

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

BACHARELADO EM SAÚDE COLETIVA

**O USO DE MÚLTIPLOS MEDICAMENTOS POR IDOSOS: ATRAVESSAMENTOS
DE UMA POPULAÇÃO EM ENVELHECIMENTO**

Margarete Cabreira Ferreira Gallo

Porto Alegre - RS

2021

Margarete Cabreira Ferreira Gallo

**O USO DE MÚLTIPLOS MEDICAMENTOS POR IDOSOS: ATRAVESSAMENTOS
DE UMA POPULAÇÃO EM ENVELHECIMENTO**

Trabalho de Conclusão do Curso de Bacharelado em Saúde Coletiva da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, apresentado como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Saúde Coletiva.

Profa. orientadora: Dra. Marilise Mesquita

Porto Alegre - RS

2021

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	6
REVISÃO DE LITERATURA	7
OBJETIVOS	10
METODOLOGIA	11
RESULTADOS	12
A dificuldade dos idosos no entendimento da prescrição médica	12
Consequências dos erros de administração de medicamentos em idosos	14
CONCLUSÃO	16
REFERÊNCIAS	18
APÊNDICE A	21

AGRADECIMENTOS

A todos que fizeram parte desta trajetória, mesmo aqueles com quem tive contato muito breve.

À minha professora orientadora, Marilise Mesquita, pela atenção, dedicação, paciência e por compartilhar seu saber comigo.

Aos professores e professoras com quem tive o prazer de conviver, meu eterno agradecimento por dividirem seu conhecimento, ele é transformador.

Aos colegas com quem tive o prazer de conviver por estes longos oito semestres e aos amigos que conquistei: Fernanda Saldivia e Rone Luis, com fiz muita parceria de trabalhos em grupo; Caroline Bastos e Rodrigo Burgos que dedicaram seu tempo para colaborar conosco, nos ensinando quando precisávamos.

À Universidade pública, gratuita e de qualidade, UFRGS: levarei para sempre essa experiência maravilhosa que é a convivência com colegas e mestres, experiência única e muito positiva, que todos deveriam ter a chance de experimentar; transformadora, nos deixa mais críticos e nos dá voz. O ensino transforma o olhar para a vida!

À minha família especialmente: mãe, filhas, marido, genro, nora, enteado e netos que sempre me encorajaram a não desistir mesmo nos momentos de exaustão.

Um agradecimento especial à Alliny, minha filha mais velha, e meu genro, Ulisses, pela assistência nas tarefas, pois por muitas vezes me auxiliaram e foram meus mestres também. Muito obrigada pela colaboração, pela parceria e pela paciência.

RESUMO

O uso diário de múltiplos medicamentos pela população idosa no Brasil é uma realidade e o IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística projeta um aumento dessa faixa etária na população até o ano de 2060. Segundo esses dados, a população brasileira está na trajetória do envelhecimento, e até 2060 o número de idosos será de 25,5% da população, ou seja, um (1) em cada quatro (4) brasileiros será idoso (projeção de 25 de julho de 2018 pelo IBGE). Trazendo esses dados para o Rio Grande do Sul, estado com o maior número de idosos do Brasil, segundo o IBGE temos a projeção para 2060 de 30% da população, um (1) em cada três (3) pessoas será idosa e trazendo esse recorte para a cidade Porto Alegre, os dados se equivalem. Diante desse cenário, é preciso colaborar nos cuidados para com o tratamento de nossos idosos, e também auxiliar nossos familiares e aqueles que estiverem próximos de forma segura e eficaz, temos que aprender olhar o outro e praticar empatia com respeito. Portanto, foi elaborada uma cartilha sobre a questão do uso de múltiplos medicamentos e o manejo adequado na população idosa.

INTRODUÇÃO

A ciência tem avançado inquestionavelmente na pesquisa de medicamentos farmacêuticos e seus resultados na cura de enfermidades e no prolongamento da vida. Porém, é importante salientar que o uso racional dos medicamentos é necessário para que a eficácia dos tratamentos seja alcançada.

O presente trabalho é uma contribuição e um convite à reflexão sobre os cuidados com as pessoas idosas, que são muito complexos, mas trago neste momento o recorte voltado para preocupação com a tomada de múltiplos medicamentos conforme prescrição médica e a forma como as pessoas idosas superam ou não as dificuldades de administrar diariamente seus medicamentos. Trago esta abordagem, pois na maioria dos casos os idosos fazem uso de múltiplos medicamentos para suprir as necessidades de suas patologias e momento fisiológico, em um percentual bem expressivo por DCNT - doenças crônicas não-transmissíveis, que devem ser objetos de muito cuidado e atenção para que não haja um agravamento da doença.

