

## USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS

# Medicamento é coisa séria!

### ANTES DE TOMAR MEDICAMENTOS

**LEMBRE-SE:** Nem todas as doenças exigem medicamentos

**Priorize** Alimentação saudável, boa hidratação, sono adequado e atividade física

**Consulte** Sempre um profissional de saúde antes de medicar-se



### NA CONSULTA MÉDICA

#### INFORME AO MÉDICO

- Todos os medicamentos que você usa (incluindo fitoterápicos e naturais)
- Alergias a medicamentos
- Dificuldades com medicamentos anteriores
- Se está grávida ou amamentando
- Condições de saúde da família

#### NA FARMÁCIA

- Confira se é o medicamento receitado
- Verifique a data de validade
- Observe se a embalagem está intacta
- Exija nota fiscal
- Peça orientações ao farmacêutico

#### PERGUNTE

- Como e quando tomar o medicamento
- Por quanto tempo usar
- Possíveis efeitos colaterais
- Se há interações com outros medicamentos ou alimentos

#### USANDO CORRETAMENTE

- Siga a dose, horário e duração recomendados
- Não interrompa o tratamento sem orientação médica
- Tome com água (não use café, refrigerante ou álcool)
- Não altere a forma do medicamento (não quebre ou abra)
- Guarde na embalagem original com a bula
- Mantenha fora do alcance de crianças e animais

## ATENÇÃO ESPECIAL

### IDOSOS

- Medicamentos podem ter efeitos diferentes
- Use organizadores de medicamentos
- Rotule os medicamentos com informações claras



### CRIANÇAS

- Use apenas medicamentos prescritos para a idade
- Utilize dosadores específicos para crianças
- Explique que medicamentos não são doces



### GESTANTES

- Use somente com prescrição médica
- Medicamentos podem afetar o bebê
- Informe imediatamente efeitos indesejados

### DESCARTE

- ✓ Nunca jogue medicamentos no lixo comum, pia ou vaso sanitário
- ✓ Leve os medicamentos vencidos para postos de coleta ou farmácias que fazem o descarte adequado

### LEMBRE-SE

- ✓ Não use medicamentos indicados por amigos ou familiares
- ✓ Não prolongue nem interrompa o tratamento por conta própria

