

Ricardo Chaves Quintino

RELATÓRIO DE ESTÁGIO CURRICULAR EM FARMÁCIA COMUNITÁRIA

Relatório de Estágio Curricular em Farmácia Comunitária realizado no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas,
orientado pela Dr.^a Capitolina Figueiredo Pinho e apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Julho de 2014



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Eu, Ricardo Chaves Quintino, estudante do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, com o nº2009010655, declaro assumir toda a responsabilidade pelo conteúdo do Relatório de Estágio apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, no âmbito da unidade 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, segundo os critérios bibliográficos legalmente estabelecidos, salvaguardando sempre os Direitos de Autor, à exceção das minhas opiniões pessoais.

Coimbra, 18 de julho de 2014.

(Ricardo Chaves Quintino)

Agradecimentos

Os meus sinceros agradecimentos a toda a equipa da Farmácia Figueiredo, nomeadamente Dr.^a Sara Gomes, Dr.^a Ana Cabral, Dr.^a Cristina Augusto e Dr.^a Vânia Leal, por tudo o que me ensinaram e transmitiram durante o período de estágio.

Um agradecimento especial à Dr.^a Capitolina Pinho por toda a dedicação, coordenação e assertividade.

Aos meus colegas estagiários, Inês Ribeiro, Jessica Santos, Luís Pinho, Juliana Rocha e Ana Margarida Santos, agradeço por todos os momentos e por toda a partilha.

Agradeço também à Guida e à Marta por todos os bons momentos.

Finalmente agradeço a todos aqueles que de forma direta ou indireta contribuíram de para a minha formação.

Índice

Lista de abreviaturas	1
1. Introdução.....	2
2. Análise SWOT	3
2.1. Pontos fortes	3
2.2. Pontos fracos	8
2.3. Oportunidades	10
2.4. Ameaças.....	13
3. Casos Práticos.....	15
3.1. Caso A.....	15
3.2. Caso B.....	16
3.3. Caso C	17
3.4. Caso D	18
3.5. Caso E	19
3.6. Caso F	20
4. Conclusão	21
5. Bibliografia.....	23
6. Anexos.....	26
6.1. Anexo I.....	26
6.2. Anexo II.....	28

Índice de figuras

Figura 1 – Logotipo da Farmácia Figueiredo.....	3
Figura 2 – Edifício da Farmácia Figueiredo.....	4
Figura 3 – Espaço reservado ao atendimento	8
Figura 4 – Espaço reservado à dermocosmética, fitoterapia e homeopatia.....	10

Índice de diagramas

Diagrama I – Visão integrada dos serviços disponibilizados pela Farmácia Figueiredo..... 14

Lista de abreviaturas

ADN	Ácido desoxirribonucleico
DGS	Direção Geral de Saúde
FC	Farmácia Comunitária
FF	Farmácia Figueiredo
GR	Gastro-resistente
HDL	<i>High-Density Lipoprotein</i> (Lipoproteína de alta densidade)
LDL	<i>Low-Density Lipoprotein</i> (Lipoproteína de baixa densidade)
MICF	Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas
MNSRM	Medicamento Não Sujeito a Receita Médica
QA	Queratoses actínicas
RCM	Resumo das Características do Medicamento
SWOT	<i>Strengths, Weakness, Opportunities, Threats</i> (Pontos fortes, Pontos fracos, Oportunidades e Ameaças)

I. Introdução

Atualmente o conceito de saúde não é entendido só como a ausência de doença, mas sim é visto num sentido mais alargado, como tal, saúde engloba componentes tais como bem-estar e felicidade. Assim, longe vão os tempos em que a Farmácia Comunitária (FC) era um local onde se dispensavam medicamentos sujeitos a receita médica, atualmente, a FC é muito mais que isso, é um local onde se prestam serviços de saúde e bem-estar. É um local que presta os mais diferenciados cuidados de saúde primários aos utentes.

A FC sendo uma entidade privada, com todos os aspetos que isso acarreta, presta um serviço público e sendo a saúde um negócio, cabe aos profissionais do sector farmacêutico que laboram nesta área fazer toda a diferença. Assim, pretende-se profissionais que saibam gerir toda a envolvência da estrutura organizacional de uma entidade privada mas sem nunca descurar os aspetos éticos da profissão. A FC é uma pequena empresa que tem ser rentável, completamente verdade, mas o conceito ideal é aquele em que se apoia num relação de simbiose, em que ambos ganham, entre a ética profissional em saúde e as técnicas de venda, deste modo, só os profissionais que conseguem ter sempre presente esta dualidade é que se destacam e conseguem atingir os padrões de excelência em competência e profissionalismo da profissão farmacêutica.

