

Deuzilane Muniz Nunes
Isabel Dielle Souza Lima Pio
Markus Johannes Weininger
(organizadores)



USO CERTO

Guia fácil sobre medicamentos

Em português e em Língua Brasileira de Sinais (Libras)

Acesso aos vídeos em Libras - clicar no link ou apontar a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/uifhufgwfj>





USO CERTO

Guia fácil sobre medicamentos

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste livro poderá ser reproduzida ou transmitida em qualquer formato ou por quaisquer meios, eletrônicos ou mecânicos, incluindo cópia impressa, gravação em áudio ou vídeo, ou qualquer sistema de recuperação e armazenamento de informação sem a completa citação da obra. Não poderá ser utilizada para fins de pesquisa ou outra finalidade científica sem permissão por escrito dos organizadores.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

U86

Uso certo: guia fácil sobre medicamentos [recurso eletrônico] / Organizadores: Deuzilane Muniz Nunes, Isabel Dielle Souza Lima Pio, Markus Johannes Weininger. – Petrolina-PE: UNIVASF, 2024.

65 p.: il.

Guia em português e em Língua Brasileira de Sinais (LIBRAS).

ISBN: 978-85-5322-255-1 (e-book)

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14230133>

Vários autores.

Inclui referências.

1. Medicamentos - Prescrição. 2. Educação em Saúde. 3. Língua Brasileira de Sinais. 4. Acessibilidade. I. Nunes, Deuzilane Muniz. II. Pio, Isabel Dielle Souza Lima. III. Weininger, Markus Johannes. IV. Universidade Federal do Vale do São Francisco.

CDD 615.14

Ficha catalográfica elaborada pelo Sistema Integrado de Bibliotecas da UNIVASF Bibliotecária: Adriana Santos Magalhães CRB-4/2275

**Deuzilane Muniz Nunes
Isabel Dielle Souza Lima Pio
Markus Johannes Weininger
(organizadores)**



USO CERTO

Guia fácil sobre medicamentos

**Petrolina - PE
Univasf
2024**



AUTORES:

Ana Cláudia de Brito Passos
Analice Carla da Silva Araújo
Ariadne Botto Fiorot
Deuzilane Muniz Nunes
Dyego Carlos Souza Anacleto de Araújo
Elisdete Maria Santos de Jesus
Felipe Santana de Medeiros
Genival Araujo dos Santos Júnior
Giselle de Carvalho Brito
Isabel Dielle Souza Lima Pio
Jayne Menezes de Souza
Jocileide de Sousa Gomes
Karina Shayene Duarte de Moraes
Kérlin Stancine Santos Rocha
Márcia dos Angeles Luna Leite
Marcilene Augusta Nunes de Souza
Maria Fernanda Barros de Oliveira Brandão
Mirian Parente Monteiro
Nívia Tavares Pessoa de Souza
Rafaela Costa Benevides Teixeira Benevides
Taís Cristina Unfer
Tatianne Mota Batista
Wemerson Lourenço da Silva



TRADUÇÃO (PORTUGUÊS - LIBRAS)

COORDENADOR DE EQUIPE DE TRADUÇÃO

Markus Johannes Weininger

TRADUTORES:

Clarissa Luna Borges Fonseca Guerretta

Davi Figueiredo de Lima

Daniele Miki Fujikawa Bózoli

Geovana Lima Gonçalves Brauna

Mardônio dos Santos Aguiar de Oliveira

Mariana Victoria Todeschini Sarnik

Markus Johannes Weininger

Núbia Flávia Oliveira Mendes

Ricardo Vinícius Simões Vieira

Sônia Marta de Oliveira

TRADUTORES DA GRAVAÇÃO DOS CAPÍTULOS:

Daniele Miki Fujikawa Bózoli

Mariana Victoria Todeschini Sarnik

APOIO TERMINOLÓGICO DURANTE GRAVAÇÕES:

Bárbara Elaine Coelho Borges

Davi Figueiredo de Lima

Getro Barbosa dos Reis

Markus Johannes Weininger

Ricardo Vinícius Simões Vieira



DIRETORES DE VÍDEOS:

Davi Figueiredo de Lima
Deuzilane Muniz Nunes
Markus Johannes Weininger

PRODUTORES DE VÍDEOS:

Anna Clara de Aquino Angelim Cândido
Bárbara Elaine Coelho Borges
Caroline dos Santos Pinheiro da Silva
Davi Figueiredo de Lima
Elida dos Santos Cruz Reis
Fernanda Evelyn Lima de Assis
Larry Victoria Coelho Lustosa
Maria Vitória Barreto Rodrigues
Rafaela Costa Benevides Teixeira Benevides
Tássylla Nunes Alexandre Leite
Vanessa Dias Amorim

PROJETO GRÁFICO DO VÍDEO:

Anna Clara de Aquino Angelim Cândido
André Augusto Figueiredo de Lima
Davi Figueiredo de Lima
Larry Victoria Coelho Lustosa
Maria Vitória Barreto Rodrigues
Vanessa Dias Amorim
Viviane Fonseca Santos



ILUSTRADORA:

Viviane Fonseca Santos

NARRADOR (ÁUDIO)

Anna Clara de Aquino Angelim Cândido

Maria Vitória Barreto Rodrigues

PRODUTOR MUSICAL

Samuel Joshua Oliveira Porto

DIAGRAMADORES:

Andressa Lorrane Silva Santos

Beatriz Costa Valeriano

Bianca Araujo Dias

Catarina Vieira Lôbo

Deuzilane Muniz Nunes

Isabel Dielle Souza Lima Pio

Gracielle Clementino Da Costa Ferreira

Lívia Gabriela Pereira Freire da Silva

Marcus Antonio Amorim de Castro Souza

Monica Araújo Rodrigues

Thamires Carvalho Silva

Yolanda Silva Santos



REVISORES TÉCNICOS:

Deuzilane Muniz Nunes

Dyego Carlos Souza Anacleto de Araújo

Isabel Dielle Souza Lima Pio

Josélia Cintya Quintão Pena Frade

Joyce Kelly Marinheiro da Cunha Gonsalves

Maria Fernanda Barros de Oliveira Brandão

Sybelle Christianne Batista de Lacerda Pedrosa

REVISORES DE LIBRAS:

Clarissa Luna Borges Fonseca Guerretta

Daniele Miki Fujikawa Bózoli

Geovana Lima Gonçalves Brauna

Mariana Victoria Todeschini Sarnik

Markus Johannes Weininger

Núbia Flávia Oliveira Mendes

Sônia Marta de Oliveira

REVISORES DA VERSÃO FINAL:

Deuzilane Muniz Nunes

Isabel Dielle Souza Lima Pio

Markus Johannes Weininger

APOIO FINANCEIRO/FOMENTO DE PROJETO:



EPÍGRAFE



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/fbE6DjhqrSE>



Imagine que você está em um jardim com flores e folhas murchas. Logo você percebe que é preciso dar água às plantas desse jardim. A água deve ser em quantidade certa para fazer bem às plantas: se for pouca, continuam murchas; se for muita água, as plantas podem apodrecer e morrer.

Assim como é necessário a quantidade certa de água para as plantas, é preciso a quantidade certa de medicamento para fazer bem à saúde de quem precisa usar algum medicamento. A saúde pode ser comparada com esse jardim e o medicamento pode se tornar um aliado importante, se usado da forma certa.

Cuide bem do seu jardim mais precioso, que é a sua saúde.

Karina Shayene Duarte de Moraes
Rafaela Costa Benevides Teixeira Benevides

SUMÁRIO



	Apresentação -----	12
Capítulo 01	Por que é preciso saber usar medicamentos da forma certa? -----	14
Capítulo 02	Pode usar medicamento por conta própria? -----	17
Capítulo 03	A importância de usar o medicamento na hora certa -----	20
Capítulo 04	Como saber a hora certa de usar um medicamento? -----	23
Capítulo 05	Como usar medicamentos sólidos orais? -----	28
Capítulo 06	Como usar medicamentos líquidos orais? -----	32
Capítulo 07	Como guardar medicamentos em casa? -----	37

SUMÁRIO



Capítulo 08	Como guardar medicamentos na geladeira? -----	40
Capítulo 09	Como levar os medicamentos ao sair de casa? -----	43
Capítulo 10	Como saber se um medicamento está vencido ou estragado? -----	46
Capítulo 11	Como fazer o descarte certo de medicamentos? -----	51
	LISTA DE SINAIS -----	53
	REFERÊNCIAS -----	55
	SOBRE OS ORGANIZADORES -----	62

APRESENTAÇÃO



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/glxNVzmpZk0>



Seja bem-vindo ao guia USO CERTO! Este material foi elaborado para orientar sobre como usar medicamentos da forma certa e segura. Tem o objetivo de levar informações em saúde para as pessoas com ou sem deficiência.

