



## DICAS PARA O USO CORRETO DE MEDICAMENTOS



O Hospital São Camilo acredita que o cuidado com a saúde não termina no momento da alta. Sabemos que o período de recuperação em casa exige atenção e responsabilidade, especialmente com o uso dos medicamentos prescritos.

Pensando nisso, elaboramos este folder com orientações simples e importantes para que você continue seu tratamento com segurança e tranquilidade.

Aqui, você encontrará informações sobre como usar, armazenar e descartar corretamente seus remédios, além de alertas sobre riscos comuns e cuidados essenciais.

Comprometidos com o seu bem-estar, estamos ao seu lado em todos os momentos, inclusive no retorno para casa.

# Descarte Seguro de Medicamentos

Medicamentos vencidos ou que não serão mais utilizados não devem ser descartados no lixo comum ou no vaso sanitário, conforme orienta a **ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária)**. Esse descarte incorreto pode contaminar o meio ambiente e representar riscos à saúde de pessoas e animais.

## O que deve ser descartado?

- Medicamentos vencidos
- Produtos com mudança de cor, cheiro ou textura
- Remédios suspensos pelo médico
- Sobras que ficaram após o fim do tratamento

## Também devem ser descartados:

- Blisters vazios (cartelas)
- Frascos, pomadas e ampolas abertas ou vencidas
- Embalagens contaminadas

## Onde descartar?

Leve esses itens até um Ponto de Coleta de Medicamentos. Muitas farmácias, drogarias e unidades de saúde possuem coletores específicos para o descarte seguro.



# Esquecimentos Acontecem

Durante a recuperação, é comum se distrair com a rotina e acabar esquecendo uma dose do remédio. Mas saber como agir nesses momentos é essencial para manter sua saúde protegida e o cuidado funcionando corretamente.

## Veja o que fazer se esquecer:

- Tome a dose assim que lembrar, se ainda estiver dentro de um intervalo razoável.
- Se estiver muito perto do próximo horário, não dobre a dose! Pule a esquecida e continue normalmente.
- Nunca tente “compensar” tomando duas de uma vez.
- Se tiver dúvidas, fale com o médico ou farmacêutico.
- Crie lembretes visuais ou use alarmes para ajudar a lembrar.



**Dica extra:** Organize sua rotina! Uma boa forma de evitar esquecimentos é criar uma rotina fixa para os horários dos medicamentos, relacionando-os a atividades diárias, como:



**Café da manhã**



**Almoço**

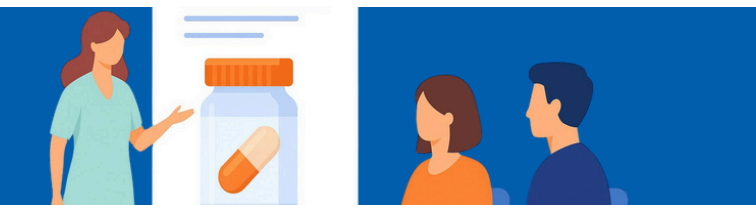


**Hora de dormir**

# Como tomar seus medicamentos do jeito certo

Fique atento a esses cuidados:

- Prefira sempre água para tomar seus medicamentos.
- Não parta ou amasse os comprimidos, a menos que o médico oriente.
- Mantenha os medicamentos nas embalagens originais, com nome, dose e validade visíveis.
- Se tomar uma dose maior do que o indicado, procure atendimento médico imediatamente.
- Guarde os medicamentos fora do alcance de crianças e animais.



## Você sabia?

Interações entre medicamentos e alimentos podem interferir no seu tratamento. Alguns alimentos, bebidas e chás alteram seus efeitos podendo diminuir a eficácia ou até causar reações perigosas.

## Exemplos:



Leite + antibióticos → pode reduzir o efeito do remédio.



Chá de gengibre + anticoagulantes → pode aumentar o risco de sangramentos.

**Fique atento!** Sempre informe ao médico ou farmacêutico tudo o que você está usando: medicamentos, chás, suplementos e vitaminas.

# Entenda sua receita médica

A receita médica é um documento que orienta como você deve usar os medicamentos de forma correta e segura. Mais do que um papel com nomes difíceis, ela é essencial para que o seu tratamento dê certo.

É dever do profissional de saúde explicar cada item da receita, e é direito do paciente compreender todas as informações.

Antes de sair, confira se você entendeu direitinho:

- ☐ Qual é o nome do medicamento?
- ☐ Qual é a dose certa (concentração)?
- ☐ Quantas vezes por dia devo tomar?
- ☐ Por quanto tempo o tratamento deve durar?
- ☐ Devo tomar com ou sem alimento?

## Atenção:

Se restar qualquer dúvida, fale com a equipe de saúde. Perguntar é um cuidado com você mesmo. O uso correto do remédio faz toda a diferença para sua recuperação!





Fundação Hospital Maternidade  
**SÃO CAMILO**

## CONTATOS:



[www.hospitalsaocamilo.org.br](http://www.hospitalsaocamilo.org.br)



(27) 3256-9700



[hospitalsaocamilo\\_aracruz](https://www.instagram.com/hospitalsaocamilo_aracruz)

Elaboração: Assist. Farmacêutica | Comunicação FHMSC