



CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE INGESTÃO MEDICAMENTOSA EM IDOSOS: RELATO DE UMA EXPERIÊNCIA DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA

NAOMY SOPHIA CALDEIRA DOS SANTOS; LUANA SANTOS FIGUEIRA;
ESTEFANNY MELÉM DE ANDRADE; AMANDA FERREIRA DE ALMEIDA

RESUMO

Este relato descreve o trabalho realizado por estudantes do Instituto de Saúde Coletiva (ISCO) da Universidade Federal do Oeste do Pará (UFOPA), que desenvolveu uma ação de sensibilização voltada ao uso consciente de medicamentos pelos idosos que frequentam o Centro de Convivência do Idoso (CCI) em Santarém, Pará. A iniciativa se baseia em hipóteses e dados da literatura, que destacam o manejo inadequado de medicamentos como um problema comum nessa faixa etária, podendo levar a complicações como interações medicamentosas, efeitos adversos e hospitalizações evitáveis. O principal objetivo da ação foi identificar as dificuldades enfrentadas pelos idosos em relação ao uso de medicamentos, promover a educação para o manejo seguro e desenvolver ferramentas que facilitem a adesão ao tratamento. Para isso, foram confeccionados materiais como caixas para armazenamento de medicamentos, adesivos de identificação e uma cartilha informativa sobre o projeto e os adesivos criados. As atividades incluíram o levantamento de informações junto a coordenação do CCI para traçar o perfil epidemiológico dos participantes, roda de conversa sobre os riscos da automedicação e dúvidas relacionadas à ingestão de medicamentos, além da distribuição dos materiais educativos. Um residente em Farmácia também foi convidado a colaborar, oferecendo suporte técnico e contribuindo para as orientações. Os resultados indicaram que muitos idosos enfrentam dificuldades em seguir os esquemas terapêuticos prescritos, especialmente quando estes envolvem múltiplos medicamentos, o que é comum em pacientes com comorbidades. No entanto, a ação proporcionou maior conscientização sobre o uso correto dos medicamentos e sanou as dúvidas relacionados à identificação, organização e manejo dos remédios. A iniciativa contribuiu significativamente para a segurança no uso de medicamentos entre os idosos participantes, reforçando a importância de ações contínuas de educação em saúde. Este caso exemplifica como medidas de intervenção educacionais desempenham um papel crucial para esclarecimento de dúvidas, fornecimento de orientações sobre armazenamento, dosagens e efeitos colaterais, e promoção da autonomia no uso seguro de medicamentos, melhorando a qualidade de vida dessa população.

Palavras-chave: Educação em saúde; saúde do idoso; automedicação; promoção da saúde; autonomia.

1 INTRODUÇÃO

A sociedade atual frequentemente enxerga os medicamentos como solução imediata para diversas sintomatologias, o que aumenta os riscos de automedicação. Essa prática está muitas vezes ligada ao desejo do paciente de aliviar seus sintomas de forma rápida. No entanto, o alívio sintomático proporcionado pela automedicação nem sempre indica um tratamento adequado ou a resolução definitiva do problema, podendo, inclusive, mascarar condições mais graves (Negrao, 2019).

Entre as diferentes faixas etárias, a população idosa destaca-se pelo elevado consumo de medicamentos, com uma média de 2 a 5 fármacos prescritos simultaneamente. Isso ocorre

devido à prevalência de múltiplas condições crônicas que comprometem diferentes órgãos e sistemas, tornando esse grupo mais vulnerável a efeitos adversos e interações medicamentosas. Estudos indicam que mais de 90% dos idosos utilizam pelo menos um medicamento em curtos períodos (7 a 14 dias) nos serviços de saúde, com o objetivo de aumentar a sobrevida e melhorar a qualidade de vida. No entanto, quando o idoso não segue corretamente o tratamento prescrito ou não consegue aderir a ele, a probabilidade de recorrer à automedicação aumenta significativamente (Beserra et al., 2019; Silva e Fontoura, 2014).

