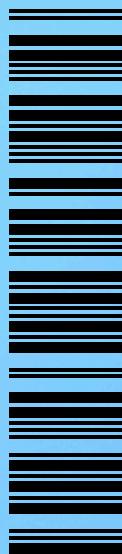


EDIÇÃO XLIV



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°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 recorremos 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?



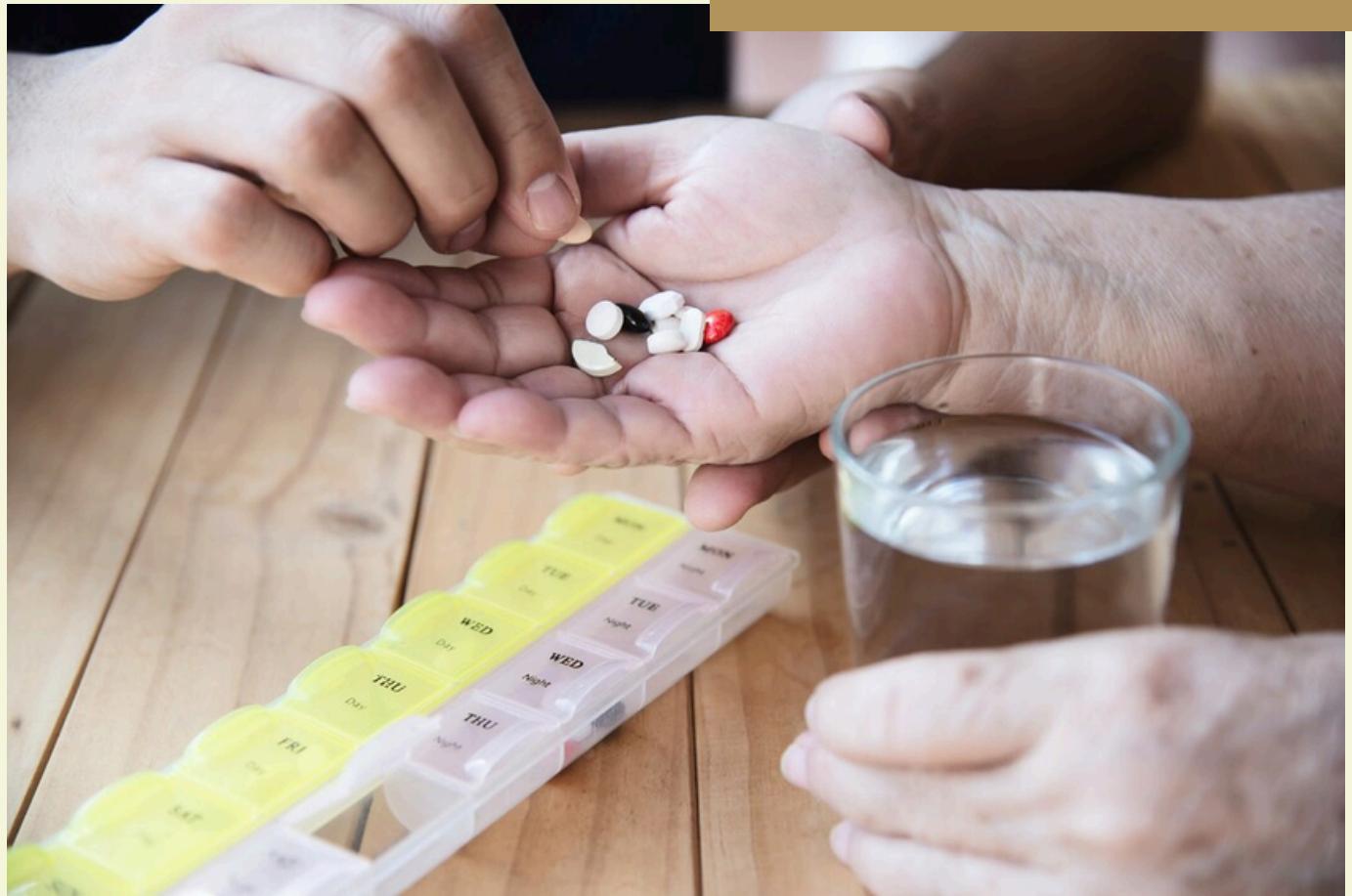
“Ah, e quando eles estiverem com a data de validade vencida, nada de tomar ou jogar no lixo comum. Leve estes para serem descartados na farmácia onde você os adquiriu, eles devem dar a destinação correta para eles.”

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. 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



 @petpisc

 <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