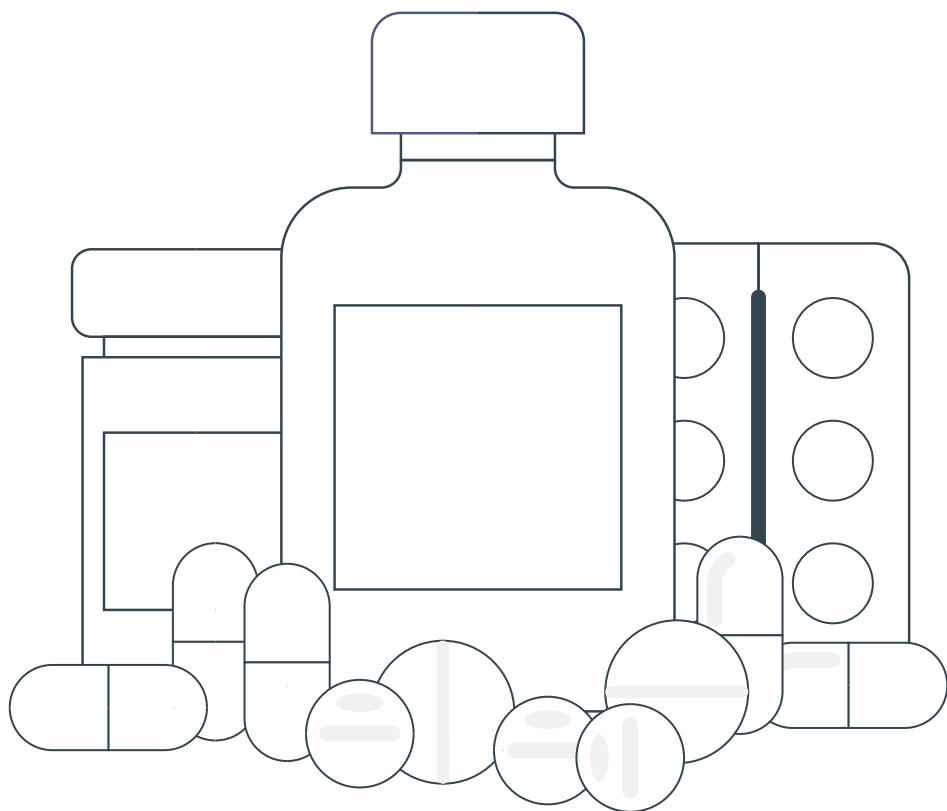


KIT ADESÃO MEDICAMENTOSA





ÍNDICE

O que é o kit adesão? Como uso no meu dia a dia?	02
Para quem é o Kit Adesão?	04
Ferramentas do Kit	05
Dicas e Recomendações	17

O que é esse kit adesão?

Como usá-lo no meu dia a dia?

VOCÊ JÁ SE DEPAROU COM O DESAFIO DE:

- Aumentar a adesão medicamentosa dos pacientes, especialmente os hipertensos?
- Criar estratégias e ferramentas para ajudar os pacientes a aumentar essa adesão?

Agora você não precisa mais quebrar a cabeça com esse desafio.

O Kit adesão medicamentosa nasceu com o objetivo de:

- Ter uma diversidade de opções de estratégias para você usar com os pacientes, de acordo com a SUA realidade!
- Para isso, aqui estão reunidas boas práticas encontradas nas UBSs com um pouco de criatividade para melhorar ainda mais as ideias que vimos!

Como usá-lo no dia a dia?

- Siga os 3 passos que estão descritos para se orientar e escolher as ferramentas mais apropriadas para o seu contexto
- Se houver necessidade, dependendo do caso do paciente, fique a vontade para misturar as práticas para propôr uma que seja mais adequada.

KIT ADESÃO MEDICAMENTOSA

O **Kit Adesão Medicamentosa** traz itens que ajudam no processo de lembrar, identificar e tomar a medicação, com um **cardápio de estratégias para os diversos tipos de pacientes**:



Para quem é o Kit Adesão?

Para utilizar alguma das estratégias do Kit Adesão, é necessário que o farmacêutico identifique no paciente algum dos **5 requisitos prioritários para encaminhamento para a Consulta Farmacêutica:**

- Polimedicamentoso: Pacientes que tomam 5 medicações ou mais
- Está sendo acompanhado em mais de um serviço de saúde
- Recebeu alta do hospital nos últimos 6 meses
- Tem mais de 2 comorbidades
- Dificuldade de uso (não adesão, analfabetismo, deficiência visual/auditiva, etc)

FERRAMENTAS DO KIT

Por que esses 5 requisitos são importantes?

