



RISCOS DA POLIFARMÁCIA E USO CONCOMITANTE DE FITOTERÁPICOS EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA ¹

Letícia Turra², Ana Júlia Manjabosco³, Camilly Zanetti Mantovani⁴, Fernanda Dalben⁵, Mariana Hünemeier⁶, Brenda da Silva⁷

¹ Projeto de pesquisa desenvolvido na Unijuí; Trabalho desenvolvido no Componente Curricular Disciplinar de Projeto Integrador: Atenção à Saúde, na Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ).

² Estudante do terceiro módulo do Curso de Farmácia da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ). E-mail: leticia.turra@sou.unijui.edu.br

³ Estudante do terceiro módulo do Curso de Enfermagem da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ). E-mail: ana.manjabosco@sou.unijui.edu.br

⁴ Estudante terceiro módulo do Curso de Enfermagem da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ). E-mail: camilly.mantovani@sou.unijui.edu.br

⁵ Estudante do terceiro módulo do Curso de Farmácia da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ). E-mail: fernanda.dalben@sou.unijui.edu.br

⁶ Estudante do terceiro módulo do Curso de Enfermagem da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ). E-mail: mariana.hunemeier@sou.unijui.edu.br

⁷ Docente do Núcleo dos Cursos da Saúde da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - Unijuí. Pesquisadora do Grupo de Pesquisa em Estudos Epidemiológicos e Clínicos - GPEEC Unijuí. E-mail: brenda.s@unijui.edu.br

RESUMO

Idosos são particularmente vulneráveis a efeitos adversos indesejáveis relacionados às interações entre medicamentos. Neste contexto, este estudo buscou desenvolver um material educativo de fácil acesso capaz de conscientizar cuidadores e familiares dos idosos de uma instituição de longa permanência sobre os riscos da polifarmácia e uso concomitante de fitoterápicos. Este trabalho constitui-se como um relato de experiência, com abordagem transversal do problema, desenvolvido no componente curricular disciplinar do Projeto Integrador: Atenção à Saúde durante o segundo semestre de 2024. Foi elaborado um folder informativo com informações relativas às interações medicamento-fitoterápico e medicamento-medicamento, além de seus tempos de meia-vida o qual foi apresentado em uma roda de conversa. Com os idosos, foi realizada uma dinâmica objetivando conscientizá-los sobre o tema. Esta prática demonstrou eficácia e efetividade uma vez que possibilitou a formação dos cuidadores para os riscos associados à polifarmácia além da conscientização da comunidade da instituição acerca do tema.

INTRODUÇÃO

Idosos tendem a consumir maior número de medicamentos em virtude de distúrbios crônicos que demandam de tratamentos longos como hipertensão arterial, diabetes, artrite, entre outros. O período de utilização destes medicamentos é variável, para os



distúrbios crônicos, a maior parte dos tratamentos perdura por muitos anos. Enquanto que os tratamentos para condições agudas como infecções, alguns tipos de dor e constipação costumam ser utilizados por um período de tempo mais curto (RUSCIN *et. al.*, 2023).

Neste contexto, a polifarmácia, que consiste na ingestão de três a cinco fármacos diferentes sincronicamente, pode desencadear interações medicamentosas e reações adversas indesejáveis especialmente em populações vulneráveis. Aproximadamente 90% dos idosos tomam regularmente pelo menos um fármaco, 80% dois e, 36%, cinco medicamentos com prescrições médicas diferentes. Além disso, se considerarmos os suplementos e dietéticos de venda livre essas taxas são ainda maiores. Sendo que, quando o idoso está fragilizado, hospitalizado ou em casas de repouso, a tendência é que o uso de medicamentos seja ainda maior (RUSCIN *et. al.*, 2023).

A automedicação conceitua o ato de consumir remédios sem orientação médica. Muitas vezes, ela é vista como um alívio imediato de alguns sintomas, porém, pode acarretar graves consequências, como o agravamento de enfermidades, intoxicações, resistência medicamentosa, efeitos colaterais indesejados, reações alérgicas, dependência e até mesmo a morte (SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA, 2012).

