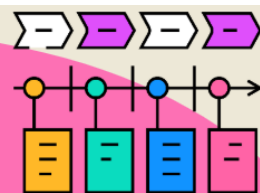


MATERIAL DIDÁTICO LÚDICO



AUTOMEDICAÇÃO: abordagem educativa por meio de cartilha

D.O.I: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15061840>

Caio Okazaki de Lima – Famed/MPES/UFAL
Alberto Pinheiro Santos Cansação – Famed/MPES/UFAL
Diogo Henrique de Oliveira Cardoso – Famed/MPES/UFAL
Arthur Ponciano Costa e Silva – Famed/UFAL
Anna Beatryz Leite de Santana Menezes – Famed/MPES/UFAL
Karine da Silva Nascimento – Famed/MPES/UFAL
Felipe Burity Tenório Pimentel – Famed/MPES/UFAL
Bruna Lourenço Ramalho Bispo – Famed/MPES/UFAL
Beatriz Terto de Lima – Famed/MPES/UFAL
Andrea Marques Vanderlei Fregadolli – Famed/MPES/UFAL
Maria Lusia de Moraes Belo Bezerra - Famed/MPES/UFAL
Cyro Rego Cabral Junior - Famed/MPES/UFAL
Weidila Siqueira de Miranda Gomes - Famed/MPES/UFAL
Lenilda Austrilino Silva - Famed/MPES/UFAL
Myrtis Katille de Assunção Bezerra - Famed/MPES/UFAL
Elisa Miranda Costa - Famed/MPES/UFAL
Mírian Araújo Gomes Antunes - Famed/MPES/UFAL
Luísa Robalinho de Faria – Famed/UFAL
Clodoaldo Lopes da Silva - Famed/MPES/UFAL
Lais Quintiliano Pedroza – Famed/UFAL
Ana Clara Monteiro Laranjeira – Famed/UFAL

RESUMO

Esta cartilha foi elaborada por discentes do primeiro período do curso de Medicina da Universidade Federal de Alagoas como parte do processo avaliativo das atividades da tutoria, especificamente relacionadas ao quinto caso motivador do módulo II. O objetivo principal foi destacar os perigos e consequências da automedicação, enfatizando especialmente os danos renais decorrentes do uso inadequado de medicamentos como anti-inflamatórios não esteroidais (AINEs), antibióticos, diuréticos e inibidores de bomba de prótons (IBPs). O material produzido também propõe estratégias educativas em saúde, direcionadas a promover a conscientização sobre o uso responsável de medicamentos, com atenção especial aos cuidados necessários para populações vulneráveis, incluindo crianças, idosos e pacientes com comorbidades. Esta cartilha constitui um produto educativo elaborado com intuito avaliativo e pedagógico durante o quarto caso motivador aplicado no módulo II.

Palavras-chave: Automedicação; Dano renal; Educação em saúde; Anti-inflamatórios não esteroidais; Grupos vulneráveis.

Nota: Faculdade de Medicina – Famed; Universidade Federal de Alagoas – UFAL; Mestrado Profissional em Ensino na Saúde - MPES.

ABSTRACT

SELF-MEDICATION: RISKS, CONSEQUENCES, AND EDUCATIONAL HEALTH SELF-MEDICATION: Educational Approach through an Informational Booklet

This booklet was developed by first-semester medical students at the Federal University of Alagoas (UFAL) during tutoring activities. The objectives were to create an educational product to disseminate the discussed theme and reinforce learning related to the fifth motivational case of Module II, addressing the dangers of self-medication. The educational material highlights risks associated with the indiscriminate use of medications, emphasizing particularly kidney damage caused by nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs), antibiotics, diuretics, and proton pump inhibitors (PPIs). Additionally, the booklet emphasizes special precautions needed for vulnerable groups such as children, the elderly, and pregnant women, proposing preventive strategies including awareness, appropriate professional guidance, and effective public policies to minimize health risks arising from self-medication.

Keywords: Self-medication; Kidney damage; Health education; Vulnerable groups; Awareness.

