



## DESvendando EXAMES

### Problemas relacionados a medicamento no idoso: latrogenia no idoso. *Por Dr. Roberto Damaceno*

São os idosos os principais usuários de medicamentos, mas nem por isso os maiores beneficiados deste procedimento terapêutico.

Os problemas relacionados aos medicamentos (PRM) são importante causa de morbi-mortalidade nessa faixa etária, por vezes com conseqüências mais desastrosas que a própria doença, qual determinou o procedimento terapêutico.

A OMS (Organização Mundial de Saúde) afirma que metade dos medicamentos no mundo é usada de forma incorreta gerando sérias reações chegando até a morte. Cerca de 50% dessas medicações prescritas são destinadas a pessoas com 60 anos ou mais. Estes usam, em média, três a quatro medicamentos quando vivem na comunidade, e sete a oito quando residem em instituições de longa permanência. A estas pessoas devemos somar um grande contingente de substâncias químicas omitidas na anamnese convencional que acabam se revelando como importante parcela de medicamentos utilizados pelos idosos. São estes, a automedicação, fitoterápicos e/ou homeopáticos, fármacos de uso ocasional e drogas com objetivos milagrosos.

Somente um profissional sensibilizado para a detecção desta perigosa sequencia de eventos poderá atuar de maneira eficaz, revertendo esta superposição de efeitos indesejados.

É muito mais freqüente, atualmente, que haja a possibilidade de suspender medicamentos utilizados por idosos do que a necessidade de prescrevê-los. Felizmente, cresce o conhecimento sobre todos os fatores envolvidos nas múltiplas relações entre as drogas e o organismo que envelhece, sendo os principais passos desta interação a Farmacocinética, que seria o que o organismo faz com a droga, e a Farmacodinâmica, o que a droga faz com o organismo.

#### Farmacocinética compreende:

- Absorção - geralmente comprometida pela digestão mais lenta, hipocloridria, menor superfície de absorção, fluxo sanguíneo e mobilidade do tubo digestivo mais lento ou mais comprometido por

enfermidades ou interação com outras drogas;

- Distribuição – dependente da afinidade do farmaco às proteínas transportadoras, tecido gorduroso ou a água;

- Metabolismo – diminuição da capacidade do fígado em metabolizar as substâncias por hepatopatias ou diminuição do fluxo sanguíneo local;

- Excreção – depende fundamentalmente da função renal que declina em torno de 50% dos 25 aos 75 anos, daí a necessidade de adaptação das doses.

#### Farmacodinâmica compreende:

Há estudos escassos e incipientes relacionados aos idosos, com grande diversidade de informações sobre a reposta dos receptores de idosos a diferentes concentrações da droga. Geralmente há menor resposta quando comparada com a de jovens.

Por outro lado o processo natural de envelhecimento (senescencia) pode modificar a relação droga - receptor.

#### Exemplos:

- Redução de massa do tecido alvo e do fluxo sanguíneo que alteram sensivelmente esta relação no cérebro ou no coração;

- Prejuízo dos mecanismos de adaptação hemodinâmica propiciando hipotensão postural nos usuários de hipotensores ou vasodilatadores/ -Menor produção de renina e de aldosterona podem promover maior resposta a diuréticos e menor aos IECA.

- Hipotermia, potencializada pela redução dos mecanismos homeostáticos de manutenção da temperatura, podem ocorrer em uso de barbitúricos, benzodiazepínicos, antidepressivos e bebidas alcoólicas.



Dr. Roberto Damaceno

#### RECOMENDAÇÕES:

Dois aspectos devem ser valorizados com o objetivo de tornar mais eficaz e seguro o procedimento terapêutico a ser instituído

