

## ATENÇÃO

- ✓ As interações entre medicamentos e alimentos podem envolver tanto os medicamentos vendidos com receita médica como os de venda livre;
- ✓ Leia sempre o folheto informativo que acompanha as embalagens dos medicamentos. Em caso de dúvida, consulte um profissional de saúde;
- ✓ Tome sempre os seus medicamentos com um copo de água, exceto quando o seu médico lhe indicar algo diferente;
- ✓ Não misture os medicamentos com a comida;
- ✓ Não misture medicamentos com bebidas quentes porque o calor pode degradar o medicamento;
- ✓ Nunca tome medicamentos com bebidas alcoólicas. O álcool afeta os processos no corpo e interage com muitos medicamentos, podendo aumentar ou diminuir os seus efeitos.



COMISSÃO DA QUALIDADE E  
SEGURANÇA DO DOENTE

Segurança na utilização da  
medicação

# Interações dos Medicamentos com os Alimentos



17 de setembro

Dia Mundial da Segurança do Doente

# INTERAÇÕES MEDICAMENTO - ALIMENTO

**Sabia que aquilo que come e que bebe pode influenciar o modo como os medicamentos que toma atuam?**

A este fenómeno chama-se interação medicamento-alimento.

A interações podem ser:

## Prejudiciais

Podem diminuir o efeito terapêutico ao impedir que os medicamentos exerçam o seu efeito, podendo até ocorrer reações adversas.

Podem provocar má absorção e utilização dos nutrientes pelo organismo.



## Benéficas

Alguns medicamentos são mais bem tolerados quando tomados com os alimentos, pois a sua absorção é favorecida ou os seus efeitos secundários diminuem.

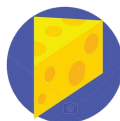


**Todos os medicamentos são afetados pelos alimentos?**

Nem todos os medicamentos são afetados pelos alimentos.

Mas não só o tipo de alimento como também a hora da toma podem alterar o efeito do medicamento.

A ingestão de um medicamento longe, próximo, imediatamente antes ou depois e durante as refeições pode ter muita importância na obtenção do efeito desejado.



**Leite e alimentos lácteos + Antibióticos**  
(Tetraciclina e Quinolonas)

O leite e os alimentos lácteos podem reduzir a absorção desta classe de antibióticos. Faça a administração destes medicamentos 2 horas antes, ou 3 horas depois das refeições.



**Alimentos ricos em vitamina K + Anticoagulantes orais** (Varfarina)

Os alimentos ricos em vitamina K (espinafres, bróculos, grelos, nozes), podem interferir no controlo adequado da anticoagulação, por isso o seu consumo deve ser constante, sem variações acentuadas.



**Alimentos ricos em vitamina C + medicamentos com Ferro**

O consumo de alimentos ricos em vitamina C (Kiwi, laranja, limão), aumenta a absorção de ferro, o que é benéfico para o tratamento e prevenção de anemias.



**Alimentos gordos + Desparasitantes**

O consumo de alimentos gordos (fritos, fast food) com os desparasitantes (albendazol e mebendazol) pode aumentar muito a absorção destes medicamentos e por isso provocar efeitos tóxicos.



**Bebida alcoólicas + Paracetamol**

As bebidas alcoólicas podem aumentar a toxicidade hepática do paracetamol, provocando problemas no fígado do doente. Não faça uso de bebidas alcoólicas quando estiver em tratamento com paracetamol.



**Alimentos + Furosemida**

Os comprimidos devem ser tomados com o estômago vazio, pois o efeito da furosemida pode ser alterado quando administrada com alimentos.