RESUMEN

AUTOMEDICACIÓN: enfoque educativo mediante un folleto informativo

Este folleto fue elaborado por estudiantes del primer período del curso de Medicina de la Universidad Federal de Alagoas (UFAL), durante actividades de tutoría. Los objetivos fueron desarrollar un producto educativo para divulgar la temática trabajada y reafirmar el aprendizaje relacionado con el quinto caso motivador del módulo II, abordando los peligros de la automedicación. El material educativo resalta los riesgos asociados al uso indiscriminado de medicamentos, enfatizando especialmente el daño renal causado por antiinflamatorios no esteroideos (AINE), antibióticos, diuréticos e inhibidores de la bomba de protones (IBP). Además, el folleto subraya los cuidados especiales necesarios para grupos vulnerables como niños, adultos mayores y gestantes, proponiendo estrategias preventivas que incluyen la concienciación, orientación profesional adecuada y políticas públicas efectivas para minimizar los riesgos de salud derivados de la automedicación.

Palabras clave: Automedicación; Daño renal; Educación en salud; Grupos vulnerables; Concienciación.

RÉSUMÉ

AUTOMÉDICATION: approche éducative par le biais d'une brochure informative

Cette brochure a été élaborée par des étudiants du premier semestre du cours de Médecine de l'Université Fédérale d'Alagoas (UFAL), pendant les activités de tutorat. Les objectifs étaient de développer un produit éducatif pour diffuser le thème abordé et consolider les apprentissages liés au cinquième cas motivant du module II, abordant les dangers de

l'automédication. Le matériel éducatif met en évidence les risques associés à l'utilisation indiscriminée de médicaments, soulignant particulièrement les atteintes rénales causées par les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS), les antibiotiques, les diurétiques et les inhibiteurs de la pompe à protons (IPP). De plus, la brochure insiste sur les précautions spécifiques nécessaires pour les groupes vulnérables tels que les enfants, les personnes âgées et les femmes enceintes, en proposant des stratégies préventives incluant la sensibilisation, l'orientation professionnelle appropriée et des politiques publiques efficaces afin de minimiser les risques sanitaires liés à l'automédication.

Mots-clés: Automédication; Atteinte rénale; Éducation en santé; Groupes vulnérables; Sensibilisation.

CARTILHA SOBRE AUTOMEDICAÇÃO – O QUE É?



OS PERIGOS DA

Discentes: Alberto Pinheiro Santos
Cansanção, Anna Beatryz Leite de
Santana Menezes, Arthur Ponciano
Costa e Silva, Beatriz Terto de Lima,
Bruna Lourenço Ramalho Bispo, Caio
Okazaki de Lima, Diogo Henrique de
Oliveira Cardoso, Felipe Burity Tenório
Pimentel, Karine da Silva Nascimento.

AUTOMEDICAÇÃO

O que é?

A automedicação é a prática de ingerir substâncias de ação medicamentosa sem o aconselhamento e/ou acompanhamento de um profissional de saúde qualificado (OMS, 2005).



- **Consequências da Automedicação:**

O uso de medicamentos de forma **incorreta** pode acarretar o **agravamento de uma doença**, uma vez que sua utilização inadequada pode esconder determinados sintomas.

Se o remédio for antibiótico, a atenção deve ser sempre redobrada, pois o uso abusivo destes produtos pode facilitar o aumento da **resistência de microorganismos**, o que compromete a eficácia dos tratamentos.



Outra preocupação em relação ao uso do remédio refere-se à **combinação inadequada**. Neste caso, o uso de um medicamento pode anular ou potencializar o efeito do outro.

O uso de remédios de maneira incorreta ou irracional pode trazer, ainda, consequências como:

- **reações alérgicas;**
- **dependência**
- **morte.**
- **danos renais**



Entre os riscos mais frequentes para a saúde daqueles que estão habituados a se automedicar estão o perigo de **intoxicação** e **resistência aos remédios** (OMS, 1998).

- **Medicamentos Comumente Usados sem Prescrição**

Muitos medicamentos utilizados sem prescrição podem agravar a função renal e acelerar a progressão da doença. Um exemplo comum são os anti-inflamatórios não esteroides (AINEs), como **ibuprofeno**, **diclofenaco** e **naproxeno**, usados para alívio de dor e inflamação.