Este guia está escrito em português, de forma simples, com imagens explicativas, para que o máximo de pessoas entendam bem as informações. O tamanho das letras é grande para facilitar a leitura por pessoas com baixa visão.

Todos os capítulos estão gravados em vídeo com áudio (voz), legenda em português e em Língua Brasileira de Sinais (Libras), a língua mais utilizada pelas pessoas surdas no Brasil. Assim, quem é surdo tem as informações na sua própria língua. Já as pessoas cegas e aquelas que não sabem ler, podem escutar todo o conteúdo em áudio e terão acesso às informações.

Os vídeos são online, ficam na internet. No início do texto de cada capítulo tem um link com o endereço eletrônico do vídeo. Você pode clicar no link e acessar o vídeo. Tem também um código do tipo QR Code.

Você pode usar a câmera do celular para ler o QR Code e já abrirá o vídeo. Na versão em Libras há um vídeo com os sinais da área de saúde usados neste guia.

Desta forma, este guia foi feito para as pessoas da sociedade que querem aprender sobre como usar o medicamento da forma certa. Foi feito para quem sabe ler bem, quem enxerga e quem escuta, mas também para quem não sabe ler, quem tem baixa visão, quem é cego ou quem é surdo. Este guia pode, ainda, ser usado por profissionais da saúde em consultas ou outros atendimentos no cuidado à saúde.

Os medicamentos são o tema central deste guia, pois servem para ajudar a cuidar da saúde e têm diferentes ações e efeitos. Para que estes efeitos sejam certos e seguros é importante saber informações e seguir algumas regras simples. Aqui, neste guia, você pode aprender qual a forma certa de usar e guardar o seu medicamento e também como descartar o medicamento vencido ou estragado.

Continue nestas páginas e conheça tudo que o guia USO CERTO tem de informação para você. Aproveite!

Deuzilane Muniz Nunes
Isabel Dielle Souza Lima Pio

CAPÍTULO 1



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

https://youtu.be/P5zZEYG9_F4



Por que é preciso saber usar medicamentos da forma certa?

Os medicamentos ajudam a prevenir, tratar ou curar doenças. Eles são usados em muitos momentos da vida e precisam que seu uso seja da maneira certa, para ter o melhor resultado possível.

Os medicamentos são bons para a saúde, mas podem trazer problemas. Quando os medicamentos são usados da forma errada podem causar muitos problemas para a saúde.

É importante que o medicamento seja prescrito (receitado) por um médico, dentista, farmacêutico ou outro profissional de saúde. Esses profissionais avaliam a sua necessidade e buscam o melhor medicamento para você. Eles também devem orientar você a usar o medicamento do jeito certo e seguro.

Os medicamentos podem ser de formas diferentes, como comprimidos, cápsulas, xaropes e pomadas. Cada medicamento é usado de um jeito. Para saber como usar o medicamento você pode pedir ajuda ao farmacêutico e ler a bula, que vem na caixa com o medicamento.



Se você receber um medicamento sem a bula, pode voltar à farmácia e pedir. É seu direito ter a bula de todos os seus medicamentos!

Você precisa prestar atenção no seu corpo quando está usando um medicamento. Se você sentir efeitos ruins, como enjoô, dor na barriga, tontura ou dor de cabeça, busque ajuda de um profissional da saúde.

Vá a uma farmácia e procure o farmacêutico ou busque outros profissionais da saúde nas unidades de saúde, clínicas e hospitais.

A farmácia é onde você compra e recebe medicamentos. Lá tem um farmacêutico para atender você.



Dicas para usar medicamentos de forma certa:

- 01** Use medicamentos somente quando for necessário.
- 02** Use medicamentos no horário certo e na quantidade certa de dias para completar seu tratamento.
- 03** Não use bebidas alcoólicas enquanto estiver em tratamento com medicamentos.
- 04** Se você tem dúvida de como usar o medicamento, vá a uma farmácia e consulte o farmacêutico!

O uso certo de medicamentos protege você de complicações e melhora a sua saúde. Use medicamentos com atenção e segurança.

CAPÍTULO 2



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/9BE4-F6zShU>



Pode usar medicamento por conta própria?

Você pode usar medicamentos por conta própria (o que é chamado de automedicação), mas é preciso ter atenção. **O uso de medicamentos por conta própria só pode ser feito com cuidado e segurança, para não causar mal à saúde.**

Os medicamentos isentos de prescrição (receita) são os únicos que podem ser usados por conta própria. Esses medicamentos são aqueles que ficam fora do balcão e que você pode pegar sem ajuda das pessoas que trabalham na farmácia.

É comum ver esses medicamentos arrumados em prateleiras com placas de identificação. Medicamentos para tratar gripes e resfriados, dores de cabeça leves ou problemas da digestão são exemplos de medicamentos que não precisam de receita.

Quando você usa medicamento por conta própria, mesmo que da forma certa, podem acontecer alguns problemas, como:

- ◆ Usar o medicamento e não se sentir melhor;
- ◆ O medicamento causar efeitos ruins e você piorar;
- ◆ Você ter alergia a algum ingrediente do medicamento;
- ◆ O medicamento pode reagir com outro medicamento que você já usava e causar efeitos ruins ou o medicamento não ter o efeito certo;
- ◆ O uso do medicamento pode causar um efeito que esconde os sinais e sintomas de uma doença grave. Desta forma, você vai demorar mais tempo para descobrir a doença. Isso pode deixar o tratamento mais difícil depois;
- ◆ Devido a alguma característica sua ou doença que você já possua, o medicamento escolhido por conta própria pode ser errado para o seu caso.

Veja o exemplo de um problema a seguir:

Você tem diabetes e usa um xarope para tosse que contém açúcar. Ao usar o xarope as suas taxas de açúcar no sangue aumentam muito. Isso acontece porque você tem diabetes e não poderia ter usado esse xarope. Você poderia ter usado outro xarope sem açúcar ou outro tipo de medicamento.

DICAS IMPORTANTES PARA QUANDO VOCÊ ESCOLHER USAR MEDICAMENTOS POR CONTA PRÓPRIA:

- 1** Só use medicamentos por conta própria para tratar problemas **LEVES**. Por exemplo: dor de cabeça leve, dificuldade de digestão, resfriado, entre outros.
- 2** Só use medicamentos por conta própria por pouco tempo, poucas horas ou dias. Se o problema de saúde continuar ou piorar, **CONSULTE O MÉDICO!**
- 3** Quando usar o medicamento, tenha atenção à quantidade certa. Você pode se intoxicar ao usar o medicamento em quantidade maior que a necessária.
- 4** Pessoas idosas, crianças, mulheres grávidas ou que amamentam e pessoas que tenham doenças nos rins ou fígado não devem usar medicamentos por conta própria.

Consulte o farmacêutico na farmácia antes de usar o medicamento por conta própria. Ele vai indicar o medicamento mais seguro e orientar como você deve usar.

Só use medicamentos por conta própria com cuidado e segurança. Fique atento e busque ajuda de um profissional da saúde se tiver dúvidas ou surgir algum problema.

CAPÍTULO 3



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/OyrLCbwFTyE>



A importância de usar o medicamento na hora certa

Cada medicamento tem a hora certa para ser usado. Você precisa usar o medicamento na hora certa para que tenha a melhor resposta e menos efeitos ruins.

Você encontra na receita e na bula as informações que explicam como usar o medicamento. É preciso saber a melhor hora, o tempo de intervalo entre uma dose e outra, e, por quanto tempo usar o medicamento.

Os profissionais da saúde, como médicos e farmacêuticos, também devem orientar você sobre a hora certa para usar cada medicamento.



