

# *Ibuprofeno*

Categoria:

Anti-inflamatório

Principais Indicações:

Dor, febre, inflamação

Melhor Horário para Uso:

Após as refeições

Potencializadores:

Cafeína em pequenas doses

Inibidores:

Álcool

Efeitos Colaterais:

Gastrite, tontura

Fontes Alimentares:

nan

Bibliografia:

Anvisa, MedlinePlus

Nível de Evidência:     

# Losartana

Categoria:  
Anti-hipertensivo

Principais Indicações:  
Hipertensão

Melhor Horário para Uso:  
Manhã






Potencializadores:  
Atividade física

Inibidores:  
Alto consumo de sal

Efeitos Colaterais:  
Tontura, fraqueza

Fontes Alimentares:  
nan

Bibliografia:  
Diretrizes SBC

Nível de Evidência:     

# Metformina

Categoria:  
Antidiabético

Principais Indicações:  
Diabetes tipo 2

Melhor Horário para Uso:  
Após o jantar

Potencializadores:  
Dieta com baixo índice glicêmico

Inibidores:  
Ingestão excessiva de açúcar

Efeitos Colaterais:  
Náuseas, diarreia

Fontes Alimentares:  
Canela, berinjela

Bibliografia:  
Sociedade Brasileira de Diabetes

Nível de Evidência: 

# Omeprazol

Categoria:

Inibidor de bomba de prótons

Principais Indicações:

Gastrite, refluxo

Melhor Horário para Uso:

Antes do café da manhã

Potencializadores:

Dieta leve

Inibidores:

Alimentos gordurosos

Efeitos Colaterais:

Dor de cabeça, diarreia

Fontes Alimentares:

nan

Bibliografia:

UpToDate, Medscape

Nível de Evidência:     

# Sertralina

Categoria:

Antidepressivo

Principais Indicações:

Depressão, ansiedade, TOC

Melhor Horário para Uso:

Manhã

Potencializadores:

Terapia cognitivo-comportamental

Inibidores:

Álcool, uso irregular

Efeitos Colaterais:

Náusea, insônia, boca seca

Fontes Alimentares:

nan

Bibliografia:

PubMed, MayoClinic

Nível de Evidência:     