

# Mistura



Automedicação, sem receita, sem indicação médica, sem ler a bula, sem saber os efeitos-colaterais – cuidado, esse comportamento pode ser fatal!

texto **FERNANDA DE ALMEIDA** fotos **DANILO TANAKA**  
produção **JANAINA RESENDE**

**R**emédio não é brinquedo. Mas parece que boa parte dos brasileiros não se importa muito com isso. No Brasil, pelo menos 35% da aquisição de remédios é feita por conta própria, segundo informações do Ministério da Saúde. Acontece que todo cuidado é pouco quando o assunto é misturar medicamentos. A reação química entre eles pode gerar sérios problemas de saúde e até levar à morte.

Essa reação é chamada de interação medicamentosa. Quando um fármaco interage com outra substância, o efeito terapêutico desse ou de ambos pode ser aumentado ou diminuído e ter o efeito de uma reação tóxica. O risco é grande. No caso de um medicamento

# perigosa



anular o efeito do outro, poderá ocorrer a progressão da doença que estava sendo tratada. Se um remédio potencializa o efeito do outro, há risco de cardiotoxicidade, uma disfunção no coração que diminui o bombeamento de sangue e reduz a pressão.

De acordo com o site Portal da Saúde, do Sistema Único de Saúde (SUS), “supostamente, a incidência de problemas é mais alta nos idosos porque a idade afeta o funcionamento de rins e fígado, de modo que muitos fármacos são eliminados mais lentamente do organismo”. Além disso, nos idosos, “o número de doenças aumenta e, portanto, também eleva a quantidade de medicamentos necessários. Quanto maior o número de medicamentos,

maior a chance de interações”, diz Luis Carlos de Arruda, especialista em endoscopia digestiva e membro da Sociedade Brasileira de Endoscopia Digestiva (SOBED).

As condições que potencializam tal risco em idosos são a demência, insuficiência cardíaca, doença pulmonar obstrutiva crônica, diabetes *mellitus*, doença renal crônica, doenças hepáticas, câncer e uso de álcool. Por isso, a orientação é para que os pacientes que usam polifarmácia e fazem acompanhamento com especialistas de diferentes tenham também um geriatra no caso dos idosos, ou um médico de família e comunidade para fazer a coordenação de cuidado e ajudar no manejo das diversas terapias. ▶

**Quando um medicamento potencializa o efeito do outro, o processo é definido como sinergia. Se anula seus efeitos, chama-se antagonismo**



## Mistura perigosa

**O paciente deve utilizar apenas os medicamentos prescritos pelo médico e sempre questioná-lo sobre a possibilidade destas interações ocorrerem**

### Como evitar

A maneira mais eficaz de evitar esse perigo é tomar a menor quantidade de remédios possível. O número de interações é enorme e existem vários livros e ferramentas que auxiliam o médico a evitá-las. Todos os medicamentos trazem um potencial risco de efeito colateral, e a associação deles aumenta ainda mais esta chance. “O paciente deve utilizar apenas os medicamentos prescritos pelo médico e sempre questioná-lo sobre a possibilidade destas interações ocorrerem. Levar uma anotação com todos os medicamentos nas consultas ajuda bastante”, fala o especialista Arruda.

Um fato muito frequente é a pessoa fazer acompanhamento com vários especialistas e obter medicamentos prescritos por vários médicos. No caso de idosos, o acompanhamento com um geriatra é fundamental para evitar este efeito, pois ele tem uma visão mais global do paciente. “Faz parte de um bom trabalho do médico esclarecer ao paciente sobre as interações medicamentosas possíveis entre aqueles que está utilizando, com outros remédio, bebidas, alimentos ou agentes químicos”, conclui a médica Juliana Oliveira Soares, médica especialista em Medicina de Família e Sociedade e membro da diretoria da Sociedade Brasileira de Medicina de Família e Comunidade (SBMFC).