O presente estudo convida a uma reflexão sobre o assunto do uso de medicamentos conforme prescrição médica ou uso racional de medicamentos, o objetivo é mostrar, através de uma breve leitura, a importância de seguir as orientações médicas e também deixar claro que os idosos, na maioria dos casos, necessitam de auxílio para administração dos fármacos, que em grande medida são mais de um tipo, fazendo com que a organização de horários, quantidades e tempo de uso se torne complexa, aumentando as chances de engano durante a administração cotidiana. Segundo o manual MSD, o sucesso do tratamento por um período curto ou prolongado é seguir a orientação de um médico ou médica, ou de um farmacêutico ou farmacêutica, e esse vínculo é de extrema importância na redução de riscos na administração de medicamentos. O artigo 3º do Estatuto do Idoso ressalta que é obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.

O cerne deste questionamento foi uma experiência pessoal, mais precisamente quando comecei notar as dificuldades que minha mãe, Maria Eloisa, 82 anos, cardiopata com três *stents*, começara a ter com os vários medicamentos dos quais faz uso diariamente. Então, comecei a observar os idosos em geral, quando em conversa com pessoas conhecidas fazia a abordagem desse assunto para saber como estava sendo com o idoso daquela família e também

comecei a pesquisar sobre o assunto que, para minha surpresa, é um tema que tem muito material produzido, mas pouco divulgado. É necessário que o idoso ou alguém da família tenha conhecimento sobre essa questão, pois se os medicamentos forem administrados de forma incorreta, teremos consequências como o retorno ao atendimento médico, muitas vezes em emergências, ou podemos achar que os medicamentos não estão fazendo efeito, que não estamos utilizando o fármaco correto, enfim, são muitas possibilidades e nenhuma se mostra positiva. É preciso levar a informação sobre o assunto para os idosos, seus familiares ou responsáveis por eles. Esta abordagem traz um olhar para o idoso como ser humano, pessoas a quem devemos respeito e cuidados, a vida é uma troca, somos cuidados e cuidamos depois e voltaremos a ser cuidados.

REVISÃO DE LITERATURA

Os medicamentos são indispensáveis quando necessários para a recuperação da saúde do indivíduo, mas podem apresentar alguns riscos se não forem administrados de forma correta conforme orientação médica. De acordo com o problema de saúde apresentado, o médico elabora um tratamento individual que leva em conta: o medicamento a ser utilizado, a quantidade, a dosagem e por quanto tempo deverá ser utilizado. A prescrição médica ou receita existe para que o paciente faça uso dos medicamentos de maneira racional e somente o necessário. Uma boa prescrição deve ter o mínimo de medicamentos possível com pouco potencial para provocar reações adversas, não ter contraindicações, possuir ação rápida, posologia simples e um curto espaço de tempo quando possível. (Giroto apud Portela, 2008). Quando os pacientes são mal orientados ou não entendem as informações dadas a eles, os múltiplos medicamentos prescritos para melhorar a sua qualidade de vida, controlar a doença e diminuir a taxa de morbimortalidade acabam não sendo efetivos e podem levar os pacientes a desenvolverem outras comorbidades, além daquelas que já possuem. Fatores culturais, relação entre equipe de saúde e paciente, falta de assistência familiar e outros são alguns dos elementos que podem levar a descontinuidade do tratamento, afetando a perda significativa da qualidade de vida, que piora à medida que a doença se agrava.

Entre as principais DCNT estão: doenças cardiovasculares, doenças respiratórias crônicas (bronquite, asma, rinite), hipertensão, câncer, diabetes e doenças metabólicas (obesidade, diabetes, dislipidemia). Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), as DCNT são responsáveis por 63% das mortes no mundo. Incapacidade funcional e limitações físicas, cognitivas e sensoriais não são consequências inevitáveis do envelhecimento.

Em pesquisa de 2015, Giacomini e Firmo afirmam que na falta de recursos formais e sem família por perto, muitos idosos apelam para a comunidade para obter ajuda com a compreensão e continuidade dos tratamentos medicamentosos. Além disso, chama a atenção para o processo de envelhecimento construído sob diferentes trajetórias de vida e influências de ordem sociocultural, ou seja, mesmo com tratamento para doenças parecido, é preciso levar em consideração o núcleo familiar, a origem e o acesso à informação de cada idoso, pois uma padronização do tratamento não leva em conta outros fatores que podem desencadear a interrupção dos cuidados com a saúde.

Junto com isso, outros fatores são importantes ao fazer o diagnóstico e acompanhamento do idoso, pois existe uma grande possibilidade do processo de envelhecimento e doenças crônicas ser ainda mais complicado para idosos que fazem parte de minorias sociais. Lollar e Crews (2003) chamam a atenção para o fato de que a pobreza é um fator a ser considerado na redução cognitiva e de mobilidade dos idosos, não sendo apenas um processo natural do envelhecimento. Os autores afirmam que idosos com pouco acesso à educação básica, saúde pré-natal e maior exposição são mais propensos a desenvolver doenças crônicas no futuro, por exemplo, um idoso que negligenciou uma doença causada por violência e trabalho pesado durante a vida por falta de condições e tempo, se depara com uma maior probabilidade de doenças crônicas e, conseqüentemente, ele precisa fazer uso de mais medicamentos. Freedman et al. (2002) em pesquisa feita com a população idosa dos Estados Unidos, também destacam que mulheres, minorias e pessoas com status socioeconômico baixo são mais vulneráveis à doenças crônicas, que acabam sendo um grande gasto do sistema de saúde, além do gasto não declarado como trabalho invisível de famílias e acompanhantes, pois nem todos tem a possibilidade de contratar enfermeiras ou cuidadoras para seus familiares, por exemplo.

