

SAÚDE EM DIA: Uso Racional de Medicamentos

05 de maio:

Dia Nacional do Uso Racional de Medicamentos

Uso Racional de Medicamentos e Substâncias Naturais nas Funções Críticas da Navegação Aérea

“Cuidar da mente também é cuidar da missão”

No Dia Nacional do Uso Racional de Medicamentos, o SNTPV reforça: para quem atua na **proteção ao voo**, o uso de medicamentos, fitoterápicos e até mesmo chás deve ser orientado e consciente. A **automedicação**, o **consumo de substâncias sem avaliação profissional** e o **uso de produtos aparentemente “inofensivos”** podem **comprometer seu desempenho cognitivo**, sua **aptidão funcional** e a **segurança operacional**.

1

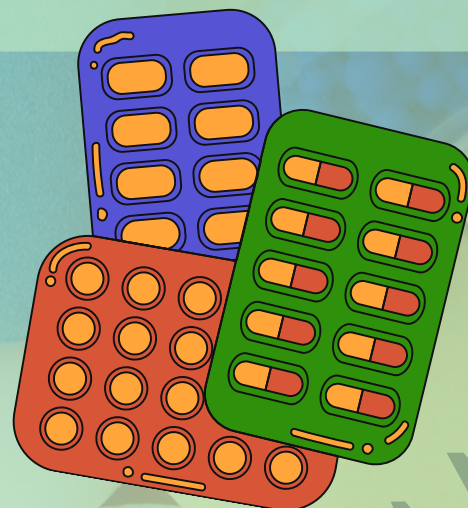
Navegação aérea exige vigilância e clareza mental contínuas:

Profissionais como **controladores de tráfego aéreo**, **operadores de estação aeronáutica** e **técnicos AIS** executam funções classificadas como **psicofisiologicamente críticas**, conforme a **ICA 63-15/2023**. Nesses casos, qualquer **substância que afete atenção, tempo de resposta, julgamento ou raciocínio é incompatível com o exercício da função** e pode gerar **inaptidão temporária ou definitiva**.

2

Não é só o remédio controlado que oferece risco:

Muitos medicamentos com ação no sistema nervoso central são vendidos sem retenção de receita, ou até mesmo sem prescrição médica. Mas seus efeitos podem ser perigosos em atividades operacionais.



SAÚDE EM DIA: Uso Racional de Medicamentos



Classes e exemplos com potencial de afetar a cognição:

Classe	Exemplos	Venda	Efeitos Cognitivos
Antihistamínicos (1ª geração)	Difenidramina, prometazina	Livre ou com prescrição comum	Sonolência, prejuízo de atenção e memória
Anticolinérgicos	Biperideno, trihexifenidil	Com retenção (C1)	Confusão, desorientação, delírio
Opioides	Codeína, tramadol	Com retenção (A2)	Sedação, lentificação de reflexos
Fitoterápicos sedativos	Valeriana, passiflora	Venda livre	Redução do estado de alerta
Benzodiazepínicos (ansiolíticos)	Diazepam, alprazolam	Com retenção (B1)	Déficit de memória, lentidão, dependência
Gabapentinoides	Gabapentina, pregabalina	Com retenção (C1)	Confusão, tontura, prejuízo da vigilância
Antidepressivos tricíclicos	Amitriptilina, nortriptilina	Com retenção (C1)	Sonolência, efeitos anticolinérgicos
Antipsicóticos	Quetiapina, olanzapina	Com retenção (C1)	Sedação, lentificação do pensamento



SAÚDE EM DIA: Uso Racional de Medicamentos

05 de maio:

Dia Nacional do Uso Racional de Medicamentos

3

Chás e substâncias “naturais” também podem afetar seu desempenho

Mesmo infusões populares podem interferir na cognição, especialmente se consumidas antes ou durante turnos. Veja os exemplos:

Planta/Chá	Efeitos Cognitivos Potenciais
Valeriana, Passiflora	Sedação, lentidão no raciocínio
Melissa (cidreira)	Relaxamento, redução da atenção
Camomila	Leve sonolência, perda de vigília
Mulungu	Sedação intensa, rebaixamento de alerta
Kava-kava (proibida no Brasil)	Ação depressora semelhante a psicotrópicos



Não é porque é natural que é seguro para sua função. O risco aumenta ainda mais se combinado a medicamentos ou à privação de sono.



SAÚDE EM DIA: Uso Racional de Medicamentos

05 de maio:

Dia Nacional do Uso Racional de Medicamentos



ICA 63-50: Substâncias psicoativas incluem também medicamentos lícitos:

A ICA 63-50 estabelece o Programa de Prevenção do Risco Associado ao Uso Indevido de Substâncias Psicoativas e se aplica a todos os Controladores de Tráfego Aéreo e Operadores de Estação Aeronáutica. A norma é clara ao afirmar que o conceito de “substância psicoativa” **não se restringe a drogas ilícitas**.

“Algumas substâncias legalizadas são classificadas como psicoativas, devido aos efeitos que podem causar no organismo. **É o caso de álcool, tabaco, remédios antidepressivos e indutores do sono.**”

(Prefácio, ICA 63-50)

Além disso, a norma determina que os trabalhadores devem receber educação sobre os riscos de medicamentos, com ou sem prescrição, e destaca que o uso de qualquer substância que afete o desempenho **pode levar ao afastamento imediato e à suspensão da licença**.

“f) informações relativas às substâncias, incluindo medicamentos acompanhados ou não de prescrição médica, de uso restrito para ATCO e OEA.”

(Item 2.1, alínea f, ICA 63-50)

Isso significa que medicamentos comuns, de uso legítimo, se afetarem sua cognição, podem ser tratados como fator de **risco operacional**.

Resumindo o regulamento:

- Todo uso de medicamento deve ser declarado na inspeção de saúde (CMA).
- Substâncias com efeito sobre a cognição (psicoativas lícitas ou ilícitas) implicam afastamento temporário obrigatório.
- A aptidão funcional depende da plena capacidade psicofísica.



SAÚDE EM DIA: Uso Racional de Medicamentos

05 de maio:

Dia Nacional do Uso Racional de Medicamentos

5

Automedicação não é cuidado, é exposição ao risco

*"NÃO É PORQUE ACONTECEU COM FULANO
QUE VAI ACONTECER COMIGO!"*

Cada organismo reage de forma diferente. Aceitar comprimidos ou chás de colegas, mesmo que com boa intenção, é uma forma de automedicação que pode mascarar sintomas graves, retardar diagnósticos e gerar reações adversas inesperadas. Isso viola o princípio do uso racional de medicamentos.

6

Recomendações do SNTPV:

- Evite o uso de medicamentos ou chás por conta própria, especialmente antes ou durante turnos operacionais.
- Informe-se sobre os efeitos adversos com um profissional de saúde.
- Comunique o uso de qualquer substância à gerência de saúde ou ao serviço médico.

*A SEGURANÇA OPERACIONAL COMEÇA EM VOCÊ.
CUIDAR DA MENTE, DO CORPO E DA SUA CLAREZA
MENTAL É PROTEGER VIDAS.*

Diretoria de Saúde do SNTPV

