

# Gestão de Medicamentos



## Medicamentos

[Medicamentos com e sem receita](#)

[Como obter mais medicamentos \(refis\)](#)

[Onde obter seus medicamentos](#)

[Lendo os rótulos dos seus remédios prescritos](#)

[Informações importantes sobre tipos específicos de medicamentos](#)

[Mantendo a segurança ao tomar medicamentos](#)

[Medicamentos e crianças](#)

[Suplementos \(vitaminas, minerais, fitoterápicos, proteínas em pó, etc.\)](#)

[Descarte de medicamentos: como se livrar de medicamentos que você não quer ou não precisa](#)



# MEDICAMENTOS

O acesso a medicamentos é diferente nos Estados Unidos, quando comparado a diversos outros países. Muitos remédios que você compra na farmácia em outros países, precisam de uma consulta médica e de uma receita nos Estados Unidos.

## Como descrevemos os medicamentos nos EUA:

Um **medicamento com receita** requer uma solicitação eletrônica ou em papel, de um profissional de saúde para uma farmácia. O valor que você precisa pagar por um medicamento é chamado de **coparticipação**. Quando uma farmácia fornece seu medicamento com receita, isso é chamado de **prover o medicamento com receita**.

Um **medicamento sem receita (over-the-counter)** é aquele que você pode comprar sem receita em qualquer farmácia, supermercado ou até mesmo online. Se você não tiver certeza do que comprar na farmácia para se sentir melhor, poderá pedir a orientação do farmacêutico no local.

Todos os medicamentos têm pelo menos dois nomes: o nome da marca e o nome genérico. O **nome da marca** de um medicamento (como “Tylenol”) é o nome dado pela empresa farmacêutica que fabrica o medicamento. O **nome genérico**, ou **nome químico**, é o ingrediente ativo do remédio (como “acetaminofeno”). Um **ingrediente ativo** é a substância que faz o medicamento funcionar. Às vezes existem diversos nomes para o mesmo medicamento genérico (por exemplo, tanto o *Motrin* quanto o *Advil* são marcas para o medicamento genérico *ibuprofeno*). Os ingredientes ativos são praticamente os mesmos em todos os países.

## Como obter mais medicamentos (refis)

Alguns medicamentos devem ser tomados somente por alguns dias, como antibióticos para uma infecção. Mas diversos medicamentos devem ser tomados por meses ou anos, como os medicamentos para manter a pressão arterial sob controle. Esses são chamados de **medicamentos crônicos**.

Para medicamentos que precisam ser tomados por um período longo, você precisará solicitar mais medicamentos na farmácia a cada mês ou a cada três meses. Nos Estados Unidos, chamamos isso de **refil (refill)**.

Os profissionais de saúde podem aprovar medicamentos para até um ano. Isso significa que você pode obter mais medicamento sem consultar o seu provedor de saúde, solicitando o refil na farmácia. Por razões de segurança, às vezes o profissional de saúde solicitará que você faça uma consulta antes de fornecer outra receita.

As farmácias mantêm os refis em arquivo até que os pacientes precisem delas. Algumas farmácias preparam os refis para que os pacientes busquem quando chegar a hora. Outras farmácias esperam o paciente ligar ou visitar presencialmente para solicitar mais medicamentos. Se a farmácia não tiver nenhum refil atualizado para você, ela ligará diretamente para a sua equipe médica solicitando outra receita ou orientará você a ligar para sua equipe médica.

***Certifique-se de saber se a farmácia está entrando em contato com a sua equipe, ou se você precisará fazer isso.***

Você deverá solicitar o refil pelo menos 4 dias úteis antes de ficar sem o medicamento, para que sua equipe e a farmácia tenham tempo suficiente para prepará-lo para que você vá buscar.

**É muito importante continuar tomando seus medicamentos até que um médico fale para você parar, mesmo que esteja se sentindo melhor.**

Os pacientes da CHA podem ter seus medicamentos repostos em qualquer uma das farmácias CHA. Elas estão localizadas em Cambridge, East Cambridge, Malden e Revere. Assistência financeira está disponível para pessoas que se qualificam para tal.