É essencial alertar a todos que o uso racional de medicamentos conforme prescrição médica é de suma importância para o sucesso do tratamento e qualidade de vida, mesmo para aqueles que fazem uso contínuo e prolongado de fármacos. Saliento também que a literatura afirma que o idoso tem uma compreensão pouco esclarecida sobre os medicamentos dos quais faz uso, e isto se deve a diversos fatores, como não conseguir entender ou não conseguir memorizar o que o médico diz durante a consulta, não estabelecer um diálogo com o médico sobre sua patologia, baixo nível de escolaridade, comparecer desacompanhado à consulta, sair do consultório sem receber orientação adequada ou sem compreender o que está escrito na receita, etc.

Portanto, auxiliá-los nesta etapa cronológica da vida é muito importante, é um ato de amor. Será importante conversar com as pessoas sobre o assunto porque às vezes não nos damos conta que o movimento de organizar os medicamentos por dia, horário e quantidade conforme orientação médica trará qualidade de vida ao idoso, pois ele se manterá estabilizado de acordo com a patologia que possui.

Sobre as dificuldades encontradas no tratamento de idosos, Portela afirma:

“Outro fator preocupante com o qual nos deparamos foi o fato de que quando o paciente não possuía nenhuma informação correta sobre a utilização dos medicamentos prescritos, nós perguntávamos “Então como irá fazer uso da medicação?” e as respostas dadas eram “Quando eu for buscar ou comprar o remédio na farmácia eles me explicam” ou “Minha filha é quem me ensina”. Esta é uma situação extremamente perigosa, uma vez que nem sempre o paciente encontrará na farmácia a pessoa habilitada para dar as orientações corretas, no caso o Farmacêutico, como também familiares ou outras pessoas podem não compreender o que está escrito na prescrição, vindo o paciente a fazer o uso incorreto da medicação.

É necessário ressaltar que, embora os pacientes conheçam a dose e o horário de utilização do medicamento, por exemplo, isso não é garantia absoluta que os mesmos irão utilizá-los de forma correta, uma vez que há outros fatores envolvidos na utilização dos medicamentos. Ademais, o fato de não entender uma única instrução de um único medicamento já é suficiente para trazer sérios problemas de saúde ao paciente”. PORTELA, 2008

OBJETIVOS

- Elaborar uma cartilha sobre o uso racional de medicamentos para idosos, seus familiares ou acompanhantes
- Produzir uma reflexão sobre o uso de múltiplos medicamentos na população idosa
- Destacar a importância do tema e produzir informações para construção de política pública de atenção ao uso de medicamentos na população idosa vulnerável

METODOLOGIA

Este trabalho foi realizado através de uma revisão da literatura, artigos, reportagens, pesquisa de dados no site do IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, e experiência pessoal com a situação aqui mencionada. Sobre o assunto: idosos, medicamentos, uso correto, prescrição médica, existe uma quantidade grande de material produzido, fácil de encontrar e com abordagens semelhantes.

Diante da oferta de diversos materiais, foi desenvolvida uma cartilha para auxiliar os idosos ou quem os acompanham, com a intenção de provocar uma revisão dos procedimentos da receita médica e verificar se seus medicamentos estão de acordo com a prescrição.

RESULTADOS

Os dados a seguir foram levantados na revisão realizada e tratam das maiores dificuldades na administração de medicamentos na população idosa. Assim, esses questionamentos entraram na elaboração da cartilha (APÊNDICE A).

A dificuldade dos idosos no entendimento da prescrição médica

O envelhecimento é um processo natural pelo qual todos os seres humanos em condições normais deverão passar, no entanto, é normal neste momento da vida (onde se perde parte da capacidade funcional) o idoso passar a depender da colaboração de outros para realizar tarefas que eram consideradas simples anteriormente. É também neste momento que normalmente surgem as doenças crônicas não transmissíveis, demandando que se dedique mais cuidado ao idoso. Os idosos tendem a tomar mais medicamentos do que as pessoas jovens porque eles são mais propensos a terem distúrbios médicos crônicos, como hipertensão arterial, diabetes, artrite ou outros. Grande parte dos medicamentos usados pelos idosos para doenças crônicas são tomados durante anos. De acordo com Ruscin e Linnebur (2018),

Quase 90% dos adultos idosos tomam regularmente, pelo menos, um medicamento com prescrição médica, quase 80% tomam regularmente, pelo menos, dois medicamentos com prescrição médica e 36% tomam regularmente, pelo menos, cinco medicamentos com prescrição médica diferentes. Quando suplementos de venda livre e dietéticos são incluídos, essas taxas são ainda maiores. As mulheres costumam tomar mais medicamentos que os homens. Idosos fragilizados, hospitalizados ou em casas de repouso são os que tomam mais medicamentos. Residentes de casas de repouso têm prescrição de, em média, sete a oito medicamentos diferentes para administração regular (Ruscin e Linnebur, 2018).

