



Joana José Olim Ferreira

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

Relatório de estágio realizado no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, orientado pelo
Dr. Duarte Gil Nunes Pereira e apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Junho 2015



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Joana José Olim Ferreira

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

Relatório de estágio realizado no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, orientado pelo
Dr. Duarte Gil Nunes Pereira e apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Junho 2015



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Eu, Joana José Olim Ferreira, estudante do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, com o nº 2010148857, declaro assumir toda a responsabilidade pelo conteúdo do Relatório de Estágio, apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, no âmbito da unidade de Estágio Curricular.

Mais declaro que este é um trabalho original e que toda e qualquer afirmação ou expressão, por mim utilizada, está referenciada na Bibliografia deste Relatório de Estágio segundo os critérios bibliográficos legalmente estabelecidos, salvaguardando sempre os Direitos de Autor, à exceção das minhas opiniões pessoais.

Coimbra, 23 de junho de 2015.

Joana José Olim Ferreira

Agradecimentos

Ao meu orientador de estágio Dr. Duarte Pereira, por me ter aceite como estagiária e por todo o apoio e disponibilidade.

À equipa da Farmácia Esperança que me acolheu e tratou da melhor forma possível.

Aos meus pais, irmão, ao 5º B e às minhas afilhadas, Obrigado, por toda a paciência, amor, carinho e dedicação. Obrigado por me acompanharem sempre nesta longa caminhada.

A todos, um sincero Muito Obrigado, sem vós nada disto seria possível!

Índice

Lista de Abreviaturas	6
1. Introdução	7
2. Análise SWOT	8
2.1 - Pontos Fortes	8
2.1.1 - Localização e Instalações da Farmácia	8
2.1.2 - Aprovisionamento e Armazenamento	9
2.1.3 - Horário alargado	9
2.1.4 - Receituário	9
2.1.5 - Sifarma 2000®- Programa informático	9
2.1.6 - Cartão cliente Farmácia Esperança	10
2.1.7 - Prestação de serviços	10
2.1.8 - Preparação de medicação	11
2.1.9 - Dispensa de medicamentos prescritos	11
2.1.10 - Conferência de medicamentos psicotropicos e estupefacientes	12
2.1.11 - Interação médico/utente/farmacêutico	12
2.2 - Pontos Fracos	13
2.2.1 - Insularidade	13
2.2.2 - Inexistência de Montra	13
2.2.3 - Inexistência de um sistema de senhas	14
2.2.4 - Fraco domínio das linguas estrangeiras	14
2.2.5 - Dimensão da equipa e ausência simultânea dos farmacêuticos	14
2.2.6 - Inexistência da divulgação nas redes sociais	14
2.3 - Oportunidades	14
2.3.1 - Instituições	14
2.3.2 - Formações externas e internas	15
2.3.3 - Horário permanente	15
2.3.4 - Atividades que irão ser iniciadas em breve	15
2.4 - Ameaças	15
3. Casos Práticos	16
4. Conclusão	18
5. Bibliografia	19

Lista de Abreviaturas

IA-SAÚDE - Instituto de Administração da Saúde e Assuntos Sociais, IP RAM

DCI - Denominação Comum Internacional

IMC - Índice de Massa Corporal

MICF - Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas

MNSRM - Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica

PA - Pressão Arterial

TDT- Técnico de Diagnóstico e Terapêutica

UC - Unidades Curriculares

I. Introdução

No âmbito da Unidade Curricular de Estágio Curricular, incluída no 2º semestre, 5º ano do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas (MICF), da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, foi proposta a realização de um estágio para aplicar e consolidar todos os conhecimentos adquiridos.

O desempenho da profissão farmacêutica assume um papel muito importante na sociedade bem como no sistema de saúde, uma vez que este é o primeiro profissional a quem geralmente os utentes recorrem.

