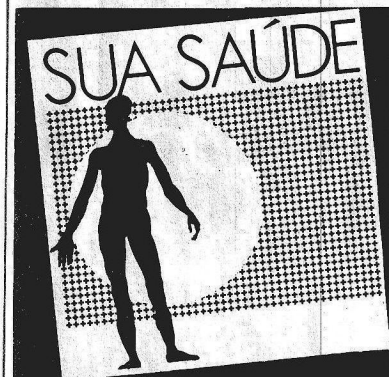


QUEM SE ALIMENTA BEM E LEVA UMA VIDA SAUDÁVEL NÃO PRECISA TOMAR MEDICAMENTOS

(Do farmacêutico George Washington Cunha, consultor da Organização Panamericana de Saúde.)

# Os perigos da automedicação

CONHEÇA OS PROBLEMAS QUE VOCÊ PODE ENFRENTAR AO TOMAR REMÉDIOS POR CONTA PRÓPRIA.



administrados eles causam debilidade do organismo e não curam a doença. **Por Maria Lígia Pagenotto.**

A falta de médicos e infraestrutura hospitalar fez da automedicação um hábito perigoso entre os brasileiros. Tomar remédios sem orientação médica pode se transformar num problema sério, pois quando mal

**Q**ue atire a primeira drácea quem nunca tomou um remédio por conta própria. Com essa frase, o bioquímico e farmacêutico George Washington Cunha, consultor da Organização Panamericana de Saúde, mostra a dimensão que o hábito de se automedicar adquiriu. Especialmente no Brasil.

O costume é secular, diz Cunha. Tudo começou com chás caseiros, à base de plantas tidas como medicinais. E sempre tomados acompanhados da célebre — e quase sempre equivocada — frase “se bem não fazem à saúde, mal também não fazem”.

Do quintal, passou-se às farmácias comerciais, aos laboratórios farmacêuticos e suas propagandas acintosas e aos balconistas de drogarias que se travestem de médicos e receitam de forma indiscriminada o produto que lhes pareça mais conveniente.

Para se automedicar não faltam motivos, aponta Cunha. “As causas básicas são o baixo nível cultural da população, a assistência médica precária, a hipocondria coletiva, o descrédito na classe médica, as propagandas nos rádios e tevês, as leis ineficientes e os maus hábitos de forma geral”, diz o farmacêutico. E reforça: “Mas o costume não está restrito às camadas mais pobres.”

Os remédios mais eficientes, costuma “receitar” Cunha, não estão à venda nas farmácias, mas nos mercados e feiras livres. “São as frutas, verduras e legumes. Quem se alimenta bem e leva uma vida saudável não precisa tomar medicamentos”, garante o farmacêutico, que já foi presidente da

Central de Medicamentos (a CE-ME).

Sem receio de parecer inconsequente, ele acredita que a automedicação tem alguns aspectos positivos. Entre eles, o autocuidado com o organismo e a redução da demanda nos serviços de saúde quando se trata de um distúrbio menor. “Já imaginou se todo mundo resolvesse procurar o médico porque espirrou ou tem uma tosse leve?”

Aliás, segundo alguns especialistas, é esse o motivo principal porque no Brasil não é preciso receita médica para comprar remédios como antibióticos. “Existem lugarejos no País que não dispõem de médico num raio de muitos quilômetros”, diz o otorrinolaringologista Ricardo Bento, professor da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (USP).

“Melhor apostar na automedicação do que correr o risco da pessoa morrer por falta de médico para dar uma receita”, completa Bento, que aponta como uma das principais causas da surdez os ototóxicos — medicamentos que, por sua composição, prejudicam o sistema auditivo.

Além desse perigo, o hábito mais do que brasileiro de se automedicar têm inúmeras e até bem conhecidas contra-indicações. “A medicação por conta própria leva ao diagnóstico incorreto de doenças, mascara sintomas importantes e, em super ou subdosas, pode até levar à morte”, alerta o farmacêutico Cunha. Efeitos colaterais prejudiciais, dependência e interação do remédio tomado com outros medicamentos ou com alimentos também costumam ser conseqüências da automedicação.



Consumidores podem escolher os remédios em prateleiras nas drogarias: automedicação.