

A automedicação

- Automedicação = prescrição farmacêutica = farmácia clínica.
- Resistência inicial;
- Hoje é uma realidade irreversível, através da vontade e necessidade dos governos e da IF.
- Automedicação deve ser segura e eficaz através da atuação do farmacêutico pelos seus conhecimentos e capacidades para orienta-la, e também pelas possibilidades de educar e informar os doentes e consumidores para este novo campo, que lhes confere a responsabilidade da sua saúde e do êxito do tratamento
- Para o farmacêutico o envolvimento na automedicação constitui mais um desafio e uma oportunidade, permitindo que ponha a prova os seus conhecimentos e capacidades de comunicação e informação, a responsabilidade que lhe cabe na saúde pública a par com o benefício que pode usufruir nos aspectos económicos.
- **Automedicação** é definida como o processo que conduz as pessoas a assumirem a responsabilidade de se tratarem para a melhorias das condições de saúde, prevenção a doença, identificação e tratamento de uma doença. Utilizando, quando necessário, medicamentos isentos de prescrição médica.

A automedicação

- O desenvolvimento da automedicação permite que os doentes adquiram medicamentos sem receita médica, o que reduz o número de consultas médicas.
- A automedicação destina-se a permitir com que doentes com doenças corriqueiras, as possam tratar por decisão própria, sem recurso ao médico, assumindo eles a responsabilidade do tratamento, preferencialmente através da orientação farmacêutica.
- As patologias que podem ser tratadas pela automedicação são as que, por possuírem gravidade menor, podem ser controladas por medicamentos que não requerem receita médica, embora a qualidade destes não difira em nada dos de prescrição médica.
- Para a automedicação o consumidor deve se informar sobre as doenças que podem tratar sozinho e também com as medidas preventivas que podem ser adotadas para a prevenção da doenças. E isto representa uma grande oportunidade ao farmacêutico.

A automedicação

- Na automedicação se utilizam medicamentos de venda sem prescrição médica.
- **Pode-se considerar o seguinte modelo como condizente a automedicação de acordo com a percepção do problema apresentado pelo paciente:**
 - Não tratar
 - Tratar – remédio caseiro, automedicação com medicamentos que já possui em casa ou que vai adquirir na farmácia.
 - A automedicação se dirige particularmente ao tratamento de situações como: dores e cefaléias, dores nas costas e musculares, constipações, tosse, cortes e feridas, picadas de insetos, excesso de peso, dores de garganta, mal estar no estômago, gripe e outras.
 - A Europa tem dado largos passos na automedicação nos últimos anos, destinando-se principalmente ao tratamento de cefaléias, dores de estômago, diarreias, tosse, constipação, febre, dores e outras.

A automedicação

- De acordo com os hábitos de cada país são selecionados os medicamentos para a automedicação, esta escolha depende ainda de fatores educacionais e culturais dos povos.
- Os medicamentos que comandam o mercado são marcas que foram ou são prescritas habitualmente, o que significa que existe influência de uma prescrição anterior para a seleção do medicamento, na maioria dos casos.
- Da mesma maneira os consumidores, após uma primeira experiência positiva com o uso de um medicamento, passam a selecioná-lo sempre que lhe surgem sintomas análogos. Assim acontece o hábito de utilizar um dado medicamento e o aconselhar aos familiares e amigos.
- A IF tem interesse em que se aumente a quantidade de medicamentos de venda sem prescrição para que também possa aumentar suas vendas. Isto representa uma oportunidade para o farmacêutico que passa a ser público alvo do marketing das IF, antes orientado apenas para a classe médica.
- A tendência é que se aceite o aumento do número de medicamentos disponíveis para aquisição sem receita, desde que se aumente a quantidade de informações e a educação do consumidor.

A automedicação

- A decisão de um indivíduo de se automedicar segue-se após se ter constatado que está doente; esta decisão também é condicionada a fatores sociais e econômicos.
- A automedicação deve ser realizada por um período de tempo limitado, após o qual o paciente deve procurar ajuda especializada para que seja realizada uma investigação mais detalhada do problema.
- Os profissionais de saúde sabem dos riscos envolvidos na automedicação, e que a mesma deve ser sempre orientada pelo profissional de saúde. Para o farmacêutico isto se constitui em grande oportunidade, quando através da dispensação de medicamentos de venda sem receita médica, no contato direto com o doente, pode-se exercer um papel ativo de aconselhador, informador e educador. Ao mesmo tempo esse novo papel exige do profissional conhecimento técnico sobre os medicamentos para automedicação e capacidade de se fazer uma avaliação sintomática correta com a respectiva seleção farmacológica, seus efeitos colaterais, interações, contra indicações e terapêuticas alternativas, além das habilidades de comunicação.