Um fator extremamente importante, é que os **kits sejam entregues apenas para os pacientes que vão na Consulta Farmacêutica** e não de forma avulsa para algum paciente que foi apenas pegar a sua medicação. Isso é importante porque **para ter uma mudança de hábito mais eficiente, a entrega dessas ferramentas precisa estar necessariamente amarrada ao acompanhamento e direcionamento de perto do farmacêutico**. Para que, ao final, seja alcançado um resultado significativo de mudanças na adesão medicamentosa de cada paciente.

CARTÃO DO HÁBITO

O **Cartão do Hábito** é uma folha sulfite para o usuário preencher colocando um medicamento por linha e marcando na colunas os dias em que tomou o remédio.



Você vai precisar de:

- Impressora preto e branco OU colorida
- Tesoura
- Cola



Passo a passo de como utilizar:

1. Imprima o cartão na impressora da sua UBS, caso tenha pouca tinta utilize a versão preto e branco. Caso sua Organização Social (OS) possua verba, você pode pedir para imprimir o cartão na versão colorida, imprimindo uma alta quantidade (em geral, acima de 100 cartões, fica muito mais barato)
2. Após imprimir o cartão na impressora, dobre no meio
3. Passe cola, para que a frente e o verso fiquem unidos
4. Entregue para o paciente e explique como deve ser usado o cartão



Instruções gerais para o paciente no momento da entrega:

- O cartão deve ficar sempre em um local a vista, de fácil acesso. Foi projetado para ficar de preferência na carteira, na parte transparente onde é possível ver o tempo todo, o objetivo é que ao ver o jovem se lembre de tomar a medicação
- Incentive o paciente a preencher todos os dias, no momento exato em que tomar a medicação. A lógica do cartão é para mapear os hábitos, ao marcar, o paciente tem um incentivo visual, conseguindo visualizar a sua evolução no tratamento
- Peça para que o paciente volte com o cartão na sua próxima consulta farmacêutica

Abaixo você verá um exemplo de um Cartão do Hábito preenchido:

[illegible]

CALENDÁRIO POSOLÓGICO

O **Calendário Posológico** é uma folha sulfite para o usuário preencher colocando um medicamento por linha e marcando nas colunas quando deve tomar cada medicação.



Passo a passo de como utilizar:

1. Imprima o cartão na impressora da sua UBS, caso tenha pouca tinta utilize a versão preto e branco. Caso sua Organização Social (OS) possua verba, você pode pedir para imprimir o cartão na versão colorida, imprimindo uma alta quantidade (em geral, acima de 100 cartões, fica muito mais barato).
2. Entregue para o paciente e explique como deve ser usado o cartão.



Instruções gerais para o paciente no momento da entrega:

- O calendário deve ficar sempre em um local a vista, de fácil acesso, junto com a medicação. Ele deve ser usado junto com caixas organizadoras para identificar cada medicação.
- Peça para que o paciente volte com o cartão na sua próxima consulta farmacêutica.

NOME DO PACIENTE _____		PRONTUÁRIO _____		DATA _____													
PRESCRITOR _____		DATA DA PRESCRIÇÃO _____															
	<div> <div>HORA →</div> <div>↓</div> </div>	<div>ACORDAR (JEJUM)</div> <div> </div>	<div>CAFÉ DA MANHÃ</div> <div> </div>			<div>ALMOÇO</div> <div> </div>			<div>LANCHE DA TARDE</div> <div> </div>			<div>JANTAR</div> <div> </div>			<div>DORMIR</div> <div> </div>		
	ETIQUETA COR		ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS
	ETIQUETA COR		ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS
	ETIQUETA COR		ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS
	ETIQUETA COR		ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS
	ETIQUETA COR		ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS
	ETIQUETA COR		ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS
	ETIQUETA COR		ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS
ETIQUETA COR		ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	ANTES	DURANTE	DEPOIS	

ORIENTAÇÕES ADICIONAIS

→

FARMACÊUTICO RESPONSÁVEL _____

REMÉDIO PORTÁTIL

O **Remédio Portátil** é um conjunto de saquinhos plásticos para organização dos medicamentos com auxílio do Calendário Posológico.