O estágio curricular é a finalização e realização prática da aquisição de conhecimentos obtidos ao longo de 5 anos. Este permite o contacto com situações clínicas reais, fazendo com que tenhamos de pôr em prática todos os nossos conhecimentos e competências técnico-científicas.

O meu estágio decorreu na Farmácia Esperança, em Santa Cruz, Arquipélago da Madeira sob a orientação do Dr. Duarte Pereira, entre os meses de março de 2015 e maio de 2015, com a duração de 675 horas, uma vez que não pude comparecer no pharmcareer, tive de completar as horas em falta no meu estágio de comunitária.

A seleção da Farmácia Esperança, foi por ser sempre a minha farmácia de eleição para estágios de verão, e durante todos esses estágios sempre me foi apresentado um plano de estágio coerente e organizado por forma à minha melhor formação, a localização da farmácia como é expectável também foi um ponto tido em conta, uma vez que sendo madeirense era economicamente mais viável um estágio perto de casa.

Ao longo deste relatório irei fazer uma análise SWOT relativa à minha frequência no estágio, abrangendo todos os seus pontos fortes, pontos fracos, oportunidades e ameaças.

Resumidamente irei abordar um pouco do funcionamento da farmácia comunitária, e algumas atividades desenvolvidas ao longo do estágio, bem como a observação e resolução de alguns casos clínicos.

2. Análise SWOT

2.1 - Pontos Fortes

Dia 6 de março de 2015, dia em que iniciei o meu estágio, fui recebida pelo Diretor Técnico da Farmácia Esperança, Dr. Duarte Pereira, que me apresentou a uma equipa de 2 farmacêuticos, 4 Técnicos de Diagnóstico e Terapêutica (TDT) e 3 Técnicos Auxiliares de farmácia.

Neste mesmo primeiro dia foi-me dado a conhecer o meu plano de estágio, plano este que possuía uma ordem cronológica bem estruturada permitindo-me deste modo conseguir consolidar conhecimentos sobre o funcionamento da farmácia. Foram-me dadas a conhecer também todas as gamas dermocosméticas que a farmácia era detentora, de modo a me familiarizar com os mais diversos produtos.

Dei início ao meu estágio na parte de aprovisionamento, armazenamento, receituário, atendimento ao público e gabinete do utente.

2.1.1 - Localização e Instalações da Farmácia

A Farmácia Esperança está localizada no centro da cidade de Santa Cruz, tendo uma localização muito privilegiada, uma vez que se encontra ladeada por clínicas dentárias, centro de saúde, policlinicas, parque infantil e diversos cafés.

A população alvo é muito heterogénea, atingindo vários grupos socioeconómicos e faixas etárias. A diversidade de utentes permitiu-me observar diversos casos clínicos, devido à grande diferença de medicação prescrita, fazendo assim com que tivesse necessidade de estar em constante revisão de conceitos de modo a conseguir providenciar o melhor aconselhamento possível.

Esta farmácia existe desde 1940, a sua fundadora foi uma das primeiras farmacêuticas na Ilha da Madeira, sendo que esta farmácia é maioritariamente frequentada por utentes fidelizados (habituais), que tanto procuram aviar receitas como procuram Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica (MNSRM), produtos de dermocosmética, ou meramente um aconselhamento farmacêutico, permitindo por este motivo um acompanhamento farmacêutico personalizado.

A área de atendimento ao público, da Farmácia Esperança possui 6 balcões individualizados. Cerca de 80% da sua área envolvente é coberta por lineares destinados à exposição de diversos produtos, nomeadamente de dermocosmética (Avene, Vichy, Lierac, Angelif, Galénic, Eucerin, Uriage, La Roche-Posay, entre outros), os restantes 20% possuem alimentação infantil e alguns suplementos alimentares. Toda esta variedade permitiu-me obter mais conhecimento acerca de uma diversidade enorme de produtos.

Todas as áreas da farmácia, detentoras de medicamentos possuem um termohigrómetro, que faz as leituras de temperaturas e registos das mesmas, através de sensores, de modo a poder haver um controlo de qualidade adequado da medicação.

