

millenium

Journal of Education, Technologies, and Health



 *edição
special*

nº 01

millenium
Journal of Education, Technologies, and Health

Corpo Editorial | Editorial | Consejo Editorial

Editor

Instituto Politécnico de Viseu, Centro de Estudos em Educação, Tecnologias e Saúde (CI&DETS)

Equipa Editorial | Editorial Team | Equipo Editorial

Editor Chefe | Chief Publisher | Editor Chefe

Maria Madalena Jesus Cunha Nunes

Editores Adjuntos | Assistant Publishers | Editores Adjuntos

José Luís Mendes Loureiro Abrantes

José Paulo Ferreira Lousado

Maria João Amante

Paula Maria dos Reis Correia

Editores das Seções | Section Publishers | Editores de Secciones

Ciências Agrárias, Alimentares e Veterinárias | Agricultural Sciences, Food and Veterinary | Ciencias Agrícolas, Alimentos y Veterinaria

Paula Maria dos Reis Correia - paulacorreia@esav.ipv.pt

Ciências da Vida e da Saúde | Life and Health Sciences | Ciencias de la Vida y la Salud

Maria Madalena Jesus Cunha Nunes - mnunes@essv.ipv.pt

Educação e Desenvolvimento Social | Education and Social Development | Educación y Desarrollo Social

Maria João Amante - majoa@esev.ipv.pt

Engenharias, Tecnologia, Gestão e Turismo | Engineering, Technology, Management and Tourism | Ingeniería, Tecnología, Administración y Turismo

José Luís Mendes Loureiro Abrantes - jlbrantes@estv.ipv.pt

José Paulo Ferreira Lousado - jlousado@estgl.ipv.pt

Conselho Editorial Internacional | International Editorial Board | Consejo Editorial Internacional

Madalena Cunha, PhD, Instituto Politécnico de Viseu (PT), Presidente
Ana Sofia Carvalho, PhD, Universidade Católica, Porto (PT)
Alessandro Gandini, PhD, Pagora School, Grenoble Polytechnic, France (FR)
António Boleto Rosado, PhD, Universidade Técnica de Lisboa (PT)
António Sérgio Alfredo Guimarães, PhD, Universidade de S. Paulo (BR)
Carlos Fernandes da Silva, PhD, Professor Catedrático, Universidade de Aveiro (PT)
Carlos Gutiérrez García, PhD, Universidade de León (ES)
Elisabeth Kastenzholz, PhD, Universidade de Aveiro (PT)
Flávio Nelson Fernandes Reis, PhD, Universidade de Coimbra (PT)
Isabel Mateos Rubio, PhD, Universidade de Salamanca (ES)
João Carlos Matias Celestino Gomes da Rocha, PhD, Universidade de Aveiro (PT)
João Eduardo Quintela Varajão, PhD, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro UTAD (PT)
Javier Montero Martín, PhD, Universidade de Salamanca (ES)
José Luís Abrantes, PhD, Instituto Politécnico de Viseu (PT)
José Paulo Lousado, PhD, Instituto Politécnico de Viseu (PT)
Luís Saboga Nunes, PhD, Escola Nacional de Saúde Pública, Universidade de Lisboa (PT)
Maria dos Anjos Pires, PhD, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro UTAD (PT)
Maria João Amante, PhD, Instituto Politécnico de Viseu (PT)
Margarida Gomes Moldão Martins, PhD, Instituto Superior de Agronomia, Universidade de Lisboa (PT)
Oziris Borges Filho, PhD, Universidade Federal do Triângulo Mineiro (BR)
Paula Correia, PhD, Instituto Politécnico de Viseu (PT)
Paulo Joaquim Pina Queirós, PhD, Escola Superior de Enfermagem de Coimbra (PT)
Paulo Providência, PhD, Universidade de Coimbra (PT)
Soner Soyulu, PhD, Agriculture Faculty, Mustafa Kemal Üniversitesi (TR)
Wojciech Cynarski, PhD, Rzeszów University (PL)
Mohamed Samer, PhD, Universidade do Cairo (EG)

Ficha Técnica | Technical Sheet | Ficha Técnica

Propriedade | Property | Propiedad

Instituto Politécnico de Viseu (IPV)
Centro de Estudos em Educação, Tecnologias e Saúde
Unidade de I&D do Instituto Politécnico de Viseu

Av. Cor. José Maria Vale de Andrade
Campus Politécnico
3504- 510 VISEU

- ☎ 232 480 700 (ext.2100)
- ✉ millenium@pres.ipv.pt (Revista Millenium)
- 🌐 <http://www.ipv.pt/millenium/> (Revista Millenium)
- 🌐 <http://www.ipv.pt/ci>(Centro de Estudos em Educação, Tecnologias e Saúde (CI&DETS)- Unidade de I&D do Instituto Politécnico de Viseu)

Ficha Catalográfica

Revista Millenium. / prop. Instituto Politécnico de Viseu, 1996- 2016

Título da Revista: Millenium- Revista do Instituto Politécnico de Viseu (IPV)

Título da Revista abreviado: Rev. Mill

Sigla da Revista: Mill

Depósito Legal N.º: 973 71/96

ISSNe (versão eletrónica) 1647-662X

Indexação

DIALNET – <http://dialnet.unirioja.es/>

Latindex – Sistema Regional de Información en Línea para Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal

<http://www.latindex.unam.mx/index.html>

Avaliada por Qualis/CAPES – Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior na área da Educação em B2 e na área de Letras/

Linguística em B4. <http://qualis.capes.gov.br/webqualis/ConsultaPeriodicos.faces>

DOAJ- Directory of Open Access Journals – <http://www.doaj.org/>

Periodicidade

Quadrimestral, sendo editada em fevereiro, junho e outubro.

