



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista com Dra. Ana Lea Clementino - Os riscos da automedicação, saiba as consequências.

No dia a dia, por conta da correria, é comum recorrer a um medicamento para aliviar dores da rotina, como dores musculares, de cabeça ou até desconfortos no estômago. Muitas vezes, aquela “mini farmácia” em casa parece suficiente para resolver o problema rapidamente. Em outras situações, a busca por indicações de familiares ou amigos também acaba influenciando na escolha do remédio.

Mas o uso de medicamentos sem orientação médica, inclusive aquele remédio que sobrou de um tratamento anterior pode ser mais perigoso do que muita gente imagina. E o alerta não vale apenas para crianças, mas também para a saúde dos adultos.

Dados do Conselho Federal de Farmácia (CFF) apontam que mais de 77% da população brasileira admite tomar medicamentos sem orientação médica. Já a Organização Mundial da Saúde (OMS) destaca que a automedicação só é aceitável quando ligada ao autocuidado responsável, ou seja, ao cuidado que a pessoa tem com a própria saúde de maneira consciente e segura, adotando hábitos saudáveis e seguindo orientações adequadas e, não à autoprescrição, que ocorre quando a própria pessoa decide qual medicamento usar sem orientação de um profissional de saúde.

No conteúdo desta semana, a médica pediatra e líder da Pastoral da Criança em Londrina, Paraná, Ana Lea Clementino, explica o que é a automedicação, os principais riscos do uso sem orientação e como esse hábito pode afetar adultos e crianças.

Você pode acompanhar o conteúdo completo abaixo ou ouvir a entrevista no player de áudio desta página.

ENTREVISTA COM: Dra. Ana Lea Clementino, médica pediatra. A Dra. Ana Lea atua também como líder da Pastoral da Criança em Londrina, Paraná.



Dra. Ana Lea, a senhora poderia explicar o que é automedicação? Por que as pessoas se automedicam?

DRA. ANA LEA:

Automedicação é quando a pessoa usa medicamentos por conta própria, sem orientação de um profissional de saúde e isso também inclui usar remédios antigos, indicação de conhecidos ou até repetir uma receita antiga. As pessoas fazem isso por vários motivos, desde facilidade de acesso aos medicamentos, até falta de tempo para procurar atendimento, ou até mesmo a falsa sensação de que já sabem como tratar, porque já fizeram isso uma vez. Mas isso pode trazer riscos importantes, porque cada pessoa e cada doença são diferentes. O que funcionou dessa vez pode não funcionar da próxima. Então, o mais importante é lembrar que medicamento não é algo inofensivo e ele precisa, sim, ser usado com orientação.

Quais são os perigos da automedicação?

DRA. ANA LEA:

Bom, automedicação pode causar vários problemas sérios. Um dos principais é mascarar sintomas, atrasando o diagnóstico correto de doenças que podem ser graves. Além disso, pode causar reações alérgicas, intoxicações, efeitos colaterais e até interações com outros medicamentos que são perigosos. Outro risco muito importante é o uso inadequado de antibióticos, que contribui para a resistência bacteriana, ou seja, os remédios deixam de funcionar quando realmente são necessários, pelo uso excessivo que é feito e muitas vezes sem necessidade.

Por que a automedicação é ainda mais grave e perigosa com crianças?

DRA. ANA LEA:

Nas crianças, o risco é maior, porque o organismo ainda está em desenvolvimento. O fígado e os rins não funcionam como os dos adultos. Então, isso aumenta o risco de intoxicação. Além disso, a dose precisa ser calculada com base no peso dessa criança e os erros são muito mais comuns quando os pais medicam por conta própria as crianças do que nos adultos. Então, a

Sociedade Brasileira de Pediatria alerta que até medicamentos comuns, como antitérmicos, podem causar danos se forem usados de forma inadequada. Criança não é um adulto pequeno, a gente tem que deixar isso bem claro, qualquer medicação deve ser orientada por um profissional.

Quais são os riscos da automedicação na gravidez e durante a amamentação?