#### I - Prescrição criteriosa resumida em 10 conselhos

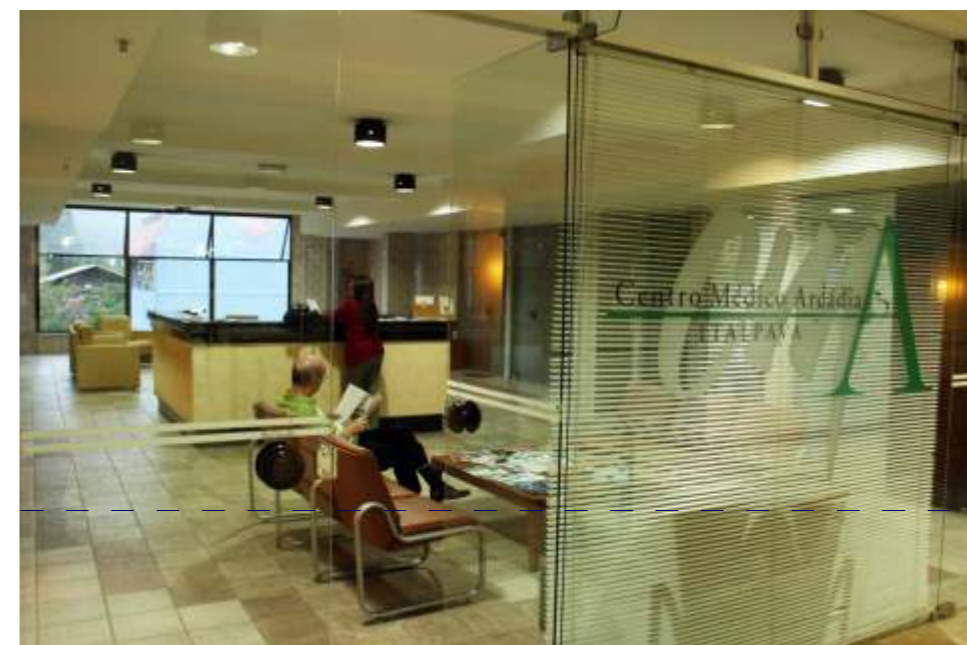
- 1- Conhecer todos os medicamentos que estão sendo usados;
- 2 – Identificar medicações pelo nome genérico;
- 3 – Identificar a indicação clínica de cada medicação;
- 4 – Informar possíveis efeitos colaterais;
- 5 – Identificar fatores de risco para PRM (problemas relacionados aos medicamentos);
- 6 – Interromper as medicações sem efeito terapêutico;
- 7 – Interromper as medicações sem indicação clínica;
- 8 – Substituir a droga por outra mais segura;
- 9 – Evitar tratar um PRM com outra droga;
- 10 – Facilitar a posologia.

#### II – Adesão ao tratamento: talvez um dos principais desafios por ser determinante do sucesso terapêutico

- Programar o menor número de doses diárias de medicamentos;
- Esquematizar a forma de tomar os medicamentos;
- Associar os medicamentos aos rituais do cotidiano (por exemplo, refeições);
- Estimular o uso de recipientes facilitadores da dose diária;
- Monitorar constantemente a adesão;

**Devemos fazer do esquema terapêutico uma solução adaptada as necessidades e possibilidade do idoso e não um agravante a mais ao seu estado de saúde.**

## Centro Médico Arcádia



Criado em julho de 2003, o Centro Médico Arcádia, instalado em Itaipava, é um dos mais preparados núcleos médicos de Petrópolis, e um dos parceiros do Laboratório de Corrêas. Formado por um corpo clínico completo e pronto para atender a diversas especialidades médicas, a clínica oferece o que existe de mais moderno em medicina.

O espaço surgiu com a intenção de aglutinar especialidades, oferecendo serviços de qualidade e preenchendo uma lacuna existente na região. Para

Dr. Eduardo Loureiro, médico especialista em angiologia e cirurgia vascular, e integrante do corpo clínico, a falta de especialidades na região, fez com que muitas pessoas da cidade procurassem o Centro Médico Arcádia, inclusive moradores do Rio de Janeiro. “A ideia surgiu após notar a carência da oferta desses serviços em Itaipava, então, decidimos criar esse núcleo de profissionais em Itaipava”, diz dr. Loureiro, ressaltando ainda que muitos pacientes que se tratavam na capital, sobem a serra para consultas.

CONTINUA PAG. 2

### PÁG. 2

Continuação da  
Matéria da Capa  
Palavras do Diretor

### PÁG. 3

Dicas de Saúde:  
Radicais Livres e Alimentação  
Perguntas Frequentes

### PÁG. 4

Desvendando  
Exames:  
Latrogenia no Idoso

## NEWS

### ESPERMOGRAMA



SQA-V GOLD MEDLAB GROUP

O Espermograma é um aliado dos médicos no diagnóstico da fertilidade masculina. Este aparelho oferece capacidade padronizada para análise do sêmen, oferecendo melhores resultados de reprodutibilidade do que o microscópio padrão. O equipamento possibilita a obtenção de dados relativos à quantidade e qualidade dos espermatozoides em menos de 75 segundos.