Dentre os possíveis problemas que podem advir do ato de envelhecer é ter afetada a a capacidade de entendimento, uma vez que a memória nem sempre funciona como antes, implicando que o idoso tenha dificuldade de lembrar e até mesmo de entender o que foi dito e escrito em uma consulta médica. Envelhecer de maneira saudável é um processo multifatorial que não significa apenas envelhecer sem desenvolver doenças, mas envelhecer com autonomia e independência. Para Moraes (apud Araujo et al. 2012, p. 170), autonomia é a capacidade de decisão diretamente relacionada à cognição e ao humor (motivação), fazendo com que a pessoa estabeleça e siga as próprias regras; independência, conforme o mesmo autor, é a capacidade de execução das ações de acordo com os próprios meios, estando diretamente associada à mobilidade e a comunicação. Funções cognitivas preservadas

contribuem para o desenvolvimento da autonomia e independência da pessoa idosa e, conseqüentemente, uma vida mais saudável, embora nem sempre essa seja a realidade para a maioria das pessoas. Aqueles que não conseguem manter-se independentes e passam a depender da ajuda de um terceiro, podem se sentir mal e tentar seguir sozinhos com as tarefas do seu dia-a-dia, mesmo que nem sempre isso seja o adequado.

Nesse contexto, não é incomum que se encontre idosos com a capacidade de entendimento e/ou memória afetadas nos consultórios médicos, buscando solucionar sozinhos questões do cotidiano como o tratamento adequado para DCNTs, contudo, é preciso lembrar que quando a cognição é afetada pode ser que esse mesmo idoso apresente grande dificuldade de seguir o que foi orientado pelo profissional de saúde, já que sua memória e capacidade de entendimento podem estar afetados pelo processo de envelhecimento, pois, no idoso, “frequentemente, algumas alterações são consideradas normais para a faixa etária como aquelas relacionadas à atenção, tempo de reação, processamento cognitivo, memória e habilidades espaciais (Mendonça, 2005)”. Os desdobramentos de não conseguir fazer a adesão à prescrição médica correta podem ser bastante prejudiciais ao seu tratamento.

É preciso, portanto, prover ao idoso cuja autonomia e independência foram afetadas, um cuidado especializado e atenção médica para que sua qualidade de vida se mantenha afetada o mínimo possível. Esse cuidado, pode-se dar, por exemplo, com alguém que sempre acompanhe o idoso ao médico, para junto com ele receber a prescrição médica que se aplique ao seu caso de tratamento das DCNTs e possa elucidar qualquer tipo de dúvida que possa interferir de forma negativa na condução do tratamento. Segundo Mendonça (apud Araújo 2012),

dificuldades relacionadas à memória são queixas referidas por mais de 50% da população idosa; porém, ao se fazer uma avaliação objetiva, observa-se que não há real declínio da capacidade mnêmica. Muitas vezes há depressão, que diminui a atenção, lentifica todo o processamento intelectual, reduz a percepção de detalhes, induz ao isolamento social e agrava a disfunção cognitiva. Associados a isso os déficits de memória geram medo, ansiedade e depressão, em um ciclo vicioso. (Mendonça apud Araújo 2012, p. 175).

Para romper com esse ciclo é preciso que se esteja atento à vida e às condições de saúde do idoso, para que ele possa ter uma velhice digna, recebendo os cuidados que precisa. Quando não há interesse por parte da família, pode ser que o quadro de depressão descrito por Mendonça (2005) se agrave e acabe resultando em tratamentos medicamentosos ineficazes que podem gerar outros problemas de saúde relacionados.

O acompanhamento facilita o entendimento da prescrição médica, pois quem acompanha no médico é a mesma pessoa que ajuda a proporcionar o cuidado necessário no dia-a-dia ou alguém a quem o idoso tem acesso mais facilmente, podendo explicar novamente, às vezes em linguagem mais acessível, aquilo que para o paciente não ficou claro durante o atendimento. Além disso, facilitar a tomada correta de medicamentos obedecendo a dosagem correta e o tempo de tratamento estipulado são formas de proporcionar qualidade de vida. Envelhecer bem engloba, portanto, ter acesso aos cuidados necessários quando estes se fazem primordiais para se gozar de saúde.

Consequências dos erros de administração de medicamentos em idosos

Para obter benefícios advindos dos medicamentos, as pessoas devem lembrar-se de não apenas tomá-los, mas também de tomá-los na hora certa e no modo correto. Quando é necessário que múltiplos medicamentos sejam tomados, o programa para tomá-los pode ser complexo. Por exemplo, eles podem ter que ser tomados em diferentes momentos ao longo do dia para evitar interações medicamentosas. Alguns medicamentos podem ter que ser ingeridos com comida, enquanto outros devem ser tomados quando não há comida no estômago. Quanto mais complexo for o esquema de tomada de medicamentos, maior a probabilidade de as pessoas cometerem erros. Por exemplo, alguns remédios necessitam ser tomados com o estômago vazio e com água apenas (pelo menos um copo cheio). Se esses medicamentos são tomados com outros líquidos ou comida, eles não são bem absorvidos e não funcionam de maneira eficaz, prejudicando o tratamento.