DRA. ANA LEA:

Durante a gravidez e a amamentação, a automedicação pode afetar diretamente o bebê. Então, alguns medicamentos podem causar malformações, prejudicar o desenvolvimento do bebê ou passar para o leite materno. O bebê ingere essa medicação com o leite materno e, dependendo da medicação, sofre os efeitos colaterais. Muitas vezes, a mãe acha que um remédio comum é seguro, mas nem sempre é. A gente tem que estar alerta que nem toda medicação nessa fase pode ser ingerida pela mãe e ela deve ser sempre avaliada por um profissional antes de tomar qualquer medicamento. Então, cuidar da mãe é cuidar do bebê e isso inclui o uso seguro de medicamentos.

Dra. Ana Lea, que cuidados devemos ter ao guardar remédios em casa?

DRA. ANA LEA:

Os medicamentos devem ser sempre guardados fora do alcance das crianças, de preferência em locais altos e trancados, fora da visão delas. A gente tem que evitar deixar remédios em bolsas, mesas ou gavetas acessíveis. Também é importante manter a embalagem original com identificação e nunca dizer à criança que remédio é balinha, porque isso aumenta o risco de ingestão acidental, porque você desperta a curiosidade e a vontade dessa criança. É preciso lembrar que as intoxicações por medicamentos estão entre os principais acidentes domésticos na infância.

Dra. Ana Lea, existem situações que podem substituir os medicamentos? Dê alguns exemplos.

DRA. ANA LEA:

Sim, com certeza. Em muitos casos, medidas simples podem ajudar bastante, como, por exemplo, hidratação, repouso, alimentação saudável e adequada, controle do ambiente. São medidas que ajudam em qualquer situação de doença. Nas doenças respiratórias, por exemplo, se você associar esses cuidados, uma lavagem nasal com soro fisiológico feita de forma adequada, você já está ajudando muito e não está usando medicamento. Num caso de febre, por exemplo, o mais importante é observar o estado geral da criança. Nem sempre a gente precisa medicar a febre imediatamente. Então, é preciso reforçar que nem todo sintoma precisa de remédio, nem sempre o melhor cuidado é um medicamento, é um antitérmico. Muitas vezes, o melhor cuidado é você observar

atentamente essa criança, dar um repouso e alimentação adequada para esse organismo e levar para o atendimento médico assim que você perceber queda do estado geral. Essa seria a melhor orientação.

O que é mais importante numa criança com febre? É necessário levá-la imediatamente ao pronto-socorro? Como a família deve agir?

DRA. ANA LEA:

Nem sempre. A febre é um mecanismo de defesa do corpo. O mais importante não é o número que está marcando no termômetro, mas como essa criança está se apresentando, se ela está ativa, se ela está hidratada, mamando ou brincando. Geralmente, essas crianças podem ser acompanhadas em casa nos primeiros dias de febre. Desde que elas estejam em bom estado geral. Você deve procurar atendimento se houver sinais de alerta, como, por exemplo: prostração (estado de cansaço excessivo e falta de disposição), dificuldade para respirar, vômitos que persistem ou febre em bebês menores de dois meses. Mas, tirando esses casos, na maioria das vezes é possível observar um pouco essa criança em casa, mesmo que ela esteja febril. A febre assusta, mas, na verdade, o comportamento da criança é que deve ser o principal guia.

A convulsão febril é um dos maiores medos dos pais, gerando pânico e desespero. Esse medo tem fundamento?

DRA. ANA LEA:

Na verdade, não. A convulsão febril realmente assusta muito, mas na maioria dos casos ela é benigna. Ela acontece em algumas crianças que já são predispostas geneticamente. Geralmente, na idade entre seis meses e cinco anos de vida, e não significa que essa criança vá desenvolver alguma doença neurológica por essa razão. Em geral, as crises acontecem no início da subida da temperatura e não quando essa criança já atingiu 39 °C ou 40°C. Então, é mito aquela história de que toda criança que tem a febre alta, que atinge 39°C ou 40°C, precisa ser levada imediatamente ao pronto-socorro pelo risco de convulsão febril. Isso é mito. A convulsão, como eu já falei, acontece em crianças predispostas e pode ser no início da subida de temperatura. Então, o importante é manter a calma, proteger a criança durante a crise e procurar atendimento após o episódio, mas lembrar sempre que uma convulsão febril não deixa sequelas.



(MENSAGEM) Maria Inês Monteiro de Freitas, Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança.

