

## CARTA ABERTA – AUTOMEDICAÇÃO – ID: E8D

### Texto I

Muitos têm o hábito de sempre ter a disposição remédios para dores de cabeça, dores musculares, náuseas, alergias, constipação intestinal, entre outros. Quando a dor se aproxima, correm em busca da automedicação numa tentativa desesperada de interromper esses sintomas desconfortantes. O problema é que muitos desconhecem as complicações clínicas que podem ser desencadeadas por essa prática.

A ingestão de medicamentos sem prescrição médica – a automedicação – pode causar danos emocionais, como ansiedade (na ausência do remédio) e danos físicos, como complicação renal, já que é o fígado que realiza a metabolização de todos os medicamentos. Outro grande problema é que um simples analgésico, por exemplo, sem a devida prescrição médica, pode inibir sintomas de doenças mais graves, interferindo no diagnóstico e, conseqüentemente, no tratamento.

É importante ressaltar que muitos medicamentos, como os analgésicos e calmantes, têm o poder de tornar o organismo dependente, desencadeando sintomas de abstinência (sintomas que aparecem quando o indivíduo diminui o consumo do medicamento) e tolerância (quando há o aumento do consumo para atingir a sensação desejada). Muitos desenvolvem a dependência a certos medicamentos e, na falta desses, podem apresentar quadros de alteração emocional e ansiedade e, comumente, evoluem para tremores e cefaleias. Tal quadro de dependência pode acarretar conflitos familiares e até mesmo profissionais, quando o rendimento é nitidamente prejudicado.

A automedicação é uma prática muito perigosa! Deve-se sempre procurar um médico para exames de rotina e, havendo desconfortos físicos ou mentais, a medida deve ser rápida. Na maioria dos casos, a boa alimentação e a prática recorrente de exercícios físicos acabam diminuindo alguns sintomas indesejáveis, mas, mesmo assim, no surgimento de qualquer sintoma, o recomendável é sempre a avaliação médica e não a automedicação!

DR. HEWDY LOBO Ribeiro – Psiquiatra forense pela ABP, psicogeriatra, nutrólogo, in <http://glorinhacohen.com.br/?p=12805>

### Texto II

Em países em desenvolvimento, como é o caso do Brasil, o envelhecimento da população ocorre de maneira acentuada, assim como a redução da fecundidade e mortalidade infantil. No Brasil, o número de habitantes com 60 anos ou mais passou de 3 milhões em 1.960 para quatorze milhões em 2.000, devendo atingir trinta e dois milhões em 2.025, a maior população idosa do mundo. A população idosa é vítima frequente da automedicação. (...) Com o intuito de alívio da dor, os idosos procuram direto a farmácia ou os próprios medicamentos que têm em casa, o que pode acarretar sérios riscos à saúde. (...) A automedicação encontra-se em contínuo crescimento; é favorecida pela multiplicidade de produtos farmacêuticos lançados no mercado, pela publicidade que os cerca, pela simbolização da saúde que o medicamento pode representar e pelo incentivo ao autocuidado.

<http://www.ebah.com.br/content/ABAAABnpwAH/automedicacao-idosos>

\*\*\*

**CONTEXTUALIZAÇÃO E COMANDO:** Imagine que você, diretor do Hospital XXX, decide escrever uma **CARTA ABERTA** à comunidade, alertando-a sobre os riscos a que estão expostos todos aqueles, sobretudo os idosos, que se automedicam. Nessa Carta, você deverá incentivar a comunidade a procurar ajuda médico-hospitalar sempre que surgirem sintomas de doenças físicas ou emocionais/psíquicas.

### Só para lembrar...

A **CARTA ABERTA** é um gênero textual expositivo, argumentativo e reivindicatório. A principal característica da CARTA ABERTA é permitir que uma pessoa ou uma coletividade exponha, abertamente, suas reclamações e suas pretensões/reivindicações acerca de algo que, normalmente, não alcançou de modo particular – então a necessidade de um apelo “aberto”.

### Como fazer uma CARTA ABERTA?

A composição da **CARTA ABERTA** é maleável. Ainda que não necessariamente nesta sequência, a CARTA ABERTA contém, geralmente, os elementos da carta tradicional, quais sejam: local, data, vocativo, apresentação do remetente, síntese do assunto, discussão e sugestões do remetente para a solução de problemas, frase de impacto/exclamações de ordem (opcional), agradecimento, despedida e assinatura – uma pessoa assina a CARTA em nome próprio ou, se for o caso, em nome da coletividade.

A CARTA ABERTA pode ser escrita em 1.<sup>a</sup> ou 3.<sup>a</sup> pessoa do singular ou do plural. Geralmente, contém título (CARTA ABERTA) e subtítulo, que procura adiantar quem é o remetente, o destinatário e o assunto. Por exemplo:

**CARTA ABERTA  
DA DIREÇÃO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR  
SOBRE A VOLTA ÀS AULAS**

