

## ANTI-INFLAMATÓRIOS E APARELHO DIGESTIVO (AINES)

Calcula-se que diariamente mais de 30 milhões de pessoas se socorrem de medicamentos denominados **anti-inflamatórios não esteróides** para aliviar queixas dolorosas variadas, como por exemplo ósseas ou articulares, ou simples dores de cabeça. Apesar da eficácia que estes medicamentos possam apresentar, eles podem ser responsáveis por algumas complicações que convém considerar. As mais frequentes relacionam-se com o aparelho digestivo, nomeadamente na região do estômago, que após a toma destes fármacos pode tornar-se doloroso, apresentar úlcera, ou mesmo uma hemorragia. A maioria das vezes estes problemas aparecem subitamente, não havendo nenhum teste que permita prever que tal possa acontecer. Existem mesmo situações em que estes fármacos não devem ser consumidos, como acontece no período final de uma gravidez.

### Que efeitos colaterais são mais frequentes aparecer no aparelho digestivo?

- Dor na região do estômago;
- Azia;
- Náuseas;
- Vômitos;
- Alteração dos hábitos intestinais (diarreia ou obstipação).

### Quem tem risco acrescido?

Todos aqueles que tomam medicamentos anti-inflamatórios têm algum risco de desenvolver problemas digestivos. Alguns contudo têm um risco mais elevado e estão mais susceptíveis de ter complicações. São os que:

- Têm mais de 60 anos;
- Têm história prévia de úlcera do estômago ou duodeno;
- Tomam associadamente corticóides ou medicamentos que diminuam a coagulação do sangue;
- Consomem álcool regularmente;
- São fumadores;
- Tomam anti-inflamatórios em doses superiores às recomendadas pelo médico;
- Tomam anti-inflamatórios por longos períodos de tempo;
- Tomam simultaneamente outros medicamentos que contêm aspirina e outros anti-inflamatórios.

### Quais são os sinais de alarme?

Convém salientar que cerca de 80% das pessoas que apresentam problemas digestivos como consequência da toma de anti-inflamatórios, não têm previamente sintomas de alarme. De qualquer forma, deverá ser contactado de imediato o médico, caso algum dos seguintes se faça sentir:

- Dor na zona do estômago;
- Aparecimento de fezes negras ou com sangue vermelho;
- Vômitos persistentes ou com sangue (negro ou vermelho).

## ANTI-INFLAMATÓRIOS E APARELHO DIGESTIVO (AINEs)

### É possível diminuir os riscos?

Algumas atitudes são desejáveis antes ou durante a toma de anti-inflamatórios:

- Conhecer os seus próprios factores de risco;
- Se notar alguma alteração após o início da toma do medicamento, contactar o médico;
- Nunca ultrapassar a dose prescrita, a não ser por indicação médica;
- Evitar ou limitar a ingestão de álcool;
- Falar com o médico acerca dos medicamentos que podem reduzir o risco de complicações dos anti-inflamatórios (nomeadamente a hipótese de tomarem simultâneo medicamentos denominados anti-ulcerosos);
- Avaliar a possibilidade de tomar outros medicamentos que aliviem a dor e que não sejam anti-inflamatórios (por exemplo paracetamol ou tramadol);
- Falar com o médico antes de iniciar a toma diária de aspirina em baixas doses.

### Os anti-inflamatórios têm risco para outros órgãos?

Estudos recentes indicam que alguns anti-inflamatórios podem aumentar o risco de ataque cardíaco ou acidente vascular cerebral (AVC). Se existir doença cardíaca prévia ou factores de risco (tensão arterial elevada, colesterol elevado, tabagismo) e tiver necessidade de tomar anti-inflamatórios por períodos prolongados, converse com o médico acerca dos possíveis riscos cardiovasculares acrescidos.

Existem ainda alguns outros efeitos colaterais possíveis sobre outros órgãos e sistemas:

- Toxicidade renal
- Anemia
- Reacções cutâneas
- Reacções alérgicas
- Toxicidade sobre o fígado
- Ataques de asma em pessoas que tenham a doença previamente

Perante a absoluta necessidade de tomar medicamentos anti-inflamatórios, deverá fazê-lo na menor dose possível, durante o mais curto espaço de tempo e preferencialmente sob orientação médica.