A automedicação

- O farmacêutico deve ser capaz de aconselhar ao doente uma terapêutica eficaz, segura e de qualidade, podendo recorrer a protocolos pré definidos, com as alternativas possíveis de tratamento.
- Quando é procurado, o farmacêutico deve possuir capacidades e conhecimentos que lhe permitam distinguir uma situação clínica que requer observação médica da que pode ser tratada com automedicação (farmácia clínica). A seguir o farmacêutico deve ter capacidade para seleccionar o medicamento e dar conselhos adequados a cada doente. Deve também ter a capacidade de dirigir o doente para uma consulta médica de urgência, quando for o caso.

O “diagnóstico” elaborado pelo farmacêutico

Diagnóstico farmacêutico = anamnese farmacêutica, que serão realizados durante a consulta farmacêutica.

O “diagnóstico” farmacêutico possui um caráter de probabilidade, se baseia na observação do doente através de aspectos como a idade do doente, sua história clínica e farmacológica e identifica patologias corriqueiras, que não necessitam de intervenção médica inicial, mas que podem evoluir para esta necessidade, caso a automedicação não resolva o problema do paciente. Ciente disto, o farmacêutico deve selecionar um medicamento adequado cuidando sempre para que o doente esteja informado sobre todos os aspectos que envolvem a automedicação.

Regras Gerais para a elaboração de um diagnóstico farmacêutico

Um diagnóstico correto requer não só conhecimento mas a experiência também é fundamental.

Para um a realização de um diagnóstico farmacêutico ha que se avaliar:

1.Duração dos sintomas

É um critério de grande importância. Queixa de dor recente tem um significado diferente de dores que perduram há muito tempo. O conhecimento da duração da sintomatologia pode permitir avaliar a gravidade do quadro clínico.

Regras Gerais para a elaboração de um diagnóstico farmacêutico

2. Aparência do doente

É fundamental a avaliação do estado geral do paciente. Se considerarmos um caso de dores abdominais, elas poderão ser conseqüência de uma indigestão simples ou de uma hemorragia por úlcera, o que implicará por certo aspectos gerais diferentes do paciente conforme a circunstância.

3. Diagnóstico diferencial

É a capacidade que permite a distinção das situações clínicas e decidir as medidas a tomar, se dispensa de medicamentos sem receita, se aconselhamento sem dispensa de medicamento, se dirigir o paciente para o médico, com urgência ou não.

O farmacêutico e a consulta ao paciente

Para além dos conhecimentos técnicos, não se pode esquecer as capacidades de comunicação, particularmente quando se encontra frente a um paciente que tem idéias preconcebidas sobre os medicamentos que pretende tomar e apresenta dificuldade em aceitar uma orientação e um aconselhamento adequado. Este aspecto é particularmente importante se a seleção do medicamento feita pelo paciente tiver como base informações de amigos ou familiares e quando a terapêutica está contra indicada ou não é a melhor para o paciente.

O farmacêutico e a consulta ao paciente

Avaliação do doente

O Farmacêutico deve analisar a história de saúde do paciente. Evidentemente que esta análise deve ser pontual com questões pré-estabelecidas, de forma que o paciente não se torne impaciente e também cuidando para que você não gaste mais tempo do que o conveniente. Normalmente o paciente não transmite toda a informação necessária para a elaboração de um “diagnóstico” e seleção adequada do medicamento por isso é conveniente que algumas questões sejam colocadas. É comum se perguntar sobre como anda a saúde ao paciente e ele dizer que está ótima e não tem nada a relatar, mas quando se pergunta quais os medicamentos que utiliza, desfia u rosário de antihipertensivos, antidiabéticos e etc...

O farmacêutico e a consulta ao paciente

Avaliação do doente

Além das perguntas, o farmacêutico deve sempre procurar alguma forma de examinar o paciente (normalmente os pacientes tem essa necessidade). Este exame pode ter caráter preventivo, de triagem ao médico ou orientar para uma prescrição farmacêutica e pode ser aferição da PA, glicemia e outros. É fundamental que o farmacêutico demonstre segurança ao paciente, mesmo quando em dúvida.

Questões a serem colocadas:

Quando se iniciaram os sintomas

Há quanto tempo duram? Durante quanto tempo persistem (quando não são contínuos) São contínuos?

O farmacêutico e a consulta ao paciente

Avaliação do doente

Como os classifica, quanto a gravidade? (um homem de quarenta anos com uma dor no peito tende a considera-lá alarmante, mesmo que seja uma dor muscular proveniente de atividade física intensa).

Como os descreve?

O quadro é agudo ou crônico? Surgiram novos aspectos a um quadro anterior?

Sente mais alguns sintomas?

Percebeu fatores que precipitam, desencadeiam ou agravam os sintomas?

Verificou se os sintomas são aliviados com algum medicamento ou outro fator?