De outro lado, a interação medicamentosa, que também é uma preocupação no atendimento aos idosos, ocorre quando os efeitos dos medicamentos são alterados pela ingestão de outro fármaco, fitoterápico, suplementos alimentares, bebidas ou alimentos. Essas interações podem ocorrer nos processos de farmacocinética ou farmacodinâmica dos fármacos e assim gerar efeitos adversos indesejáveis e até toxicidade aguda. Embora nem toda interação seja ruim, quando se trata de população idosa polimedicada é fundamental que se faça um acompanhamento contínuo das prescrições a fim de evitar efeitos indesejáveis (CASTRO, 2015).

Também cabe citar que a população idosa é mais suscetível e frágil do ponto de vista metabólico, devido às mudanças fisiológicas que ocorrem com o envelhecimento. A senescência biológica está relacionada a diminuição das funções renal e hepática,



predispondo a uma redução da capacidade de metabolizar e eliminar medicamentos, além de alteração na composição corporal, que também irá interferir na forma como o organismo reage ao uso dos fármacos. Sendo assim, essas modificações tornam os idosos mais vulneráveis aos efeitos adversos e interações medicamentosas, e quanto maior o número de medicamentos, maiores as chances de eventos adversos indesejáveis. Sendo assim, é crucial que idosos recebam acompanhamento multiprofissional rigoroso quando se trata de fármacos e até mesmo fitoterápicos (SECOLI *et. al.*, 2018). Neste contexto, o objetivo deste relato de experiência é desenvolver um material educativo de fácil acesso capaz de conscientizar cuidadores e familiares dos idosos de uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) localizada na Região Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, sobre os riscos da polifarmácia e uso concomitante de fitoterápicos.

METODOLOGIA

Tratou-se de um estudo do tipo relato de experiência, com abordagem transversal do problema, desenvolvido no componente curricular disciplinar de Projeto Integrador Atenção à Saúde, por estudantes dos cursos de Enfermagem e Farmácia durante o segundo semestre do ano de 2024. Este relato emerge da necessidade de conscientizar cuidadores e familiares sobre as interações entre fármacos e fitoterápicos no contexto de uma ILPI, localizada no Noroeste do estado do Rio Grande do Sul.

A partir de visitas ao local de estudo que permitiram entender a realidade do demandante, foi elaborado um material lúdico e didático para os familiares e cuidadores, os quais foram apresentados em uma roda de conversa com dinâmicas lúdicas para discutir sobre a polifarmácia com os cuidadores e também com os idosos institucionalizados.

O Quadro 1 apresenta as interações que os medicamentos mais utilizados na instituição podem causar interação medicamentosa entre eles ou com plantas medicinais, e assim causar efeitos colaterais indesejáveis nos idosos institucionalizados.

Quadro 1. Interações entre medicamentos e fitoterápicos



INTERAÇÕES	EFEITO	REFERÊNCIA
Mirtazapina + Risperidona	Aumenta o nível de sedação	MEDSCAPE
Mirtazapina + Citalopram	Aumenta o risco de síndrome serotoninérgica e arritmias	MEDSCAPE
Risperidona + Losartana	Aumenta o efeito hipotensor	MEDSCAPE
Risperidona + Citalopram	Fatores predisponentes podem aumentar o risco de arritmias	MEDSCAPE
Omeprazol + Citalopram	O nível plasmático do antidepressivo pode estar aumentado e maior risco de arritmias	MEDSCAPE
Camomila	Interage com anticoagulantes (exemplo varfarina) o que aumenta os riscos de sangramento. Com sedativos ela pode prolongar ou intensificar a ação depressora do sistema nervoso central, também reduz a absorção de ferro advindos de medicamentos ou alimentos	NICOLLETTI <i>et al.</i> , 2007
Cavalinha	O uso concomitante com anticoagulante, cálcio, anti hipertensivo ou diuréticos, devido a sua potente ação diurética. É contraindicado em úlceras gástricas e duodenais e em casos de gastrite, também para pessoas que necessitam da ingestão	SECRETARIA DA SAÚDE DO DISTRITO FEDERAL, 2019