2.1.2 - Aprovisionamento e Armazenamento

Ao dar início ao estágio na parte de aprovisionamento, armazenamento tive o primeiro contacto com o medicamento. Considero que foi deveras importante para conseguir adquirir conhecimentos, bem como saber a localização dos produtos, fazendo com que posteriormente no atendimento ao público, conseguisse estar mais familiarizada com o princípio ativo, embalagem secundária, bem como com os laboratórios.

2.1.3 - Horário alargado

O horário alargado da farmácia, de segunda a sábado das 8 às 22 horas, e aos domingos e feriados das 8 às 20 horas, permite que a farmácia esteja disponível durante mais tempo para prestação de serviços. Após as 22 horas existe um contacto, de telemóvel, que pode ser utilizado pelos utentes, em caso de prescrição médica, para obterem os produtos farmacêuticos.

Este horário possibilita que muitas pessoas se desloquem a esta farmácia, e leva à fidelização das mesmas.

2.1.4 - Receituário

Este ano e devido à alteração para receita electrónica, surgiram as primeiras dúvidas, que foram imediatamente explicadas pelo Diretor Técnico. A conferência do receituário é feita todos os dias de modo a que se ocorrer algum lapso, troca de medicação, dose errada, se possa entrar em contacto com o utente e advertir para a dispensa errónea.

A confirmação de verbetes dos lotes é feita quando já existem lotes suficientes para o fazer, e no fim do mês, toda a equipa fica na farmácia a fazer a verificação destes verbetes de modo a que o fecho do receituário, seja feito sem lapsos, fazendo assim com que não hajam devoluções de receitas no Centro de Conferências do Instituto de Administração da Saúde (IA-Saúde).

2.1.5 - Sifarma 2000® - Programa informático

O sistema informático que a Farmácia Esperança possui é o Sifarma 2000®. Este é um programa desenvolvido de forma exclusiva para as farmácias, de modo a facilitar e ajudar a atividade farmacêutica, propiciando uma melhor organização e gestão da farmácia.

O Sifarma 2000® faculta uma aproximação ao utente bem como, o esclarecimento de dúvidas quanto a informação científica, posologia, precauções, contraindicações e reações adversas.

É um software muito importante também na recepção de encomendas uma vez que possibilita uma gestão eficaz dos *stocks*, devolução dos produtos, atualização de prazos de validade, e permite verificar o histórico de vendas, o que possibilita aferir acerca da rotatividade de *stocks*.

2.1.6 - Cartão cliente Farmácia Esperança

O Cartão Cliente Farmácia Esperança propicia a acumulação de 5% do valor das compras dos MNSRM, efectuadas pelos utentes, permitindo depois um desconto posterior em qualquer venda que o mesmo queira fazer. Este cartão além de possibilitar um seguimento farmacoterapêutico, pois todas as compras ficam registadas, leva à satisfação do utente pois dada a conjuntura do país, um desconto numa compra a um utente em dificuldade é sempre algo importante.

2.1.7 - Prestação de Serviços

A Farmácia Esperança tem um papel muito ativo na população através da prestação de serviços, principalmente na avaliação de parâmetros como a Pressão Arterial (PA), a glicémia, o colesterol, os triglicéridos, avaliação do Índice de Massa Corporal (IMC), consultas de nutrição, consultas de psicologia, consultas de terapia da fala e por fim aconselhamento dermocosmético. Para tal, a farmácia dispõe de um gabinete de utente, uma zona onde é possível um atendimento mais personalizado e confidencial ao utente.

Naquele gabinete cabe ao farmacêutico perceber a situação clínica do utente: se a realização dos testes são por uma questão de saúde, ausência da mesma, se é doente crónico ou se apresenta ou não alteração dos valores padrão. Os parâmetros bioquímicos (glicémia, triglicéridos, colesterol) são realizados através do aparelho Reflotron, enquanto que o IMC bem como a PA são realizados com equipamento que se encontra na parte do atendimento, todos estes testes são realizados exclusivamente por farmacêuticos.

