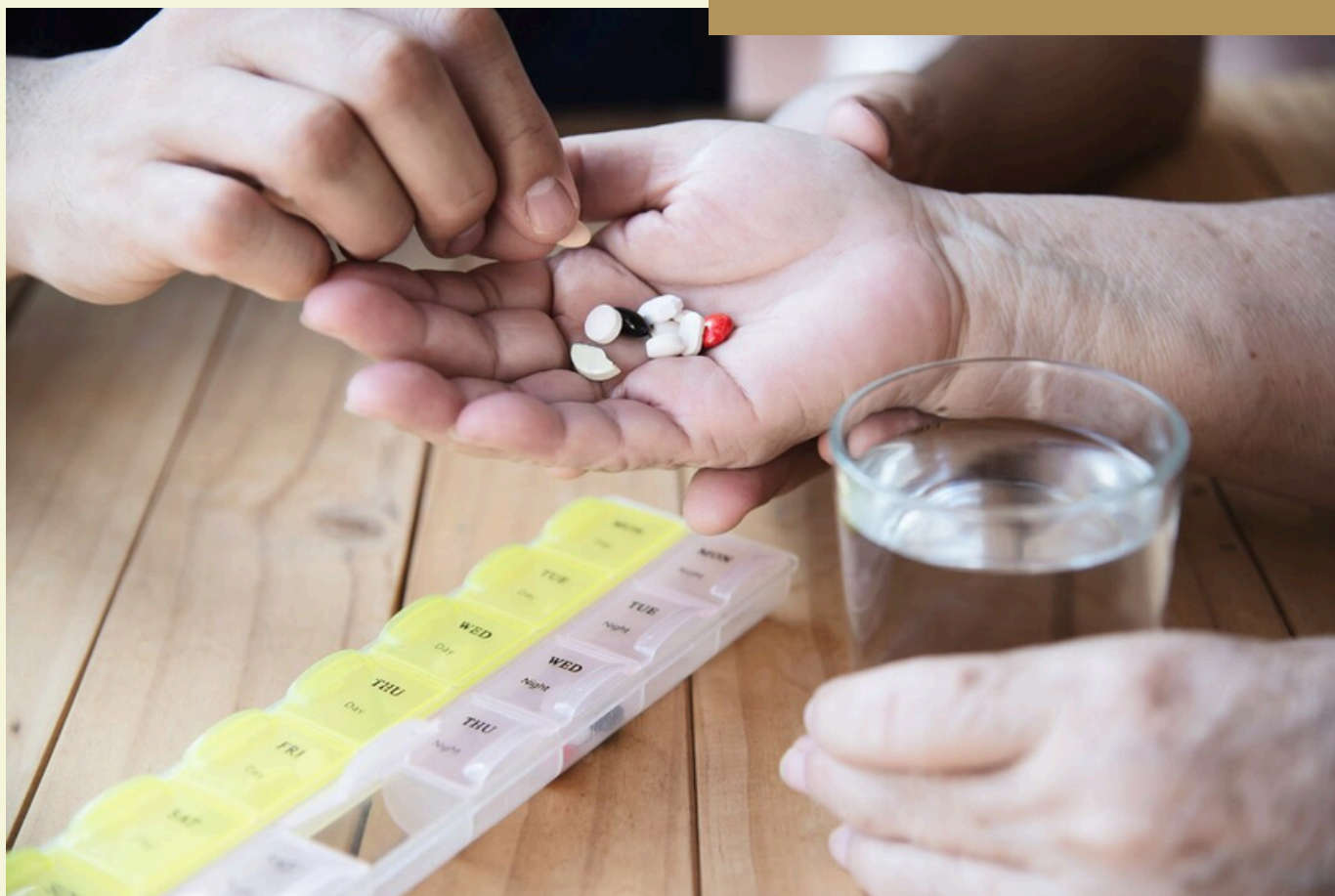
#### 4. TOMAR REMÉDIO “NATURAL” OU CHÁ MEDICINAL TAMBÉM PODE SER PERIGOSO? POR QUÊ?



“Mas e que tal um chazinho? Chás também podem ser perigosos e é sempre bom você informar ao seu médico ou ao seu farmacêutico o que você está utilizando. Ele saberá te informar melhor sobre o melhor uso de plantas. É isso aí! Cuidado com as medicações e cuidado com a sua saúde.”



**5. POR QUE NÃO DEVEMOS COMPARTILHAR MEDICAMENTOS COM AMIGOS OU FAMILIARES, MESMO QUE TENHAM OS MESMOS SINTOMAS?**



“As medicações podem agir diferente dependendo da pessoa e dos sintomas que ela apresenta, as vezes, tomar um remédio vai acabar piorando a doença. É por isso mesmo que não devemos compartilhar medicamentos, porque o que é bom para a minha vizinha, para o meu amigo ou mesmo para a pessoa que mora comigo, pode não ser bom para mim, mesmo com sintomas parecidos.”



## REFERÊNCIAS

---

BRASIL. Ministério do Meio Ambiente. Governo Federal regulamenta correto descarte de medicamentos: a medida busca efetivar a destinação ambientalmente correta para proteger o meio ambiente e a saúde da população. Disponível em: <https://www.gov.br/mma/pt-br/noticias/governo-federal-regulamenta-correto-descarte-de-medicamentos>. Acesso em: 20 jun. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Uso racional de medicamentos: temas para discussão. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. (Série B. Textos Básicos de Saúde). Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/uso\\_racional\\_medicamentos.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/uso_racional_medicamentos.pdf). Acesso em: 12 jun. 2025.

Constantino, V. M., Fregonesi, B. M., Tonani, K. A. de A., Zagui, G. S., Toninato, A. P. C., Nonose, E. R. dos S., Fabriz, L. A., & Segura-Muñoz, S. I.. (2020). Estoque e descarte de medicamentos no domicílio: uma revisão sistemática. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(2), 585–594. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020252.10882018>

Silva, Vanessa Wayne Palhares da et al. Descarte de medicamentos e os impactos ambientais: uma revisão integrativa da literatura. *Ciência & Saúde Coletiva* [online]. v. 28, n. 4 [Acessado 20 Junho 2025] , pp. 1113-1123. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232023284.05752022>>.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Diretrizes para a gestão segura de resíduos de serviços de saúde. Brasília: OPAS, 2006. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/37994>. Acesso em: 16 jun. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Guidelines for safe disposal of unwanted pharmaceuticals in and after emergencies. Geneva: WHO, 1999. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42238>. Acesso em: 18 jun. 2025.

Rodrigo José Freddo: CV: <http://lattes.cnpq.br/9118206539574994>



## INFORMATIVO COMUNICA PISC



 <https://sites.unipampa.edu.br/petpisc/>

### PRODUÇÃO

- Ana Carolina Nunes, Ingrid Espindola e Maria Eduarda Bonilha.
- Bolsistas PET PISC
- Discentes da Universidade Federal do Pampa

### REVISÃO

- Rodrigo de Souza Balk
- Tutor PET PISC
- Docente do curso de Fisioterapia na Universidade Federal do Pampa