	reduzida de líquidos, como exemplo doenças renais severas, cardíacas ou oclusão do trato urinário	
Erva-cidreira	Interage com medicamentos que possuam kava-kava, planta medicinal. Relaciona-se com depressores do sistema nervoso central, além de hormônios tireoidianos, devido a sua ligação com tirotrópina	NICOLLETTI <i>et al.</i> , 2007
Boldo	Em decorrência da não formação do tromboxano A2, o boldo causa inibição da agregação plaquetária. Devido a sua ação aditiva de anticoagulante e antiplaquetária, não deve ser ingerido concomitantemente com a terapia desses medicamentos	NICOLLETTI <i>et al.</i> , 2007
Ginkgo Biloba	Aumenta os riscos de sangramento devido a potencializar a ação de anticoagulantes e antiplaquetários (ex varfarina e heparina), do ácido acetilsalicílico, do clopidogrel e de antiinflamatórios não esteroidais, AINEs, (ex naproxeno ou ibuprofeno). Diminui a ação de anticonvulsivantes, como a fenitoína. Intensifica a ação, e assim os efeitos colaterais, ao ser ingerido com antidepressivos inibidores da monoamino oxidase, resultando em surtos maníacos, cefaléia e tremores. Com sertralina, intensifica os batimentos cardíacos, gera sudorese, hipertermia, agitação e rigidez muscular. Interfere ainda nos níveis de	ALEXANDRE, <i>et al.</i> , 2008



	insulina e do açúcar no sangue, o que preocupa os pacientes diabéticos e hipoglicêmicos	
Guaraná	Ao ser utilizado com anticoagulante, inibe a agregação plaquetária o que eleva o risco de sangramentos. Também potencializa a ação de analgésicos	NICOLLETTI <i>et al.</i> , 2007

De modo complementar, foram identificados os tempos de meia-vida dos fármacos, para que assim os cuidadores possam ter segurança no gerenciamento do tempo entre as administrações de medicamentos e fitoterápicos para os idosos. Seus tempos de meia-vida estão presentes no Quadro 2, estas informações foram incluídas no folder ilustrativo, que foi disponibilizado aos cuidadores, após o grupo notar a necessidade desta informação.

Quadro 2. Tempo de meia-vida dos fármacos mais utilizados na instituição.

FÁRMACO	TEMPO DE MEIA-VIDA	REFERÊNCIAS
Mirtazapina	20/40 horas	PEGORER, 2023
Risperidona	3 horas	ASSIS, 2023
Citalopram	36 horas	PEREIRA, 2016
Losartana	2 horas	ASSIS, 2018
Omeprazol	1 hora	SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE DE RIBEIRÃO PRETO, 2006



RESULTADOS

Foi realizada uma visita inicial à ILPI onde foram listados os medicamentos mais utilizados pelos pacientes e a partir daí foram elaborados resumos gráficos e material didático para as rodas de conversa. Durante este encontro, percebeu-se ainda, a importância de conscientizar não só os profissionais do serviço mas também a família dos pacientes sobre os riscos do uso irracional de fitoterápicos, visto que eles são os responsáveis por levar a maior parte das plantas e medicamentos não prescritos até a instituição. A partir dessa preocupação, foi elaborado um folder (Figuras 1 e 2) que exemplifica como os fitoterápicos têm a capacidade de interferir na farmacocinética e/ou na farmacodinâmica de diversos medicamentos, podendo provocar consequências graves aos pacientes. Esse folder foi disponibilizado aos cuidadores de forma impressa e *online*, possibilitando fácil acesso a essas informações, a fim de torná-los cientes da interferência dos fitoterápicos nos mecanismos dos fármacos, ambos frequentemente utilizados na instituição.