Consoante os resultados dos parâmetros bioquímicos, faz parte do aconselhamento farmacêutico o mesmo providenciar conselhos úteis seja para a manutenção, melhoria ou mesmo encaminhamento para o médico.

Neste âmbito, foi-me dada uma prévia formação pelo Diretor Técnico e pela Farmacêutica Adjunta, que me explicaram os procedimentos de trabalho, bem como funcionamento do aparelho, e, também como abordar o utente. Estes serviços são muito

importantes, porque através deles conseguimos ter um papel ativo na prevenção da doença e promoção da saúde.

No contexto da prática profissional a integração dos conhecimentos adquiridos na faculdade foram deveras fulcrais, na prestação de cuidados de saúde.

Enquanto estagiária, os farmacêuticos, colocaram-me com um papel muito ativo neste tipo de medições, tendo assim a possibilidade de passar mais tempo com o utente, e aconselhar medidas não farmacológicas sempre que necessário.

São ainda prestados outros serviços como: consultas de nutrição efectuadas, por uma nutricionista, consultas de psicologia realizadas por uma psicóloga e consultas de terapia da fala exercidas por um terapeuta da fala. Estes são serviços muito importantes pois têm muita adesão, e permitem fidelização do utente à farmácia. Muitas farmácias na Ilha da Madeira não prestam estes serviços pelo que estes são uma mais valia para esta farmácia.

O aconselhamento dermocosmético, por profissionais dos laboratórios das marcas são também muito importantes, pois assim além de se dar a conhecer os produtos, as pessoas têm a possibilidade de ter um profissional de saúde a lhes aplicar o produto e a aprender como utilizar.

Outro serviço essencial e ainda não mencionado previamente é o Valormed, que consiste na recolha de resíduos de embalagens vazias e medicamentos fora de uso.

2.1.8 - Preparação de medicação

A Farmácia Esperança faz diversos manipulados, e tem por isso um laboratório equipado, com todo o material necessário à realização do manipulado, que cumpre todas as regras de qualidade e segurança do medicamento.

No laboratório existem alguns dossiês de procedimento dos manipulados, bem como o formulário galénico português e dossiês de segurança. Tive formação prévia pelos farmacêuticos, de modo a ter conhecimento das obrigações de qualidade e segurança na realização de manipulados.

Foram-me cedidas as fichas de preparação dos manipulados que pude realizar (Trimetropim e vaselina salicilada). O laboratório possui o Topitec um instrumento muito útil para a mistura eficaz das pomadas. **(1)**

2.1.9 - Dispensa de medicamentos prescritos

A legislação que entrou em vigor a 1/03/2014 **(2)** que suporta a prescrição, foi alterada para promover a prescrição por Denominação Comum Internacional (DCI) e

através de sistemas electrónicos. Estas medidas visão centrar a prescrição na escolha farmacológica, o que permitirá promover a utilização racional dos medicamentos.

As novas receitas electrónicas por DCI são muito mais vantajosas que as antigas receitas manuais, pois assim evitam erros ao aviar a receita uma vez que, as manuais muitas vezes possuem caligrafia muitas vezes imperceptível que nos leva a dúvidas sobre qual o medicamento a ceder.

2.1.10 - Conferência de medicamentos psicotrópicos e estupefacientes

Os medicamentos psicotrópicos e estupefacientes requerem uma atenção especial, tanto no seu aprovisionamento e armazenamento, como conferência, uma vez que são substâncias com ação no sistema nervoso central que podem causar uma dependência física/psíquica, levando a sintomas de privação. Para evitar atos ilícitos relacionados com o tráfico existe legislação específica, tal como enuncia o decreto regulamentar nº28/2009 de 12 outubro. **(3)**

A confirmação de psicotrópicos é feita mensalmente simultaneamente com a do receituário arquivado e trimestralmente com a comprovação da listagem de entradas e saídas de produtos.