Os erros de medicação são um problema que deve ser encarado com muita seriedade por parte da família e dos responsáveis pelo acompanhamento ou tratamento de um idoso, pois tem um alto potencial de provocar efeitos adversos indesejáveis que podem ser perigosos. Levemos em consideração que os medicamentos por si só, além do benefício que trazem tem, agregados a si, um sem número de efeitos colaterais que podem ser potencializados pelo uso incorreto da medicação cujos efeitos adversos podem implicar sérios problemas de saúde que muitas vezes são duradouros e irreversíveis. Podem ser citadas como graves e principais consequências: desnutrição, desidratação, delírio, incontinência, mudanças de comportamento, tonturas que podem provocar quedas e fraturas. Esses são alguns dos problemas de saúde adicionais que podem agravar a condição de saúde do idoso, além de causar sofrimento desnecessário e de aumentar os custos e duração do tratamento. Os danos

podem ser permanentes em seus órgãos, o que pode implicar em mais tratamentos e medicações.

Na busca por minimizar os erros no monitoramento da medicação do paciente, o membro da família ou responsável e o próprio paciente precisam saber que a maior responsabilidade em minimizar os efeitos adversos dos medicamentos durante o tratamento é sua. Nenhum médico é capaz de prever acertadamente em tempo integral como sua prescrição irá interagir com outras prescrições e com a dieta do paciente. É importantíssimo que os cuidadores estejam atentos a sinais de efeitos adversos aos medicamentos, e que levem ao conhecimento do profissional de saúde que prescreveu a medicação possíveis problemas acarretados pelo uso da medicação. A falta de resposta ao uso da medicação ou a resposta tardia pode ser um dos fatores na causa de problemas na ingestão de medicamentos.

É preciso que se evite erros de medicação durante a administração, sendo os mais comuns: a dosagem, administração, trituração e corte inadequados de medicamentos, o uso inadequado de fluidos, a ingestão incorreta de antiácidos e de alimentos com medicamentos, o uso de medicação com prazo de validade expirado ou incorreta, diagnóstico ou prescrição incorreta, duração ou frequência incorreta no uso do medicamento, desconsideração aos sinais de alergia medicamentosa, a negligência aos primeiros sinais e sintomas que o idoso apresenta, podendo levar à morte. É importante também ter em mente que o armazenamento incorreto dos medicamentos pode anular seu efeito terapêutico e prejudicar o tratamento.

Após a identificação de qualquer erro, o paciente idoso, responsável familiar ou seu cuidador deve, imediatamente, entrar em contato com o médico e cessar a administração do medicamento até que receba novas orientações. Sabe-se que alguns efeitos adversos aos medicamentos não são evitáveis, como também que boa parte deles podem ser causados por erros evitáveis. Se não estão sendo seguidas rigorosamente as orientações médicas fornecidas para a administração dos medicamentos ou se não se está monitorando de maneira eficaz, isso pode trazer sérias consequências para o paciente idoso.

Os medicamentos apresentam efeitos colaterais que não são esperados ou desejados. No início da velhice, o risco de efeitos colaterais relacionados ao uso de medicamentos começa a aumentar. De acordo com o manual MSD, a população idosa é duas vezes mais suscetível aos efeitos colaterais de medicamentos do que a população jovem. Além disso, é mais provável que os efeitos colaterais se manifestem de formas mais graves, afetando a qualidade de vida e implicando mais visitas ao médico e hospitalizações.

Conforme as pessoas envelhecem, a quantidade total de água no corpo diminui e a proporção de tecido adiposo aumenta, tornando os rins menos capazes de excretar os

medicamentos na urina e o fígado menos capaz de metabolizar medicamentos. Consequentemente, nos idosos, os medicamentos que se dissolvem em água alcançam concentrações mais elevadas, porque existe menos água no corpo para sua dissolução, e os medicamentos que se dissolvem em gordura acabam se acumulando mais, porque há relativamente mais tecido adiposo para armazená-los. Dessa forma, os medicamentos são removidos do corpo mais lentamente.

Os indivíduos que tomam mais medicamentos correm um risco mais elevado de interações medicamentosas. A população idosa é mais propensa a apresentar enfermidades médico crônicas que podem ser agravadas pelo uso de medicamentos ou que podem afetar o modo como os medicamentos funcionam.

Os idosos são mais vulneráveis aos efeitos da tomada de múltiplos medicamentos. Eles tendem, por exemplo, a sentir mais sonolência e são mais propensos à confusão mental ao fazerem uso de determinados medicamentos como ansiolíticos e soníferos para tratar a insônia. Alguns medicamentos utilizados para reduzir a pressão arterial tendem a fazê-lo de forma muito mais pronunciada nessa população do que em pessoas mais jovens e diminuições maiores da pressão arterial podem resultar em efeitos colaterais como tontura, sensação de desmaio iminente e quedas.

