

06 de maio de 2024

Edição 126



USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS

O **Uso Racional de Medicamentos (URM)** é um conceito fundamental para garantir que os pacientes recebam os medicamentos de maneira adequada, segura e eficaz, otimiza o uso de medicamentos evitando desperdícios, riscos desnecessários e gastos excessivos. O URM foi definido pela Organização Mundial da Saúde (OMS), em 1985, como a situação em que *os pacientes recebem medicamentos adequados às suas necessidades clínicas, em doses que atendam às suas necessidades individuais, por um período adequado e ao menor custo para eles e sua comunidade*, corroborando, com a Política Nacional de Medicamentos (PNM), a Política Nacional de Assistência Farmacêutica (PNAF) e Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS).

- **Princípios do Uso Racional de Medicamentos:**

- **Indicação apropriada:** Os medicamentos devem ser prescritos apenas quando necessário, com base em evidências científicas;
- **Dose adequada:** A dosagem deve ser ajustada individualmente, considerando fatores como idade, peso e condições de saúde;
- **Duração apropriada:** O tratamento deve durar o tempo necessário para alcançar os objetivos terapêuticos;
- **Menor custo:** Deve-se buscar alternativas mais acessíveis sem comprometer a eficácia;
- **Segurança:** Evitar interações medicamentosas e efeitos adversos.

- **Riscos da automedicação:**

- **Diagnóstico incorreto:** Quando uma pessoa se automedica, ela pode errar na identificação da causa dos sintomas;
- **Atraso na busca por ajuda médica adequada:** A automedicação pode fazer com que alguém adie a consulta a um profissional de saúde;
- **Reações adversas graves e infrequentes:** Certos medicamentos têm efeitos colaterais raros, mas graves, se alguém se automedica, pode não estar ciente desses riscos;
- **Interações medicamentosas perigosas:** A automedicação aumenta o risco de combinações perigosas;
- **Administração incorreta:** A dosagem e a forma de administração dos medicamentos são importantes;

- **Escolha inadequada de terapia:** Sem orientação profissional, a pessoa pode escolher um medicamento inadequado para sua condição;
 - **Mascaramento de doenças graves:** A automedicação pode aliviar temporariamente os sintomas, mas não trata a causa subjacente;
 - **Risco de dependência e abuso:** Alguns medicamentos têm potencial para causar dependência, o uso inadequado pode levar a problemas de abuso.
- **Dicas para o Uso Racional de Medicamentos:**
 - **Consulte um profissional de saúde qualificado:** Sempre busque orientação médica antes de iniciar qualquer tratamento medicamentoso;
 - **Siga as instruções de uso:** Leia atentamente a bula do medicamento e siga as instruções de dosagem, horários de administração e duração do tratamento;
 - **Evite automedicação:** Não tome medicamentos por conta própria, principalmente antibióticos e medicamentos de uso controlado;
 - **Informe-se sobre possíveis efeitos colaterais:** Caso tenha algum efeito colateral incomum, entre em contato com seu médico imediatamente;
 - **Não compartilhe medicamentos:** Não compartilhe medicamentos prescritos com outras pessoas, nem use medicamentos prescritos para outras finalidades;
 - **Descarte corretamente os medicamentos vencidos ou não utilizados:** Procure pontos de coleta de medicamentos vencidos em sua região e siga as instruções adequadas para descarte;
 - **Informe seu médico sobre outros medicamentos que você está tomando:** Isso ajudará a evitar interações medicamentosas prejudiciais.



Promover o uso racional de medicamentos é fundamental para alcançar o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável o ODS 3 da ONU, que visa assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades. Ao utilizar medicamentos de forma consciente, evitamos desperdícios, reduzimos os riscos de efeitos adversos e garantimos o acesso equitativo a tratamentos eficazes, contribuindo assim para a saúde pública global e para a sustentabilidade dos sistemas de saúde.