**Cambridge Hospital**

**1493 Cambridge St.**  
2nd floor, main building  
617-665-1438



**CHA East Cambridge**

**163 Gore Street**  
Next to Primary Care  
617-499-6690



**CHA Malden**

**195 Canal Street**  
1st floor  
781-338-8990



**CHA Revere**

**454 Broadway**  
1st floor  
781-485-8272

*Consulte nosso site para saber nosso horário de funcionamento atual*

**Os pacientes da CHA podem ter seus medicamentos repostos em qualquer uma das farmácias CHA. Elas estão localizadas em Cambridge, East Cambridge, Malden e Revere. Assistência financeira está disponível para pessoas que se qualificam para tal.**

As farmácias da CHA também fazem a entrega de medicamentos para os nossos pacientes gratuitamente. Você pode pedir que seus medicamentos sejam entregues ligando diretamente para a farmácia ou através do aplicativo para celular RxLocal. <https://app.rxlocal.com/>

## Intérpretes

Intérpretes médicos estão disponíveis por telefone e às vezes presencialmente, para ajudar você a se comunicar com sua equipe de cuidados. Por lei, você tem direito a receber cuidados médicos em seu próprio idioma, através do serviço gratuito de intérpretes. Você também tem direito a solicitar um intérprete diferente por qualquer motivo (por exemplo, se tiver problemas com a qualidade da interpretação, o gênero do intérprete, seu sotaque, etc). As farmácias também têm o dever de fornecer intérpretes, conforme a necessidade.

## Lendo os rótulos dos seus remédios com receita

Os rótulos dos seus remédios com receita contêm muitas informações importantes. O rótulo incluirá o nome do medicamento (marca e/ou genérico), as instruções de quanto tomar e com qual frequência, o nome do prestador que prescreveu a medicação, o nome/endereço/telefone da farmácia que forneceu o medicamento, quanto medicamento está no pote ou caixa, quantas reposições estão no arquivo da farmácia, além de outras informações.

*Lembre-se: se o seu rótulo tem o número de refis, ligue para a farmácia para requisitar o próximo frasco (não para o consultório do médico).*

The diagram shows a medication label for METFORMIN 500MG from CHA Cambridge Health Alliance. The label includes the following information:

- Número da prescrição:** RX# 123456789
- Número da farmácia para ligar e reabastecer o medicamento:** 1493 Cambridge Street, Cambridge, MA 02139, 617-665-1438
- Instruções especiais sobre como tomar o medicamento ou avisos sobre efeitos colaterais:** Take this medication with a meal. Read label carefully for how many times to take each day.
- Nome genérico:** METFORMIN 500MG
- Marca:** Substituted for Glucophage
- Quantidade:** 60 EA
- NDC:** 65862-0008-05
- Dr. Doctor Test**
- DOB:** 02/19/1989
- (05) REFILLS REMAINING UNTIL 07/01/2025**
- Discard After:** 07/01/2025
- QR code para o guia online do medicamento**
- Descrição da aparência do medicamento:** film-coated white round tablet SIDE 1: A SIDE 2: 12
- Número restante de recargas:** (05)
- Data de validade da medicação:** 07/01/2025

## Informações importantes sobre tipos específicos de medicamentos

### Antibióticos

Antibióticos são medicamentos que ajudam a combater doenças causadas por bactérias. As bactérias podem causar doenças como faringite estreptocócica, infecções do trato urinário, sífilis e algumas pneumonias. Alguns antibióticos comuns são amoxicilina, penicilina, azitromicina, cefalexina, ciprofloxacino, metronidazol e ceftriaxona. **Todos os antibióticos requerem uma receita médica nos Estados Unidos.**

Antibióticos nos Estados Unidos são principalmente fornecidos por via oral (pela boca), não por injeções. Eles funcionam tão bem quanto os medicamentos injetáveis.

**Antibióticos NÃO tratam vírus.** Diversas doenças comuns são virais – na verdade, a maioria dos resfriados são causados por vírus. Quando você está doente por causa de um vírus, os antibióticos NÃO irão ajudar você a se sentir melhor, e a equipe médica NÃO irá prescrevê-los para você.

Quando pessoas tomam antibióticos sem necessidade, ou quando não tomam o antibiótico pelo tempo certo, as bactérias podem sofrer mudanças, tornando-se resistentes ao antibiótico. Quando isso acontece, o antibiótico não funcionará mais para matar a bactéria. **Para evitar o surgimento de bactérias resistentes, é muito importante somente tomar antibióticos se forem receitados por sua equipe médica, além de finalizar completamente o tratamento recebido (mesmo se você se sentir bem imediatamente).**

### Substâncias controladas

Substâncias controladas são medicamentos regulamentados pelo governo, pois podem causar vício ou serem usados de maneira abusiva (tomadas de maneira inapropriada por causa de seus efeitos colaterais, em vez de serem tomadas como parte de um tratamento médico). Alguns exemplos comuns de substâncias controladas são opioides (oxicodona, morfina, tramadol, entre outros), benzodiazepínicos (clonazepam / Klonopin, lorazepam / Ativan, diazepam / Valium, entre outros), gabapentina e pregabalina (Lyrica), e estimulantes (anfetamina / Adderall, metilfenidato / Ritalina, entre outros). O governo solicita que organizações de saúde tenham regras sobre como e quando os prestadores podem prescrever esses medicamentos e sobre como monitorar pacientes tomando esses medicamentos para mantê-los seguros.