As alterações fisiológicas associadas ao envelhecimento impactam diretamente as propriedades farmacocinéticas e farmacodinâmicas dos medicamentos. A redução da massa muscular, do volume de água corporal, do metabolismo hepático e da capacidade homeostática, além do comprometimento da filtração e excreção renal contribuem para o acúmulo de substâncias tóxicas no organismo. Esse quadro eleva o risco de reações adversas, como confusão mental, insuficiência renal, arritmias, tonturas e quedas, que podem comprometer seriamente a saúde e a qualidade de vida dos idosos (Lima e Alvim, 2019; Silva e Fontoura, 2014).

Nesse contexto, o presente relato tem como objetivo geral descrever e analisar uma ação de sensibilização conduzida por estudantes do Instituto de Saúde Coletiva (ISCO) da Universidade Federal do Oeste do Pará (UFOPA). A iniciativa foi voltada sensibilização quanto ao uso responsável de medicamentos entre idosos, com foco em traçar o perfil epidemiológico daqueles que utilizam medicamentos e frequentam o Centro de Convivência do Idoso (CCI) em Santarém, Pará. A ação buscou identificar as principais dificuldades enfrentadas pelos idosos, como o reconhecimento dos medicamentos, a dosagem correta e os horários de administração. Além disso, analisamos a incidência da automedicação, propondo intervenções educativas e abordagens dinâmicas baseadas em uma visão holística. Essas estratégias foram desenvolvidas para reduzir os riscos associados à automedicação, promover a segurança, o bem-estar e melhorar a qualidade de vida dessa população (BVS APS, 2024).

2 RELATO DE CASO/EXPERIÊNCIA

Primordialmente, verificou-se junto a docente da disciplina a relevância do tema a ser abordado, identificação da melhor atividade de intervenção a ser aplicada e os recursos necessários para sua execução. A escolha dessa temática propiciou ao grupo um contato inicial com as instâncias responsáveis do município, sendo necessária após a visita inicial ao local escolhido a submissão de um ofício acompanhado do projeto desenvolvido pelos acadêmicos para a Secretaria Municipal de Trabalho e Assistência Social (SEMTRAS) que faz parte da Coordenação da Proteção Social Básica do Município de Santarém, estado do Pará.

Com o aceite pela SEMTRAS os acadêmicos coletaram informações e desenvolveram suas atividades no Centro de Convivência do Idoso (CCI), instituição atuante no município desde 1982. O CCI busca promover a integração social e a melhoria da qualidade de vida dos idosos de forma a combater o asilamento, promover a convivência comunitária e permitir que os idosos mantenham sua cidadania ativa e participativa, com atividades projetadas para atender às necessidades físicas, sociais e mentais da população, com estratégias focadas na socialização, bem-estar e resgate da cidadania.

O levantamento de dados sobre as atividades realizadas no Centro de Convivência do Idoso (CCI) revelou que, em 2022, eram oferecidas ações como hidroginástica, educação física, artesanato, danças, jogos e reuniões. Em relação ao perfil do público atendido, o CCI possuía um cadastro de 215 idosos, sendo a maioria composta por mulheres (81,86%), com idades entre 60 e 70 anos (62,32%), escolaridade até o ensino fundamental incompleto (51,16%) e autodeclarados de raça parda (72,09%).

Figura 1: Dados coletados dos 215 idosos cadastrados no Centro de Convivência do Idoso (CCI) em 2022.

Variáveis		Número de participantes (%)
Gênero	Masculino	N= 39 (18,14%)
	Feminino	N= 176 (81,86%)
Idade	60 – 70 anos	N= 134 (62,32%)
	71 – 80 anos	N= 62 (28,84%)
	> 80 anos	N= 19 (8,84%)
Escolaridade	Analfabeto	N= 04 (1,86%)
	Fund. Incomp.	N= 110 (51,16%)
	Fund. Comp.	N= 17 (7,91%)
	Médio Incomp.	N= 11 (5,12%)
	Médio Comp.	N= 49 (22,79%)
	Superior	N= 24 (11,16%)
Raça/etnia	Branca	N= 47 (21,86%)
	Parda	N= 155 (72,09%)
	Preta	N= 13 (6,05%)

Legenda: Fund. Incomp – fundamental incompleto; Fund. Comp. – fundamental completo; Médio Incomp. – médio incompleto; Médio Comp. – médio completo.