Maria Inês, por que os líderes da Pastoral da Criança orientam as famílias acompanhadas sobre automedicação?

MARIA INÊS:

Os líderes da Pastoral da Criança sabem que ainda há muita falta de informação sobre esse tema nas famílias e comunidades. Muita gente compra remédio por conta própria sem nem saber dos riscos. As gestantes precisam ser orientadas que só devem tomar remédio com receita e orientação médica. Tomar remédio por conta própria durante a gravidez é extremamente arriscado, pois muitos remédios podem causar danos ao bebê, malformações ou interrupção da gestação. Mesmo os chás ou remédios naturais também escondem perigos, já que podem trazer efeitos indesejados. Muita atenção precisa ser dada em relação às crianças. O remédio do irmão, do vizinho, não serve para quem está doente. A doença pode ser outra e isso só atrasa a cura. Outro problema: nunca diga para a criança que remédio é gostoso e guarde em lugar alto, longe do alcance das crianças. Evitar a automedicação é ajudar a garantir a vida e prevenir muitos problemas, inclusive mortes, porque os remédios fazem bem, mas somente na medida certa.

(TESTEMUNHO) Irmã Marinalda Ferreira Augusto, Coordenadora Arquidiocesana da Pastoral da Criança de João Pessoa, estado da Paraíba.

Irmã Marinalda, que orientações vocês dão para as famílias sobre os perigos da automedicação, especialmente com as crianças?

IR. MARINALDA:

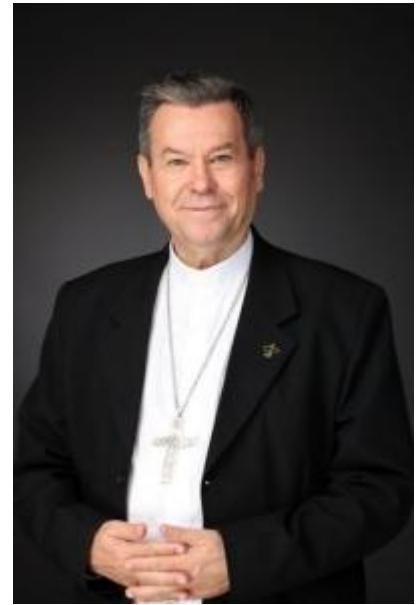
A Pastoral da Criança, que busca sempre cuidar da vida, nos orienta que, dar remédio por conta própria para uma criança é um risco sério. Medicamentos sem prescrição médica podem causar intoxicações, reações alérgicas e até mesmo mascarar doenças. Lembre-se sempre, o remédio que você toma ou aquele que o filho da vizinha usa pode ser prejudicial para o seu filho. A regra é clara, remédio só com orientação médica. E atenção, mantenha sempre os medicamentos fora do alcance das crianças. Em caso de dúvidas, procure o serviço de saúde mais próximo e se informe. Pastoral da Criança, cuidando da vida com amor,

responsabilidade e esperança.

**(MENSAGEM) Dom Frei Severino Clasen,
Arcebispo de Maringá, Paraná e
Presidente da Pastoral da Criança.**

DOM FREI SEVERINO:

Nós lemos nas Sagradas Escrituras que “após criar o universo, a terra, as plantas, os animais e, por fim, o ser humano, Deus viu que tudo era bom.” Grande parte dos remédios vêm da natureza, mas não é por isso que podem ser utilizados sem problemas. A automedicação ou o uso de remédios por conta própria é uma prática comum, mas que pode trazer sérios riscos à saúde. Muitas pessoas recorrem a medicamentos por conta própria, mas essa atitude pode mascarar doenças mais graves, dificultando o diagnóstico correto e atrasando o tratamento adequado. Ninguém pode dizer que é médico de si mesmo. Além disso, o uso inadequado de remédios pode causar efeitos colaterais, como reações alérgicas e até intoxicações. Somente um profissional de saúde está preparado para indicar o remédio mais seguro e eficaz para cada pessoa. Por isso, é fundamental evitar a automedicação e buscar sempre orientação adequada, cuidando da própria saúde com responsabilidade e consciência. Que Deus abençoe a todos.



Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1812 - 15/06/2026 - Os riscos da automedicação