O farmacêutico não é apenas o especialista do medicamento, mas um agente de saúde pública tendo o dever de desenvolver, dia após dia, uma imagem de confiança e credibilidade, sustentada numa base científica alargada, que não é adquirida apenas no contexto académico, mas sim numa formação contínua. Competência, independência, responsabilidade e sigilo profissional são bases capitais para o correto exercício da profissão farmacêutica ⁽¹⁾.

O meu estágio na Farmácia Figueiredo (FF) teve a duração de 640 horas, contactei com várias realidades associadas ao ambiente de FF, desde o trabalho de *back office* até ao atendimento ao público. Este estágio permitiu-me sedimentar conhecimentos, adquirir novos, relacionar os existentes, adquirir competências que me faltavam para poder ser um profissional competente e capaz de enfrentar o mercado de trabalho.

Este relatório consiste numa abordagem pessoal e estruturada em formato SWOT quer da FF, como organização, quer da minha visão quanto ao meu estágio e ao curso de Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas (MICF).

2. Análise SWOT | *StrengthsWeaknessOpportunitiesThreats*

2.1. Pontos fortes | *StrengthsWOT*

A FF foi fundada em 1928 pelo Dr. José Figueiredo tendo sido adquirida pela sua neta, atual Diretora Técnica, Dr.^a Capitolina Figueiredo Pinho e até aos dias de hoje pertence à mesma família, o que permite perpetuar através dos tempos os seus valores, utentes, bem como, a sua missão e objetivos.

A FF possui um logotipo próprio, o qual aliado à grande aposta na dinamização da imagem da mesma, através de sacos personalizados com o logotipo da farmácia, cartões de marcação de consultas e de contactos, etiquetas de posologia que são passíveis de serem escritas e outras com símbolos para o doente associar a hora do dia e também os cartões de registo dos parâmetros bioquímicos e pressão arterial, auxiliam na publicitação da farmácia e dos serviços que esta oferece aos seus utentes permitindo, adicionalmente, a fidelização de novos utentes.



Figura I – Logotipo da Farmácia Figueiredo ⁽²⁾.

A FF possui um vasto portefólio no que toca a serviços à disposição da comunidade, tais como, serviços com atendimento personalizado, testes rápidos com aconselhamento farmacêutico, medições e reconstituição de preparações extemporâneas.

Quanto aos serviços com atendimento personalizado a FF realiza administração de vacinas não incluídas no Plano Nacional de Vacinação, consulta farmacêutica, consulta de acompanhamento farmacoterapêutico, consulta de nutrição, consulta de podologia e consulta de osteopatia.

Apesar da oferta anterior a FF presta ao nível do balcão, durante o atendimento, Cuidados Farmacêuticos tais como, acompanhamento farmacoterapêutico, revisão da terapêutica, dispensa ativa, aconselhamento farmacêutico, nutricional, medidas não farmacológicas, entre outros. Estes Cuidados Farmacêuticos não requerem nenhum tipo de

marcação prévia, são parte integrante da política da FF oferecer estes serviços a toda a comunidade sem nenhum tipo de custo adicional.

No que toca a testes rápidos com aconselhamento farmacêutico é possível executar determinações de parâmetros bioquímicos, tais como, ácido úrico, colesterol total, colesterol das lipoproteínas de alta densidade (HDL), colesterol das lipoproteínas de baixa densidade (LDL), glicémia e triglicéridos. É possível também efetuar análise de urina para despiste de infeções urinárias (deteção de nitritos, leucócitos e sangue) e testes de gravidez, com o respetivo aconselhamento. Efetuam-se também medições de peso corporal, altura, Índice de Massa Corporal (IMC) e pressão arterial.

Sempre que solicitado um medicamento em que é necessário efetuar a reconstituição de uma preparação extemporânea, tais como, suspensões orais a FF também o executa.

O edifício é um espaço diferenciado e estratificado por áreas de saúde, correspondendo cada piso a uma delas, inclui assim, um piso reservado ao atendimento com medicamentos sujeitos e não sujeitos a receita médica, outro destinado às determinações bioquímicas, dermocosmética e homeopatia e outro para as consultas de nutrição, podologia e acompanhamento farmacoterapêutico. Este tipo de estruturação dos serviços por andares permite a existência de um espaço próprio e individualizado dentro da própria farmácia de acordo com o serviço que o utente procura ⁽³⁾.