Ao dispensar esta medicação, o programa informático Sifarma 2000®, pede-nos diversos dados, como o nome do médico, a data e número da receita, o nome do requerente, e o nome do doente. Quando sai a factura são emitidos 2 talões, que devem ser anexados a duas cópias das receitas. No processo de confirmação é necessário verificar (número de registo da saída, número da receita, medicamento e dados do médico, adquirente e doente e data da dispensa) e verificar se estão de acordo com a listagem.

Considero um ponto forte, porque foi me explicado previamente antes de ir para o atendimento, permitindo me familiarizar com os fármacos.

2.1.11 - Interação Médico/Utente/Farmacêutico

Existem diversas clínicas dentárias, uma policlínica, um centro de saúde, e um lar de terceira idade perto da farmácia, como Santa Cruz é uma cidade pequena, em que todos se conhecem, a relação com os médicos é privilegiada, fazendo assim com que qualquer dúvida com a prescrição médica ou sugestão possa ser feita via telefónica, ou mesmo através da deslocação do médico à farmácia. Durante o estágio, surgiram-me algumas dúvidas com a prescrição manual pelo que liguei para o médico que prontamente disse de que medicação se tratava.

A relação médico-farmacêutico é sobretudo de cooperação e é muito importante, pois deste modo cada um com o seu papel estamos a contribuir para o mais relevante, a promoção da saúde do utente.

Por ser uma farmácia tão antiga a relação com os utentes é boa, no entanto de vez em quando o relacionamento pode tornar-se complexo, e é aí que o estágio é muito importante, pois permite-nos desenvolver capacidades de comunicação e atendimento, de acordo com a heterogeneidade de utentes com os quais nos deparamos.

Apesar de muitas das receitas já serem electrónicas, e virem com o guia de tratamento, é importante que o farmacêutico reforce a sua posologia e coloque o modo de tomar, na embalagem secundária, bem como advertir verbalmente para o seu correto uso.

Com o estágio percebi que o farmacêutico é o primeiro profissional a quem os utentes recorrem, depositando assim uma enorme confiança no nosso trabalho. Deste modo temos de estar em constante aprendizagem e reaprendizagem de modo a podermos providenciar ao utente o melhor que nos ensinaram.

2.2. Pontos Fracos

2.2.1 - Insularidade

Devido à situação geográfica da Madeira, pela limitação de transporte aéreo e marítimo de medicamentos, existem alguns factores condicionantes, como o encerramento do aeroporto ou mesmo greve de transportes. O que leva a que as farmácias, e esta não é exceção tenham de ser detentoras de um enorme armazém, quase tão grande como toda a farmácia, possuindo assim uma grande quantidade de *stock* de medicamentos, para o caso de haver algum imprevisto que impeça a medicação de chegar ao arquipélago. Considero um ponto fraco uma vez que o enorme espaço que ocupa o armazém podia ser usado para alargar a farmácia.

2.2.2 - Inexistência de Montra

A Farmácia Esperança não possui Montra, pelo que a exposição dos produtos encontra-se no interior da farmácia, fora das zonas quentes, o que faz com que ocupe muito espaço. Tal condicionalismo faz com que os utentes tenham de se colocar à porta da farmácia.

Todos os produtos expostos no exterior do balcão, têm pouca ou nenhuma rotatividade, não sendo mudados nem semanalmente nem quinzenalmente o que muitas vezes propicia o desinteresse nos produtos expostos.

2.2.3 - Inexistência de um sistema de senhas

Tendo em conta que a Farmácia Esperança é uma farmácia com muita afluência populacional, quase ou nunca com horas mortas, um sistema de senhas deveria ser implementado por forma a evitar conflitos entre utentes.

2.2.4 - Fraco domínio das línguas estrangeiras

O facto de a ladear a Farmácia Esperança existir um hotel de grandes dimensões, e sendo a ilha da Madeira frequentada por turistas de diversos países, maioritariamente franceses, ingleses e alemães, todos os colaboradores da farmácia deveriam dominar não apenas o inglês como principalmente o alemão dada a grande afluência de alemães à ilha.