Nota

- Os artigos assinados são da responsabilidade dos seus autores, não refletindo necessariamente os pontos de vista da Direção da Revista
- Publicação anotada na ERC
- Isenta de registo na ERC ao abrigo do Decreto Regulamentar 8/99, de 9 de junho, Artigo 12º, nº1, a)

Editorial | Editorial | Editorial

A validação do conhecimento científico pelos respectivos pares é actualmente uma exigência das sociedades científicas contemporâneas que aliam os melhores níveis de evidência e graus de recomendação ao suporte das boas práticas profissionais eticamente dirigidas.

Millenium - Journal of Education, Technologies and Health assume-se como uma publicação multidisciplinar nas áreas das ciências da vida e da saúde, agrárias, alimentares e veterinárias, educação e desenvolvimento social, e das engenharias, tecnologia, gestão, turismo e artes.

Millenium - Journal of Education, Technologies and Health apresenta-se como uma publicação científica capaz de constituir um espaço privilegiado de análise e discussão de teorias e modelos, processos, métodos e técnicas inovadoras. Pretende ainda apresentar e discutir instrumentos de investigação, divulgar projectos pedagógicos e de intervenção na comunidade, escolas, empresas e outras organizações.

Após avaliação por pares com recurso a uma metodologia cega, ficam acessíveis neste número 1 Especial da *Millenium - Journal of Education, Technologies and Health* 38 artigos integrados nos seguintes tópicos: Saúde infantil e parentalidade; Saúde e bem-estar dos estudantes e formação de professores; Saúde do idoso e seus cuidadores; Gestão da doença e segurança do doente; Saúde ocupacional.

Almeja-se com os artigos agora disponíveis em bases de dados internacionais proporcionar aos profissionais da educação e saúde evidências promotoras da literacia nestas áreas do conhecimento que contribuam para o incremento do bem-estar coletivo.

Cumprir ainda o propósito de dar visibilidade ao contributo original dos autores, garantindo por essa via a difusão e internacionalização do conhecimento científico.

A Equipa Editorial

Madalena Cunha

*José Luís Abrantes, Maria João Amante,
José Paulo Lousado, Paula Correia*

Validation of scientific knowledge through peer review is currently a requirement of contemporary scientific societies that combine the highest levels of evidence and grades of recommendation with good professional and ethical practices.

Millenium - Journal of Education, Technologies and Health claims its position as a multidisciplinary publication in the fields of life and health, agrarian, food and veterinary sciences, of education and social development, and of engineering, technology, management, tourism and arts.

Millenium - Journal of Education, Technologies and Health presents itself as a scientific publication able to become a privileged space for the analysis and discussion of theories and models, processes, methods and innovative techniques. It also aims to present and discuss research tools, to disseminate educational projects, and projects of intervention in the community, schools, companies and other organisations.

After peer review using a blind methodology, 38 articles are made available in this Special number 1 *Millenium - Journal of Education, Technologies and Health*, included in the following topics: Child health and parenting; Health and well-being of students and teacher training; Health of the elderly and caregivers; Disease management and patient safety; Occupational health.

With the journal articles now made available in international databases, we aim to provide education and health professionals with evidence that promote literacy in these areas of knowledge, enhancing collective wellbeing.

Furthermore, there is also the purpose of increasing visibility of the author's original contribution, ensuring in this way the dissemination and internationalisation of scientific knowledge.

The Editorial Board

Madalena Cunha

*José Luís Abrantes, Maria João Amante,
José Paulo Lousado, Paula Correia*

La validación del conocimiento científico por los respectivos pares es, actualmente, una exigencia de las sociedades científicas contemporáneas que asocian los mejores niveles de evidencia y grados de recomendación al soporte de buenas prácticas profesionales éticamente dirigidas.

Millenium - Journal of Education, Technologies and Health se asume como una publicación multidisciplinar en las áreas de la vida y de la salud, agrarias, alimentarias y veterinarias, educación y desarrollo social y de las ingenierías, tecnología, gestión, turismo y artes.

Millenium - Journal of Education, Technologies and Health se presenta como una publicación científica capaz de constituir un espacio privilegiado de análisis y discusión de teorías y modelos, procesos, métodos y técnicas innovadoras. Pretende, igualmente, presentar y discutir instrumentos de investigación, divulgar proyectos pedagógicos y de intervención en la comunidad, escuelas, empresas y otras organizaciones.

Tras la evaluación por pares con recurso a una metodología ciega, quedan accesibles en este número 1 Especial da *Millenium - Journal of Education, Technologies and Health* 38 artículos integrados en los siguientes tópicos: Salud infantil y parentalidad; Salud y bienestar de los estudiantes y formación de profesores; Salud de la persona mayor y de sus cuidadores; Gestión de la enfermedad y seguridad del enfermo; Salud ocupacional.

Con los artículos ahora disponibles en bases de datos internacionales se ambiciona proporcionar a los profesionales de la educación y salud evidencias promotoras de la capacitación en estas áreas del conocimiento que contribuyan para el incremento del bienestar colectivo.

Cumple igualmente el propósito de dar visibilidad al aporte original de los autores, garantizando por esa vía la difusión e internacionalización del conocimiento científico.