Figura 1. Folder ilustrativo alertando sobre os riscos da polifarmácia (frente).

Camomila
Matricaria chamomilla

Interage com **anticoagulantes** (como a Varfarina) aumentando a chance de **sangramentos**.

Sedativos (barbitúricos ou midazolam) podem ter sua ação depressora prolongada e/ou aumentada. Ainda, pode ocorrer redução da **absorção de ferro** advindos de medicamentos ou alimentos.

Cavalinha
Equisetum hiemale L.

Em virtude do **forte efeito diurético da planta**, o uso concomitante com: **diuréticos, cálcio, anticoagulantes ou anti-hipertensivos**, interfere em seu efeito, intensificando (ex: na redução da pressão arterial) ou reduzindo-os (aumenta a excreção do fármaco e diminui assim a absorção). É contraindicado em **úlceras gástricas, duodenais, gastrite e doenças renais severas, cardíacas ou oclusão do trato urinário**).

USO CONCOMITANTE DE MEDICAMENTOS E FITOTERÁPICOS

Avaliação do paciente e a orientação de um profissional da saúde são fundamentais antes do uso de plantas medicinais por idosos que utilizam diversos medicamentos.

Esta população é mais vulnerável aos potenciais riscos aqui descritos.

Trabalho desenvolvido no Componente Curricular Disciplinar de Projeto Integrador: Atenção à Saúde pelas acadêmicas:
Ana Júlia Manjabosco
Camilly Zanetti
Fernanda Dalben
Letícia Turra
Mariana Hünemeier

Informações sobre
Interação dos fitoterápicos com medicamentos

A **Interação medicamentosa** ocorre quando os **efeitos dos medicamentos são alterados pela ingestão de outro, ou então pela mistura com um medicamento fitoterápico, bebidas ou alimentos**.

Embora nem toda interação seja ruim, é necessário estar ciente dos riscos que se está correndo!

Logos: UNICUI, YABEVE, Farmácia UNICUI, Centro de Enfermagem UNICUI

Figura 2. Folder ilustrativo alertando sobre os riscos da polifarmácia (verso).



Erva-cidreira
Cymbopogon citratus

Interage com medicamentos que possuem **Kava-kava**, outra planta medicinal. Relaciona-se com **depressores do sistema nervoso central**, além de **hormônios da tireóide**, modificando os efeitos desejados.

Ainda, pode interagir com o **Boldo** alterando a coagulação do sangue. Devido a sua ação aditiva de **anticoagulante e antiplaquetária**, não deve ser ingerido concomitantemente com medicamentos para estas condições de saúde.

Guaraná
Paullinia cupana Kunth

Não deve ser utilizado com **anticoagulante** visto que **eleva o risco de sangramentos**. Além de potencializar a ação de **analgésicos**.

Ginkgo Biloba
Ginkgo biloba L.

Aumenta os riscos de **sangramento** quando usado com medicamentos como: varfarina e heparina, ácido acetilsalicílico, clopidogrel e de anti-inflamatórios como o naproxeno e ibuprofeno.

Diminui a ação de **anticonvulsivantes** (como fenitoína). Intensifica a ação e os **efeitos colaterais**, ao ser ingerido com **antidepressivos**, resultando em surtos maníacos, cefaléia e tremores. Com sertralina, **intensifica os batimentos cardíacos**, gera sudorese, hipotermia, agitação e rigidez muscular.

Interfere ainda nos níveis de **insulina e açúcar (glicose)** no sangue, o que pode gerar descontrole da glicemia em **pacientes diabéticos e hipoglicêmicos**.