Você vai precisar de:

- Impressora preto e branco
- Etiquetas (ou outra forma para sinalizar a medicação)
- Bolinhas adesivas coloridas
- Sacos para fracionamento da medicação
- Grampeador/clips



Passo a passo de como utilizar:

1. Olhe a medicação do paciente e preencha o calendário posológico de acordo com ela
2. Coloque uma bolinha adesiva colorida diferente em cada linha, para que o paciente tenha uma cor por medicamento. Caso o paciente tenha mais medicamentos do que as cores de etiquetas que você possui você pode repetir as cores e adicionar desenhos que sejam de fácil entendimento, assim como no exemplo abaixo:

Medicamento 1



Medicamento 2



3. Preencha no arquivo das etiquetas quais são os medicamentos, as doses e o período em que devem ser tomados. Atenção nessa etapa para não se confundir na hora da impressão!

ENALAPRIL 20 mg



ACORDAR (JEJUM) - 7h

4. Cada saco deve conter um medicamento. Coloque os sacos na sequência, de preferência na mesma ordem que você escreveu no calendário posológico. Após colocar na sequência faça com que todos os sacos estejam unidos, para que o paciente possa colocar na sua bolsa/mochila. Para unir o sacos você pode usar um grampeador na lateral dos sacos ou um clips para unir ou até mesmo aquela parte circular utilizada nas chaves/chaveiros, são algumas das ideias que podem ser testadas, aqui a criatividade não tem limites!



Instruções gerais para o paciente no momento da entrega:

- Incentive o paciente a levar sempre na sua bolsa, mochila ou qualquer outro local que ele leve sempre perto dele, no trabalho ou outro local. A solução foi criada para ficar de preferência em locais que o paciente leve sempre consigo, o objetivo é que ao ver o jovem se lembre de tomar a medicação
- Não basta só levar na mochila ou na bolsa, o paciente ainda tem o desafio de se lembrar de pegar o remédio portátil e tomar. Para isso, peça para que ele coloque para despertar no celular, abra com ele na hora da consulta o despertador e ajude a colocar os lembretes
- Peça para que o paciente volte com a solução remédio portátil na sua próxima consulta farmacêutica

CAIXAS DE ADESÃO

As Caixas de Adesão são caixas de papel pensadas para organizar a medicação junto com o Calendário Posológico.



Você vai precisar de:

- Impressora preto e branco
- Bolinhas adesivas coloridas identificadoras
- Caixas de remédios para serem reutilizadas
- Etiquetas



Passo a passo de como utilizar:

1. Olhe a medicação do paciente e preencha o calendário posológico de acordo com ela

2. Coloque uma bolinha adesiva colorida diferente em cada linha, para que o paciente tenha uma cor por medicamento. Caso o paciente tenha mais medicamentos do que as cores de etiquetas que você possui você pode repetir as cores e adicionar desenhos que sejam de fácil entendimento, assim como no exemplo abaixo:

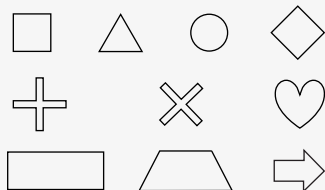
Medicamento 1



Medicamento 2

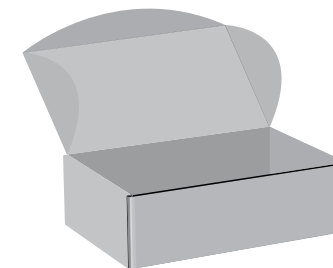


Outra opção: Para sinalizar ao paciente qual a diferença entre os medicamentos veja abaixo 10 opções de desenhos simples que podem ser usados para sinalizar a medicação:

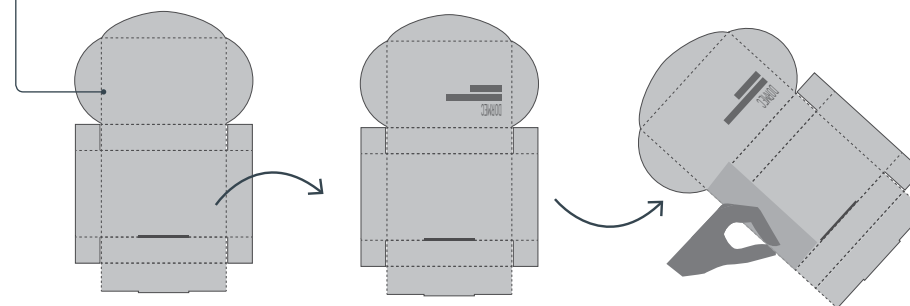


3. Construa a caixa: Para isso, olhe a prescrição do paciente, a quantidade de medicamentos deve ser a mesma quantidade de caixas. Para fazer as caixas, colete caixas de remédios que você encontra na sua farmácia mesmo. Uma que você encontra de forma fácil e que falaremos um passo a passo de como utilizar é a caixa de remédios de AAS