El Equipo Editorial

Madalena Cunha

*José Luís Abrantes, Maria João Amante,
José Paulo Lousado, Paula Correia*

Sumário | Summary | Resumen

SAÚDE INFANTIL E PARENTALIDADE

GERIR A FEBRE EM CRIANÇAS: CONHECIMENTOS E PRÁTICAS DOS PAIS	15
CONHECIMENTOS DAS MÃES FACE À AMAMENTAÇÃO: RELAÇÃO COM VARIÁVEIS SOCIODEMOGRÁFICAS	23
EXPERIÊNCIAS DOS CUIDADORES SOBRE A DOR NA CRIANÇA	33
ESTUDO DE VALIDAÇÃO DA ESCALA SATISFAÇÃO DA CRIANÇA COM A CONSULTA DE ENFERMAGEM DA DIABETES PARENTALIDADE, INCAPACIDADE E SATISFAÇÃO COM O SUPORTE SOCIAL	41
SAÚDE DAS FAMÍLIAS IMIGRANTES: ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS NA FORMAÇÃO EM ENFERMAGEM	53
A EXPERIÊNCIA VIVIDA DE MULHERES TOXICODEPENDENTES NO PERÍODO PÓS PARTO	63
	71

SAÚDE/BEM-ESTAR DOS ESTUDANTES E FORMAÇÃO DE PROFESSORES

PROJETO DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA - R.E.D. BULL (YING)	83
VALORES DE VIDA EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR ENVOLVIDOS EM EDUCAÇÃO PELOS PARES	93
A ABSTINÊNCIA E O CONSUMO DE ÁLCOOL ENTRE ESCOLARES: A INFLUÊNCIA DAS ESFERAS PESSOAL, FAMILIAR E SOCIO-CULTURAL	107
A AUTOMEDICAÇÃO NOS ALUNOS DA ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE DO INSTITUTO POLITÉCNICO DE BRAGANÇA	123
PROGRAMA DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS: PREDITORES DE ADESAO	133
APOIO PSICOLÓGICO NO ENSINO SUPERIOR: O SERVIÇO DE PSICOLOGIA DO INSTITUTO POLITÉCNICO DE VISEU	145
REFLEXÕES SOBRE A FORMAÇÃO CONTINUADA DE PROFESSORES	153

SAÚDE DO IDOSO E SEUS CUIDADORES

ESTUDO DA OSTEOPOROSE EM MULHERES PORTUGUESAS COM MAIS DE 50 ANOS: ANÁLISE DOS FATORES DE RISCO E ADESAO À TERAPÊUTICA	163
PROMOÇÃO DA LITERACIA E CAPACITAÇÃO DE PESSOAS DIABÉTICAS TIPO 2 IDOSAS EM CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS	175
PREVALÊNCIA E DETERMINANTES DO RISCO DE QUEDA EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS	185
NÍVEL DE SOBRECARGA SUBJETIVA EM CUIDADORES FORMAIS DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS	195
QUALIDADE DE VIDA DOS CUIDADORES INFORMAIS DE DOENTES DE HUNTINGTON	203
TEMAS A INCLUIR NUM PROGRAMA PSICOEDUCATIVO PARA FAMILIARES CUIDADORES DE PESSOAS COM DEMÊNCIA, A RESIDIR NO DOMICÍLIO	213
SAÚDE OCUPACIONAL EM CUIDADORES: UM ESTUDO DE CLIMA ORGANIZACIONAL EM ESTRUTURAS RESIDENCIAIS PARA IDOSOS	223

GESTÃO DA DOENÇA E SEGURANÇA DO DOENTE

ESCLEROSE MÚLTIPLA E QUALIDADE DE VIDA: CONTRIBUTOS PARA A MELHORIA DAS PRÁTICAS DE SAÚDE	235
TRATAMENTO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL EM INSUFICIENTES RENAS EM DIÁLISE	245
REABILITAÇÃO VESTIBULAR COM POSTUROGRAFIA DINÂMICA COMPUTADORIZADA NA DOENÇA DE PARKINSON	255
CONHECIMENTO SOBRE HEPATITES B E C E AS MEDIDAS DE PREVENÇÃO ADOTADAS POR PROFISSIONAIS DOS SALÕES DE BELEZA	267
EVENTOS ADVERSOS COM MEDICAÇÃO: A CULPABILIDADE IMPRESSA PELA MÍDIA	277
ESTUDO PSICOMÉTRICO DA ESCALA DE COMPETÊNCIAS DE COMUNICAÇÃO CLÍNICA (ECCC)	287
CONSENTIMENTO INFORMADO DA TEORIA À PRÁTICA	301
DIAGNÓSTICO DA SITUAÇÃO DA FORMAÇÃO SOBRE SEGURANÇA DO DOENTE: UM ESTUDO RETROSPECTIVO DE 2012 A 2014 COM BASE NO MULTIPROFESSIONAL GUIDE	307

SAÚDE OCUPACIONAL

FATORES DE STRESS DAS EQUIPAS DE BOMBEIROS EM CONTEXTOS DE EMERGÊNCIA PRÉ-HOSPITALAR	319
QUALIDADE DE VIDA DOS ENFERMEIROS	327
SATISFAÇÃO NO TRABALHO NA FUNÇÃO PÚBLICA LOCAL: UMA QUESTÃO DE GÉNERO?	339
EMPODERAMENTO DOS ENFERMEIROS: VALIDAÇÃO DE UM INSTRUMENTO DE MEDIDA	347
LESÕES MÚSCULO-ESQUELÉTICAS RELACIONADAS COM O TRABALHO EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE: ESTUDO DA SUA FREQUÊNCIA NUM SERVIÇO DE ORTOPEDIA	359
O EFEITO DO REIKI NOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE EM BURNOUT	367
REIKI COMO TERAPIA NÃO CONVENCIONAL: CONHECIMENTOS DOS ENFERMEIROS	377
ACIDENTES DE TRÂNSITO ENVOLVENDO CAMIONISTAS: ESTUDO DE REVISÃO DOS FATORES DE RISCO	387
RUÍDO AMBIENTAL VERSUS INFRASOM E RUÍDO BAIXA FREQUÊNCIA - CASO DE ESTUDO DE POPULAÇÃO PRÓXIMA DE TURBINAS EÓLICAS	397