Esses medicamentos reduzem o fluxo sanguíneo para os rins, o que pode prejudicar ainda mais a função renal em pessoas com GESF. Outro exemplo são os analgésicos comuns, como o **paracetamol**, que, embora seja menos nocivo aos rins que os AINEs, pode ser tóxico em altas doses ou com uso prolongado sem orientação médica.

Além disso, **diuréticos de venda livre** também são consumidos sem prescrição para aliviar a retenção de líquidos. Apesar de sua ação leve, eles podem causar desequilíbrios eletrolíticos, o que sobrecarrega ainda mais os rins.

Por fim, alguns **suplementos fitoterápicos**, como cavalinha e carqueja, são populares para “desintoxicação” ou problemas renais, mas podem conter compostos nefrotóxicos, prejudicando ainda mais a função renal.

O uso desses medicamentos sem orientação médica é altamente desaconselhado para pacientes com doenças renais, pois pode acelerar a progressão para insuficiência renal (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021).

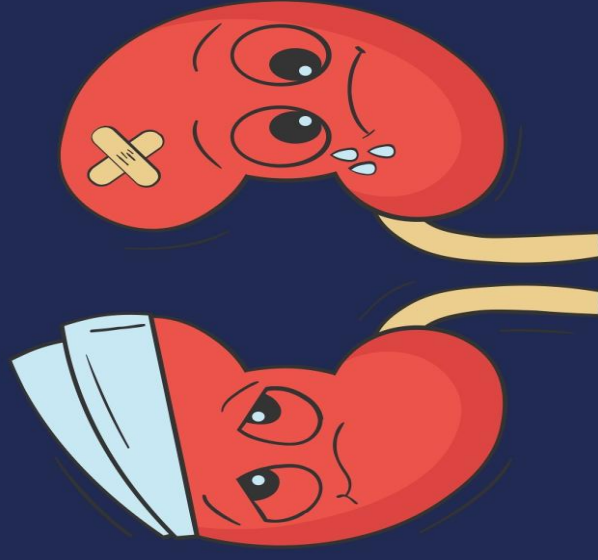


• DANOS RENAIS

Os uso indiscriminado de medicamentos pode resultara em danos renais

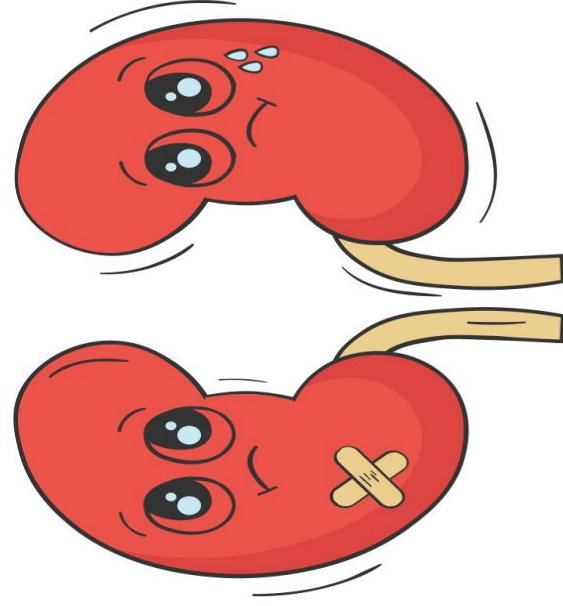
- **Antibióticos:** Para indivíduos que possuem disfunções renais, o uso indiscriminado de antibióticos pode ser especialmente danoso, uma vez que, quando usados por um longo período de tempo, esses medicamentos podem levar a uma sobrecarga renal.

Um dos eventos adversos mais comuns associados ao uso de **antibióticos** chama-se **injúria renal**, que é a toxicidade que os rins sofrem durante o tratamento à base de antimicrobianos (MARQUES et al, 2020).



