

Doses do Saber

Modo de uso de medicamentos: cuidados em relação à alimentação e posição

Autora: Angelita Cristine de Melo 

Revisão: Alessandra Russo de Freitas , Dayde Lane Mendonça Silva , Emilia Vitória da Silva  e Telmo Giani Gonçalves

Coordenação: Josélia Cintya Quintão Pena Frade 

Assessoria Técnica e gestão de processos: Inajara Rotta 

Concepção do projeto: Angelita Cristine de Melo, Josélia Cintya Quintão Pena Frade, Thais Teles de Souza  e Telmo Giani Gonçalves.

Informe ao paciente

Os medicamentos são muito úteis para o controle de problemas de saúde. Contudo, tomar remédios tem seus segredos... Há alguns que devem ser usados com o estômago cheio e outros com ele vazio.

De forma geral, os medicamentos devem ser tomados com um copo cheio de água pura, em pequenos goles. Alguns devem ser usados com o **estômago cheio** para aumentar os seus efeitos ou para proteger o seu organismo de efeitos indesejáveis. Neste caso, é muito importante usar o medicamento imediatamente antes ou logo após as refeições, como almoço, jantar ou lanches.

O **estômago vazio** também pode ser necessário para a garantia do efeito. Neste caso, de maneira geral, se você comeu, deve aguardar 2 horas, sem comer nada, para tomar o medicamento e depois esperar 1 hora para poder comer novamente. No entanto, há exceções em que se deve aguardar 2 horas antes e depois da tomada do medicamento.

Consulte o seu farmacêutico e entenda como fazer bom uso dos medicamentos.

Informe para o Farmacêutico

Orientações gerais sobre o processo de administração de medicamentos orais são úteis para favorecer o aumento da efetividade, reduzir a manifestação de reações adversas gastrointestinais e prevenir alterações nutricionais associadas à espoliação de nutrientes.

Conhecer um pouco mais este assunto irá contribuir para aprimorar a qualidade do seu atendimento, para a melhoria dos resultados em saúde do paciente e para a valorização da profissão farmacêutica. Veja, a seguir, a nossa "Dose do Saber" de hoje.

1. O paciente pode tomar medicamentos sem água ou com outros líquidos?

De forma geral, os medicamentos prescritos para uso oral devem ser tomados com um copo cheio de água pura (pelo menos 200mL) e em **pequenos goles**, preferentemente, com o paciente de pé ou sentado. O uso da água é importante para agilizar o trajeto entre a boca e o duodeno, facilitar a solubilização e a absorção do medicamento, bem como para minimizar a ocorrência de reações adversas e a erosão do esôfago por sólidos orais aderidos à mucosa. Os bisfosfonatos, como o alendronato e o risedronato, são exemplos de fármacos que se enquadram nesta recomendação^{1,2,3}.

Há, contudo, medicamentos que podem ser tomados com outros líquidos utilizando o mesmo processo descrito para a água. Verifique se o medicamento do paciente pode ser misturado a líquidos como suco de frutas, leite ou outros em uma das fontes de informação a seguir:

- Orientações do fabricante (bula):
<https://consultas.anvisa.gov.br/#/bulario/>
- Medscape (em língua inglesa):
<https://reference.medscape.com/>

2. Há diferença entre tomar medicamentos em jejum e com o estômago vazio?

Sim, a distinção essencial se refere ao tempo em que o paciente fica sem se alimentar antes de usar o medicamento. **Tomar em jejum** significa não se alimentar por várias horas antes da administração do medicamento, o que habitualmente corresponde a uma noite de sono¹. Tomar com o **estômago vazio** quer dizer que o paciente deve aguardar duas horas após se alimentar, para poder tomar o medicamento. **Uma vez ingerido o medicamento, seja em jejum ou com o estômago vazio, o paciente deve aguardar, de forma geral, uma hora para poder se alimentar.**

O tempo recomendado para a tomada de alguns medicamentos difere dos acima recomendados. Veja alguns exemplos²:

- O norfloxacinó deve ser separado da administração de alimentos ou suplementos que contêm ferro ou zinco por, pelo menos, duas horas antes ou depois;
- O omeprazol deve ser tomado, pelo menos, uma hora após a alimentação e, após a sua administração, aguardar trinta minutos para se alimentar.

3. Como justificar a recomendação do uso de medicamentos com o estômago cheio? ^{1,2,3}

O uso de medicamentos com o estômago cheio habitualmente remete a duas necessidades: melhorar a sua absorção e/ou reduzir a toxicidade no trato digestório. Considerando-se ambas as necessidades, o uso do medicamento deve ocorrer **imediatamente antes ou após** a alimentação, ou seja:

- tomar o medicamento e se alimentar imediatamente;
- alimentar-se e ingerir o medicamento na sequência.