Além do mais, os idosos são particularmente suscetíveis a efeitos como: secura na boca e narinas, pupilas dilatadas e sem reflexos, aumento do número de batimentos do coração, visão borrada, dificuldade respiratória, diminuição de pressão sanguínea, intestino preso e aumento da temperatura corporal. Diante disso, é fundamental que seja feita a conferência de todas as etapas do ciclo do medicamento para a identificação de falhas que possam ser cometidas na administração medicamentosa e para evitar o cometimento de erros que venham a causar efeitos indesejados ao paciente idoso.

CONCLUSÃO

Esta Cartilha foi elaborada com o propósito de ser uma ferramenta de promoção de saúde para a população idosa que enfrenta a dificuldade do uso de múltiplos medicamentos. Muitos idosos não ainda foram alfabetizados ou são analfabetos funcionais, o que dificulta de sobremaneira o uso racional e adequado dos medicamentos e aumenta muito os riscos de posologia incorreta. A Cartilha também foi pensada para ser um auxílio para os cuidadores de

idosos que também muitas vezes carecem de um maior entendimento sobre o uso racional dos medicamentos.

REFERÊNCIAS

ALVARENGA, D. E BRITO, C. 1 em cada 4 brasileiros terá mais de 65 anos em 2060, aponta IBGE. **G1**. 2018. Disponível em: <<https://g1.globo.com/economia/noticia/2018/07/25/1-em-cada-4-brasileiros-tera-mais-de-65-anos-em-2060-aponta-ibge.ghtml>> Acesso em: 20 ago. 2021.

DE ARAÚJO, P.O., Silveira, E.C., Ribeiro, A.M.V.B.& Silva, J.D. (2012, dezembro). Promoção da saúde do idoso: a importância do treino da memória. **Revista Kairós Gerontologia**, 15(8), pp.169-183. Online ISSN 2176-901X.Print ISSN 1516-2567. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP

BRASIL. Senado Federal, Secretaria especial de editoração e publicações, subsecretaria de edições técnicas. **Estatuto do Idoso e normas correlatas**. Brasília, 2003. Disponível em: <<https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/70326/672768.pdf> > Acesso em: 12 set. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Portaria nº 2.528 de 19 de outubro de 2006**. Brasília, 2006. Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html> Acesso em: 19 out. 2021.

DE ARAÚJO, R. R. et al. O conhecimento de idosos portadores de doenças crônicas não transmissíveis acerca de seu tratamento polimedicamentoso. **PAJAR - Pan American Journal of Aging Research**, v. 7, n. 2, p. e33199, 9 Sep. 2019. Acesso em: 12 set. 2021. Disponível em: <<https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/pajar/article/download/33199/18524/>> Acesso em: 13 set. 2021.

FREEDMAN, Vicki A. et al. Recent Trends in Disability and Functioning Among Older Adults in the United States. **JAMA**, December 25, 2002—Vol 288, No. 24. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12495394/>> . Acesso em dez 2021.

GIACOMIN, Karla Cristina e FIRMO, Josélia Oliveira Araújo. Velhice, incapacidade e cuidado na saúde pública. *Ciência & Saúde Coletiva* [online]. 2015, v. 20, n. 12 [Acessado 2 dezembro 2021], pp. 3631-3640. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-812320152012.11752014>>. ISSN 1678-4561.

LOLLAR, Donald J. e CREWS, John E. Redifining the role o public health in disability. **Annu. Rev. Public Health** 2003. 24:195–208. Disponível em: <<https://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev.publhealth.24.100901.140844>>. Acesso em dez. 2021.

MENDONÇA, L.I.Z.de. (2005). Envelhecimento Neurológico. In: Carvalho Filho, Thomaz, E.de; Netto, M.P. *Geriatrics: Fundamentos, clínica e terapêutica*, 96-102. São Paulo (SP): Atheneu.

PORTELA, Alyne da Silva. Prescrição médica: orientações adequadas para o uso de medicamentos?. *Cien Saude Colet* [periódico na internet] (2008/Fev). Disponível em: <<https://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/prescricao-medica-orientacoes-adequadas-para-o-uso-de-medicamentos/1753?id=1753&id=1753>> Acesso em: 20 nov. 2021.

PREVIVA. Envelhecimento da população: Brasil terá mais idosos do que jovens em 2060. Disponível em: <<https://previva.com.br/envelhecimento-da-populacao-brasil-tera-mais-idosos-do-que-jovens-em-2060/>> Acesso em: 12 nov. 2021.

RIO GRANDE DO SUL. Governo do Estado do Rio Grande do Sul. Proporção de idosos na população do RS irá duplicar em quatro décadas. Disponível em: <<https://www.estado.rs.gov.br/populacao-de-idosos-ira-duplicar-em-quatro-decadas-no-estado>>. Acesso em: 12 out. 2021.

RIO GRANDE DO SUL.Secretaria de Planejamento e Gestão do Estado do Rio Grande do Sul. Cenário demográfico: Rio Grande do Sul e Brasil. Nota técnica n.3. 25 de abr. de 2019. Disponível em: <<https://dee.rs.gov.br/upload/arquivos/202003/03181234-nt-cenario-demografico.pdf>> Acesso em: 12 out. 2021.

