

Medicamentos e calor

A exposição de uma pessoa a uma temperatura exterior elevada, durante um período mais ou menos longo, é suscetível de originar graves complicações devido a uma resposta insuficiente ou inadequada dos mecanismos de regulação de temperatura.

A ocorrência de temperaturas elevadas desencadeia no organismo humano mecanismos de defesa de regulação de temperatura.

Em certos casos, estes mecanismos poderão ter a sua eficácia comprometida, diminuindo assim a capacidade de adaptação ao calor, pelo que a necessidade de vigilância é acrescida. São exemplos: crianças nos primeiros anos de vida, pessoas idosas, alguns doentes crónicos, pessoas acamadas, pessoas obesas e pessoas em tratamento com medicamentos que podem interferir na regulação da temperatura.

Por outro lado, a exposição dos medicamentos a temperaturas elevadas por períodos de tempo prolongados pode alterar as suas propriedades, pelo que alguns requerem precauções particulares de armazenamento e conservação.

Questões frequentes sobre medicamentos e calor

Como é que os medicamentos podem interferir na reação do organismo ao calor?

Alguns medicamentos aumentam a eliminação de água (por exemplo, diuréticos), podendo aumentar a desidratação normal decorrente do aumento da temperatura ambiente.

Outros medicamentos impedem o normal funcionamento dos mecanismos de refrigeração do organismo.

Para que o organismo arrefeça, é necessário que o sistema nervoso central possa comandar a dilatação dos vasos sanguíneos superficiais, a fim de permitir uma melhor circulação do sangue, libertação de calor e transpiração.

Medicamentos que diminuam a tensão arterial ou que causem sonolência podem também agravar os efeitos do calor.

O medicamento é, por si só, um fator de risco?

Na maior parte dos casos, os medicamentos não representam por si só um fator de risco, especialmente quando utilizados corretamente, de acordo com as indicações do médico ou farmacêutico.

No entanto, existem numerosos fatores de risco relacionados com o estado de saúde que interferem com a capacidade de regulação da temperatura do organismo e com a conseqüente diminuição da capacidade de resistir ao calor:

- Estados febris
- Idade avançada ou os primeiros anos de vida (0 a 4 anos)
- Excesso de peso
- Existência de uma ou mais doenças crônicas, em particular, doenças cardíacas, renais, respiratórias, neurológicas ou psiquiátricas, diabetes, etc.
- Limitação da autonomia (ex. doentes acamados)

Quais os medicamentos que podem apresentar risco de interferência?

Alguns medicamentos podem agravar os perigos decorrentes de uma exposição demasiado prolongada ou intensa ao calor e em caso de desidratação podem requerer um ajuste de dosagem.

Como tal, necessitam de vigilância acrescida:

- Medicamentos destinados ao tratamento da doença cardíaca, medicamentos para a tensão que podem agravar uma hipotensão.
- Diuréticos que podem aumentar a desidratação.
- Medicamentos que atuam a nível neurológico, pois podem interferir com o 'termostato' central do organismo e provocar aumento da temperatura.
- Antiepiléticos
- Medicamentos para tratamento de enxaqueca podem diminuir a transpiração.
- Alguns antibióticos (particularmente sulfamidas) e anti-inflamatórios podem alterar o funcionamento normal dos rins.
- Alguns medicamentos antidepressivos, antialérgicos, para a doença de Parkinson e para a incontinência urinária podem alterar a transpiração.

O que fazer em caso de ocorrência de uma onda de calor?

Ter particular atenção a idosos, crianças e doentes.

- Consultar o médico caso não se sintam bem, pois poderá ser necessário proceder a adaptações do tratamento.
- Ler atentamente o folheto informativo dos medicamentos que toma.
- Respeitar a dose e os horários das tomas dos medicamentos tal como indicados pelo médico e farmacêutico.
- Respeitar os conselhos habituais de alimentação e higiene, nomeadamente, beber muitos líquidos, mesmo que não tenha sede (de preferência água ou sumos de fruta natural), evitar a exposição ao sol e refrescar-se frequentemente através de banho ou aplicação de panos húmidos.

O que evitar em caso de ocorrência de uma onda de calor?

Não interromper o tratamento sem indicação médica. A interrupção do tratamento pode acarretar complicações graves ligadas, quer à interrupção súbita da toma dos medicamentos, quer aos efeitos da doença não tratada.

- Não consumir bebidas alcoólicas, pois estas agravam a desidratação.
- Não tomar qualquer medicamento sem a orientação de um médico ou farmacêutico, mesmo aqueles que não são sujeitos a receita médica.

Como transportar os medicamentos em dias de muito calor?

Medicamentos habitualmente conservados no frigorífico (entre 2 a 8°C) deverão ser transportados em sacos isotérmicos refrigerados (por ex. com acumuladores de frio), mas evitando sempre a sua congelação.

- Todos os outros medicamentos deverão ser transportados, preferencialmente, em sacos isotérmicos. Mesmo utilizando sacos isotérmicos, os medicamentos não devem ser expostos, durante longos períodos de tempo, a temperaturas elevadas, como aquelas que se atingem nas malas ou interior dos carros estacionados ao sol.

Informações sobre a conservação dos medicamentos em caso de calor

Todos os medicamentos antes de obterem autorização de introdução no mercado (AIM) são submetidos a ensaios de estabilidade em condições normalizadas e internacionalmente reconhecidas.

O prazo de validade e as condições de conservação dos medicamentos são fixados em função dos resultados destes ensaios de estabilidade.

As condições particulares de conservação constam do folheto informativo dos medicamentos, nomeadamente, conservação entre 2 a 8º C ou medicamentos que devem ser conservados a uma temperatura inferior a 25 ou a 30º C.

Alguns medicamentos podem não possuir referências especiais de conservação. Na ausência de menção específica, é a conservação à temperatura ambiente que prevalece.

Quando a embalagem do medicamento refere:

- **Conservar entre 2 a 8ºC** significa que estes medicamentos são geralmente guardados no frigorífico, pelo que a ocorrência de uma onda de calor não terá qualquer efeito na sua conservação. Deverão ser retirados do frigorífico no momento em que vão ser utilizados e devem voltar a colocar-se ali de imediato.
- **Conservar a temperaturas inferiores a 25/30ºC** significa que estes medicamentos podem ser conservados nos locais habituais, pois apresentaram estudos que demonstraram não haver alteração das propriedades do medicamento quando sujeitos a temperaturas elevadas. Algumas formas farmacêuticas (supositórios, óvulos, cremes, etc.) são mais suscetíveis de sofrer alterações devidas à temperatura, facto que é detetável quando os medicamentos apresentam alterações na sua aparência ou consistência, que indicam uma alteração da sua qualidade. Nestes casos, antes de utilizar o medicamento, questione o seu farmacêutico.