Interação entre medicamentos

- **Mirtazapina + Risperidona:** aumenta o nível de sedação.
- **Mirtazapina + Citalopram:** aumenta o risco de síndrome serotoninérgica e arritmias.
- **Risperidona + Losartana:** aumenta o efeito hipotensor.
- **Risperidona + Citalopram:** fatores predisponentes podem aumentar o risco de arritmias.
- **Omeprazol + Citalopram:** o nível plasmático do antidepressivo pode estar aumentado e **maior risco de arritmias**.

PERÍODO DE ATENÇÃO APÓS INGESTÃO DE MEDICAMENTOS (MEIA-VIDA)

- **Mirtazapina:** 20/40 horas;
- **Risperidona:** 3 horas;
- **Citalopram:** 36 horas;
- **Losartana:** 2 horas;
- **Omeprazol:** 1 hora.

Com o objetivo de revisitar a importância de envolver os idosos nas decisões sobre a própria saúde, promovendo autonomia, respeito e dignidade, foi realizada uma atividade lúdica (Figura 3). A atividade envolveu o uso de vinagre e bicarbonato, simulando uma interação medicamentosa e, de forma interativa e criativa, exemplificando que podem ocorrer interações entre os medicamentos e fitoterápicos consumidos pelos idosos.

Figura 3. Roda de conversa com idosos e dinâmicas envolvendo os riscos da polifarmácia.





Por fim, foi elaborado um folder informativo para os cuidadores, contendo informações sobre as interações medicamentosas, com a disponibilização de um acesso para uma pasta compartilhada, contendo todo o material criado durante o semestre para sanar possíveis dúvidas, e ainda ser aplicado novamente com os idosos da casa e seus familiares. Para apresentar o instrumento, foi feita uma roda de conversa com os cuidadores (Figura 4), também com intuito de instruí-los para que possam compartilhar e usufruir das informações importantes com os idosos que recebem seus cuidados.

Figura 4. Roda de conversa com os cuidadores e apresentação do material educativo.



DISCUSSÃO

Com o passar da idade tende-se a utilizar maior número de medicamentos, a fim de controlar problemas de saúde que tornam-se frequentes com o passar dos anos. Além disso, surgem mais dores eventuais, o que leva a ingestão de fármacos e fitoterápicos. Porém o consumo de múltiplos medicamentos exige uma orientação cuidadosa, visto que há riscos de interações entre essas substâncias, afetando no bem estar dos indivíduos (LISBOA, 2020). Sendo assim, este relato se dedicou a descrever ferramentas educativas de fácil acesso capazes de conscientizar cuidadores e familiares dos idosos de uma ILPI localizada na Região Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, sobre os riscos da polifarmácia e uso concomitante de fitoterápicos. Para tanto, foi elaborado um folder que continha dados sobre as interações entre fitoterápicos e medicamentos, a fim de facilitar no processo do compartilhamento destas



informações. Ainda, este material foi encaminhado para os familiares, a fim de conscientizá-los sobre essa prática.

Segundo Paula e Carvalho (2014), o folder é um impresso de pequeno porte, constituído por uma folha de papel A4, com uma ou mais dobras, e seu conteúdo tem caráter informativo ou publicitário. A linguagem utilizada deve ser clara, simples, com presença de ilustrações que irão possibilitar a comunicação de ideias de modo eficiente e rápido. Sendo assim, esta é uma ferramenta auxiliar para orientação em saúde, visto que profissionais e pacientes terão uma fonte confiável de fácil acesso para se informar sobre o assunto (CAVALCANTE, 2014; NASCIMENTO; SCHETINGER, 2016).

A partir de uma visita realizada na ILPI, identificou-se a necessidade de apresentar o tempo de meia-vida dos medicamentos, simplificando as informações, visto que a maioria dos cuidadores não tinha tido acesso a esta informação anteriormente. Ainda, esta informação contribui para o planejamento das ações de cuidado no momento da administração dos medicamentos e fitoterápicos. Com o tempo de meia-vida é possível saber com maior precisão sobre os horários de administração, para assim possibilitar uma melhor gestão dos fármacos evitando ao máximo as interações.