- **Anti-inflamatórios não esteroideais (AINEs):** Os AINEs são facilmente adquiridos, porém podem desencadear diversas reações deletérias em função do seu bloqueio inespecífico das ciclooxigenases. Seu uso prolongado ou em doses elevadas está associado à insuficiência renal aguda, nefrite intersticial e aumento do risco de doença renal crônica, especialmente em indivíduos idosos ou com comorbidades (CUNHA; ALMEIDA, 2024).

- **Diuréticos:** Os diuréticos são medicamentos usados para eliminar o excesso de líquido do corpo, sendo indicados no tratamento de hipertensão e insuficiência cardíaca, entre outras condições.



Contudo, o uso prolongado ou inadequado pode resultar em desidratação severa e desequilíbrios eletrolíticos, que afetam diretamente a função renal. Quando os rins não recebem fluxo sanguíneo adequado devido à desidratação, sua capacidade de filtrar o sangue é comprometida, o que pode levar à insuficiência renal (TRIPATHI, 2024).



Inibidores de Bomba de Prótons (IBPs): Os inibidores de bomba de prótons (IBPs) são comumente usados para tratar condições como gastrite, úlceras e refluxo gastroesofágico. No entanto, o uso prolongado ou inadequado desses medicamentos pode causar sérios danos aos rins. Estudos recentes apontam que os IBPs estão associados a um maior risco de desenvolver doença renal crônica (DRC) e lesão renal aguda.

• CASOS ESPECIAIS: GRUPOS VULNERÁVEIS

Crianças: A automedicação em crianças é comum, principalmente com o uso de analgésicos e anti-inflamatórios pelos responsáveis, devido a sintomas como febre e dores.

Esses medicamentos podem prejudicar a função dos rins ao causar inflamação e lesão do tecido renal, sendo essencial monitorar sua utilização de forma criteriosa e sempre sob orientação médica (TRIPATHI, 2024).

SAÚDE NÃO SE ARRISCA

consulte sempre um
profissional antes de
tomar qualquer
medicamento





Isso está relacionado à dificuldade de acesso aos serviços de saúde, baixa escolaridade e desinformação, além da disponibilidade desses medicamentos em farmácias, facilitando o consumo

A terceira idade é marcada por uma maior predisposição ao desenvolvimento de comorbidades crônicas e agudas, o que pode contribuir para o aumento no consumo de medicamentos e a prática de automedicação.

Idosos: A prevalência do uso de medicamentos entre idosos é alta, principalmente para tratar dores diversas, como dor de cabeça, dores no corpo e na coluna.



Muitas gestantes optam por plantas medicinais acreditando que, por serem naturais, não oferecem riscos ao bebê. No entanto, um estudo mostrou que essas plantas são potencialmente abortivas (XAVIER et al., 2021; MOYSÉS et al., 2022; SILVA et al., 2021).



Gestantes: A automedicação entre mulheres brasileiras durante a gravidez é comum, sendo o paracetamol o medicamento mais consumido sem prescrição, enquanto as plantas medicinais mais utilizadas são erva-cidreira, erva-doce e hortelã.

• COMO PRATICAR O USO RESPONSÁVEL DE MEDICAMENTOS

O uso responsável de medicamentos pode ser praticado ao se **priorizar alternativas seguras e eficazes para o tratamento** de sintomas de saúde mental, como o uso de antidepressivos prescritos em vez de substâncias potencialmente viciantes como o álcool.



Com a introdução de medicamentos mais modernos e seguros, como os inibidores seletivos de recaptação de serotonina (ISRSs), observa-se que os pacientes com depressão tendem a reduzir o uso de automedicação com álcool.

Os autores sugerem que políticas públicas devem considerar o contexto de automedicação e oferecer tratamentos acessíveis e informados para evitar que as pessoas recorram a substâncias nocivas em busca de alívio de sintomas.

- Portanto, para um uso consciente de medicamentos, é essencial buscar orientação profissional, compreender os efeitos a longo prazo e escolher terapias que minimizem os riscos e promovam a saúde de maneira sustentável (DARDEN; PAPAGEORGE, 2024).

AUTOMEDICAÇÃO: O BARATO QUE PODE SAIR CARO.

Cuide da sua saúde com responsabilidade.