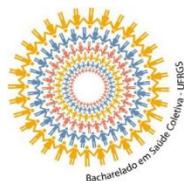
ROCHA, Cristiane et al. Adesão à prescrição médica em idosos de Porto Alegre, RS. **Ciência & Saúde Coletiva**, 13(Sup):703-710, 2008. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/gjT36x7xvFjZyFWQx8SjfQz/?lang=pt>> Acesso em: 12 nov. 2021.

RUSCIN, J., LINNEBUR, S. Medicamentos e envelhecimento. **Manual MSD Versão saúde para a família**. 2018. Disponível em: <<https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/quest%C3%B5es-sobre-a-sa%C3%BAde-de-pessoas-idosas/medicamentos-e-envelhecimento/medicamentos-e-envelhecimento>> . Acesso em 28/10/2021.

STEFANO, Isabel et al. Uso de medicamentos por idosos: análise da prescrição, dispensação e utilização num município de porte médio do estado de São Paulo. **Rev. bras. geriatr. gerontol.** Rio de Janeiro, 2017; 20(5): 681-692. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbgg/a/5yRQ9kLSXddb3cJctKcSzZR/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 19 set. 2021.

SOARES, E et al. A. Projeto Memória e Envelhecimento: capacitando profissionais e aprimorando aspectos cognitivos em idosos institucionalizados. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, v. 7, n. 1, 3 jan. 2011.

APÊNDICE A



MÚLTIPLOS MEDICAMENTOS NO COTIDIANO DOS IDOSOS

01 Reflexões sobre cuidados para pessoas idosas

02 A necessidade de verificar se os medicamentos estão de acordo com a prescrição médica

REFLEXÃO SOBRE OS CUIDADOS PARA PESSOAS IDOSAS

De acordo com a legislação vigente no Brasil os cuidados com pessoas idosas são responsabilidade da família:



O artigo 3º do Estatuto do Idoso diz que é obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.

PÚBLICO ALVO: IDOSOS COM DIFICULDADES NA TOMADA DE MÚLTIPLOS MEDICAMENTOS

Esta cartilha tem por finalidade colaborar com o idoso na tomada de seus medicamentos diários, é preciso que o idoso(a) crie uma rotina para que o tratamento de sua saúde seja de sucesso. Se você, idoso, achar que necessita de ajuda, peça, não fique constrangido, juntos somos mais fortes. De acordo com a necessidade de cada pessoa idosa poderá ser desenvolvida uma estratégia para que não ocorra o esquecimento de tomar os medicamentos em seus horários corretamente, juntos podemos fazer esta necessidade ser mais leve e com motivação para o cuidado com a saúde.



ESTRATÉGIAS PARA NÃO ESQUECER OS HORÁRIOS DOS MEDICAMENTOS

Leia a receita que o médico prescreveu para você, veja atentamente as seguintes informações:

- O nome de cada medicamento;
- O horário para tomada de cada medicamento;
- A quantidade que deve tomar;
- E por quanto tempo deverá tomar cada um dos medicamentos.

A receita que o médico fez para você é pessoal, individual e de acordo com sua necessidade neste momento, que poderá ser breve ou prolongada. Ela fará parte da sua rotina diária, e lembre-se, é para melhorar sua qualidade de vida. Qualquer efeito que você achar estranho, procure por orientação com seu médico ou um profissional da saúde.

SAIBA MAIS:

Você sabe o que é o uso racional de medicamento?

É quando pacientes recebem medicamentos para suas condições clínicas em doses adequadas às suas necessidades individuais, por um período adequado e ao menor custo para si e para a comunidade.

Não cumprir corretamente a terapêutica indicada significa que o paciente está sob um grande risco de não ter a sua saúde reestabelecida.



Você sabe a importância de tomar o medicamento pelo tempo indicado pelo médico?

SAIBA MAIS:

Você sabe a importância de tomar os medicamentos sempre nos mesmos horários?

É importante dar tempo para o medicamento realizar o seu papel terapêutico e para que o organismo elimine a medicação. Depois, é necessário repetir o medicamento para continuar com os efeitos recomendados pelos médicos.

Os medicamentos, quando ingeridos em dose superior à recomendada pelo médico, podem causar vários tipos de reações em um organismo, variando de leves alergias até a morte.



Você sabe a importância de tomar a dose prescrita pelo médico?

É POSSÍVEL FRACIONAR OS MEDICAMENTOS?



Você sabe se todos os comprimidos podem ser cortados ao meio?

Os comprimidos revestidos, medicamentos com liberação controlada, cápsulas, drágeas e pílulas não podem ser partidos. É permitida a quebra de comprimidos sulcados e não revestidos.

E SE VOCÊ ESQUECER?