Já sentiu estes sintomas ou é a primeira vez? Como os tratou? O tratamento foi bem sucedido? Foi feito durante quanto tempo?

O farmacêutico e a consulta ao paciente

Avaliação do doente

Quando um paciente pede um medicamento é muito importante se perguntar para qual indicação o mesmo será utilizado.

Após ter conseguido obter estas informações, pode ser necessário obter outras, como:

O tratamento é para a pessoa que está na Farmácia ou para outra?

Que idade tem o doente?

Sofre de outras doenças? Está tratando? Com que medicamentos?

Qual o sexo? Esta grávida ou amamentando?

Faz alguma dieta especial? Qual? Necessita de aditivos alimentares?

O farmacêutico e a consulta ao paciente

Avaliação do doente

Sofre de alergias? A quê?

Apresentou reações adversas a medicamentos? Quais? Como se manifestam?

Após ter obtido uma história o mais completa possível, o farmacêutico pode fazer uma intervenção segura e eficaz.

Após fazer este caminho que levará a seleção do medicamento, o farmacêutico deve cuidar, através da escolha de formas farmacêuticas mais adequadas, para que haja uma boa adesão ao tratamento.

Quando possível o tratamento deve ser contemplado com instruções sobre cuidados acessórios que podem ser tomados e

O farmacêutico e a consulta ao paciente

Avaliação do doente

que vão aumentar o êxito da terapêutica medicamentosa, como, por exemplo, beber muita água em caso de diarreia ou arrefecer o corpo com água morna, em caso de febre.

Quando se considerar que o doente requer uma observação médica, não se deve hesitar, no entanto, deve-se explicar ao paciente porque tomamos esta decisão, sem o alarmar. Deve-lhe ser explicado que:

- O seu caso é sério demais para ser tratado sem uma consulta médica.
- Que os sintomas, por permanecerem há muito tempo, requerem uma observação médica, por poderem estar escondendo uma doença mais grave ou que não seja de fácil identificação.
- Como os sintomas são recorrentes é conveniente uma investigação mais profunda do paciente.
- Dúvidas sobre o tratamento mais adequado.

O farmacêutico e a consulta ao paciente

Avaliação do doente

Há grupos de doentes em que a automedicação pode estar desaconselhada ou requer cuidados especiais, como são os casos de:

Doentes crônicos (hipertensos, diabéticos, cardíacos, asmáticos, epiléticos etc...)

Idosos

Bebês e crianças

Mulher grávida ou amamentando.

A comunicação e a informação ao paciente

Tem por objetivo estabelecer uma relação positiva e de confiança do paciente em relação ao farmacêutico.

Através de suas capacidades de comunicação, o farmacêutico deve ser capaz de influenciar as atitudes do paciente. Algumas atitudes que podem ser tomadas pelo profissional:

Adequar sua linguagem ao nível de percepção do cliente.

Saber ouvir.

Demonstrar interesse verdadeiro em ajudar.

Se apresentar como um profissional de saúde.

Transmitir segurança nas informações prestadas.

Se mostrar cúmplice do paciente na tratamento recomendado, solicitando-lhe para que mais tarde o informe sobre o andamento do tratamento.

MÉTODOS E TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO

A) PERGUNTAS ABERTAS

B) ESCUTA ATIVA

C) RESPOSTAS REFLETIVAS

D) VERIFICAR A COMPREENSÃO

ESCUITA ATIVA

-Consiste em fazer que o cliente perceba que você está interessado no que ele está dizendo ou sentido.

- Olhar nos olhos do cliente;
- Memorizar o que lhe foi dito;
- Utilizar uma linguagem corporal adequada.

RESPOSTAS REFLETIVAS

Consiste em repetir o que o cliente disse, confirmando o que se ouviu e comunicando o que se entendeu.

EXEMPLO:

Paciente: “Acho que este medicamento não está fazendo efeito, pois continuo sentindo o mesmo.”

Farmacêutico: “Você então não está convencido do efeito do medicamento que está tomando. Vamos verificar a sua pressão para ver o que está acontecendo.”

VERIFICAR A COMPREENSÃO

- *Consiste em assegurar-se que:*

1) Você entendeu o que o cliente lhe disse.

EXEMPLOS:

“Repita por favor, deixe-me ver se entendi realmente”

“Você está me dizendo que...?”

2) O cliente entendeu o que você disse.

EXEMPLOS:

“Repita por favor, como você deve tomar a medicação”

“Você está me dizendo que...?”