A AUTOMEDICAÇÃO NOS ALUNOS DA ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE DO INSTITUTO POLITÉCNICO DE BRAGANÇA

SELF-MEDICATION ON THE STUDENTS IN HEALTH SCHOOL FROM POLYTECHNIC INSTITUTE OF BRAGANÇA

AUTOMEDICACIÓN EM ESTUDIANTES DE LA ESCOLA SUPERIOR DE LA SALUD EN EL INSTITUTO POLITÉCNICO DE BRAGANÇA

Cristiana Castro

Joana Martins

José Nunes

Filomena Sousa

Celeste Antão

Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

RESUMO

Introdução: a automedicação é um fenómeno mais ou menos frequente e usado há muitos anos e a sua incidência e distribuição é relatada por organizações de saúde. Na opinião de Medeiros (2011) esta prática consiste no consumo de medicamentos com o objetivo de tratar e aliviar sintomas de doença bem como promover a saúde sem recurso à prescrição médica.

Métodos: trata-se de um estudo quantitativo, observacional descritivo e transversal. Foi usado um questionário construído para o efeito.

Objetivo: Avaliar se a automedicação é uma prática usada pelos estudantes da Escola Superior de Saúde (ESSa) do Instituto Politécnico de Bragança e identificar ainda os motivos que levam a esta prática. A amostra foi constituída por 219 estudantes da ESSa. Para a análise dos dados utilizou-se o programa excel.

Resultados: a prevalência da automedicação foi de 98%. Os medicamentos mais usados, analgésicos e antipiréticos com respostas de 86%. A razão mais apontada para o recurso a prática da automedicação foi um “problema de saúde ligeiro” (79,5). Foi considerada uma prática de risco por 77% dos estudantes.

Conclusões: a automedicação é uma prática evidente nos alunos ESSa. Estes resultados revelam alguma contradição e preocupação na medida em que apesar dos estudantes reconhecerem ser uma prática arriscada ela é praticada por muitos dos inquiridos.

Palavras-chaves: Automedicação; Saúde; Estudantes; Medicamentos; Ensino superior

ABSTRACT

Introduction: the self-medication is a phenomenon more and more frequent and used for several years already, and its incidence and distribution are related with the organization and health. Following Medeiros thoughts (2011), this practice consists in the consumption of a medicine with the purpose of treating or relieving the symptoms and diseases or even promote self health, without using a professional prescription.

Methods: with this study, we intend to find the self-medication practice incidence on the students in the School of Health of Polytechnic Institute of Bragança (ESSa).

Objective: identify the motives that lead these students to resort to this methods and identify the most used medications. It’s a transversal descriptive, observational and quantitative study. To obtain the best results it was applied a questionnaire built for that purpose. The statistics analyses was made using Excel program. Our sample has 219 students of the School of Health from Polytechnic Institute of Bragança. **Results:** the self-medication prevalence was 98%. The most used medicines was the analgesics and antipyretics with 86%. The most prevalent reason for the use of self-medication was the thought that the disease was a “minor health issue”(79,5%). It was also considered a risky practice by 77% of the students.

Conclusions: the self-medication is an evident practice on the ESSa students.

Keywords: Self-medication; Health; Students; Medicines; Higher education

RESUMEN

Introducción: la automedicación es un fenómeno más o menos frecuente y usado durante muchos años, su incidencia y distribución es liberada por organizaciones de salud. Para Medeiros (2011), esta práctica consiste en el uso de medicamentos para tratar y aliviar los síntomas de la enfermedad así como la promoción de la salud sin recurrir a la prescripción médica.

Métodos: Es un estudio cuantitativo, observacional, descriptivo, y transversal. Se utilizó un cuestionario construido para ese propósito.

Objetivo: saber si la automedicación es una práctica utilizada por los estudiantes de la Escuela Superior de Salud (ESSa) del Instituto Politécnico de Bragança e identificar las razones que llevan a esta práctica. La muestra consistió en 219 estudiantes. Para el análisis de los datos fue utilizado el programa excel.

Resultados: La prevalencia de la automedicación fue del 98%. Los medicamentos más utilizados fueron los analgésicos y los antipiréticos con respuesta del 86%. La razón más citada para el uso de la práctica de automedicación fue un “problema de salud menores”(79,5). Es considerada una práctica de riesgo por el 77% de los estudiantes.

Conclusiones: la automedicación es evidente en los estudiantes de la ESSa. Estos resultados revelan alguna contradicción y preocupación en la medida en que a pesar de los estudiantes reconocen una práctica riesgosa que es practicada por muchos de los encuestados.

Palabras Clave: automedicación; salud; estudiantes; medicamentos; educación superior

INTRODUÇÃO

O Instituto Nacional de Estatística – INE (2005) cita a prática da automedicação como um processo que, por vezes, deveria ser enquadrado no conceito de autocuidado. É um procedimento que se torna útil nas situações patológicas menores, que não exigem o recurso a cuidados médicos, bem como situações patológicas crónicas como a diabetes ou asma. O INE considera que esta prática está relacionada com sintomas e não com patologias e que, o período para o qual se considera a automedicação como adequada, não deve exceder 3-7 dias.

Ao longo do nosso percurso académico através de conversas informais, fomos nos apercebendo que a automedicação era uma realidade nos estudantes do Ensino Superior. Esta constatação suscitou em nós alguma curiosidade que nos motivou a investigar qual a realidade da nossa escola dada a inexistência de estudos nesta temática. Uma outra razão para esta investigação considerou-se o defendido por Santos (2014), que dificuldade do acesso a serviços de saúde e o aumento do custo dos medicamentos favorece a procura por formas alternativas de tratamento que aumentam a incidência da automedicação questões essas que confirmam a importância de novos estudos sobre a automedicação. O INE (2005) apontava já como determinantes o recurso do elevado desta prática o baixo nível de disponibilidade da assistência médica à população assim como o baixo rendimento sociofamiliar.