A roda de conversa foi o instrumento escolhido para o debate e apresentação dos materiais produzidos. Esta metodologia se aplica nos espaços coletivos de contato entre equipes e pacientes para desenvolver atividades de promoção da saúde, favorecendo o aprendizado mútuo de forma estimulante, espontânea e inovadora. Além disso, aproxima o saber científico e o senso comum, fortalecendo a participação comunitária e levando os sujeitos a uma reflexão acerca de seu papel de mediador social, com o estímulo da escuta, reflexão e criticidade de si e do outro (MELO *et.al.*, 2016).

De modo complementar, foi realizada uma atividade lúdica com os idosos sobre os riscos do uso de fitoterápicos sem orientação de profissionais de saúde, ressaltando a necessidade de informar aos cuidadores e enfermeiros sobre o que eles costumam ingerir. Empoderar e fazer com que o idoso participe das decisões sobre a sua própria saúde é fundamental e garante autonomia, respeito, dignidade além de contribuir para a adesão aos tratamentos. Desta forma,



é essencial assegurar que os mesmos recebam todas as informações necessárias para tomar decisões informadas sobre seus tratamentos (GOMES *et al.*, 2021).

Essas ferramentas foram eficientes em esclarecer e informar sobre possíveis dúvidas diante da polifarmácia e das interações com fitoterápicos. O objetivo principal foi a melhoria na qualidade de vida dos indivíduos, porque a partir do conhecimento, os cuidadores e familiares estão mais aptos aos cuidados necessários com cada indivíduo. Ações como essa, têm papel fundamental na educação em saúde, que é um processo que promove a conscientização crítica dos indivíduos com relação aos seus problemas de saúde e incentiva-os a buscar por soluções coletivas a fim de resolvê-los de modo eficiente. Com isso, ações como esta podem auxiliar na prevenção do surgimento de doenças e complicações nas ILPI relacionados à polifarmácia, facilitando o diálogo entre equipe de saúde, pacientes e familiares (SECRETARIA DE SAÚDE DE SÃO PAULO, 2004).

CONCLUSÕES

No contexto de ILPI, a introdução do tema é uma forma de sensibilizar os cuidadores e familiares sobre as diversas interações medicamentosas, evitando possíveis intoxicações e efeitos colaterais, além de contribuir na longevidade e qualidade de vida dos pacientes institucionalizados.

Portanto, as atividades realizadas oportunizam aos cuidadores, pacientes e familiares conhecimentos importantes de forma didática. Notou-se que as ações desenvolvidas foram eficientes e auxiliaram as pessoas diante das situações cotidianas de dúvidas sobre possíveis interações entre fármacos e fitoterápicos. Sendo instrumentos de fácil acesso em linguagem simples e acessível que contribui para o entendimento sobre as interações em potencial entre fármacos e medicamentos no contexto de idosos. Ainda, ações como esta, demandam baixo custo e apresentam aplicabilidade em diferentes contextos, o que fortalecem ainda mais a sua replicabilidade, eficácia e eficiência em educar sobre o tema.



PALAVRAS-CHAVE: Idosos; Plantas medicinais; Interações farmacológicas; Polimedicação.

REFERÊNCIAS

ALEXANDRE, R. F.; BAGATINI, F.; SIMÕES, C. M. O.. **Interações entre fármacos e medicamentos fitoterápicos à base de ginkgo ou ginseng.** Revista Brasileira de Farmacognosia, v. 18, n. 1, p. 117–126, jan. 2008

ASSI, Ivanete A. D. **Losartana Potássica.** Quarta edição. Itapevi, São Paulo. 10 de abril de 2018. 15 páginas.

ASSI, Ivanete A. D. **Risperidona.** Itapevi, São Paulo. 14 de Setembro de 2023. 24 páginas.