Figura 2 – Edifício da Farmácia Figueiredo ⁽³⁾.

No que concerne a recursos humanos, a equipa da farmácia é jovem e quase exclusivamente constituída por farmacêuticos – quatro elementos farmacêuticos e um Ricardo Chaves Quintino

licenciado em Farmácia com Pós-Graduação em Farmacologia Aplicada – o que permitiu que houvesse um grande intercâmbio de conhecimentos e o desenvolvimento de um sólido espírito de equipa. Atualmente um dos elementos da equipa encontra-se a frequentar o Doutoramento em Ciências Farmacêuticas e outro a concluir o Mestrado em Farmacologia Aplicada, tal facto, proporciona uma atualização constante para toda a equipa, pois a formação a nível académico constitui uma das melhores fontes de conhecimento.

Além disso, todos os profissionais da equipa participam numa formação contínua pois existe o estímulo pela Direção Técnica para a frequência de congressos e formações nas várias áreas da saúde, para que, os profissionais estejam sempre no topo dos padrões de profissionalismo do sector da FC. Como resultado do mencionado anteriormente, cada colaborador detém um elevado grau de especialização numa das diversas áreas abrangidas pela farmácia (homeopatia, acompanhamento farmacoterapêutico, revisão de medicação e dermocosmética) permitindo assim proporcionar serviços com elevada qualidade aos utentes. Acima de tudo, é uma equipa disposta à inovação e aberta às sugestões, quer dos estagiários, quer dos utentes, trabalhando assim para a melhoria contínua dos serviços prestados.

A realização de reuniões periódicas dos colaboradores para discussão de temas pertinentes inerentes ao funcionamento da farmácia, tais como, avaliação da situação atual, exposição de dificuldades dos colaboradores, atribuição de tarefas e reajuste de existentes, entre outros assuntos, possibilita uma análise integrada de aspetos que, por vezes, no dia-a-dia passam despercebidos e que não podem ser subvalorizados, pois tudo interfere no bom funcionamento da entidade e no desempenho dos colaboradores.

A existência de um sistema de gestão da qualidade com instruções de trabalho, planos, procedimentos técnicos e de suporte e manual da qualidade, permite o estabelecimento de uma política e objetivos claros, uma otimização dos recursos e tempo, melhora a satisfação dos utentes e posiciona a farmácia, como entidade privada, no caminho da melhoria contínua do serviço público que presta.

Um dos grandes pilares da FF é a sua especialização em fitoterapia e homeopatia, uma vez que, sendo os seus utentes maioritariamente idosos, com co-morbilidades para as quais se encontram polimedicados, o facto de a farmácia poder oferecer uma alternativa terapêutica mais adequada, com provas científicas já documentadas, é uma das apostas que merece maior destaque, visto que, estas opções terapêuticas têm menos efeitos secundários e menos interações quando comparadas com as terapêuticas convencionais.

A existência de acompanhamento local dos utentes ao longo do tempo é também um ponto forte, pois existem utentes fidelizados que confiam na sua farmácia para a resolução

dos seus problemas e necessidades, isto permite uma relação estreita e de confiança entre os profissionais da farmácia e os utentes, resultando assim numa melhor adesão à terapêutica por parte dos doentes e um maior conhecimento da individualidade de cada um.

Além de todos os serviços que a FF oferece, decorrente da sua localização esta encontra-se próxima de alguns lares de idosos, logo isto leva a que tenha muitos utentes idosos fidelizados, permitindo um acompanhamento muito mais eficaz deste tipo de classe etária que requerem uma atenção redobrada por parte do farmacêutico.

Relativamente à fidelização de utentes, a FF dispõe de um cartão de fidelidade próprio.

No decorrer do atendimento, se o utente procurar um conselho mais específico numa determinada área (fitoterapia, dermocosmética ou outra) este é direcionado para o profissional que possui maior especialização consoante o tipo de serviço que o utente procura. Assim, este procedimento interno permite proporcionar um aconselhamento de excelência e fornecer a melhor resposta para a questão colocada pelo utente.