- **ALTERNATIVAS À AUTOMEDICAÇÃO**

- A automedicação como **escape psicológico** pode ser prevenido a partir de uma construção de saúde mental harmônica, em que, as formas de encarar a vida e transtornos psicológicos podem ser ajustados mediante a terapia e exercício físico (FEINGOLD; TZUR BITAN, 2022).

- A automedicação como forma de alívio de sintomas físicos se dão por imediatismo moderno, pela morosidade do sistema de saúde e pela cultura nacional de facilidade no acesso a medicamentos. Isso pode ser prevenido, a nível individual, a partir de práticas que antecipam à doença como uma **vida ativa, uso de chás e dietas saudáveis** (LIFSHTIZ et al., 2020).



**Seu corpo não é
laboratório de testes.
Evite a automedicação**



• RESUMO

A automedicação, embora comum, apresenta riscos significativos à saúde, especialmente em grupos vulneráveis como crianças, idosos e gestantes. O uso indiscriminado de medicamentos, como anti-inflamatórios e antibióticos, pode resultar em complicações sérias, incluindo danos renais e resistência a medicamentos. A falta de orientação profissional agrava esses problemas, aumentando as chances de interações adversas entre substâncias.

Promover o uso responsável de medicamentos é crucial para evitar os danos associados à automedicação. Isso envolve aumentar a conscientização sobre os riscos, buscar alternativas seguras e valorizar a orientação médica. Além disso, políticas públicas que garantam acesso a tratamentos adequados e informações claras são essenciais para reduzir a automedicação e proteger a saúde da população.

• REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. **Diretrizes clínicas para o tratamento da síndrome nefrótica primária em adultos**. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde, 2021.
- CUNHA, A. M.; ALMEIDA, M. B. **Evidências causais do efeito dos anti-inflamatórios não esteroidais no desenvolvimento da doença renal**. Anais Faculdade de Medicina de Campos, 2024.
- DARDEN, Michael E.; PAPAGEORGE, Nicholas W. Automedicação racional. **Economics & Human Biology** v. 48, p. 101350, 2024.
- FEINGOLD, D.; TZUR BITAN, D. **Addiction Psychotherapy: Going Beyond Self-Medication**. *Frontiers in Psychiatry*, v. 13, 9 fev. 2022.
- LIFSHTZ, A. et al. **Automedication y autoprescripción**. Gaceta médica de México, v. 156, n. 6, p. 612-614, 1 dez. 2020.
- MARQUES, F. E. et al. **Uso de antibióticos na insuficiência renal: necessidade de ajustes posológicos e doses individualizadas**. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 11, p. e94791110567, 2020.
- MOYSE, D. de A. et al. **The role of the pharmacist in the control, guidance and prevention of self-medication in the elderly: a literature review**. **Research, Society and Development** [S. l.], v. 11, n. 5, p. e37211528232, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11n5-28232. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/28232>. Acesso em: 30 oct. 2024.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **Dpt. Of Essential Drugs and other Medicines. The role of Pharmacist in self care-medication**. Disponível em http://www.who.int/medicines/library/docseng_from_a_to_z.shtml. Acesso em 01 nov. 2005.
- PAULO, L.G.; ZANINI, A. C. **Automedicação no Brasil**. *Rev. Assoc. Méd. Bras.*, v.34, n.2, p. 69-75, 1998.
- SILVA, L. G. da et al. Automedicação entre gestantes do Brasil: revisão integrativa/ Self-medication among pregnant women in Brazil: integrative review. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 3947-3959, 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n1-313. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/25465>. Acesso em: 30 oct. 2024.
- TRIPATHI, Raakhi K. et al. **Evaluation of self-medication practices and prescription patterns in patients of chronic kidney disease: A cross-sectional, Casos Especiais: Grupos Vulneráveis questionnaire-based study**. *Perspectives in Clinical Research*, Mumbai: Wolters Kluwer - Medknow, 2024.
- XAVIER, M. S. et al. Automedicação e o risco à saúde: uma revisão de literatura / Self-medication and health risk: a literature review. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 225-240, 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n1-020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/22665>. Acesso em: 30 oct. 2024.