Alguns desses medicamentos controlados estão disponíveis em outros países sem receita ou monitoramento. Mesmo se você estiver tomando esses medicamentos no seu país de origem, sua equipe médica nos EUA poderá recomendar tratamentos alternativos se sentirem que existem opções mais seguras para a sua saúde.

## Contraceptivos (prevenção de gravidez)

Muitos países têm pílulas contraceptivas à venda nas farmácias, sem a receita de um profissional de saúde. Nos Estados Unidos, quase todos os métodos de contracepção – incluindo pílulas – precisam ser receitados. Em 2024, existe somente uma pílula contraceptiva disponível nas farmácias que pode ser comprada sem receita (Opill / norgestrel).

Todos os medicamentos contraceptivos na CHA são gratuitos se você não puder comprá-los. Você também pode receber suprimento de 12 meses de contraceptivos de uma só vez, em qualquer farmácia de Massachusetts.

### Cuidados de contracepção na CHA

O Programa de Saúde Sexual e Reprodutiva da CHA é um recurso de uma etapa para que você aprenda a respeito e seja conectada a métodos de controle de natalidade, serviços de aborto e testes para infecções sexualmente transmissíveis. Você não precisa ser paciente da CHA para usar esses serviços. Ligue para 617-591-6746 para marcar uma consulta.

## Diferenças específicas dos medicamentos nos Estados Unidos

Existem alguns medicamentos que podem ser comprados em outros países, mas são vendidos com receita ou não estão disponíveis nos EUA. Outros medicamentos são usados de forma diferente nos EUA. Algumas das diferenças incluem:

### BRASIL:

- Combinações de medicamentos para dores e espasmos musculares como Dorflex, Torsilax e Neosaldina não estão disponíveis nos EUA. Todos esses incluem um relaxante muscular mais outros ingredientes ativos. Relaxantes musculares só estão disponíveis com receita nos EUA.
- Combinações de hormônios que incluem estrógeno, progesterona e testosterona (na forma de chip, comprimido ou creme) não são usados nos Estados Unidos.
- A Novalgina e a Novalgina Infantil (dipirona, um anti-inflamatório não esteroideal ou AINE) são usados no Brasil para tratar dores e febre em crianças com mais de 3 meses. Este medicamento não está disponível nos EUA. Além disso, os prestadores de serviços de saúde nos EUA recomendam evitar todos os AINES em crianças com menos de seis meses de idade.

### HAITI

- A ciproheptadina está disponível sem receita no Haiti e é comumente usada para aumentar o apetite nas crianças. Esse medicamento só está disponível com receita nos EUA e não é usado com frequência.
- A aspirina não é usada para tratar crianças nos Estados Unidos.

## Mantendo a segurança ao tomar medicamentos

Siga essas importantes orientações para manter-se seguro ao tomar medicamentos:

1. Não tome o medicamento de outras pessoas.
2. Não tome medicamentos importados sem perguntar à sua equipe médica nos EUA se isso é seguro e apropriado.
3. Não tome mais do que a dose prescrita ou recomendada.
4. Não tome um medicamento com frequência maior do que o que foi recomendado ou prescrito.
5. Tome seus medicamentos até que sua equipe de cuidados diga para você parar – não pare mesmo se estiver se sentindo melhor.
6. Preste atenção nas instruções sobre como tomar seus medicamentos – por exemplo, alguns devem ser tomados de estômago vazio, outros devem ser tomados com alimentos.
7. Preste atenção nos efeitos colaterais dos medicamentos – por exemplo, alguns medicamentos podem causar tonturas e você não deve dirigir ao tomá-los.
8. Tome cuidado com medicamentos sem receita:
  - Preste atenção às recomendações de idade, dosagem e instruções na caixa/frasco – se você não conseguir entender as instruções, um farmacêutico pode chamar um intérprete para explicá-las para você no seu idioma.
  - Sempre use um copo medidor ou uma seringa medidora para dosagem – não use colheres comuns de cozinha.
  - Preste atenção a medicamentos combinados (medicamentos com mais de um ingrediente ativo – costumam ser medicamentos para “gripes e resfriados”). É possível tomar uma dose excessiva do medicamento acidentalmente caso esteja tomando múltiplos medicamentos combinados que incluem o mesmo ingrediente.
9. Saiba reconhecer quais são os sinais de reações alérgicas e o que fazer nessa situação. Caso apresente:
  - Chiado no peito ou dificuldade para respirar depois de tomar um medicamento, ou qualquer inchaço no rosto ou garganta: **LIGUE PARA O 911** ou vá imediatamente ao Departamento de Emergência.
  - Erupções de pele/urticária (manchas vermelhas na pele do corpo que podem aparecer e desaparecer) sem dificuldades para respirar: pare de tomar o medicamento e ligue para o seu consultório de cuidados primários imediatamente.  
*Caso você não tenha uma clínica de cuidados primários, vá a um atendimento de urgência.*
  - Vômitos ou diarreia: ligue para sua clínica de cuidados primários imediatamente. *Caso você não tenha uma clínica de cuidados primários, vá a um atendimento de urgência.*



## Medicamentos e crianças

Muitos medicamentos podem ser perigosos para crianças caso elas sejam muito novas ou se a dose for muito alta. Em caso de dúvidas, pergunte a um profissional.