No quadro a seguir tem um exemplo que mostra como é importante saber a hora certa de usar o medicamento.

Você já ouviu falar do medicamento HIDROCLOROTIAZIDA?

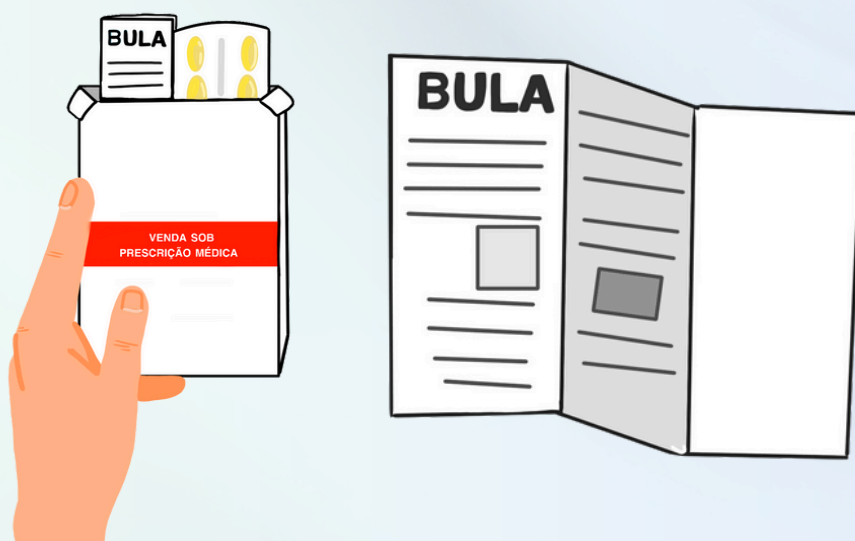


A hidroclorotiazida é um medicamento para o controle da pressão alta que precisa ser utilizado pela manhã, pois aumenta a vontade de urinar (fazer xixi). Se você usar esse medicamento à noite, vai levantar para ir ao banheiro e não vai conseguir dormir direito. Isso é bem ruim, pois dormir bem é fundamental para a saúde. Por isso, usar a hidroclorotiazida pela manhã, sempre na mesma hora, todos os dias, é o melhor para a saúde.

DICAS IMPORTANTES PARA USAR O MEDICAMENTO NA HORA CERTA:

- ◆ Pergunte como você deve usar cada medicamento durante a consulta com seu médico ou outro profissional da saúde. **TIRE TODAS AS SUAS DÚVIDAS!**

- ◆ Leia a receita. Lá deve informar a posologia, que é o número de vezes e a quantidade que precisa usar o medicamento em cada dia, e por quantos dias até completar seu tratamento.
- ◆ Peça ajuda ao farmacêutico quando for à farmácia. Mostre a receita e ele te ajudará com dicas para você usar o medicamento na hora certa.



Tenha sempre a bula guardada na caixa do seu medicamento. Você pode ler a bula se tiver alguma dúvida.

CAPÍTULO 4



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/4NjjXkzoCml>



Como saber a hora certa de usar um medicamento?

Cada medicamento tem seu modo de usar. Esse modo de usar também pode ser diferente de uma pessoa para outra.

A seguir, tem sugestões para hora de uso de medicamentos de acordo com os modos mais comuns de usar. A hora pode ser diferente conforme o seu dia a dia, mas sempre respeitando o tempo certo entre uma dose e outra.

Será apresentado COMO ESTÁ ESCRITO NA RECEITA, e, em seguida, QUAL A HORA SUGERIDA PARA USAR O MEDICAMENTO:



1 x ao dia

Use todos os dias sempre na mesma hora até completar seu tratamento.

Pergunte ao médico ou ao farmacêutico sobre o melhor horário para usar o medicamento.



**de 12 em 12 horas
2 x por dia**

Usar de 12 em 12 horas ou usar duas (02) vezes por dia. Horários sugeridos para usar o medicamento:

- 07 horas da manhã
- 07 horas da noite



**de 8 em 8 horas
3 x por dia**

Usar de 8 em 8 horas ou usar três (03) vezes por dia. Horários sugeridos para usar o medicamento:

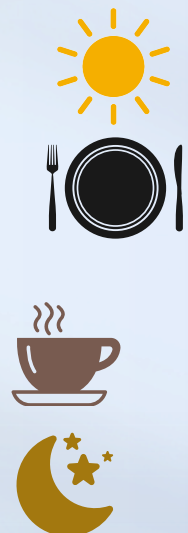
- 06 horas da manhã
- 02 horas da tarde
- 08 horas da noite



**de 6 em 6 horas
4 x por dia**

Usar de 6 em 6 horas ou usar quatro (04) vezes por dia. Horários sugeridos para usar o medicamento:

- 06 horas da manhã
- 12 horas da manhã (meio-dia)
- 06 horas da tarde
- 12 horas da noite (meia noite)



Usar de 4 em 4 horas ou usar seis (06) vezes por dia. Horários sugeridos para usar o medicamento:



de 4 em 4 horas
6 x por dia

- 06 horas da manhã
- 10 horas da manhã



- 02 horas da tarde
- 06 horas da tarde



- 10 horas da noite



- 02 horas da manhã

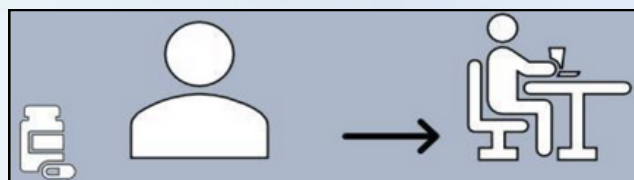


Tomar em jejum.



EM JEJUM

Tome o medicamento de 30 a 60 minutos antes da primeira refeição do dia (de barriga vazia).



Tomar após refeição.



APÓS REFEIÇÃO

Tome o medicamento logo após terminar o café ou almoço ou jantar (de barriga cheia).



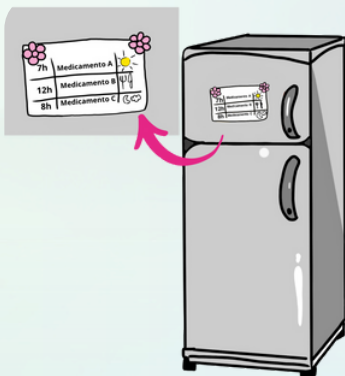
OUTRAS DICAS IMPORTANTES PARA USAR O MEDICAMENTO NA HORA CERTA:



Peça ajuda aos familiares para lembrar a você da hora certa de usar seu medicamento;



Coloque alarme no celular para despertar sempre na hora certa de usar o medicamento;



Anote a hora de usar o medicamento em um papel e coloque em local visível, como na porta da geladeira;



Anote a hora de usar seu medicamento na própria caixa.



Vai sair de casa? Lembre de levar o medicamento com você para não deixar de usar na hora certa. Veja o capítulo 9 deste guia. Lá explica os cuidados que você deve ter quando precisar sair e levar medicamentos.

O que você deve fazer se esquecer de usar o medicamento?

Não existe uma regra que sirva para todos os medicamentos. Por isso, se você esquecer de usar o seu medicamento, siga a orientação que está na bula. Se ainda tiver dúvidas, procure o farmacêutico na farmácia mais perto de você ou consulte seu médico.

CAPÍTULO 5



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

https://youtu.be/BWhG-N7G_DY

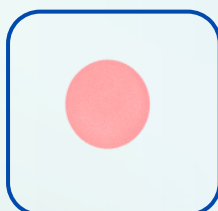


Como usar medicamentos sólidos orais?

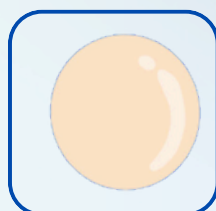
Existem diferentes tipos de medicamentos sólidos, como as cápsulas e os comprimidos. Esses medicamentos têm cores e formatos diferentes. Veja abaixo imagens de alguns modelos de diferentes tipos de medicamentos sólidos.