CASTRO, C. **Interação medicamentosa: Entenda os riscos de se medicar sem orientação.** Portal Fiocruz, 2015. Disponível em: <<https://portal.fiocruz.br>>. Acesso 12 de set. 2024.

CAVALCANTI, V. L. G. **A construção de um folder educativo para educação em saúde junto às gestantes com doença falciforme.** 2014. 33 f. Monografia (Especialização) - Curso de Enfermagem, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2014. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br>>. Acesso em: 15 maio 2022.

GOMES, G. C. et al.. **Fatores associados à autonomia pessoal em idosos: revisão sistemática da literatura.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 26, n. 3, p. 1035–1046, mar. 2021.



LISBOA, U., **Cuidados e Atenções para o uso de medicamentos por idosos podem garantir mais efetividade e segurança.** Informa SUS, 2020. Disponível em: <<https://informasus.ufscar.br>>. Acesso 04 de mar. 2025.

MEDSCAPE. **Medscape: verificador de interações medicamentosas.** Verificador de interações. Disponível em: <<https://www.medscape.co.uk/drug-interaction-checker>>. Acesso em: 12 de set. 2024.

MELO, R. H. V. DE . et al. **Roda de Conversa: uma Articulação Solidária entre Ensino, Serviço e Comunidade.** Revista Brasileira de Educação Médica, v. 40, n. 2, p. 301–309, abr. 2016.

NASCIMENTO, C. A. M.; SCHETINGER, M. R. C. **Folder educativo como estratégia de promoção e prevenção em saúde mental numa escola pública do ensino médio.** Interfaces da Educação, v. 7, n. 20, p. 195-210, 2016.

NICOLLETTI, M., OLIVEIRA, M., BERTASSO, C., CAPOROSSI, P. & TAVARES A. **Principais interações no uso de medicamentos fitoterápicos.** Infarma, v. 19, 2007. Disponível em:<<https://cff.org.br>>. Acesso 12 de set. 2024.

PAULA, M. A. N. R.; CARVALHO, A. P. **O gênero textual folder a serviço da educação ambiental.** Revista Eletrônica em Gestão, Educação e Tecnologia Ambiental, REGET, v. 18 n. 2, p. 982-9, 2014.

PEGORER, Flávia R. **Mirtazapina.** Tongi, Bangladesh. 13 de Novembro de 2023. 9 páginas.

PEREIRA, Maria B. **Bromidrato de Citalopram.** Segunda edição. Itapevi, São Paulo. 05 de Setembro de 2016. 18 páginas.



RUSCIN, Mark J, *et. al.* **Envelhecimento e medicamentos.** MSD Manual Versão Saúde para Família, 2023. Disponível em: <<https://www.msdmanuals.com>>. Acesso em: 12 set. 2024.

SECOLI, S. R. et al.. **Tendência da prática de automedicação entre idosos brasileiros entre 2006 e 2010: Estudo SABE.** Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 21, p. e 180007, 2018.

SECRETARIA DE SAÚDE DE SÃO PAULO. **Educação em Saúde.** Boletim do Instituto de Saúde, 2004. Disponível em: <<https://www.saude.sp.gov.br>>. Acesso 04 de mar. 2025.

SECRETARIA DE SAÚDE DO DISTRITO FEDERAL. **Cavalinha: *Equisetum arvensis* L.** Farmácia Viva do CERPIS, 2019. Disponível em: <<https://www.saude.df.gov.br>>. Acesso 12 de set. 2024.

SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE DE RIBEIRÃO PRETO. **Informativo da Comissão de Farmácia e Terapêutica da Secretaria Municipal da Saúde de Ribeirão Preto.** Boletim farmacêutico, 2006. Disponível em: <<https://www.ribeiraopreto.sp.gov.br>>. Acesso 12 de set. 2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA. **Automedicação.** Biblioteca virtual em saúde, 2012. Disponível em: <<https://bvsmms.saude.gov.br>>. Acesso 12 de set. 2024.