Verificar se a automedicação é uma prática usada pelos estudantes da ESSa do Instituto Politécnico de Bragança e identificar os motivos que levam a esta prática são objetivos desta investigação.

1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Automedicação, Benefícios, Riscos e Justificações

A prática da automedicação não é recente. Tal como Medeiros (2011) refere é utilizado já há vários anos, e a sua ocorrência e distribuição estão relacionados com a organização do sistema de saúde de cada país. Para este autor, um bom estado de saúde rege-se principalmente com a ausência de doença, sendo um dever do homem procurar os meios para a prevenir e/ou tratar. Já Teixeira (1996) definia a automedicação como o ato onde um indivíduo, por iniciativa própria ou pela influência de alguém, opta por ingerir ou aplicar um medicamento com o objetivo de aliviar ou tratar algum tipo de dor ou até mesmo queixas que influenciam a normalidade da sua vida.

A literatura científica é unânime em considerar que o abuso da automedicação pode implicar riscos para a saúde: reações adversas, interrupção do tratamento, inadequação de posologia e intoxicação por doses elevadas são resultados negativos associados à medicação. O atraso do diagnóstico e a criação de multirresistências são ainda algumas complicações que podem surgir (Mastroianni et al, 2011 & Naves et al, 2013).

A OMS (2000), nas suas Guidelines for the Regulatory Assessment of Medicinal Products for Use in Self-Medication, reconhece na automedicação potenciais benefícios: eficácia; confiabilidade e segurança- o indivíduo muitas vezes vai escolher um produto que a experiência tem demonstrado ser adequado. O âmbito e a duração da automedicação podem ser mantidos dentro de limites seguros pela seleção apropriada das indicações aprovadas, textos de rotulagem, pontos fortes da dosagem e formas e tamanhos das embalagens; maior disponibilidade de medicamentos; permite ao utilizador ter um papel ativo nos seus próprios cuidados de saúde; aliviar sintomas menores; maior economia desde que consultas médicas sejam reduzidas ou evitadas. Por último, a nível comunitário também pode fornecer benefícios como rentabilizar recursos médicos escassos a ser desperdiçado em condições menores, reduzindo os custos dos programas de saúde financiados pela comunidade (incluindo sistemas de reembolso de prescrição) bem como reduzir o absentismo no trabalho devido a sintomas menores.

A automedicação tem no entanto e de acordo com a mesma organização um grande número de riscos potenciais. O utilizador, geralmente não têm nenhum conhecimento especializado dos princípios de farmacologia ou terapia, ou as características específicas do medicamento usado, resultando muitas vezes um autodiagnóstico incorreto. A escolha incorreta da terapia; incapacidade de reconhecer riscos farmacológicos especiais; graves efeitos adversos com incapacidade de os reconhecer, dosagem excessiva ou inadequada; uso excessivamente prolongado, risco de dependência e interações são também riscos potenciais a considerar.

O recurso à prática da automedicação é uma opção individual e está associada a uma relação de risco como atrás referido. Na perspetiva de Diez e Albaladejo (2002) está associada ainda ao aumento da autonomia, exagero no consumismo em todas as áreas e na participação ativa no auto autocuidado no que se refere à saúde. Para estes autores, existem ainda outras razões que têm contribuído para o aumento da automedicação nos últimos anos: perderem a confiança nos profissionais de saúde; dificuldades financeiras que as famílias atravessam, conducentes à contenção de despesas; acesso à consulta médica cada vez mais morosa e dispendiosa; facilidade de informação e consequentemente mais conhecimentos em relação a esta prática; aumento da publicidade direta e indireta nos meios de comunicação social.

2. MÉTODOS

Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo, observacional e transversal, pois os dados foram recolhidos num único momento. As questões norteadoras desta investigação foram:

“Será que os alunos da Escola Superior de Saúde de Bragança recorrem à automedicação?”

“Qual a prevalência quanto à prática da automedicação nos alunos da Escola Superior de Saúde de Bragança?”

“Quais os principais motivos que levam os estudantes da Escola Superior de Saúde de Bragança a recorrerem à automedicação?”

2.1 Amostra

Para selecionar a amostra será utilizado neste estudo um método de amostragem probabilística aleatória simples tendo o subconjunto de indivíduos sido escolhidos completamente ao acaso a partir da população em estudo.

Para a realização deste estudo foi selecionada uma amostra constituída por 219 alunos a frequentar cursos da Escola Superior de Saúde de Bragança. A amostra deste estudo incluiu 194 estudantes do sexo feminino e 25 do sexo masculino distribuídos pelos seguintes cursos: Ciências Biomédicas e Laboratoriais - 36, Dietética e Nutrição - 26, Enfermagem - 99, Gerontologia -33 e 22 estudantes a frequentar o curso de Farmácia.

2.2 Instrumentos de recolha de dados

Tendo em conta as características da amostra e os objetivos em estudo optou-se por um questionário, previamente elaborado para o efeito. Incluiu treze questões de resposta fechada e duas perguntas de resposta aberta e com linguagem apropriada às características da amostra. Integra questões sociodemográficas (género, idade, ano de escolaridade) e ainda aspetos que caracterizam o comportamento dos alunos face à automedicação. A aplicação realizou-se nos dias 18 e 19 de maio de 2016.

A validação do instrumento efetuou-se com um pré-teste aplicado a dez alunos do 2º ano do Curso Superior de Enfermagem de Viana do Castelo a realizar estágio no Hospital de S. João - Porto. Não houve dificuldade no seu preenchimento/compreensão pelo que não houve necessidade de reformular questões.