4. Com essa caixa em mãos abra a caixa toda, para isso desfaça todas as dobraduras



5. Vire a caixa. É só você dobrar ela exatamente como estava antes, só que ao contrário, para que as partes escritas fiquem para dentro, dessa forma a parte de fora da caixa ficará lisa. Esse detalhe é importante para não confundir o paciente ao ler as orientações na caixa.



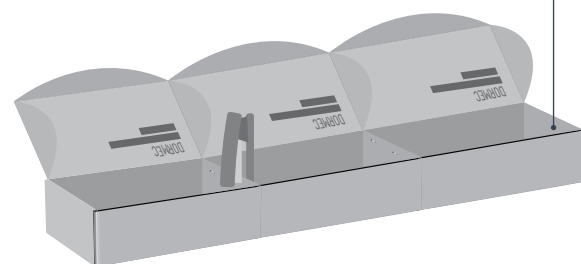
IMPORTANTE: Nessa etapa é essencial que ao dobrar a caixa ao contrário você aperte bem as dobraduras, com o dedo indicador e o polegar aperte com força as extremidades das dobraduras do início ao fim. Isso é importante para que a caixa feche bem, não fique se abrindo

6. A partir de agora você tem algumas opções de como construir as caixas:

OPÇÃO LATERAL - Caixas grampeadas:

1) Preencha no arquivo das etiquetas quais são os medicamentos, as doses e o período em que devem ser tomados. Atenção nessa etapa para não se confundir na hora da impressão!

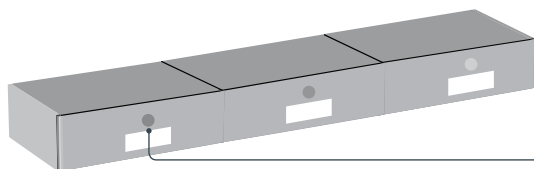
2.1) Pegue 3 caixas e coloque-as lado a lado, grampeie as laterais das caixas, para que elas fiquem unidas e o paciente não as perca.



Dica: Apoie o grampeador na mesa, assim você precisará fazer menos força para grampear

ou **2.2)** Você pode deixar as caixas soltas, para que o paciente possa manusear da melhor forma as caixas isoladamente, pode facilitar o uso

3) Depois de construir a caixa coloque em cada caixa uma cor de bolinha adesiva, é muito importante que cada medicação seja sinalizada com uma cor diferente, para que o paciente não se confunda



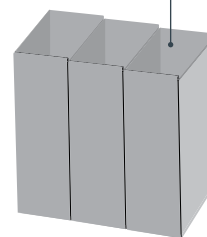
4) Para que o paciente leve as caixas, você pode usar um barbante para uní-las, para que assim ele possa levá-las até a sua casa

OPÇÃO LATERAL - Caixas grudadas com cola quente:

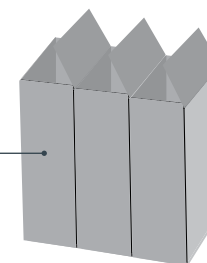
1) Preencha no arquivo das etiquetas quais são os medicamentos, as doses e o período em que devem ser tomados. Atenção nessa etapa para não se confundir na hora da impressão!

2) Vire a caixa de lado, coloque em uma posição que a parte mais longa da caixa fique na vertical. Esse detalhe é importante para que a caixa do medicamento caiba toda dentro da caixa e não fique nenhuma parte para fora.

3.1) Você pode cortar a lateral da caixa, deixando a parte de cima aberta

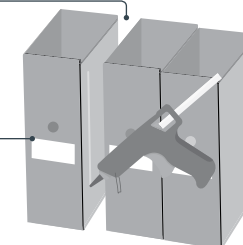


ou **3.2)** Deixe a aba lateral, faça dela uma pequena tampa, para isso faça cortes nas laterais para ajustar e facilitar que o paciente faça o movimento de abrir e fechar a tampa



4) Cole as caixas lateralmente uma na outra usando uma cola quente. Após colocar a cola, pressione as caixas para que a cola fique mais firme

5) Depois de construir a caixa coloque em cada caixa uma cor de bolinha adesiva, é muito importante que cada medicação seja sinalizada com uma cor diferente, para que o paciente não se confunda



6) Para que o paciente leve as caixas, você pode pegar uma outra caixa de medicamento, de um tamanho maior. Grude no fundo das caixas com a cola quente. Faça um corte e abra uma pequena aba, para que o paciente consiga carregar para sua casa.