2.2.5 - Dimensão da equipa e ausência simultânea dos farmacêuticos

A Farmácia Esperança possui uma equipa técnica constituída por 2 farmacêuticos, 4 TDT e 3 técnicos auxiliares de farmácia. A ausência simultânea dos farmacêuticos, é um erro de má gestão de horários que pode ser facilmente reajustado por forma a não obstar o utente, uma vez que existem tarefas apenas realizadas, como já referi anteriormente, pelos farmacêuticos, pelo que quando estes se ausentam os dois, essas tarefas não são realizadas.

2.2.6 - Inexistência de divulgação nas redes sociais

A grande maioria das farmácias divulga a mesma através de páginas grátis, como o facebook, instagram, twitter etc. Acho que seria uma mais valia para esta farmácia se o fizesse, uma vez que as pessoas hoje em dia passam muito tempo nas redes sociais, e assim apresentar-se-iam promoções de alguns produtos e medidas não farmacológicas de modo a promover a saúde, possibilitando concomitantemente a propalação da farmácia.

2.3. Oportunidades

2.3.1 - Instituições

A Farmácia Esperança disponibiliza produtos de saúde, bem como dermocosméticos, para o Lar Santa Casa da Misericórdia de Santa Cruz, para o Lar de São Paulo e Refúgio de Gaula e para o Estabelecimento Prisional do Funchal.

Adquiri uma enorme experiência ao preparar a medicação para estas instituições, e foi uma boa oportunidade para mim uma vez que ao estar em contacto com uma massiva quantidade de receitas pude observar uma diversidade enorme de medicamentos e familiarizar-me deste modo com eles e com o programa Sifarma 2000®.

2.3.2 - Formações externas e internas

As formações externas e internas foram muito importantes para adquirir novos conhecimentos, bem como cimentá-los, por forma a fornecer um aconselhamento adequado quando o utente procura determinado produto. Assisti a formações da: Viterra, Neurozan, BioActivo Q10, BioActivo Crómio, dermatite atópica e sobre meias de compressão.

2.3.3 - Horário permanente

Devido às horas que fazia por dia e pelo facto de ter estagiado todos os dias da semana pude interagir com todas as equipas de trabalho e me integrar melhor. Tive oportunidade também de fazer o fecho do receituário no fim do mês o que me permitiu ter uma visão mais presente do que é a realidade na farmácia, e de todas as funções que o farmacêutico desempenha.

2.3.4 - Atividades que irão ser iniciadas em breve

A Farmácia Esperança tem um rol de atividades que irão começar a ser desenvolvidas no verão:

- Divulgação da farmácia nas redes sociais, nomeadamente a criação de uma página do facebook;
- Rastreios sazonais com promoção de 3 caminhadas semanais, de modo a promover a saúde, perda de peso e ganho de qualidade de vida;
- Depilação a laser que será uma das atividades mais aguardadas pela população, o gabinete do utente passará a ter uma marquesa e passará a ser desenvolvida esta atividade no gabinete;
- Os farmacêuticos vão passar a fazer sessões de esclarecimento no auditório da Casa Do Povo de Santa Cruz, por forma a advertir para a promoção da saúde dos utentes;
- Durante os dias em que a policlínica estiver fechada, a farmácia vai passar a ter um enfermeiro a tempo parcial para administração de vacinas.

2.4. Ameaças

Os TDT são uma ameaça na Farmácia Esperança, pois são muito leigos em farmacologia, e por estarem em maioria, muitas vezes na ausência do farmacêutico, poem em causa o nosso trabalho, o seguimento farmacoterapêutico, e a dispensa correta dos produtos farmacêuticos.