OPORTUNIDADES DE COMUNICAÇÃO

Situação 1: *A sua vizinha comenta com você que a mãe já é de idade, mora sozinha e utiliza medicamentos cronicamente.*

Oportunidade 1: *Ofereça-lhe um serviço de aviso de que a medicação da mãe já está acabando e que há a necessidade de uma nova consulta para obtenção de uma nova receita.*

OPORTUNIDADES DE COMUNICAÇÃO

Situação 2: *Você telefona para o médico para confirmar os detalhes de uma prescrição. Durante a conversa o médico lhe diz que há a necessidade de manter sob controle a pressão desta paciente.*

Oportunidade 2: *Comente com o médico o seu serviço de controle de pressão arterial. Em uma próxima oportunidade faça uma visita ao médico ou lhe envie uma correspondência detalhando as vantagens deste serviço para ele e para o paciente.*

OPORTUNIDADES DE COMUNICAÇÃO

Situação 3: *Um senhor resfriado chega na farmácia e pergunta por um medicamento de venda sem receita para gripe ou resfriado.*

Oportunidade 3: *Ofereça-lhe a sua ajuda e colaboração. Demonstre ao cliente o seu interesse pelo que ele necessita e esclareça que além do medicamento ele deve se alimentar bem e repousar.*

Problemas relacionados com os medicamentos(PRM)

Em sua prática profissional o farmacêutico deve estar capacitado a identificar e orientar a resolução dos PRM, entre os quais podemos citar:

1. Doenças ou indicações não tratadas;
2. Escolha inadequada do medicamento;
3. Falha ao receber o medicamento;
4. Dose sub – terapêutica;
5. Super dosagem;
6. RAM
7. Interações farmacológicas;
8. Automedicação irresponsável.

PERGUNTAS / DÚVIDAS MAIS COMUNS DOS CLIENTES

1. Efeito do medicamento;
2. Quantidade a tomar e horários;
3. Início do efeito;
4. Período do tratamento;
5. Possibilidade de provocar alergia;
6. Interação com álcool, cigarro, outro medicamento, alimentos e atividades físicas;
7. Conduta diante de efeitos adversos;
8. Existência de genérico ou similar de menor preço;
9. Esquecimento de administração;
10. Segurança na gravidez e amamentação;
11. Conservação.

Processo de Anamnese Farmacêutica

1. Apresentação do Farmacêutico(a)
2. Privacidade
3. Ambiente que comunique saúde e faça o paciente se sentir confortável
4. Comunicação
5. Remoção de possíveis distrações ao paciente.
6. Esclarecer o propósito do serviço que esta sendo prestado.
7. Obter o consentimento do paciente.
8. Verificar o nome do paciente.(anotar)

Orientação ao paciente durante a Consulta Farmacêutica

Da estratégia de relacionamento depende o sucesso do farmacêutico, como profissional e, a cada caso, o sucesso no tratamento proposto ao paciente. Ao concluir a tarefa de orientar o tratamento ou indicação, mesmo quando em dúvidas, o farmacêutico tem que inspirar confiança em sua decisão. Personalidade, aspirações, ansiedade, confiança, expectativas, intelecto, tipo da doença, idade, sexo, raça interferem neste processo. Por isso, todos os meios de comunicação, de convencimento e de reforço de memória do paciente são válidos no esforço do farmacêutico em obter a confiança do seu paciente.

Orientação ao paciente durante a Consulta Farmacêutica

A arte dos verdadeiros humanistas (entre eles o farmacêutico) é ser atencioso, educado, interessar-se pelo paciente, querer ser realmente útil, explicar e fazer esquemas ou desenhos para que o paciente entenda sua doença, relatar como os medicamentos agem, ser positivo, otimista, “levantar o paciente (doente) de eventuais desânimos ou depressões, facilitar esquemas posológicos, negociar certos efeitos colaterais, substituir, mudar ou alternar os medicamentos.

Orientação ao paciente durante a Consulta Farmacêutica

1. Informação verbal ou escrita.
2. Comunicação adequada ao entendimento do paciente.
3. Dar tempo ao paciente responder as perguntas.
4. Escutar ativamente e sem interrupções.
5. Abordar um ponto de cada vez para não confundir o paciente.
6. Demonstrar confiança ao fornecer qualquer informação, mesmo quando em dúvida.
7. Postura, aparência e atitude.(manter a simulação da vida)
8. Resumir as explicações.
9. Confirmar se o paciente entendeu as orientações.
10. Fechar a Consulta.(tempo).

Dados a serem obtidos dos pacientes.

A coleta destes dados se relaciona com alguns fatores:

Necessidade do farmacêutico em relação aos objetivos da Atenção Farmacêutica a ser implantada.

Fator cultural – visão da farmácia como sendo apenas um comércio.

Detecção dos PRM.

Dados a serem obtidos dos pacientes.

Informações demográficas.

Idade / Peso e altura / Raça e origem étnica / Residência / Ocupação
Escolaridade.

Informações sobre hábitos alimentares.

Restrições dietéticas, uso de suplementos alimentares, estimulantes
ou supressores do apetite.

Hábitos sociais

Uso de tabaco, álcool ou outras drogas.