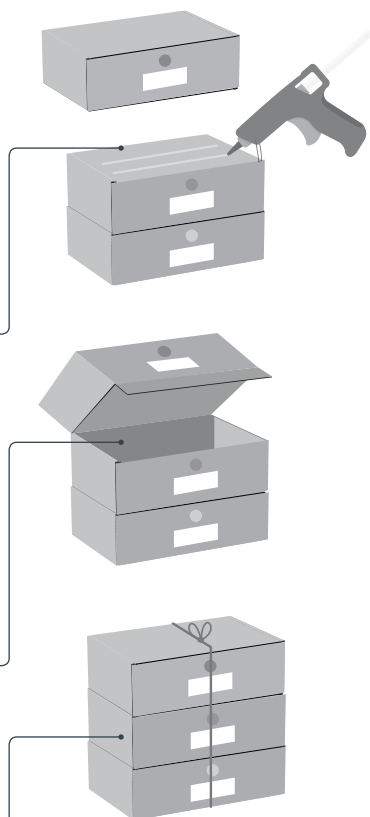
OPÇÃO EMPILHADA - Grampeador ou cola quente:

1) Preencha no arquivo das etiquetas quais são os medicamentos, as doses e o período em que devem ser tomados. Atenção nessa etapa para não se confundir na hora da impressão!

2) Cole as tampas das caixas, você pode fazer isso com cola quente ou com um grampeador, teste e use o que fica mais prático para sua realidade e é claro, que fica melhor para facilitar a vida do seu paciente. Atenção para deixar livre a aba para que o paciente possa subir a tampa, é importante para que ele consiga abrir e fechar.

3) Verifique se está sendo possível abrir e fechar as caixas ou se você precisa fazer algum ajuste com as colas ou grampeado.r

4) Para que o paciente leve as caixas, você pode usar um barbante para uní-las, para que assim ele possa levá-las até a sua casa.



DICAS E RECOMENDAÇÕES






Instruções gerais para o paciente no momento da entrega:

- Peça para que o paciente volte com as caixas da adesão na próxima consulta farmacêutica
- É importante que o calendário posológico fique grudado em um local que o paciente acesse com frequência. Ex: Geladeira da casa ou perto da televisão

PASSO 1: MEU PACIENTE

Qual o perfil do meu paciente?

	 jovem	 adulto	 idoso
FAIXA ETÁRIA (recomendação)	Entre 15 a 29 anos	Entre 30 a 54 anos	Com 55 ou mais
PRINCIPAIS CARACTERÍSTICAS (além dos requisitos)	<ul style="list-style-type: none"> • Possui uma vida muito agitada • Pouco tempo para tomar a medicação • No seu dia a dia não se lembra de levar a medicação junto • Em geral leva poucas coisas o tempo todo junto de si. Por exemplo: apenas a carteira e o seu celular 	<ul style="list-style-type: none"> • Possui uma vida muito agitada • Pouco tempo para tomar a medicação • No seu dia a dia não se lembra de levar a medicação junto • Em geral leva poucas coisas o tempo todo junto de si. Por exemplo: apenas a carteira, o seu celular, bolsa ou mochila 	<ul style="list-style-type: none"> • Possui dificuldade em se lembrar de tomar a medicação • Possui dificuldade em tirar os medicamentos da embalagem • Toma muitos medicamentos e às vezes se confunde qual tem que tomar em quais horários

RESUMO: FERRAMENTAS DO KIT ADESÃO POR PERFIL DE PACIENTE

Abaixo construímos um quadro de recomendações de uso das ferramentas de acordo com o perfil de cada paciente. Fique à vontade para pensar em novas combinações!

		CARTÃO DO HÁBITO	REMÉDIO PORTÁTIL	CALENDÁRIO POSOLÓGICO (impressão em preto e branco)	CAIXAS DE ADESÃO
	JOVEM 1	✓			
	ADULTO 2		✓	✓	
	IDOSO 3			✓	✓

O kit adesão medicamentosa apresenta algumas possibilidades de utilização das ferramentas. Sinta-se livre para adaptá-las e para criar novas soluções de acordo com a sua realidade.