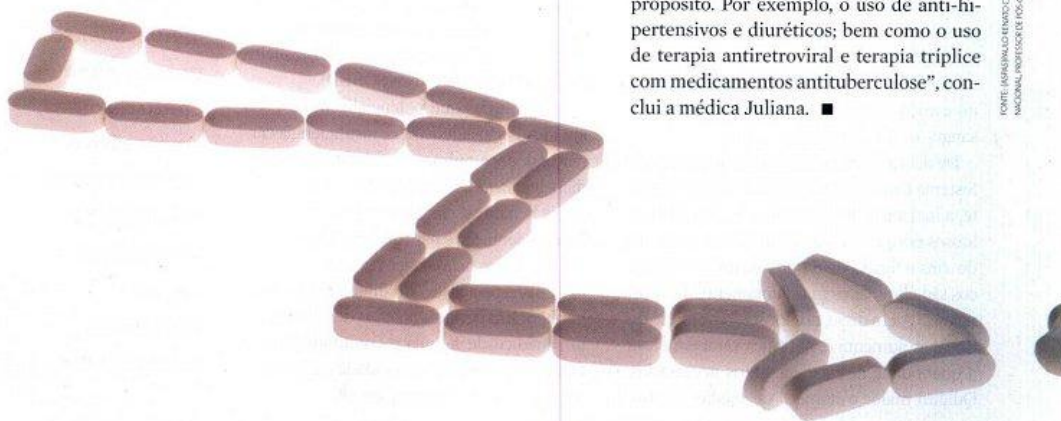
### Remédios sem receita

A compra livre de medicamentos nos balcões das farmácias reforça a prática da automedicação não orientada, aumentando muito a chance do aparecimento do problema e associações potencialmente danosas. Muitos serviços de saúde já compilaram listas delas para facilitar o dia a dia do trabalho médico. Para que você tenha uma noção da complexidade e extensão do tema, a médica Juliana indica alguns sites que contém listas completas de remédios com essas características e elas são facilmente encontradas. Basta digitar no buscador de seu computador as seguintes palavras: guia de interações medicamentosas. Você encontrará sites de universidades como as Universidades Federais de Goiás, Mato Grosso e Ceará, que disponibilizam informações confiáveis.

### O outro lado da moeda

Além das reações químicas que causam problemas e riscos à saúde, há também os casos em que essa interação medicamentosa oferece resultados positivos à saúde. Quando um medicamento potencializa o efeito do outro, o processo é definido como sinergia. Se o resultado é o de anular os efeitos, chama-se antagonismo.

“Existem interações utilizadas propositalmente pela medicina, já que são reconhecidamente benéficas para algum propósito. Por exemplo, o uso de anti-hipertensivos e diuréticos; bem como o uso de terapia antiretroviral e terapia triplice com medicamentos antituberculose”, conclui a médica Juliana. ■



## Atenção aos alimentos, seus nutrientes e às bebidas alcoólicas

O próprio conceito de interação medicamentosa considera também as reações ocorridas entre drogas e alimentos ou bebidas. Por isso, a proibição ou incentivo do consumo desses itens, ou a definição de horário de administração próximo ou longe de refeições são medidas que podem ser necessárias no momento da prescrição da terapia. Assim como existem interações benéficas e maléficas entre elas, isso também ocorre com alimentos e bebidas, exceto as alcoólicas. Confira a seguir alguns exemplos:

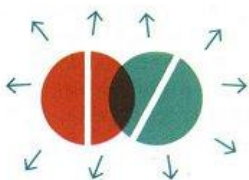
- **ALIMENTOS QUE POSSUEM TIRAMINA** (queijos envelhecidos, iogurte, chocolate, vinho tinto, cerveja, carnes e peixes embutidos ou defumados) podem potencializar os efeitos dos inibidores de monoaminoxidase (classe de medicamentos utilizada para o tratamento de depressão e transtorno do pânico), causando crises hipertensivas.
- **ALIMENTOS RICOS EM VITAMINA K** (couve, brócolis, espinafre, alface, repolho, chá-verde, fígado e miúdos de frango) interferem na ação de anticoagulantes orais.
- **BEBIDAS ÁCIDAS** (suco de frutas cítricas) ajudam na absorção do ferro, melhorando o tratamento de anemias.
- **BEBIDA ALCOÓLICA**, se associada ao Dissulfiran (usado no tratamento de alcoolistas) acarreta vermelhidão facial, dor de cabeça, náuseas, vômitos, e palpitações. Outras medicações podem induzir reações similares: analgésicos, antimicrobianos, antianginosos e hipoglicemiante oral.
- **ANESTÉSICOS GERAIS**, analgésicos opioides, antipsicóticos, anticonvulsivantes, anti-histamínicos, hipnosedativos, antidepressivos e outros psicotrópicos podem apresentar interações sinérgicas com álcool, aprofundando sintomas do tipo sonolência excessiva, lentificação, letargia.

## APRENDA A IDENTIFICAR CADA UM DE SEUS TIPOS

Basicamente, o problema pode ocorrer por três motivos específicos:

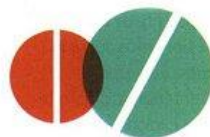
### INTERAÇÕES FARMACOCINÉTICAS:

um fármaco altera a velocidade ou a medida da absorção, distribuição, biotransformação ou excreção de outro fármaco.



### INTERAÇÕES FARMACODINÂMICAS:

quando o efeito resulta da ação dos fármacos envolvidos no mesmo receptor ou enzima e um fármaco pode aumentar o efeito do outro.



### INTERAÇÕES DE EFEITO:

quando dois medicamentos de efeitos similares se somam ou de efeitos opostos se anulam.