O estômago pode ser considerado “cheio” com distintas refeições como, almoço, lanches ou jantar. Em relação aos alimentos, devem ser evitados aqueles que são irritantes gástricos, como bebidas carbonatadas ou

cafeinadas, excessivamente condimentados, além de fumo e bebidas alcóolicas. O farmacêutico pode recomendar, conforme hábito do paciente e esquema posológico prescrito, o uso do medicamento durante o café da manhã, com um copo de leite, fruta ou outro alimento que componha o hábito alimentar do mesmo.

Ressalta-se que, mesmo havendo a recomendação do uso com o estômago cheio, há alguns medicamentos que, pelo seu potencial irritante gástrico ou características farmacocinéticas, apresentam restrições a certos tipos de alimentos. O ácido acetilsalicílico, pela sua toxicidade gástrica, deve ser utilizado especificamente durante o almoço, não se recomendando tomá-lo com pequenas refeições. A glibenclamida de liberação modificada deve ser utilizada com o estômago cheio, contudo, alimentos gordurosos devem ser evitados, uma vez que lentificam sua absorção.

4. Há medicamentos cuja instrução de uso independe do conteúdo gástrico?

Muitos são os medicamentos que podem ser utilizados tanto com o estômago cheio, como vazio, pois são muito bem absorvidos na presença de alimento e também não tem toxicidade gastrointestinal relevante. Entretanto, pode haver pacientes especialmente susceptíveis à irritação gástrica por esses medicamentos. Havendo

manifestação de toxicidade, deve-se recomendar o uso com o estômago cheio. Exemplos: propranolol e losartana.

Você pode utilizar quadros pequenos, previamente elaborados, nos quais colocará os nomes dos medicamentos que o paciente utiliza. Veja exemplo a seguir:

5. Como fazer para fornecer estas informações de maneira resumida ao paciente?

Como tomar?	Quanto tempo devo aguardar para tomar o medicamento?	Quanto tempo devo aguardar para me alimentar?	Exemplos
Jejum	Privação de alimentação por várias horas antes da administração do medicamento (habitualmente uma noite de sono).	Após tomar o medicamento, aguardar pelo menos uma hora para se alimentar.	Alendronato
Estômago vazio	Após se alimentar, aguardar duas horas para tomar o medicamento.	Após tomar o medicamento, aguardar pelo menos uma hora para se alimentar.	Captopril Levotiroxina
Estômago cheio	Alimentar-se imediatamente antes da tomada do medicamento OU tomar o medicamento logo após a alimentação		Hidroclorotiazida Metformina
Estômago cheio ou vazio	Não há recomendação especial quanto à alimentação. Contudo, na presença de reações adversas relacionadas à intolerância gástrica, recomenda-se seguir a orientação do estômago cheio.		Losartana

6. Onde encontrar informação sobre a compatibilidade entre alimento e medicamento?

- Orientações do fabricante (bula): <https://consultas.anvisa.gov.br/#/bulario/>
- Medscape (em língua inglesa): <https://reference.medscape.com/>

Referências

1. LENZ, T. L. Lifestyle Modifications in Pharmacotherapy. Lippincott Williams & Wilkins. 2007. 416 p.
2. Drug Interaction Facts 2012: The Authority on Drug Interactions. Journal of Pharmacy Technology. 2012;28(2):90.
3. MICROMEDEX® DrugDex® [Internet]. Truven Health Analytics; Disponível em: www.micromedexsolutions.com
4. ANSEL, H. C.; POPOVICH, N. G.; ALLEN Jr, L. V. Pharmaceutical Dosage Forms and Drug Delivery Systems, Eighth Edition. Baltimore: Williams and Wilkins, 2004.
5. EUROPEAN PHARMACEUTICAL MARKETING RESEARCH ASSOCIATION (EphMRA). New Form Code Classification Guidelines. Basel, 2006. Disponível em: <http://www.ephmra.org/PDF/Nfc2006.pdf>.
6. EUROPEAN PHARMACOPOEIA, 5th ed. Strasbourg: Council of Europe (COE) - European Directorate for the Quality of Medicines, 2004.
7. FARMACOPÉIA BRASILEIRA. 4. ed. São Paulo: Atheneu, 1988.
8. FOOD AND DRUG ADMINISTRATION (FDA). CDER Data Standards Manual. Rockville: Center for Drug Evaluation and Research, 2006.
9. UNITED STATES PHARMACOPEIA (USP), ed. 28-NF 23. Rockville: United States Pharmacopeial Convention, 2005.