



MEDICAMENTOS COMPLEMENTARES E ALTERNATIVOS



As prateleiras das farmácias estão cheias de suplementos para uma vida mais saudável. Esses medicamentos complementares e alternativos são usados por milhões de pessoas. Mesmo sendo medicamentos usados com a intenção de prevenir ou tratar doenças e melhorar sintomas, a maioria não tem eficácia cientificamente comprovada. Alguns desses produtos podem causar mais prejuízo que benefício, principalmente se você tem uma condição crônica como asma ou outra doença respiratória crônica.

O "natural" nem sempre significa seguro. Enquanto medicamentos que necessitam de receita passam por testes rigorosos de segurança e eficácia para poderem ser vendidos, fitoterápicos e homeopáticos não. Como alternativa, o governo americano classifica esses medicamentos como suplementos e não como alimento ou medicamento. Para pessoas com alergias e asma, essa diferença pode trazer riscos reais.

Fitoterápicos e vitaminas não precisam de estarem dentro das leis de rotulagem. Os ingredientes colocados no rótulo desses suplementos podem estar incompletos ou incertos. Isso pode criar risco às pessoas com alergias medicamentosas ou alergias alimentares.

Medicamentos feitos de plantas, incluindo chás, podem dar reações alérgicas como urticárias, ou podem induzir sintomas da asma. Apesar de chá de camomila e outros chás serem calmantes, esses produtos podem causar reações alérgicas em pessoas com alergia a pólen que, felizmente, é raro no Brasil. Fitoterápicos e homeopáticos podem causar alergia e, ao invés de combater um resfriado, pode deixar você ainda pior.

Mesmo alguns fitoterápicos que são considerados seguros podem causar malefícios quando misturados com outra droga. Se você decidir usar um desses produtos e você for portador de alergia ou asma, converse com seu alergista / imunologista. Informe ao seu médico se estiver usando qualquer medicamento complementar ou alternativo para auxiliar no ajuste de seus cuidados.