2.3 Critérios de Inclusão

O critério de inclusão foi que os inquiridos fossem alunos de cursos de licenciatura da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança.

2.4 Procedimentos

No cumprimento dos princípios éticos foi solicitada autorização escrita à diretora da Essa com posterior autorização da mesma

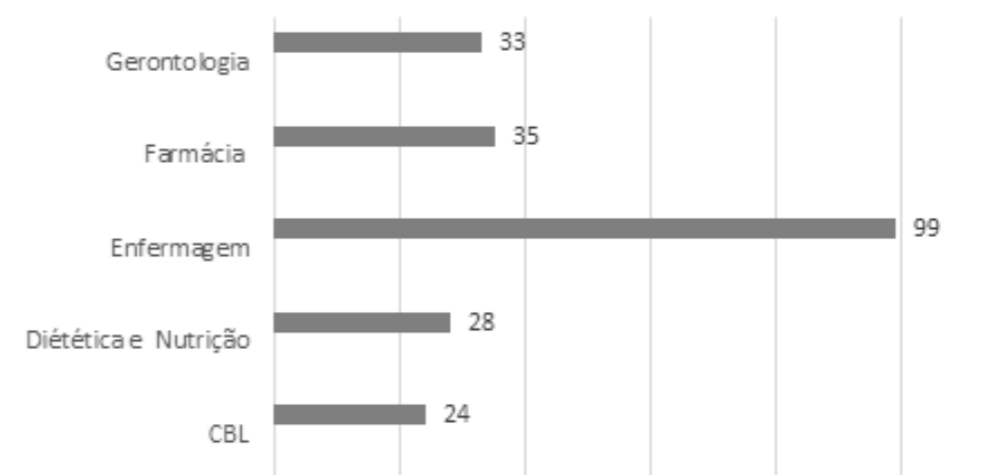
Os estudantes responderam de forma voluntária, devidamente informados de que os dados obtidos são de caráter anónimo e confidencial e não serão usados outros fins.

3. RESULTADOS

A amostra em estudo é constituída por 219 alunos da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança, sendo 194 do sexo feminino e 25 do sexo masculino.

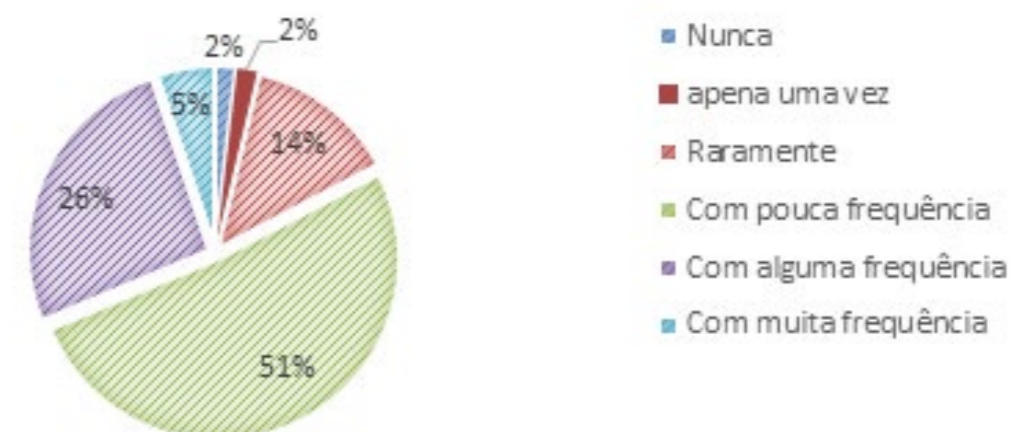
Em relação à distribuição pelos diferentes cursos (gráfico 1), verifica-se que o curso de enfermagem é o que tem maior representatividade (99 estudantes)