O aparelho indica os resultados individuais e parâmetros derivados, tais como critérios de Kruger, que é a porcentagem de espermatozoides de forma normal no líquido seminal. Para reprodução, 14% dos espermatozoides, no mínimo, devem ter forma normal, ou seja, oval. Além disso, o volume do sêmen, que é a quantidade de líquido no ejaculado, oriundo das vesículas seminais e da próstata, também pode ser medido pelo Espermograma.

O equipamento também faz a adaptação das amostras frescas, diluídas ou congeladas para fornecer um resultado mais seguro e armazena os exames em arquivos, incluindo microscopia em vídeo. O espermograma é importante para verificar se o volume do esperma, o pH (acidez), a viscosidade, a cor e a liquefação do sêmen apresentam-se normais.

## Centro Médico Arcádia (CONTINUAÇÃO)

Com 13 especialidades distintas (angiologia, cirurgia vascular e endovascular, cirurgia geral, clínica médica, cardiologia, dermatologia, ginecologia, obstetrícia, psiquiatria, pediatria e proctologia) e três salas equipadas para cirurgia, a clínica se tornou referência na região.

A consolidação do Centro Médico se deu por conta da importante participação do Laboratório de Corrêas. Atualmente, cerca de 800 atendimentos são realizados todos os meses no posto de coleta avançado, instalado dentro das dependências do Centro Médico. Devido à proximidade, o processo terapêutico é agilizado, dando mais conforto ao paciente e rapidez na

identificação dos diagnósticos, e consequentemente, no início do tratamento.

O médico assegura que a forma de trabalho do Laboratório de Corrêas está ligada diretamente à qualidade da medicina prestada no Centro Médico Arcádia. "O fato de investirem em equipamentos de última geração e buscarem inovações tecnológicas utilizadas em todo o mundo garantem confiança no trabalho". Os exames mais realizados na unidade de Itaipava, são os de rotina, pré-operatórios, cultura de antibiograma, coagulograma completo com INR, lipidograma e D-dímero.

"Assim, como temos a presença do

Laboratório de Corrêas dentro do Centro Médico, buscamos trazer outros serviços agregados que também dão suporte ao tratamento clínico, como fisioterapia, psicologia, pilates, entre outros. Nossa ideia é dar todo o conforto ao paciente oferecendo grande número de especialidades em um só lugar", garante o Dr. Eduardo Loureiro.



Dr. Eduardo Loureiro

## palavras do diretor

Seis meses antes da criação do Centro Médico Arcadia Mall, aproximadamente, fui convidado pelo Dr. Ricardo Ribeiro a fazer parte do grupo médico que iria formar e trabalhar neste Centro Médico. Sinto-me muito honrado em pertencer a este grupo e em tê-los como amigos, pois desde o primeiro momento, houve muita transparência nas decisões tomadas.

Hoje, o Centro Médico é uma realidade onde se encontra uma equipe multiprofissional que atua com dedicação e sabedoria, sempre visando o bem estar do paciente. Não posso me esquecer de agradecer ao

Dr. Vitorino, idealizador do projeto físico do Centro Médico - Shopping Arcadia Mall, que tudo fez para que o grupo se mantivesse unido e com um só propósito: o de crescimento profissional e empresarial de todo o grupo.

Agradeço de coração a todos os amigos do grupo, a confiança em nosso serviço de diagnóstico em exames laboratoriais desde a sua criação. Todo o grupo aprovou e buscou, juntamente com o Laboratório, a união e a realização de um sonho que cada um possuía para que o Centro Médico se tornasse cada vez mais sólido e capaz de ter o reconhecimento de

nossa sociedade levando a todos credibilidade, profissionalismo, sabedoria, buscando sempre um atendimento de excelência e proporcionando ao paciente um diagnóstico correto.



Dr. Denisvaldo Vieira Silveira  
é especialista em análises clínicas e diretor do Laboratório de Corrêas

## DICAS DE SAÚDE

### Radicais livres e a alimentação

Por Liana H. Gonçalves

Hoje em dia, existe muita preocupação e especulações em volta do Radical livre. Diversos estudos co-relacionam a sua formação com a etiologia de muitas doenças e principalmente, falando em estética, como a causa número um do envelhecimento precoce.