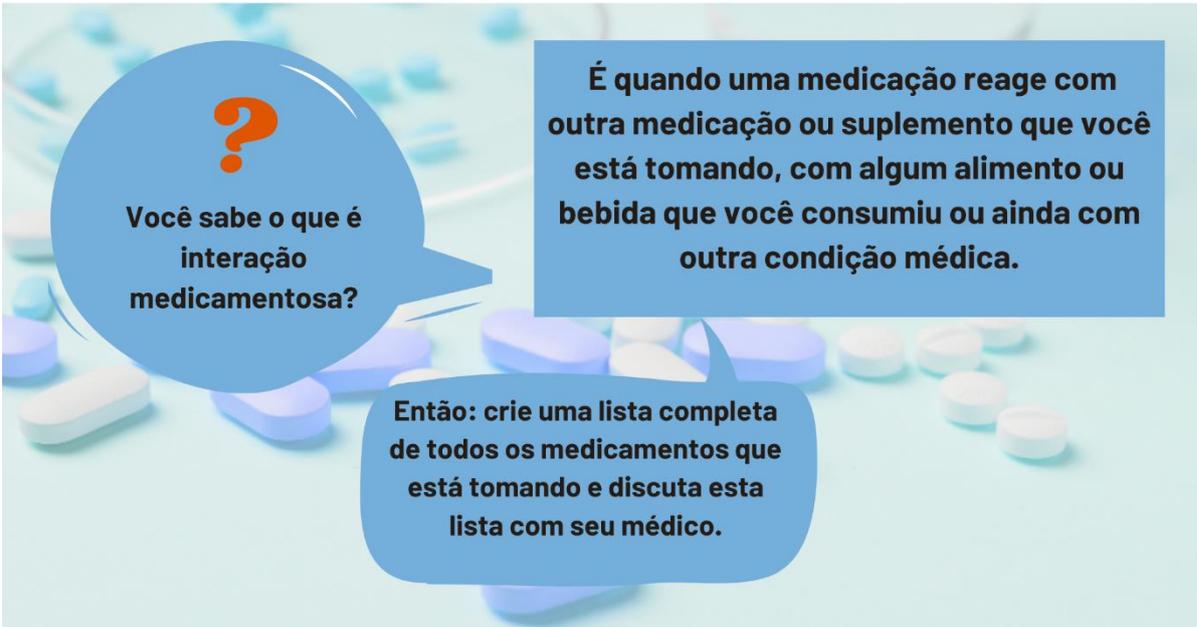
O que fazer se você esquecer de tomar o medicamento no horário?



Isto vai depender de cada medicamento, consulte a bula. Em geral a orientação é tomar o medicamento assim que lembrar, principalmente se tiver passado pouco tempo. A próxima dose tome no horário em que já estava tomando antes de esquecer.

Caso esteja perto da próxima dose não dobre a quantidade do medicamento, apenas tome a dose no horário, sem tomar a que esqueceu.

MISTURAR OS MEDICAMENTOS?



?
Você sabe o que é interação medicamentosa?

É quando uma medicação reage com outra medicação ou suplemento que você está tomando, com algum alimento ou bebida que você consumiu ou ainda com outra condição médica.

Então: crie uma lista completa de todos os medicamentos que está tomando e discuta esta lista com seu médico.

TIRE SUAS DÚVIDAS!

?
Você sabe o que é reação adversa a medicamentos?

É qualquer resposta prejudicial ou indesejável, não intencional, a um medicamento, que ocorre nas doses usualmente empregadas.
Se você notar alguma reação do medicamento que começou a utilizar, procure seu médico ou local de saúde onde foi atendido.



Lembre-se das dicas:

- Nome do(s) medicamento(s)
- Horário em que deve ser tomado
- Para que serve cada medicamento

ÚLTIMAS DICAS:

- É muito importante que você faça estas observações, pois desta forma você poderá cuidar com eficiência da sua saúde.
- Todo medicamento deverá seguir a prescrição médica para que o resultado seja o esperado no tratamento.
- Então se você não consegue seguir o que o médico pede na receita, peça auxílio para que isto aconteça, não tenha receio porque em algum momento de nossa caminhada precisaremos da ajuda do outro.
- O mais importante é manter sua saúde estabilizada, e para que isto ocorra é necessário seguir as recomendações médicas, inclusive a tomada de medicamentos conforme prescrição médica.



REFERÊNCIAS:

Carvalho, Janaína de Pina; Barros, Mary Gomes de Uso correto de medicamentos: cartilha. Rio de Janeiro : Instituto de Tecnologia em Fármacos, 2011. 16 p.1- Medicamentos 2- Saúde 3- Interação Medicamentosa 4- Saúde Pública.

<https://www.prosaude.org.br/vida-saudavel/por-que-e-necessario-tomar-as-medicacoes- no-horario-correto/>

<https://www.prosaude.org.br/vida-saudavel/por-que-e-necessario-tomar-as-medicacoes- no-horario-correto/j>

<https://samp.com.br/es/melhora-interrompida-parar-medicacao-interfere-na-saude/>

Cartilha para a promoção do uso racional de medicamentos (saude.gov.br)

<http://www.oncoquia.org.br/conteudo/a-importancia-de-tomar-sua-medicacao- corretamente/9693/168/>

http://www.cremesp.org.br/?siteAcao=SaladeImprensa&acao=crm_midia&id=318