Considero que uma ameaça muito grande ao meu estágio, foi sem dúvida a indicação de produtos dermocosméticos. As gamas são vastas, as doenças também o são, e a nossa

formação na Unidade Curricular (UC) de Dermofarmácia e Cosmética, apenas está direcionada para conceitos teóricos e noções gerais, penso que para o futuro esta UC precisa de uma reformulação de modo a que futuros estagiários não sintam uma carência tão grande de informação acerca de gamas dermocosméticas.

Outra dificuldade que senti foi na cedência de produtos veterinários, penso que a UC de Preparações de Uso Veterinário, deveria também ser mais direcionada para os produtos existentes numa farmácia e que são mais procurados, bem como para as doenças e produtos a ceder aquando das mesmas.

Outra ameaça ao meu estágio foi por diversas vezes os utentes pedirem a medicação por nome comercial, fazendo com que tivesse de procurar no Sifarma 2000® qual o princípio ativo da medicação em questão.

Considero a fusão da UC de Intervenção Farmacêutica com Fitoterapia, um lapso enorme, ambas são de extrema relevância, porém deveriam ser ambas leccionadas separadamente por forma aos estudantes conseguirem consolidar conhecimentos e irem muito mais preparados para o mundo profissional, foi uma ameaça porque em algumas situações sinto que comprometeu o meu atendimento ao balcão.

O último ano do MICF deveria ser reformulado, 9 UC, é uma carga excessiva, pois a preocupação no último ano é não só, mas também fazer as UC, e ao tentar estudar tudo em tão pouco tempo, poucas são as que conseguimos consolidar e depois aplicar no futuro.

3. Casos Práticos

A indicação e intervenção farmacêutica é o ato no qual o farmacêutico decide qual o melhor MNSRM e/ou medidas não farmacológicas de modo a solucionar um problema de saúde.

- Caso prático nº1

1 - Mulher de 50 anos dirige-se à farmácia pois está com uma forte obstipação à cerca de uma semana e não consegue aguentar mais.

Tem um estilo de vida sedentário, devido à sua profissão secretária e não faz qualquer tipo de medicação.

- 1.1- Medidas não farmacológicas:

- Expliquei à utente que deveria reeducar o intestino, comer sempre à mesma hora, não ignorar o reflexo de defecação, fazer uma dieta rica em fibras, ingerir muitos líquidos, praticar atividade física e diminuir progressivamente o laxante.

1.2- Medidas farmacológicas:

Cedi um laxante expansor de volume - Agiolax.

1.3- Resultado:

A utente 2 dias depois deslocou-se à farmácia e referiu que já tinha melhorado.

▪ Caso prático nº2

2 - Criança de 6 anos com diarreia e vómitos, sem febre. Não fazia nenhum tipo de medicação e também não tinha comido nada diferente do habitual.

2.1- Medidas não farmacológicas:

Reposição de fluidos e evitar produtos lácteos, como iogurtes, leite queijo.

2.2- Medidas farmacológicas:

Oralsuero de morango.

2.3- Resultado:

Os pais da criança deslocaram-se à farmácia pra referir que a terapêutica tinha sido eficaz.

▪ Caso prático nº3

3 - Rapariga com 23 anos dirige-se à farmácia para pedir a pílula do dia seguinte, pois tomava a Yasmin (3mg de drospirenona e 0,030mg de etinilestradiol), começou a tomar azitromicina, e teve relações sexuais, não faz mais nenhum tipo de medicação. **(4-7)**

3.1- Medidas não farmacológicas:

Advertir para as doenças sexualmente transmissíveis.

3.2- Medidas farmacológicas:

Não dispensei a pílula do dia seguinte pois a azitromicina e a pílula não interagem entre si. **(5)**

3.3- Resultado:

A utente evitou assim a toma de uma grande dose de hormonas, e teve a sua hemorragia de privação normalmente no decorrer daquele mês.

▪ Caso prático nº4

4 - Homem de 50 anos, com uma diarreia à cerca de 24 horas, não tem mais nenhum sintoma, sente-se nauseado no entanto ainda não tinha vomitado. Não mudou nada na alimentação, e não toma nenhum tipo de medicamento.