O termo, radical livre, refere-se a átomo ou molécula altamente reativo, que contém número ímpar de elétrons em sua última camada eletrônica. Eles podem ser formados por diversos fatores, mas o principal deles é naturalmente, o simples ato de respirar. O oxigênio tão importante e essencial para nós se encontra em um grande paradoxo de nossa existência, tendo um potencial altamente tóxico, que com o passar do tempo se torna prejudicial para nós. Quando esses radicais reagem com os constituintes da mitocôndria, provocam danos às suas estruturas e redução da capacidade de produzir energia. A este processo chamamos de oxidação celular, ou seja, o envelhecimento da célula. Para evitar os danos causados pelos radicais livres, o organismo desenvolveu um sistema de defesa chamado sistema antioxidante, onde compostos antioxidantes enzimáticos e não enzimáticos tentam atenuar os efeitos deletérios desses radicais. Esses antioxidantes estão em constante atividade no nosso organismo, agem bloqueando o processo de oxidação neutralizando os radicais livres. Fazendo isto, eles mesmos tornam-se oxidados. Esta é a razão pela qual existe uma necessidade constante de recarregar os nossos recursos antioxidantes. Os antioxidantes não enzimáticos são algumas das vitaminas e minerais que catalisam algumas das reações enzimáticas e ainda exercem diversos fatores protetores. Por isso podemos destacar a alimentação como o fator mais importante nesse processo preventivo.

Todos nós sabemos que as vitaminas e minerais se encontram em maior abundância no reino vegetal e nos alimentos integrais. Entre os antioxidantes oriundos da alimentação podemos destacar os mais importantes que são os fitoquímicos bioativos (carotenóides, clorofilina, flavonóides entre outros), as vitaminas (vitamina C, E e A) e os minerais (ferro, cobre, zinco, magnésio). Estes reagem entre si concomitantemente com as enzimas exercendo a função do sistema antioxidante. Os fitoquímicos bioativos são compostos encontrados, principalmente, nas hortaliças e frutas, e geralmente tem cores correspondentes, os carotenóides, por exemplo, estão relacionados com alimentos de cores amarelo e alaranjado, a clorofila, alimentos verdes, principalmente os vegetais folhosos. Os flavonóides são encontrados em algumas frutas, como a uva e estão presentes também nos chocolates, devido ao cacau, vinho e alguns chás. A vitamina C é a mais abundante, encontrada em quase todas as frutas, verduras e legumes. Vitamina E, encontrada principalmente nas oleaginosas (castanhas, amendoim, nozes, etc) e nos óleos, como o de gergelim por exemplo. Os minerais estão presentes em quase toda gama da alimentação, tanto nos produtos de origem animal quanto vegetal e podemos atribuí-los com abundância nas oleaginosas, onde estão presentes principalmente os minerais, selênio, zinco e cobre e nos vegetais folhosos verdes escuros.

Gostaria de ressaltar que, ainda assim, a melhor forma de atingirmos um potencial antioxidante satisfatório para o nosso organismo é a boa e velha alimentação saudável e balanceada, pois a biodisponibilidade dos nutrientes, ou seja, a forma com que o nosso organismo irá aproveitar melhor esses nutrientes é pelo alimento in natura. Podemos conseguir isso consumindo pelo menos

cinco porções de vegetais por dia, entre frutas, legumes e hortaliças e daí a importância da alimentação colorida, pois os compostos bioativos estão presentes nos alimentos conforme suas cores.

Liana H. Gonçalves  
Nutricionista,  
personal diet,  
especializada em  
nutrição estética



## perguntas

### freqüentes O QUE É SUPLEMENTO NUTRICIONAL?

São compostos utilizados para atingir o teor necessário de um nutriente, quando o mesmo não consegue ser atingido pela alimentação. Como por exemplo os suplementos protéicos e os polivitamínicos.

### QUAL O CHÁ QUE AUXILIA NO EMAGRECIMENTO?

Diversos chás tem efeitos termogênicos, porém o melhor hoje em dia é o chá vermelho

### GESTANTE PODE CONSUMIR ChÁ?

Alguns chás podem prejudicar a gestação do bebê e por isso não devem ser ingeridos pela gestante, entre eles estão chá de camomila, chá de hortelã, chá de gengibre e erva cidreira. Os melhores a serem consumidos são os da casca das frutas.

### QUAIS OS MELHORES SUCOS PARA ACOMPANHAR O ALMOÇO?

Os de frutas cítricas que possuem menos carboidrato e auxiliam na absorção do ferro e no índice glicêmico do alimento. Exemplo: maracujá, limonada suíça, abacaxi com hortelã.