Comprimido sulcado



Comprimido sublingual



Comprimido revestido



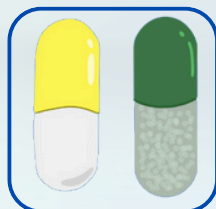
Comprimido com camadas



Drágea



Cápsula Gelatisona



Cápsulas (comum e com grânulo)



Filme orodispersível



Sachê solúvel em água

O uso oral significa que o medicamento deve ser colocado na boca e engolido, para que faça seu efeito. É uma forma de uso muito comum para os medicamentos sólidos.

É importante saber como usar os medicamentos de forma certa e segura para ter o melhor efeito.

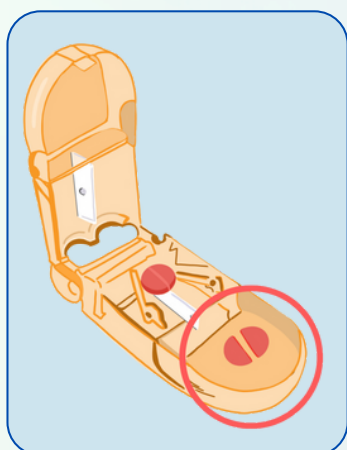
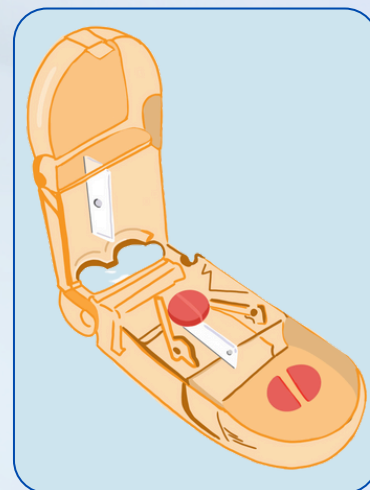
VEJA ALGUMAS DICAS :

- 1** Lave bem as mãos antes de tomar o medicamento;
- 2** Você deve engolir seu medicamento sempre com água. Use outro tipo de líquido somente quando o profissional da saúde pedir;
- 3** Siga as orientações da receita do medicamento. Se não houver receita, siga as recomendações da bula;
- 4** A maioria dos medicamentos sólidos devem ser engolidos inteiros. Não é recomendado partir um comprimido ou qualquer outro medicamento sólido. Ao partir, pode mudar a dose e efeito do medicamento.

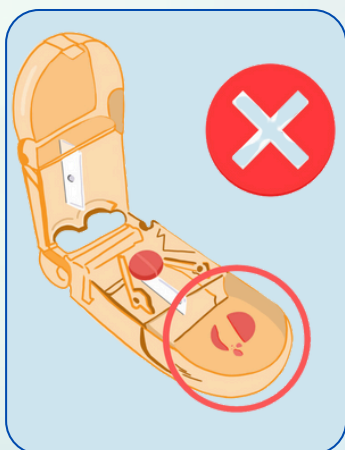
Existem alguns casos específicos em que é necessário partir o comprimido. O uso de medicamento partido só deve ser feito se houver receita de um profissional da saúde indicando que o medicamento seja partido.

Se você precisar partir um comprimido, peça ajuda ao farmacêutico. Ele vai dizer se pode partir o seu medicamento e explicar a maneira certa de cortar e usar.

Na farmácia você encontra o aparelho cortador de comprimido. A seguir tem a imagem de um modelo de cortador de comprimido.

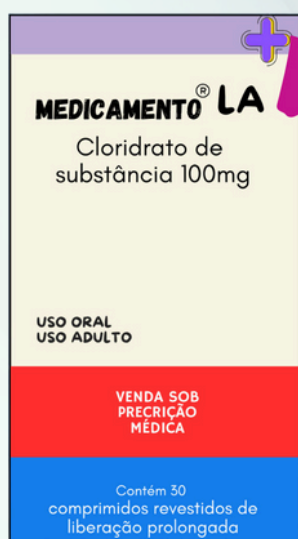


O cortador é usado para dividir um **comprimido em duas partes iguais.**



Quando o corte não ocorre em partes iguais, não é indicado o uso do medicamento partido. O medicamento que foi cortado pode sofrer alterações e fazer mal para a saúde. Não é indicado guardar medicamentos depois de partidos.

Atenção: **medicamentos revestidos** (comprimidos ou cápsulas cobertos por uma camada externa) **e de liberação modificada não devem ser partidos**. Os medicamentos de liberação modificada foram feitos para terem uma liberação diferente no corpo.



Essa informação está no rótulo dos medicamentos que vem com algumas siglas, por exemplo, LA, LP, XR, SR, RETARD, AP, CD e CR. Estes medicamentos não devem ser partidos.

ATENÇÃO!

O medicamento só deve ser partido se não houver outra opção. Não use medicamento partido sem indicação de um profissional da saúde.

Cuide da sua saúde e só use medicamentos de forma certa e segura!

CAPÍTULO 6



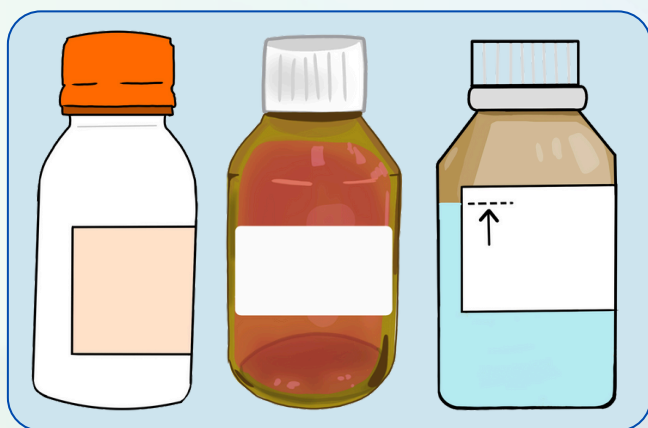
Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/KuXvXRfHodo>

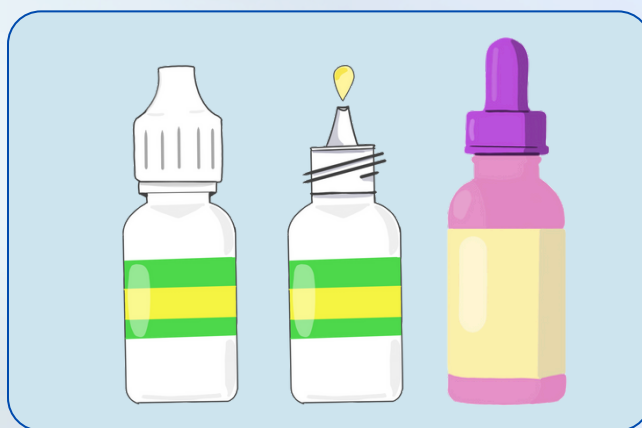


Como usar medicamentos líquidos orais?

As soluções, suspensões e xaropes são os medicamentos líquidos mais utilizados por via oral (pela boca). As imagens a seguir mostram alguns modelos de frascos de medicamentos líquidos de uso oral.



Frascos para soluções, xaropes e suspensões



Frascos conta-gotas para soluções

Os medicamentos líquidos são mais fáceis de serem utilizados por pessoas que têm dificuldade em engolir comprimidos e cápsulas. Bebês, crianças, idosos e pessoas acamadas são os que mais utilizam medicamentos líquidos.

Muitos medicamentos líquidos são produzidos com sabor e cheiro agradável (de morango, de chiclete, entre outros) para facilitar o uso.



ATENÇÃO!