4.1- Medidas não farmacológicas:

Deve beber muita água para re-hidratar, evitar comidas com muita gordura e optar por comidas leves, cozidas em vez de fritas, optar por leite sem lactose e papas de arroz.

4.2- Medidas farmacológicas:

Dispensei Aero-Bio que é um normalizador da flora intestinal com uma associação de próbióticos.

4.3- Resultados:

O utente cerca de 12 horas após a toma ligou para a farmácia pois a sua diarreia já havia cessado.

4. Conclusão

A minha passagem pela Farmácia Esperança foi muito produtiva e muito positiva. Este estágio foi de extrema importância para a minha formação académica e como futura profissional farmacêutica, e foi também muito relevante para o meu enriquecimento pessoal e social.

Ser farmacêutico e ser bom profissional muitas vezes implica saber dizer não às exigências dos utentes e muitas vezes implica uma perspectiva humana, superando assim o contexto teórico prático adquirido ao longo dos anos na faculdade.

Como ponto muito forte destaco a coerência do meu plano de estágio, este decorreu com uma excelente ordem cronológica permitindo-me, assim sem dúvida, antes de ter o contacto com o utente saber um pouco mais sobre a medicação.

O facto de a população alvo da farmácia ser muito heterogénea, permitiu-me perceber diferentes realidades e situações de indicação farmacêutica.

O farmacêutico é o primeiro profissional de saúde a quem os utentes recorrem e é em nós que estes depositam toda a sua confiança, temos assim então uma função muito ativa na promoção da saúde pública, pelo que a nossa formação deve ser de contínua aprendizagem de modo a conseguir aplicar todos os nossos conhecimentos e obter a maior satisfação e saúde do utente.

5. Bibliografia

- (1) INFARMED. Legislação Farmacêutica Compilada: Portaria nº594/2004, de 2 de junho - **Aprova as boas práticas a observar na preparação de medicamentos manipulados em farmácia de oficina e hospitalar.** [Acedido a 1 de maio de 2015]. Disponível em:
WWW:<URL:https://www.infarmed.pt/portal/page/portal/INFARMED/LEGISLACAO/LEGISLACAO_FARMACEUTICA_COMPILADA/TITULO_III/TITULO_III_CAPITULO_II/portaria_594-2004.pdf>.
- (2) INFARMED - **Normas relativas à dispensa de medicamentos e produtos de saúde. Ministério da Saúde, 2014.** [Acedido a 7 de maio de 2015]. Disponível em
WWW:<URL:http://www.infarmed.pt/portal/page/portal/INFARMED/MEDICAMENTOS_USO_HUMANO/PRESCRICAO_DISPENSA_E_UTILIZACAO/Normas_dispensa.pdf>
- (3) DECRETO REGULAMENTAR nº28/2009.D.R. I Série. 197 (12 de outubro de 2009) 7500-7523. [Acedido a 8 de maio de 2015]. Disponível em
WWW:<URL:http://www.dre.pt/pdf/s/2009/10/19700/0750007523.pdf>.
- (4) GUIMARÃES, S., MOURA, D., SILVA, P.S. - **Manual de Farmacologia e Farmacoterapia: Terapêutica Medicamentosa e suas Bases Farmacológicas.** 5ª Edição. Porto Editora, 2006. ISBN: 972-0-06029-8.
- (5) INFARMED - **Resumo das características do medicamento - azitromicina** [Acedido 10 de maio de 2015]. Disponível em:
WWW:<URL:http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=9466&tipo_doc=rcm
- (6) INFARMED - **Resumo das características do medicamento – Yasmin** [Acedido 10 de maio de 2015]. Disponível em:
WWW:<URL:http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=30078&tipo_doc=rcm
- (7) **Prontuário Terapêutico** - 9ª Edição. Lisboa: INFARMED, 2010. ISBN: 978-989-8369-02-4