

7

HÁ UM MEDICAMENTO QUE TENHO INDICAÇÃO PARA TOMAR EM JEJUM. QUAL A RAZÃO?

Alguns medicamentos devem ser tomados **em jejum** porque a presença de alimentos pode **reduzir a sua absorção** ou atrasar o início do efeito, tornando o tratamento menos eficaz.

Nestes casos, tomar o medicamento em jejum permite que atinja níveis adequados no organismo e atue da forma esperada.

Cada medicamento tem indicações específicas, pelo que deve seguir sempre as orientações do médico ou farmacêutico.

EM CASO DE DÚVIDA, CONFIRME SEMPRE COM O MÉDICO OU FARMACÊUTICO.

8

É VERDADE QUE DEVO TOMAR OS MEDICAMENTOS DEPOIS DE UMA REFEIÇÃO?

Sim, **alguns medicamentos** devem ser tomados após as refeições, sobretudo para **reduzir a irritação do estômago** e diminuir o risco de efeitos adversos gastro-intestinais, como náuseas ou dor abdominal. Nestes casos, a toma após a refeição **aumenta a tolerabilidade do tratamento** e contribui para uma melhor adesão, sem comprometer a eficácia do medicamento.

ADESÃO AO REGIME TERAPÊUTICO

A AADIC realizou o Webinar “Insuficiência Cardíaca: Melhor Adesão ao Tratamento, Mais Vida”, dirigido a doentes, cuidadores e população em geral, que pode ser visualizado na página de Facebook e no canal do YouTube da Associação. Neste documento, apresentamos e respondemos a questões e dúvidas que a assistência colocou durante a transmissão desta sessão online.

1

ESQUECI-ME DE TOMAR O MEDICAMENTO... AGORA?

O esquecimento pontual de uma toma pode acontecer, mas deve ser evitado sempre que possível, porque a regularidade é fundamental para que a medicação faça o efeito esperado. Se se aperceber do esquecimento **pouco tempo depois**, deve tomar o medicamento assim que possível. Se já estiver **próximo da hora da próxima toma**, **não deve tomar a dose esquecida** e deve retomar o esquema habitual.

Nunca deve tomar duas doses ao mesmo tempo para compensar um esquecimento, pois isso pode aumentar o risco de efeitos adversos.

3

POSSO TOMAR TODOS JUNTOS?

Alguns medicamentos **podem ser tomados em conjunto**, enquanto outros precisam de ser tomados em horários específicos ou afastados das refeições para garantir uma melhor absorção ou reduzir efeitos adversos. Por isso, **não se deve assumir que todos os medicamentos podem ser tomados juntos**.

2

OS MEDICAMENTOS PARA TOMAR UMA VEZ AO DIA PODEM SER TOMADOS A QUALQUER HORA?

Os medicamentos prescritos para toma **uma vez por dia** devem, sempre que possível, ser tomados **todos os dias à mesma hora**, para garantir um efeito constante e facilitar a adesão ao tratamento. A hora exata pode variar consoante o medicamento e a rotina da pessoa, mas o mais importante é criar um **hábito diário estável**, associado, por exemplo, ao pequeno-almoço ou ao jantar.



Sobre a Associação de Apoio aos Doentes com Insuficiência Cardíaca:

A **Associação de Apoio aos Doentes com Insuficiência Cardíaca** (AADIC) reúne doentes, familiares e amigos, e tem por objetivo promover, incentivar, orientar e dar apoio na área da Insuficiência Cardíaca, nomeadamente através da informação à população e promoção de melhores cuidados de saúde para esta condição.



Saiba mais em:

www.aadic.pt/

[/aadiccardiaca](https://www.facebook.com/aadiccardiaca)

[/AADIC-Associação de Apoio aos Doentes com Insuficiência Cardíaca](https://www.youtube.com/channel/UC...)