Alguns medicamentos líquidos não podem ser engolidos ou não são usados pela boca. Existem medicamentos líquidos que devem ser usados pelo ouvido, pelo nariz, na veia, e de outras formas. **Em caso de dúvidas sobre como tomar o medicamento, pergunte ao farmacêutico ou ao profissional da saúde que o receitou.**

OUTRAS INFORMAÇÕES IMPORTANTES SOBRE OS MEDICAMENTOS LÍQUIDOS:

- 01** O efeito de um medicamento líquido pode ser mais rápido do que o efeito de medicamentos sólidos;
- 02** Alguns medicamentos não existem na forma líquida de uso oral, mas o farmacêutico pode fazer esses medicamentos nas farmácias com manipulação. Para isso, o medicamento precisa ser receitado por um profissional da saúde habilitado;
- 03** Alguns medicamentos vêm na forma de pó dentro de um frasco. Para esses medicamentos é preciso colocar água potável (água filtrada ou fervida) no frasco. Leia a bula desses medicamentos com atenção para saber a quantidade certa de água que você deve colocar. **Veja a imagem a seguir que mostra um medicamento em pó para suspensão, colocando água na quantidade certa:**



Medicamento em pó para suspensão



Colocando água no frasco

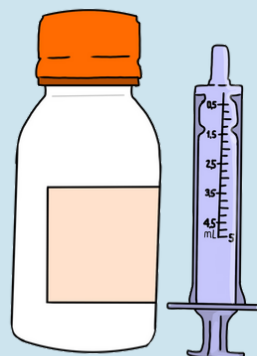


Medicamento em suspensão

- 04** Antes de usar medicamentos líquidos e em suspensão oral é preciso agitar bem o frasco;
- 05** Os medicamentos líquidos que vêm em frascos com conta-gotas têm a dose para o uso em número de gotas;
- 06** Muitos medicamentos líquidos são utilizados com um copinho de medida ou com uma seringa dosadora, próprias para esse uso. O copinho ou a seringa vem na caixa do medicamento e a dose é medida em ml (mililitro). A seringa também pode ser comprada à parte na farmácia. Lave o copinho e a seringa dosadora antes e depois de usar para não deixar restos de medicamentos;



**Medicamento líquido
com o copinho de medida**

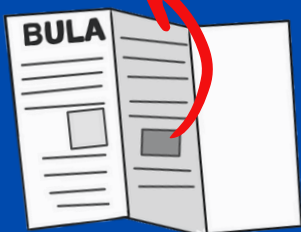


**Medicamento líquido
com a seringa dosadora**

07 Alguns medicamentos líquidos precisam ser guardados em geladeira após aberto para uso. Leia com atenção a bula para saber a forma certa de usar e guardar o medicamento com segurança;

08 A sobra de medicamento líquido não deve ser guardada. Após aberto, os medicamentos líquidos estragam rápido e precisam ser descartados, mesmo dentro do prazo de validade. Veja o capítulo 11 deste guia para saber como fazer o descarte certo de medicamentos.

**COMO USAR ESTE
MEDICAMENTO?**



É preciso muita atenção na hora de usar um medicamento líquido. É sempre importante ler a bula de um medicamento líquido na parte "COMO USAR ESTE MEDICAMENTO?".

CAPÍTULO 7



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/UnkmTM6lvvl>

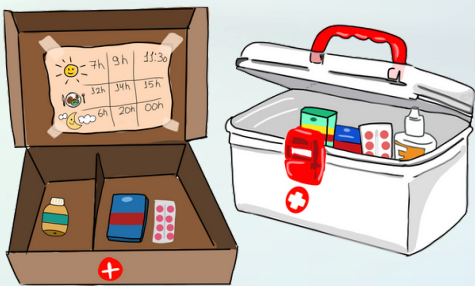


Como guardar medicamentos em casa?

Você deve guardar seus medicamentos em um local seguro e com boa circulação de ar. É importante que você proteja seu medicamento da luz, do calor e da umidade. Assim, você vai manter a qualidade dos seus medicamentos.



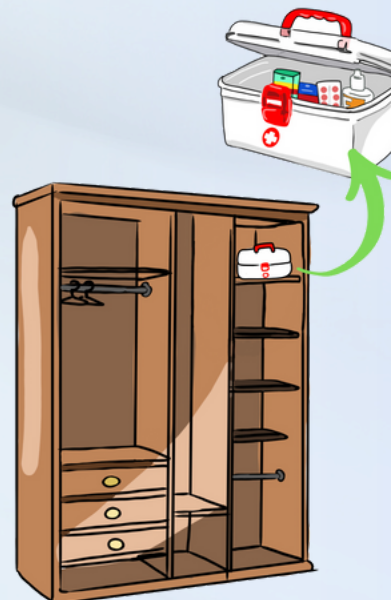
Guarde o medicamento na própria embalagem, para que você possa saber o nome do medicamento, a data de validade e o lote.



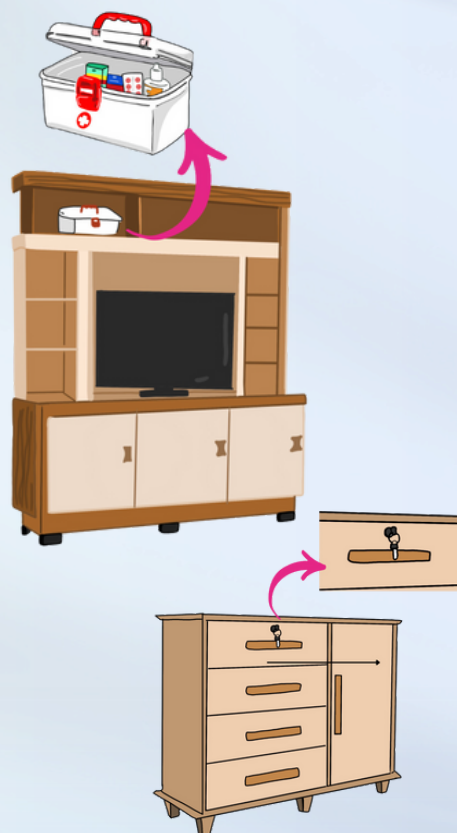
Você pode colocar todos os seus medicamentos em uma caixa plástica ou de papel (como caixa de primeiros socorros) ou caixa de sapato. É uma forma de deixar mais organizado, todos em um só lugar.

Veja a seguir as dicas de lugares seguros onde você pode guardar sua caixa com todos os medicamentos:

No quarto: guarde os medicamentos dentro do guarda-roupas. Prefira os locais mais altos do guarda-roupas para colocar a caixa, assim, as crianças não conseguem pegar.



Na sala: guarde os medicamentos dentro de móveis fechados. Os medicamentos devem ficar guardados em prateleiras altas ou em gavetas com tranca. Se forem móveis vazados, como estantes, os medicamentos devem ficar afastados da parede, da luz direta, e das saídas de ar-condicionado.



NÃO GUARDE MEDICAMENTOS NA COZINHA E NO BANHEIRO.



A cozinha pode ser quente, devido ao uso do fogão e por ter muitos aparelhos eletrodomésticos. A cozinha também tem muita umidade, pelo grande uso de água. O banheiro tem muita umidade devido ao uso de água nas torneiras e chuveiros. Além disso, é um local que possui muitos vermes e bactérias. Por isso, cozinha e banheiro não são indicados para guardar medicamentos.

Em casas com crianças e animais de estimação, guarde os medicamentos em locais onde eles não consigam pegar. Guardar os medicamentos em casa no local certo e seguro protege as crianças e os animais de estimação de riscos de intoxicação.

**Guarde seus medicamentos da forma adequada.
Espalhe essa informação!**

CAPÍTULO 8



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/7uKkxYfEr2E>



Como guardar medicamentos na geladeira?

Alguns medicamentos, conhecidos como termolábeis, podem perder seu efeito quando ficam em lugares mais quentes ou até mesmo na temperatura ambiente. Por isso, esses medicamentos precisam ficar em locais mais frios, como nas geladeiras.

Como você sabe qual medicamento deve ser guardado na geladeira?

- ◆ Você deve observar **a embalagem e a bula do medicamento**. Elas mostram como você deve guardar o medicamento.
- ◆ Na embalagem e na bula, você vai ver a **faixa de temperatura** recomendada, ou seja, a menor e a maior temperatura em que você pode deixar o seu medicamento.

Os medicamentos devem estar sempre na temperatura ideal para realizar seu efeito da maneira certa e com segurança.

**Conservar sob refrigeração
(entre 2 - 8°C). Não congelar**



Se a embalagem ou bula indicar a temperatura de **2°C a 8°C**, isso significa que **você deve guardar seu medicamento na geladeira.**

Como você deve guardar o medicamento na geladeira?

- 01** Coloque os **medicamentos longe do congelador**. Você deve guardar o medicamento nas **prateleiras do meio da geladeira**;
- 02** Deixe seus **medicamentos separados dos alimentos**. Você pode colocar os medicamentos dentro de uma vasilha de plástico com tampa;

03 NÃO coloque o medicamento na porta da geladeira ou no congelador. Medicamento na porta da geladeira pode esquentar demais e no congelador pode congelar, o que pode reduzir o efeito do medicamento.