### Caso a criança:

- **Tenha menos de 2 meses: não dê nenhum medicamento** sem conversar com um profissional de saúde.  
*Isso inclui medicamentos para febre, como acetaminofeno ou ibuprofeno!*
- **Menores de 6 meses:** não dê ibuprofeno.  
*É possível dar acetaminofeno / Tylenol após os dois meses de idade. A dose é baseada no peso do bebê – converse com o seu pediatra para saber a dose correta.*
- **Abaixo de 2 anos:** não dê medicamentos sem receita além do acetaminofeno (Tylenol) ou ibuprofeno (Motrin/Advil) sem pedir orientação de um profissional de saúde para saber a dose correta e obter uma receita.
- **Abaixo de 6 anos:** não dê nenhum medicamento para tosse ou resfriado a não ser que um profissional de saúde dê o aval – esses medicamentos podem ter efeitos colaterais sérios em crianças pequenas (incluindo afetar a respiração).
- **Nunca Nunca dê aspirina a uma criança (abaixo de 18 anos)** a não ser que seja orientado por um profissional de saúde (isso pode causar uma doença rara porém séria chamada de síndrome de Reye em crianças).

### De modo geral:

- Sempre use um copo medidor ou uma seringa medidora para as doses; não use colheres de chá ou de sopa comuns.
- Nunca dê mais do que a dose recomendada.
- Preste atenção na potência e dosagem dos medicamentos líquidos – às vezes os medicamentos para bebês são mais fortes do que a versão feita para crianças mais velhas. Um exemplo é o Motrin para bebês e o Motrin para crianças. Tome cuidado e confira a dose correta todas as vezes. Se tiver qualquer dúvida, pergunte ao médico da criança.
- Certifique-se de que as crianças não consigam acessar os medicamentos, incluindo trancar substâncias controladas.
- Descarte medicamentos não utilizados ou vencidos (veja “descarte de medicamentos” abaixo).

### Controle de Intoxicações: 1-800-222-1222

Se uma criança tomar acidentalmente um medicamento que não deveria, ou uma quantidade muito grande de medicamento, ligue para o Centro Nacional de Controle de Intoxicações 24/7 no 1-800-222-1222, de modo a obter orientações imediatas sobre o que fazer. (Intérpretes estão disponíveis) Esses especialistas podem ajudar com qualquer intoxicação, tanto em crianças quanto em adultos, caso uma substância seja comida, bebida, espalhada na pele ou olhos ou aspirada. Você também pode ligar se não tiver certeza se algo causa envenenamento, mas se estiver preocupado com a exposição.

## Suplementos (vitaminas, minerais, ervas, proteínas em pó, etc)

Os suplementos não são monitorados nos EUA da mesma maneira que os medicamentos. Isso significa que não há supervisão para certificar seu funcionamento ou sua segurança, ou que a dose do ingrediente ativo é realmente a que a embalagem descreve. Alguns suplementos (como a erva-de-são-joão ou a vitamina K) podem interagir com outros medicamentos de maneiras que não são seguras. Alguns podem ser tóxicos se tomados em altas doses. Certifique-se de informar a equipe médica se estiver tomando qualquer suplemento ou vitamina sem receita.

Na maioria das vezes, os suplementos são seguros se tomados de acordo com as instruções da embalagem. Mas é sempre uma boa ideia conversar com sua equipe médica antes de começar a tomar um suplemento.

Não dê vitaminas ou suplementos ao seu filho sem antes conversar com sua equipe médica.

## Descarte de medicamentos: Descartando medicamentos que você não quer ou não precisa

Se você tem medicamentos vencidos, medicamentos que você não precisa ou antibióticos líquidos excedentes após finalizar o tratamento prescrito, você deverá descartá-los. Isso ajuda a garantir que ninguém tome medicamentos de maneira inapropriada.

Alguns medicamentos podem ser descartados no vaso sanitário e outros precisam ser jogados fora ou retornados para as farmácias. Às vezes as delegacias de polícia também aceitam medicamentos que não são mais necessários.



**Você pode encontrar uma localização para devolver medicamentos que não necessita aqui**

Você também pode pedir orientações sobre descarte de medicamentos na sua farmácia.



**CARE TO THE PEOPLE**

**Para obter mais informações, visite [challiance.org](https://challiance.org).**