Gráfico 1- Distribuição da amostra segundo o curso que frequenta



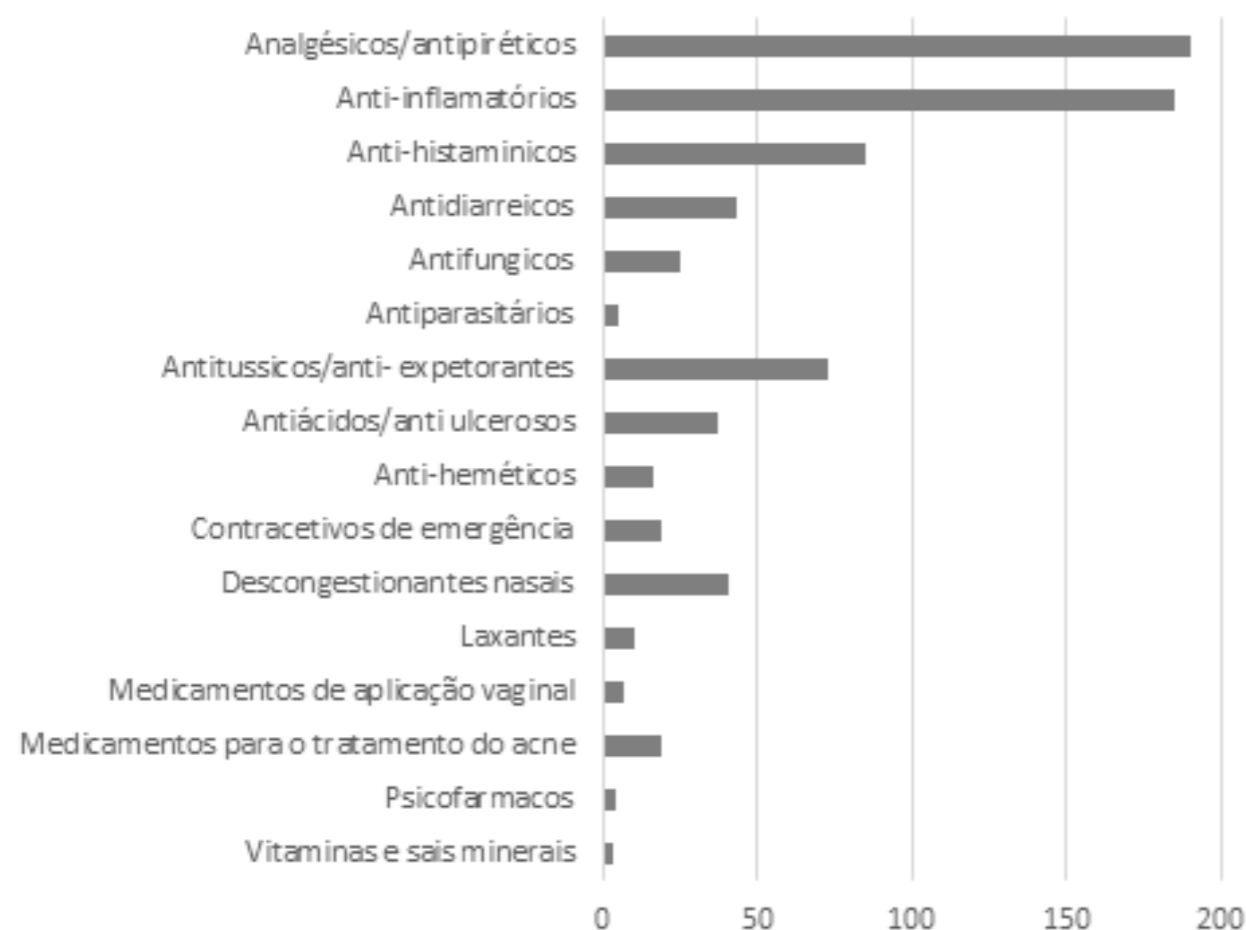
Verificou-se que 98% dos inquiridos recorreram à utomedicação. 51% d afirmou recorrer à automedicação com pouca frequência e 2% nunca recorreu a esta prática (gráfico 2).

Gráfico 2: Distribuição percentual dos estudantes quanto à frequência com que recorrem à automedicação



Dos medicamentos utilizados pelos alunos em relação à prática da automedicação constatamos que os medicamentos mais usados aos analgésicos ou antipiréticos (88%), os anti-inflamatórios (86%), anti-histamínicos (40%) e os antitússicos/expetorantes (34%); os menos utilizados foram os contraceptivos de emergência (9%), os antieméticos (7%), os laxantes (5%), medicação de aplicação tópica vaginal (3%) e, por fim, 2% dos estudantes recorrem a psicofármacos e a antiparasitários.

Gráfico 3: Distribuição numérica referente ao tipo de medicação utilizada pelos inquiridos



No quadro 1 verifica-se que os alunos de enfermagem são os que mais (46,1%) recorrem à auto-medicação seguindo-se os alunos de farmácia com 16,3%.

Quadro 1: Distribuição dos estudantes que recorrera à automedicação segundo os cursos que frequentam

Curso	Recorreu	Percentagem
Ciência Biomédicas e Laboratoriais	22	10,2
Dietética e Nutrição	26	12,1
Enfermagem	99	46,1
Gerontologia	33	15,3
Farmácia	35	16,3
Total	215	100,00

Relativamente aos motivos que levaram os estudantes a recorrer à automedicação podemos verificar no quadro 2, dos que responderam que recorreram (215 estudantes), o motivo que mais se evidencia é “terem um problema de saúde ligeiro”, obtendo uma percentagem de 79,5%. Verifica-se ainda que 9% utilizaram medicação induzidos pela publicidade medicamentosa.

Quadro 2 : Distribuição dos motivos que levaram os estudantes a recorrerem à automedicação

Motivo	Frequência	Percentagem
Redução de custos	24	11,4
Poupança de tempo	54	25,7
Problema de saúde ligeiro	167	79,5
Confiam na opinião dos farmacêuticos	54	25,7
Doença crónica	21	10
Pensam ter conhecimento para o fazer	41	19,5
Publicidade medicamentosa	19	9

Quisemos saber ainda durante quanto tempo, em média, os inquiridos utilizam o mesmo medicamento e as respostas obtidas foram que 51% dos estudantes apenas utilizam a mesma medicação, durante 1 a 2 dias, 7% referiu que, em média, utiliza o mesmo medicamento durante 5 dias ou mais especificando mesmo “até os sintomas aliviarem”. O estudo revelou que 43% foram influenciados por um profissional de saúde e recorreram por iniciativa própria; 27% seguiu-se por prescrições anteriores; outros alunos foram influenciados por um familiar/amigo (23%) e 2% foi dominado pela publicidade.

Estes dados são um pouco díspares do encontrado por Ribeiro et al (2010) onde os familiares foram quem mais influenciou os jovens no processo de compra de medicamentos (51,6%).

Outro resultado interessante revela que 21% dos inquiridos consideraram a automedicação como uma prática segura para a sua saúde e 77% afirmaram que não é uma boa prática a seguir.

4. DISCUSSÃO

A prevalência da automedicação nos alunos da ESSa do IPB, foi bastante elevado (98%). Comparando este valor com um estudo de Amaral et al (2014) em que um dos objetivos do estudo era estimar a prevalência da automedicação em jovens e adultos da região centro de Portugal que obteve (85,7%) é bastante superior. Tendo presente outro estudo de Ribeiro (2010) também com jovens do Instituto Politécnico de Bragança, a prevalência de automedicação era de 90,7%, inferior aos achados neste estudo.