Veja a imagem de uma geladeira aberta mostrando os locais certos e errados para guardar medicamentos.



OUTRAS DICAS IMPORTANTES:

- ◆ Quando precisar desligar a geladeira ou se faltar energia, coloque seu medicamento em uma caixa térmica, como de isopor, com gelo. Faça isso também enquanto limpar a geladeira;
- ◆ Confira sempre se a porta da geladeira está bem fechada;
- ◆ **NÃO** guarde o medicamento na geladeira dentro de caixa de isopor ou de outro tipo de caixa térmica.

Lembre-se que guardar o medicamento na temperatura certa ajuda a manter seu tratamento mais efetivo e seguro.

CAPÍTULO 9



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/NW9I28NurEA>



Como levar os medicamentos ao sair de casa?

Um medicamento que recebe muito calor, umidade e luz do sol pode perder o seu efeito. Por isso, é importante que você leve seus medicamentos com cuidado e da forma correta quando sair de casa.

Seguem algumas dicas para que você possa levar seus medicamentos com segurança:

- 1** Deixar seus medicamentos sempre bem identificados e organizados.



Mantenha seus medicamentos bem identificados, nas embalagens originais (cartelas ou frascos), sempre que possível.



Utilize estojos, caixas ou bolsas apropriadas para guardar os medicamentos. Isso ajuda a organizá-los melhor e protegê-los do contato com seus outros pertences.

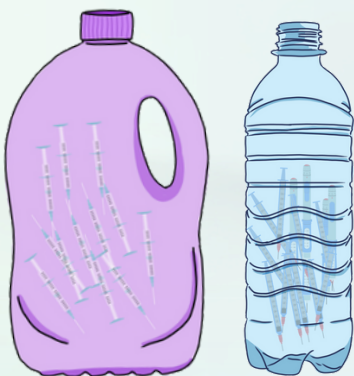


Se algum medicamento precisa ficar em temperaturas mais frias, use uma bolsa térmica ou isopor para transportá-los.



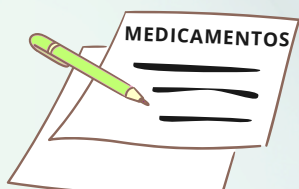
Não deixe os medicamentos expostos ao sol ou em locais muito quentes, como, por exemplo, dentro do carro.

Se você precisa usar seringas ou agulhas, lembre-se de ter um recipiente seguro para descartá-las após o uso.



Você pode usar uma garrafa plástica, como a de refrigerante, para guardar as seringas e agulhas que foram usadas. Pode usar outros recipientes também, como embalagem de material de limpeza. A imagem ao lado mostra dois modelos de recipientes em que pode guardar seringas e agulhas usadas.

2 Tenha uma lista de todos os medicamentos que usa.



Faça uma lista dos medicamentos que você usa. Coloque as seguintes informações: nome do medicamento, a dose (quantidade a ser tomada), a frequência (quando tomar) e para que serve.

Leve as receitas e a lista de medicamentos sempre com você para olhar quando precisar. Você pode salvar a lista em seu celular ou escrever em um papel.

3 Faça uso de alarmes para ajudar a lembrar de usar seus medicamentos.



Quando está fora de casa é muito mais fácil esquecer a hora de usar seus medicamentos. Usar alarmes vai lembrar você de usar os medicamentos nos horários certos.

Caso você não saiba como colocar o alarme do seu celular, peça ajuda a alguém próximo. Você também pode falar com o farmacêutico. Ele pode te ajudar criando os alarmes que precisa.

Lembre-se de levar os seus medicamentos com cuidado. Isso ajuda você a usar o medicamento na hora que precisa e garante que o tratamento tenha o efeito certo.

CAPÍTULO 10



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/GVzd97ilVg0>



Como saber se um medicamento está vencido ou estragado?

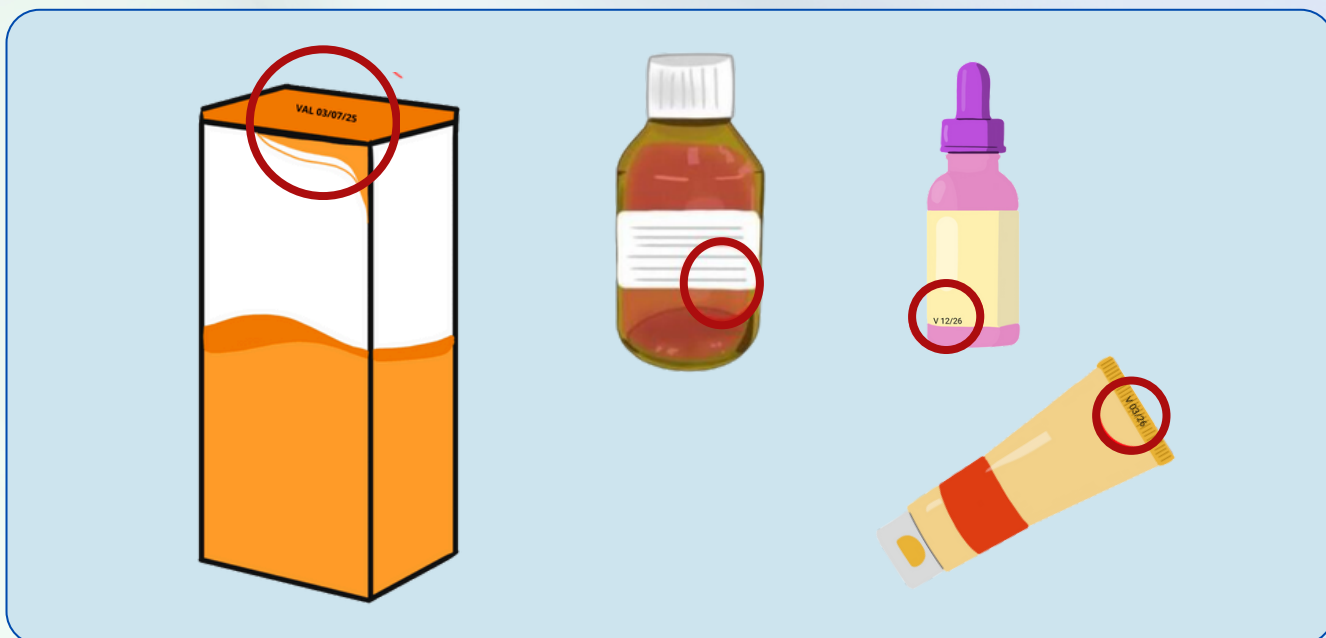
O prazo de validade de um medicamento é o tempo ou a data máxima em que ele pode ser utilizado. Quando um medicamento está fora do prazo de validade, ele está VENCIDO.

VOCÊ NÃO DEVE USAR UM MEDICAMENTO FORA DO PRAZO DE VALIDADE.

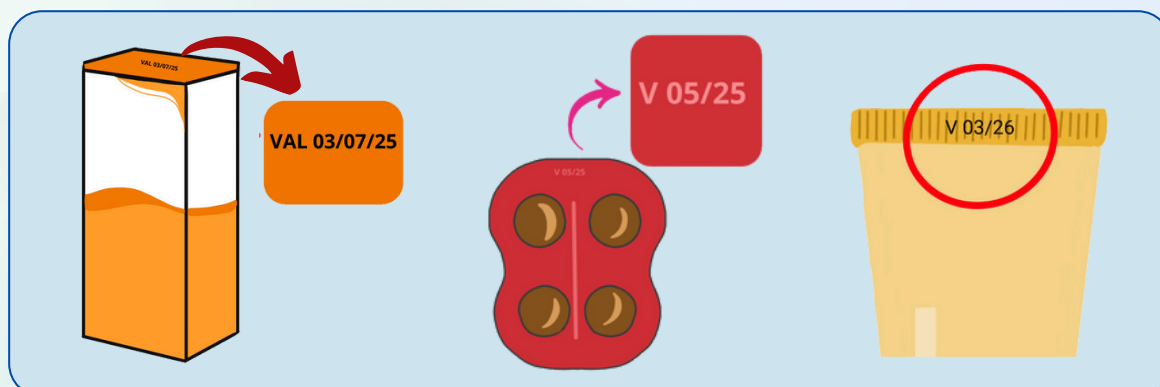
Onde você pode encontrar o prazo de validade de um medicamento?

