



Uso racional de medicamentos

Aula 8

Discussão sobre cuidados com medicamentos: a administração

Um passo importante para a terapia ter sucesso é observar as características de cada medicamento. Cada um tem sua forma correta de ser tomado. Na primeira aula citamos uma famosa frase de Paracelso: “A dose correta é que diferencia um veneno de um medicamento”. Esta se tornou uma verdade absoluta e serve para ilustrarmos muitas situações da nossa vida. Mas por que estamos voltando a falar nesse assunto? Porque temos que aprender um conceito muito importante no mundo dos medicamentos: o conceito de dose máxima tolerável. Todos os medicamentos possuem uma dose acima da qual ele se torna tóxico, podendo causar vários problemas para o nosso organismo. Daí o risco de tomarmos dois comprimidos achando que um só não terá efeito ou que tomando dois comprimidos o efeito será mais rápido e melhor. Com o mesmo raciocínio, os medicamentos também possuem uma dose mínima eficaz, aquela que é a quantidade mínima para observar efeito no organismo. Ou seja, há também o risco de tomar menos comprimidos que o receitado por acreditar que a quantidade prescrita será exagerada, por exemplo. Sendo assim, os medicamentos são desenvolvidos para agir em uma faixa terapêutica que corresponde ao intervalo entre a dose mínima eficaz e a dose máxima tolerável.

Nos estudos de desenvolvimento de um medicamento, uma das principais etapas é a determinação da dose efetiva e o intervalo em que deverá ser administrado esse medicamento. Assim temos a posologia. Vale ressaltar aqui alguns aspectos ligados à posologia dos medicamentos que podem estar intimamente ligados ao uso incorreto deles. Veja alguns exemplos:

Alguns indivíduos têm a crença de que um comprimido pequeno não vai fazer efeito. Entretanto, isto é uma crença popular incorreta.

Outros indivíduos, por sua vez, acreditam que se tomarem dois comprimidos juntos, ao invés de um, terão melhor resposta. Entretanto, isso é um erro que pode trazer vários problemas.

O tamanho do comprimido também pode trazer falsas conclusões. O tamanho não está relacionado à potência do fármaco que está contido nele, e sim à tecnologia empregada nele.

Outro erro recorrente é acreditar que tomando um medicamento por dia ele não vai fazer efeito o dia todo. Por exemplo: alguns antibióticos são tomados uma vez ao dia; outros, três vezes. Alguns indivíduos tendem a achar que o segundo é “mais forte”.

Entretanto, o que temos é que cada molécula tem sua própria forma de agir; nem sempre podemos comparar os medicamentos dessa forma.

Assim, é importante tomar muito cuidado com a posologia e segui-la corretamente, administrando tanto a dose correta quanto respeitando os intervalos priorizados. Mas a posologia não está ligada só ao medicamento. Podemos encontrar exemplos de medicamentos usados de uma forma para uma determinada doença e de outra forma para outra doença. Alguns analgésicos podem ser tomados duas ou quatro vezes ao dia, de acordo com a doença. O médico e o farmacêutico saberão orientar como utilizar. Muitas vezes pegamos o medicamento do vizinho e tomamos da mesma forma, mas nem sempre a nossa situação de saúde é a mesma. Por isso temos que ter bastante cuidado e, em caso de dúvida, procurar o médico ou o farmacêutico para receber orientação.

É importante lembrar que a posologia varia em função do paciente, da doença que está sendo tratada e do tipo de medicamento utilizado. A posologia deve ser descrita na receita de maneira clara e completa, a fim de garantir que o usuário possa utilizar os medicamentos de forma correta e que a farmácia entregue a quantidade certa para o tratamento completo.

Fazendo uso correto dos medicamentos

O uso correto de medicamentos deve seguir três mandamentos: medicamento certo, na dose certa e na hora certa; ou seja, seguir a posologia prescrita pelo médico.



Medicamento certo



Na dose Certa



Na hora certa

Além desses três mandamentos, o que mais devemos saber para utilizarmos os medicamentos de forma correta?

Os medicamentos devem ser tomados sempre com um copo cheio de água (mínimo de 200 mL). A quantidade de água é importante para ajudar o comprimido a se dissolver bem no nosso estômago (ou no intestino). Em algumas doenças, deve-se fazer restrição hídrica, como em casos avançados de insuficiência cardíaca e renal; nessas situações, nem sempre será possível tomar os comprimidos com um copo cheio de água. Deve-se também evitar tomar os medicamentos com alimentos (como leite), sucos ou chás. Por exemplo, alguns antibióticos podem interagir com o cálcio dos alimentos e essa interação impedir que cheguem ao sangue na quantidade correta.

Alguns medicamentos devem ser tomados com estômago vazio, ou seja, em jejum. Mas o que é considerado jejum? Jejum é o estômago vazio, o que garante que o medicamento estará sozinho no estômago e no duodeno do indivíduo. Assim, preconiza-se a administração uma hora antes das refeições e/ou duas horas após ter feito alguma refeição. Mas observe que o paciente que usar um medicamento com posologia “em jejum” administrado duas horas após a refeição deverá esperar ao menos uma hora para a próxima refeição. Caso contrário, a administração não ocorreu em jejum, visto que alimento e medicamento se encontraram no estômago.

Alguns medicamentos devem ser tomados em um horário particular do dia. A atividade do nosso corpo varia durante o dia. Por exemplo, alguns medicamentos, como a sinvastatina, devem ser tomados somente à noite, porque nosso corpo produz colesterol principalmente durante a noite.

É aconselhado tomar os medicamentos (comprimidos, cápsulas...) sempre no mesmo horário (exceto se o médico indicar de outra forma), para ter uma concentração regular do medicamento no organismo e respeitar o ritmo do corpo.

Alguns medicamentos devem ser tomados em um horário específico do dia (utilize como referência a posologia indicada pelo médico); é o caso dos anti-inflamatórios esteroidais (corticoides). De fato, o corticoide produzido pelo organismo, o cortisol, é secretado pela manhã; portanto, tomar corticoides exógenos (medicamento) nesse período combina mais com o ciclo natural do organismo.

É fortemente aconselhado não tomar novamente um medicamento que lhe provocou problemas anteriormente (coceira, vômitos, diarreia...), pois tomá-lo uma segunda vez pode ser ainda mais grave e perigoso.

A mistura álcool + medicamento é desaconselhada, pois o efeito do medicamento pode ser modificado pelo álcool.

Os medicamentos de liberação prolongada (SR, XR) e as drágeas não deverão ser triturados, quebrados ou divididos.

Somente os comprimidos que apresentam sulcos poderão ser partidos. A marca no comprimido indica onde podemos parti-lo. Portanto, se temos 1 sulco, só podemos partir o comprimido em 2 (Θ).



Comprimido sem sulco



Comprimido com sulco

Mas lembre-se: não existe medicamento livre de riscos para quem o utiliza. Por isso é tão importante a prescrição correta.

Um medicamento útil para uma pessoa pode fazer mal a outra. Cada organismo tem características e reações diferentes para um mesmo medicamento, o que pode gerar risco de vida.