A partir disto, o grupo de discentes preparou baseado em suas hipóteses e nos fatores que podem influenciar a automedicação encontrados na literatura, uma roda de conversa com um residente do curso de Farmácia sobre os riscos de automedicação, do armazenamento inadequado de fármacos, a importância de consultar um médico para iniciar o uso de medicamentos conforme prescrição, a forma correta de ingestão medicamentosa, e a influência das práticas de atividade física e da boa alimentação na saúde que os frequentadores do CCI tem desenvolvido. Além disso, os acadêmicos confeccionaram caixas para armazenamento de medicamentos, adesivos para identificação, e cartilha com informações acerca do projeto e dos adesivos desenvolvidos.

Figura 2: Cartilha e caixa de medicamentos confeccionada pelos discentes.



Concluimos com a implementação da atividade planejada que uma parte dos idosos que participam das atividades no CCI em Santarém possuía dificuldades para identificar os medicamentos, compreender as dosagens e os horários corretos de ingestão. Optar por realizar a atividade no formato de roda de conversa mostrou-se eficaz, pois permitiu adaptar as orientações conforme as necessidades específicas dos idosos. Ressalta-se que estratégias educativas junto ao envolvimento de profissionais, como farmacêuticos, são essenciais para mitigar esses problemas. A integração entre a atenção básica e os serviços de farmácia pode contribuir significativamente para melhorar a adesão terapêutica e reduzir os riscos associados

ao uso inadequado de medicamentos.

3 DISCUSSÃO

O uso inadequado de medicamentos, pode ser associado diretamente a automedicação, que quando relacionada a pessoas idosas propicia interações medicamentosas perigosas que podem acarretar sérias consequências a saúde, devido ao uso contínuo e que muitas vezes envolve múltiplos medicamentos nessa faixa etária para tratamento de comorbidades. Isso evidencia que, além das condições fisiológicas mais frágeis da população idosa, a falta de orientação adequada agrava os riscos à saúde, comprometendo tanto a segurança dos pacientes quanto à eficácia do tratamento (Araújo *et al*, 2022).

Pereira et al. (2018) aprofundam a análise da prática de automedicação ao explorar os fatores culturais e sociais que a incentivam, como a influência de propagandas farmacêuticas e a acessibilidade facilitada a certos medicamentos. Eles identificam uma alta prevalência dessa prática em idosos, ressaltando que medicamentos como analgésicos e anti-inflamatórios são frequentemente usados sem supervisão médica, elevando os riscos de efeitos colaterais como problemas gastrointestinais e hepatotoxicidade.

Embora a automedicação seja uma preocupação relevante, a prática de manejo inadequado das medicações por idosos também é um desafio crescente no contexto da saúde pública, a experiência observada no CCI revelou que a maior dificuldade entre os idosos não é o uso indevido de medicamentos por iniciativa própria, mas na compreensão e no manejo correto dos medicamentos prescritos. Muitos idosos enfrentam dificuldades em seguir os esquemas terapêuticos prescritos, especialmente quando estes envolvem múltiplos medicamentos, o que é comum em pacientes com comorbidades.

Griebelar e Borges (2023) destacam em seu estudo que tais desafios são comuns nesta faixa etária devido ao baixo nível de escolaridade que impacta na compreensão das instruções fornecidas nos rótulos ou prescrições, a polifarmácia que frequentemente leva a confusões quanto aos horários e doses corretas, e a falta de orientação profissional que agrava as dificuldades, já que os idosos muitas vezes não recebem informações claras e adequadas sobre como utilizar os medicamentos corretamente.