O prazo de validade está nas embalagens dos medicamentos. Ele está impresso nas caixas, nas cartelas (blisters) e nos rótulos dos diferentes frascos.

As imagens abaixo mostram alguns exemplos de embalagens e onde o prazo de validade do medicamento está localizado (circulado em vermelho).



A data do prazo de validade do medicamento vem escrita, geralmente, ao lado da **letra V** ou da **palavra VAL** (**de validade**). Nela você saberá o dia, mês e ano que o medicamento vence. Em alguns medicamentos você vai encontrar apenas o mês e o ano. **A imagem abaixo mostra como o prazo de validade pode vir nas embalagens:**



Se você encontrar somente o mês e o ano no prazo de validade, o medicamento deverá ser utilizado até o último dia do mês. Por exemplo: VAL: 07/2026, o medicamento poderá ser usado até o dia 31 de julho de 2026.

Alguns medicamentos podem ter um prazo de validade menor que o prazo impresso nas caixas. Para alguns medicamentos, é preciso contar o prazo de validade depois que você abre a embalagem pela primeira vez. Isso é muito comum com medicamentos líquidos.



Por exemplo, pode ser que você precise usar um xarope que só pode ser usado por até três meses depois de aberto. Por isso, é importante anotar a data em que você abriu o frasco para saber até quando o medicamento pode ser usado com segurança.



É muito importante ter a embalagem do medicamento sempre bem guardada para manter o prazo de validade visível. Se você não conseguir ler o prazo de validade, não vai saber se o medicamento ainda pode ser usado.

Dicas importantes para você não perder as informações do prazo de validade dos medicamentos:

- 1 Não rasgue, não molhe e/ou não jogue fora a caixa do medicamento;
- 2 Não retire o rótulo do frasco do medicamento líquido;
- 3 Não corte a cartela (blister) do comprimido, drágea e/ou cápsula. Se precisar cortar a cartela, cole um adesivo com o nome do medicamento e o prazo de validade, como mostra a imagem a seguir:



Cuidado! Mesmo dentro do prazo de validade, os medicamentos podem estar estragados.

Como você sabe se um medicamento está estragado?

Um medicamento estragado possui cor, cheiro, sabor ou formato diferente do normal. Um comprimido que está esfarelando, por exemplo, está estragado.

Se você perceber algo estranho no medicamento, procure o farmacêutico e pergunte o que deve ser feito.



Use apenas o medicamento que tem a informação do prazo de validade bem visível. Se o medicamento não tem a informação do prazo de validade, não pode ser usado.

Medicamentos vencidos ou estragados precisam ser descartados da forma certa. Veja o capítulo 11 deste guia para saber como fazer o descarte certo de medicamentos.

NÃO USE MEDICAMENTO VENCIDO OU ESTRAGADO! PODE FAZER MUITO MAL À SAÚDE.

CAPÍTULO 11



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/xHS305qtlps>



Como fazer o descarte certo de medicamentos?

Os medicamentos vencidos ou estragados devem ser descartados em PONTOS DE COLETA. A imagem abaixo mostra exemplos de pontos de coleta de medicamentos.



Você pode encontrar os pontos de coleta de medicamentos em serviços de saúde, como **farmácias, drogarias e unidades básicas de saúde (UBS)**.

Entre em contato com a secretaria de saúde da sua cidade e saiba onde estão os pontos de coleta.

Você pode ir às farmácias mais próximas de sua casa e perguntar se a coleta de medicamentos vencidos ou estragados pode ser feita naquele estabelecimento.

Você também pode buscar informações na internet. Existem sites que mostram os pontos de coleta mais próximos de você.

Os medicamentos descartados nesses pontos de coleta são recolhidos por empresas especializadas. Essas empresas, na maioria das vezes, fazem a destinação final de forma certa dos medicamentos, para que não ofereçam mais riscos à saúde.

Fique atento! NÃO é recomendado jogar medicamento no lixo, na pia ou no vaso sanitário.



Medicamentos que são descartados no lixo comum ou na rede de esgoto podem contaminar o solo ou a água. Isso oferece riscos para a saúde dos seres humanos e dos animais.

Agora que você sabe como realizar o descarte adequado, espalhe essa informação. Você pode ajudar a proteger a saúde de todas as pessoas e o meio ambiente.

LISTA DE SINAIS



Acesse ao vídeo clicando no link ou apontando a câmera para o QR Code a seguir:

<https://youtu.be/AyyytbLPlvc>



Lista de alguns termos da saúde utilizados neste guia com os sinais em Libras gravados em vídeo. Acessar QrCode ou link acima.

- Agulha de seringa
- Alergia
- Amamentação
- Aparelho cortador de comprimido
- Atendimento
- Bactéria(s)
- Blíster ou cartela de medicamentos
- Bula
- Cápsula(s)
- Comprimidos
- Conta-gotas
- Dentista
- Descarte de medicamentos

- Diabetes
- Doença
- Drágea
- Efeito de medicamento
- Embalagem de medicamentos
- Enjoo/Náusea
- Farmacêutico(a)
- Farmácia
- Frascos de medicamento
- Gripe
- Hospital
- Intoxicação
- Jejum
- Manipulação
- Medicamento(s)
- Medicamento estragado
- Medicamento líquido
- Medicamento sólido
- Médico
- Pomada
- Ponto de coleta de medicamentos vencidos ou estragados
- Posologia
- Pressão sanguínea alta
- Receita ou Prescrição
- Rim
- Saúde
- Seringa
- Solução
- Suspensão
- Temperatura
- Termolábil
- Tontura
- Tratamento
- Validade ou Prazo de validade
- Vencido
- Xarope



REFERÊNCIAS



- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (Anvisa). **Farmacopeia Brasileira**. Brasília: Anvisa. volume 1: 6ª edição. 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/farmacopeia/farmacopeia-brasileira>. Acesso em: 16 out. 2024.
- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (Anvisa). **Projeto educação e promoção da saúde no contexto escolar: o contributo da Agência Nacional de Vigilância Sanitária para o uso racional de medicamentos**. Caderno do professor. Brasília: Anvisa, 2007. 80 p.
- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (Anvisa). Resolução RDC nº 430, de 8 de outubro de 2020: Dispõe sobre as Boas Práticas de Distribuição, Armazenagem e de Transporte de Medicamentos. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, ano 195, p. 110, 09 out 2020.
- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (Anvisa). Resolução RDC nº 17, de 16 de abril de 2010. Dispõe sobre as Boas Práticas de Fabricação de Medicamentos. **Diário Oficial da União**: Seção 1, Brasília, DF, ano 185, p. 50-60, 19 abr. 2010.

- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (Anvisa). **Vocabulário Controlado de Formas Farmacêuticas, Vias de Administração e Embalagens de Medicamentos**, Brasília: Anvisa. 1ed. 2011, 56p. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/medicamentos/publicacoes-sobre-medicamentos/vocabulario-controlado.pdf>
- ALVES, S.; MELO, M. F. R. Impacto da partição de comprimidos na posologia de medicamentos: análise de comprimidos de prednisona. **Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa**, v. 38, n. especial, p. 325-339, 2022.
- AMARAL, Y. S. et al. Oficina sobre cuidados no manejo e armazenamento de medicamentos e farmácias caseiras. **Revista Diálogos Acadêmicos**, v. 11, 2022.
- BEN CORRADI, M. F. D. Vai começar um tratamento? Pergunte ao médico o que fazer se esquecer-se de tomar o medicamento na hora certa. [internet]. 23 nov 2015. Disponível em: <https://www.hospitalsiriolibanes.org.br/sua-saude/Paginas/vai-comecar-tratamento-pergunte-medico-fazer-esquecer-tomar-medicamento-hora-certa.aspx>. Acesso em: 04 mar. 2024.
- BRASIL. **Lei nº 13.021, de 8 de agosto de 2014**. Diário Oficial da República Federativa do Brasil. DF. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/l13021.html

- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Cartilha para a promoção do uso racional de medicamentos.** Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 28 p.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Uso de Medicamentos - Orientações. Online. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/uso-de-medicamentos-orientacoes>. Acesso em: 05 de mar. 2024.
- CASTRO, H.C.; SANTOS, D.O.; RODRIGUES, C.R. Automedicação: entendemos o risco?. **Infarma-Ciências Farmacêuticas**, v. 19, n. 11/12, p. 33-36, 2007.
- DE ANDRADE, B. L. L. Glossário de sinais-termo na área de nutrição e alimentação em libras. In: PROMETI, D. et al. Org(s). **Estudos de lexicologia, lexicografia, terminologia e terminografia das línguas de sinais.** Curitiba: Appris, 2022. p. 195–206.
- DE OLIVEIRA NETTO, I. F. et al. O papel do farmacêutico na automedicação da “farmácia caseira. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 4, p. 29187-29205, 2022.
- DESCARTE de medicamentos vencidos: como e onde descartar corretamente. Online. 28 jan.2019. Disponível em: <https://portais.univasf.edu.br/sustentabilidade/noticias-sustentaveis/descarte-de-medicamentos-vencidos-como-e-onde-descartar-corretamente>. Acesso em: 05 de mar. 2024.