[/AADIC IC](https://www.linkedin.com/company/aadic-ic)

[/aadic_associacao](https://www.instagram.com/aadic_associacao)

Monofolha elaborada por:

Maria José Rebocho | Conselho Técnico-Científico da AADIC
Liliana Calixto | Diretora dos Serviços Farmacêuticos da ULS de Amadora-Sintra

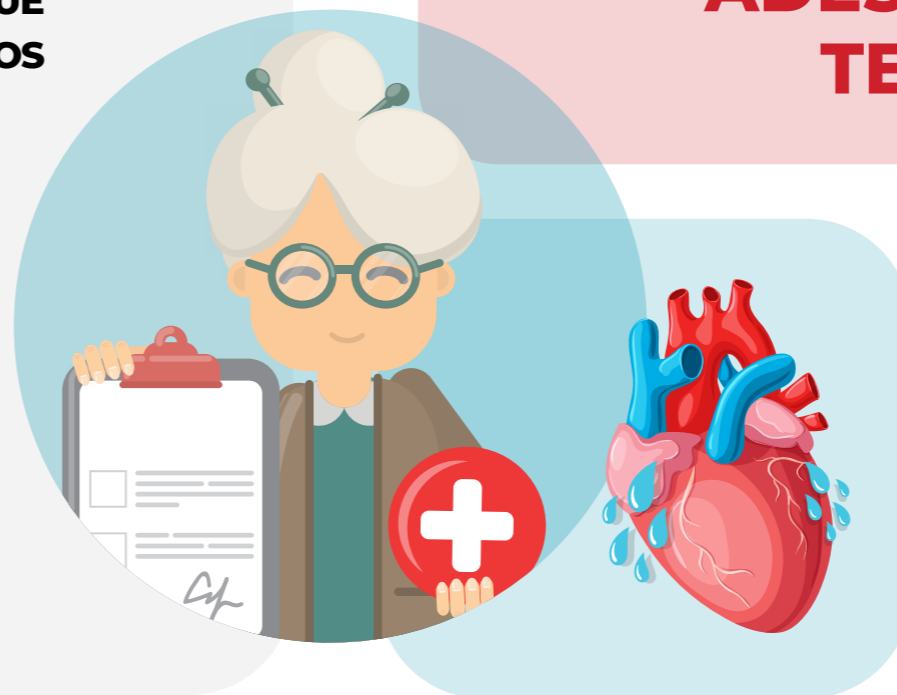
Com o apoio de **Boehringer Ingelheim**



4

QUAL A RAZÃO DE HAVER MEDICAMENTOS QUE DEVEM SER TOMADOS UMA VEZ AO DIA E OUTROS DUAS VEZES POR DIA?

A frequência com que um medicamento deve ser tomado depende da forma como ele atua no organismo, nomeadamente do **tempo durante o qual mantém o seu efeito** e da forma como é absorvido e eliminado. Alguns medicamentos conseguem manter níveis eficazes durante **24 horas**, sendo por isso suficiente **uma única toma diária**. Outros têm um efeito mais curto e necessitam de ser tomados **duas ou mais vezes por dia** para garantir um controlo adequado da doença e maior segurança do tratamento.



ADESÃO AO REGIME TERAPÊUTICO



5

TODOS OS COMPRIMIDOS PODEM PARTIR-SE AO MEIO?

NÃO. Nem todos os comprimidos podem ser partidos, pois isso pode alterar a forma como o medicamento é libertado no organismo, reduzir a sua eficácia ou aumentar o risco de efeitos adversos. Comprimidos de **libertação prolongada, revestidos ou gastro-resistentes** não devem ser partidos nem esmagados, pois pode comprometer o efeito do tratamento e a sua segurança.

POR ISSO...

Se tiver **dificuldade em engolir** os comprimidos ou se **precisar de ajustar** a dose, deve falar com o médico ou farmacêutico, que poderão indicar uma alternativa adequada, como outra dosagem ou uma forma farmacêutica diferente.



Antes de partir qualquer comprimido, confirme sempre com um profissional de saúde.



6

POSSO TOMAR, COM SEGURANÇA, MEDICAMENTOS FORA DO PRAZO DE VALIDADE?

Não. Os medicamentos não devem ser utilizados após o prazo de validade indicado na embalagem.

Após essa data, o medicamento pode **perder eficácia** e, em alguns casos, **tornar-se menos seguro**, pois a estabilidade do princípio ativo já não está garantida.

Utilizar um medicamento fora do prazo pode fazer com que o tratamento **não produza o efeito esperado**, o que é particularmente relevante em doenças crónicas.