Quanto aos medicamentos utilizados na prática da automedicação os resultados encontrados nesta investigação são corroborados pelo estudo de Amaral et al (2014) sendo os analgésicos e os anti-inflamatórios os mais referenciados. Já num estudo de Ribeiro (2010) no mesmo Instituto mas envolvendo outras escolas, cerca de 81,8% de inquiridos consumiam paracetamol 72,9% ibuprofeno que são respetivamente analgésico e anti-inflamatório.

A prática da automedicação irrefletida pode implicar atraso do diagnóstico, criação de multirresistências (Mastroianni et al, 2011 & Naves et al, 2013). No presente estudo, é de salientar que ninguém assumiu fazer antibioterapia por iniciativa própria no entanto achados de Ribeiro (2010) dizem-nos 7,1% dos indivíduos referiram automedicar-se com antibióticos. Estes riscos são também corroborados pela Organização Mundial de Saúde na medida em que o utilizador, geralmente não têm nenhum conhecimento especializado dos princípios de farmacologia, terapia, ou as características específicas do medicamento usado.

Um resultado que nos parece preocupante é 19 respostas (9%), terem incidido na contração de emergência. Este dado é preocupante na medida em que o planeamento familiar é gratuito e acessível a qualquer cidadão mesmo não dispondo de médico de família.

O facto da prática da automedicação estar associado ao sexo feminino não é surpreendente pois a amostra é predominantemente feminina, no entanto já um estudo realizado com uma amostra de 225 estudantes do Instituto Politécnico de Bragança, com média de idades de 21,96±2,9 anos, revelou também ser o género feminino o que mais recorria à automedicação (71,6%).

Há um reconhecimento geral, que o autocuidado e a automedicação fazendo parte dele é sem dúvida, o principal recurso de qualquer sistema de saúde. As pessoas já se habituaram a gerir os sinais e sintomas sem consultar um médico, enfermeiro ou farmacêutico. No entanto a OMS salienta que o farmacêutico pode desempenhar um papel chave em ajudar as pessoas a fazerem escolhas informadas sobre autocuidado e em fornecer e interpretar as informações disponíveis.

Neste estudo verificou-se ainda que a razão que esteve na base da decisão desta prática foi “um problema de saúde ligeiro” com 78% de respostas. Estes resultados poderão ser justificados pelo facto de se tratar de uma população estudantil, longe do seu agregado familiar e como tal também longe do seu médico de família.

5. CONCLUSÕES

Observou-se que a automedicação é bastante comum nesta população. Tendo em conta os valores percentuais obtidos, também parece haver evidências que mostram a diferença desta prática nos diferentes cursos de licenciatura.

Sendo uma escola de saúde, nomeadamente a formar profissionais para a prestação de cuidados realçamos o defendido por Ribeiro et al (2010) que a educação para a saúde é fundamental para a consciencialização e capacitação dos indivíduos sobre os riscos que a automedicação acarreta, bem como sobre a prática duma automedicação responsável.

Tendo em conta que estes jovens, futuros profissionais de saúde e agentes promotores de saúde, é importante que eles próprios coloquem em prática comportamentos de saúde e minimizem os comportamentos de risco.

Seria importante dar continuidade a este estudo ampliando a amostra a outras instituições do Ensino Superior de diferentes zona do país, para assim poder comparar dados. Seria enriquecedor se os estudos fossem longitudinais.

6. CONFLITO DE INTERESSES

Nada a registar

7. AGRADECIMENTOS

Agradecemos a todos os estudantes que se disponibilizaram em participar neste estudo

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amaral, O.; Lages, A.; Sousa, L.; Almeida, L.; Santos, J.; Dias, Mariana; Silva, D. & Pereira, C. (2014). Automedicação em Jovens e Adultos da Região Centro de Portugal. *Millenium*, 47 (jun/dez). Pp. 97-109.
- Diez, J. E., & Albaladejo, M. (2002). *Principios de Farmacologia Clínica - Bases científicas de la utilización de medicamento*. Masson.
- Portugal, Instituto Nacional de Estatística. (2005). Inquérito Nacional de Saúde 2005/2006. Lisboa: INE. Acedido em http://www.insa.pt/sites/INSA/Portugues/Publicacoes/Outros/Documents/Epidemiologia/INS_05_06.pdf
- Mastroianni, P.C.; Lucchetta, R.C.; Sarra, J.R.; Galduróz, J.C.F. (2011). Estoque doméstico e uso de medicamentos em uma população cadastrada na estratégia saúde da família no Brasil. *Rev Panam Salud Publica*. 2011; 29(5):358-64. Disponível em: [acesso em 2013 Fev 07]
- Medeiros, R.A.; Pereira, V.G.; Medeiros, S.M. (2011). Vigilância em saúde na enfermagem: o caso das medicações sem prescrição em crianças. *Esc Anna Nery* <http://www.scielo.br/pdf/ean/v15n2/v15n2a03.pdf>
- Naves, J.O.S.; Castro, L.L.C.; Carvalho, C.M.S.; Mer-chán-Hamann, E. (2010). Automedicação: uma abordagem qualitativa de suas motivações. *Cienc Saúde Coletiva*, 15(1), p:751-62.
- Ribeiro, M., Oliveira, A., Silva, H., Mendes, M., Almeida, M., & Silva, T. (2010). Prevalência da automedicação na população estudantil do Instituto Politécnico de Bragança. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, 28(1), p.41-48.
- Teixeira, F. (1996). A prática da automedicação, *Formação Terapêutica*, Nº 71, p.2-7
- OMS (2000). Guidelines for the Regulatory Assessment of Medicinal Products for Use in Self-Medication, disponível em: <http://apps.who.int/medicinedocs/es/d/Js2218e/1.1.html>