- DO ARMAZENAMENTO ao descarte: saiba como guardar remédios ou jogar fora os que estão em desuso. Online. 13 dez. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/noticias/saude-e-vigilancia-sanitaria/2022/12/do-armazenamento-ao-descarte-saiba-como-guardar-remedios-ou-jogar-fora-os-que-estao-em-desuso>. Acesso em: 05 de mar. 2024.
- FERNANDES, B.S.; VILA, A. L. V.; FRAGA, A. G. M. Estratégias de promoção da adesão farmacoterapêutica empregados em pacientes idosos que podem auxiliar as ações em uma farmácia escola. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 4, e26412441280-e26412441280, abril, 2023.
- FERREIRA, F. das C. G. et al. O impacto da prática da automedicação no Brasil: Revisão Sistemática. **Brazilian Applied Science Review**, v. 5, n. 3, p. 1505–1518, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BASR/article/view/31242>. Acesso em: 15 out. 2024.
- GENNARO, A. R. **Remington, a ciência e a prática da farmácia**. Guanabara Koogan, 2004.

- GRAÇA, D. D. da C. et al. **Orientação sobre o uso de medicamentos**. Rio de Janeiro: Fiocruz/IFF, 2021. 24 p. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/50209>. Acesso em: 15 out. 2024.
- HIDROCLOROTIAZIDA: comprimidos. Responsável técnico: Silvia Regina Brollo. São Paulo: Sanofi-Aventis Farmacêutica Ltda. 2024. bula de medicamento. Disponível em: <https://consultas.anvisa.gov.br/#/bulario/q/?nomeProduto=HIDROCLOROTIAZIDA>. Acesso em: 09 mar, 2024.
- MALDONADO, J. L. M. (Coord.). **Guia multiprofissional de educação em saúde na pediatria**. Brasília, DF: CFF, 2022. E-book. ISBN 978-65-87599-24-3. Disponível em: <https://www.cff.org.br/userfiles/guiamulti.pdf>. Acesso em 16 out. 2024.
- MENDES, N. F. O. Informações centrais de medicamento em Libras: tradução comentada para instituir o direito e o acesso linguístico dos surdos na área da saúde. **Dissertação de mestrado**. Programa de Pós-Graduação em Estudos da Tradução. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina, 2019.

- OLIVEIRA, D. M. et al. Desenvolvimento, validação e utilização de material educativo sobre armazenamento correto de medicamentos. **Saúde e pesquisa**. p. 461-473, 2020. Disponível em: <https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/7875>. Acesso em: 05 de mar. 2024.
- PEZZINI, B. R.; SILVA, M. A. S.; FERRAZ, H. G. Formas farmacêuticas sólidas orais de liberação prolongada: sistemas monolíticos e multiparticulados. **Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas**, v. 43, p. 491-502, 2007.
- PREFEITURA DE ARACRUZ. **Guia de orientações sobre medicamentos**. Espírito Santo. 2021. Disponível em: <https://www.aracruz.es.gov.br/storage/34979/01---Guia-Orienta%C3%A7%C3%B5es-sobre-Medicamentos.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2024.
- RIO DE JANEIRO. CONSELHO REGIONAL DE FARMÁCIA. Farmacêutica orienta como tomar medicamento de forma adequada.[internet] 2016. Disponível em: <https://crf-rj.org.br/noticias/1765-farmaceutica-orienta-como-tomar-medicamento-de-forma-adequada.html> Acesso em: 30 mar. 2024.
- RIO GRANDE DO SUL. CONSELHO REGIONAL DE FARMÁCIA. Nota Técnica nº 01/2017: Armazenamento e dispensação de medicamentos termolábeis. Porto Alegre, 9 out. 2017.

- SILVA, G. H. T. et al. **O que devemos saber sobre medicamentos**. Brasília, DF: ANVISA, 2010. 104 p.
- SOARES, A. L. P. P. et al. (2020). Ações de conscientização sobre armazenamento e descarte correto de medicamentos em unidades de saúde de Santa Maria/RS: Relato de Experiência. **Revista Saúde e Meio Ambiente**, v. 10, n. 1, p. 145-156, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufms.br/index.php/sameamb/article/view/9802>. Acesso em: 05 de mar. 2024.
- TAMELINE C. E. et al. (Org.) **Como utilizar corretamente as formas farmacêuticas**. Alfenas – MG: Editora Universidade Federal de Alfenas, 2022. 60p.
- TEIXEIRA, M. T. et al. Panorama dos aspectos regulatórios que norteiam a partição de comprimidos. **Revista Panamericana de Salud Pública**, v. 39, p. 372-377, 2016.
- WERLANG, M. C.; ARGIMON, I. I.de L.; STEIN, L. M. Estratégias de memória utilizadas por idosos para lembrarem do uso dos seus medicamentos. **Estudos interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 13, n. 1, p. 95-115, 2008.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **The Role of the pharmacist in self-care and self-medication: report of the 4th WHO Consultative Group on the Role of the Pharmacist**. The Hague, The Netherlands, pag. 26-28. Geneva: World Health Organization; 1998.



◆ DEUZILANE MUNIZ NUNES

Graduada em Farmácia pela Universidade Federal do Ceará, mestre em Ciências Farmacêuticas e doutora em Ciências Médicas. Docente do Colegiado de Farmácia da Universidade Federal do Vale do São Francisco (Univasf) e coordena o Centro de Informação sobre Medicamentos (CIM) da Univasf e o Programa FarmaLibras.

◆ ISABEL DIELE SOUZA LIMA PIO

Graduada em Farmácia pela Universidade Federal Bahia, mestre em Ciências da Saúde e Biológicas e doutora em Biotecnologia. Docente do Colegiado de Farmácia da Universidade Federal do Vale do São Francisco (Univasf) e coordena o Centro de Informação sobre Medicamentos (CIM) da Univasf

◆ MARKUS JOHANNES WEININGER

Mestre em Filosofia Política pela Ludwigs Maximilian Universität München/Alemanha e doutor em Linguística Aplicada. Professor associado da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) na área de Estudos da Tradução e Interpretação e membro do Programa FarmaLibras.



Esta é mais uma obra voltada a promoção de educação em saúde com inclusão e acessibilidade do Centro de Informação sobre Medicamentos da Universidade Federal do Vale do São Francisco (CIM-Univasf). Este guia está escrito em português, de forma simples, e com letras grandes, para que o máximo de pessoas consigam ler e entendam bem as informações.

Todos os capítulos estão gravados em vídeo com áudio (voz), legenda em português e em Língua Brasileira de Sinais (Libras). Assim, quem é surdo tem as informações na sua própria língua e as pessoas cegas e aquelas que não sabem ler, podem escutar todo o conteúdo em áudio.

Todos vídeos ficam na internet. No início do texto de cada capítulo tem um link com o endereço eletrônico do vídeo e também um código do tipo QR code. Você pode, ainda, acessar todos os vídeos no canal do YouTube® (Alphabet Inc.; Google LLC) do CIM-Univasf e acessar as redes sociais do CIM para mais informações em saúde.