Devido a isto a Biblioteca Virtual em Saúde orienta profissionais da Atenção Primária em Saúde (2024), a identificar as barreiras que dificultem a eficácia dos tratamentos, por meio do qual recomenda-se o uso de ferramentas como caixas organizadoras de medicamentos e lembretes, além de reforçar a importância da adesão ao tratamento através de explicações claras, com linguagem simples e reforço positivo. Assim como, uma atenção maior a polifarmácia e a inclusão de cuidadores nesse processo, realizando avaliações periódicas da necessidade de cada medicamento de forma a prevenir efeitos adversos e ajudando os idosos a seguir os tratamentos corretamente.

Este caso exemplifica como medidas de intervenção educacionais desempenham um papel crucial para resolver tais desafios enfrentados pelos idosos, pois ajudam a esclarecer dúvidas sobre os medicamentos, incluindo instruções sobre armazenamento, dosagens corretas e possíveis efeitos colaterais, propiciando o melhor entendimento e promovendo autonomia para o uso seguro dos remédios. Além de, promover ferramentas de armazenamento e identificação personalizadas com o intuito de facilitar o entendimento por parte dos idosos.

4 CONCLUSÃO

Conclui-se que a intervenção educativa realizada no Centro de Convivência do Idoso destacou-se pela relevância ao abordar as dificuldades dos idosos no manejo correto de medicamentos.

A atividade realizada obteve impacto positivo, ampliando o conhecimento sobre o uso seguro e adequado dos medicamentos. A ação evidenciou que o principal desafio não é a

automedicação, mas a adesão aos tratamentos prescritos, muitas vezes dificultados por fatores como baixa escolaridade e polifarmácia. Apesar dos resultados promissores o estudo teve limitações, como a abrangência restrita a uma amostra específica de idosos e o período limitado de acompanhamento. No entanto, a experiência reforça a importância de iniciativas como essas com abordagem educativa e integrada, envolvendo profissionais da saúde, para promover o uso seguro e responsável de medicamentos. Estratégias que consideram as necessidades específicas dos idosos, incluindo o uso de linguagem simples, desenvolvimento de matérias visuais, e intervenções personalizadas são essenciais para aumentar a adesão aos tratamentos e a autonomia dos pacientes. Além disso, essas iniciativas têm o potencial de contribuir significativamente para a qualidade de vida dos idosos ao prevenir riscos maiores associados ao uso inadequado de medicamentos e fomentar uma abordagem integral de cuidado em saúde.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, BN et al. Automedicação e uso inadequado de medicamentos na terceira idade. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, v. 11, n. 14, e181111436241, 2022. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i14.36241> . Acesso em: 18 nov. 2024.
- BESERRA, Fernanda Lorena Pereira Rocha; BORBA, Valéria Ferreira da Costa; TORRES, Jáfia Elana Gonçalves; SILVA, Sara Nayara Duarte; MACEDO, Mellyssa Ayeska Custodio Sobreira. Automedicação em Idosos: Medidas de Prevenção e Controle. *Revista Contexto & Saúde*. vol. 19, n. 37, jul./dez. 2019
- BVS ATENÇÃO PRIMÁRIA EM SAÚDE. Como abordar os pacientes idosos que fazem uso de medicação contínua? Disponível em: <https://aps-repo.bvs.br/>. Acesso em: 18 nov. 2024.
- GRIEBELER, Maria Luiza; BORGES, Elysângela Beatriz. Dificuldades no uso de medicamentos por idosos. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 26, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br> . Acesso em: 18 nov. 2024.
- LIMA, Mizaél Maciel; ALVIM, Haline Gérica de Oliveira. Riscos da Automedicação. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos -Ano II, volume II*, n.4. 2019.
- NEGRAO, Janielen Aparecida da Silva. Os malefícios da automedicação na terceira idade. *Revista Saúde Multidisciplinar*. 5ª Ed. Pág:05-14. 2019.
- PEREIRA, M. et al. A prática da automedicação em idosos: prevalência, fatores de risco e consequências. *Anais do Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar em Saúde*. Editora Realize, 2018. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/> . Acesso em: 18 nov. 2024.
- SILVA, Yara de Almeida; FONTOURA, Ricardo. Principais Consequências da Automedicação em Idosos. *Revista de Divulgação Científica Sena Aires*. Vol.1. pág: 75-82. 2014;