



O Armário de Medicamentos



Pensos rápidos,
compressas, adesivos
e ligaduras



Soro fisiológico
em unidose



Desinfetante líquido
e em creme



Analgésico e
anti-inflamatório oral para
aliviar a dor e baixar a febre



programa
**TRATAR
DE MIM**

o JOGO??



Pomada analgésica e
anti-inflamatória



Pomada
para hematomas
("nódoas negras")



Creme cicatrizante



Anti-histamínico oral
e para a pele

• Os medicamentos servem para melhorar a qualidade de vida das pessoas, nomeadamente através da prevenção e cura de algumas doenças e dos seus sintomas, do alívio da dor e sofrimento, e do aumento do número de anos que as pessoas vivem.

• Os medicamentos podem ser:

- Medicamentos sujeitos a receita médica - só podem ser comprados com receita médica ou;
- Medicamentos não sujeitos a receita médica - podem ser comprados na farmácia, sem receita médica, e servem para ajudar a aliviar sintomas de saúde menores, como dores de cabeça, febre, tosse, entre outros. A lista das situações que podem ser tratadas com MNSRM está disponível em www.apifarma.pt/tratardemim.

• Os medicamentos devem ser sempre mantidos dentro da respetiva caixa, assim como o seu folheto informativo.

• Os medicamentos fora de prazo nunca devem ser tomados ou deitados no lixo ou através dos esgotos. Entregue-os na farmácia.

• Os medicamentos devem ser guardados em local fresco e seco, apenas ao alcance dos adultos.

• Em caso de dúvida deve sempre consultar o seu médico ou aconselhar-se com o seu farmacêutico sobre como usar os medicamentos.



programa
**TRATAR
DE MIM**

o JOGO



apifarma

PARCEIROS:

anf
Associação Nacional das Farmácias

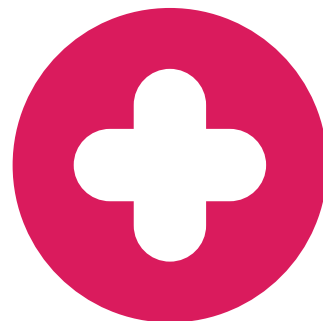
DGS
Direção-Geral da Saúde

infarmed
Autoridade Nacional de Medicamentos
e Produtos de Saúde I.P.



VALORMED

Tratar de Mim é um programa de literacia em saúde desenvolvido pela APIFARMA - Associação Portuguesa da Indústria Farmacêutica, em parceria com a ANF - Associação Nacional das Farmácias, a DGS - Direção-Geral da Saúde, o INFARMED - Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde, I.P., a Ordem dos Farmacêuticos, a Ordem dos Médicos e a Valormed para a consciencialização da população portuguesa para a importância da utilização responsável e segura dos medicamentos não sujeitos a receita médica para o alívio e tratamento dos sintomas de saúde de menor gravidade.



O Armário de Medicamentos

Nome

Data de Nascimento



www.apifarma.pt/tratardemim
www.facebook.com/programatratardemim