A dispensa ativa quer de medicamentos sujeitos a receita médica quer dos não sujeitos a receita médica e também de outros produtos de saúde permite que o utente compreenda a forma correta de os utilizar. Durante a cedência de medicamentos o utente é sempre questionado se é a primeira vez que vai utilizar/tomar, se é medicação crónica, como utiliza/toma, entre outras perguntas adaptadas a cada situação.

Os aspetos referidos anteriormente, juntamente com a informação escrita cedida através das etiquetas de posologia e dos materiais educativos, permitem assegurar que o utente está a utilizar/tomar, de forma correta, o medicamento ou um outro produto de saúde.

A FF dispõe de materiais educativos que são facultados ao utente de acordo com as suas patologias. Como exemplo de materiais educativos dispõe de folhetos que abordam vários temas, tais como, hipertensão, diabetes, hipercolesterolémia, controlo de peso, pediculose, gota, hemorroidas e síndrome do cólon irritável. Este tipo de informação cedida em suporte escrito ao doente contribui para um aumento do conhecimento acerca da sua própria patologia, bem como, para uma auto-consciencialização da sua própria doença.

Visto que as farmácias prestam um serviço público e os utentes são cada vez mais informados e exigentes a existência de um *stock* variado, para permitir responder quase à totalidade das solicitações dos utentes, assume um papel preponderante quando nos referimos à qualidade do serviço e à satisfação dos utentes que uma farmácia serve. Nesse campo, que eu considero um forte aspeto positivo, a FF encontra-se muito bem posicionada.

Ao longo do tempo foram desenvolvidas estratégias de gestão de *stock* e análise de consumos, por parte dos colaboradores e da Direção Técnica, no sentido de orientar a política de compras e para otimizar os processos de aquisição de novos medicamentos e outros produtos de saúde.

A aquisição de grande volume de produtos com grande rotatividade permite diminuir o preço de venda unitário, a fim de ser mais apelativo para o utente. Além disso, quando é feita a aposta num novo produto este tem de possuir alguma vantagem adicional em relação aos já comercializados, para tal, é sempre tido em linha de conta, a qualidade, a eficácia, se confere valor terapêutico acrescentado, se têm evidência científica para indicação aprovada e preferencialmente a um baixo custo.

Portanto, a FF tem como missão oferecer terapêutica *gold standard* nos medicamentos não sujeitos a receita médica mas também nos outros produtos de saúde que fornece aos seus utentes.

A FF também é aderente do sistema de gestão de resíduos, VALORMED, iniciativa que tem como fim recolher embalagens vazias e produtos fora de uso, para posterior processamento em estações de tratamento adequadas ⁽⁴⁾.

Na FF existe a possibilidade de encomendar e consultar o preço, em tempo real, através de telefone ou informaticamente no armazém de distribuição grossista, de um produto de saúde solicitado pelo utente que não exista fisicamente nas instalações da farmácia. Este recurso permite à farmácia fazer esforços no sentido de resolver o pedido feito pelo utente, contribuindo assim para a satisfação do mesmo.

2.2. Pontos fracos | *SWeaknessOT*

A Farmácia Figueiredo possui uma fisionomia característica, que juntamente com a sua localização, constitui um ponto fraco que é muito difícil solucionar. A localização da farmácia não é a melhor pois existem várias outras farmácias nas imediações, o que resulta numa concorrência direta para esta. Devido à sua estrutura física o espaço reservado ao atendimento, em determinadas situações, revela-se insuficiente. Adicionalmente, o facto de nem todos os medicamentos se encontrarem armazenados no piso de atendimento, leva ao aumento do tempo de espera durante os atendimentos, impossibilitando o farmacêutico de efetuar um aconselhamento adequado pois o utente, por vezes, mostra-se impaciente ⁽³⁾.



Figura 3 – Espaço reservado ao atendimento (piso 0) ⁽⁵⁾.

A inexistência de gabinete de apoio ao utente no piso de entrada é um aspeto limitativo para pessoas com problemas de mobilidade. Além disso, a inexistência de elevador ou de meios de mobilidade adaptados a utentes com deficiência motora impossibilita o acesso destes aos pisos onde se realizam as determinações bioquímicas (segundo piso) e das consultas de nutrição e podologia (terceiro piso).

Como esta farmácia se localiza na baixa da cidade de Coimbra é impossível deter um espaço reservado a estacionamento próprio.

O horário de funcionamento praticado, de segunda-feira a sexta-feira das 8h30 às 19h00 e aos sábados das 9h00 às 13h00, é na minha opinião pouco extenso. Constatado que a

maioria das pessoas terminam o seu trabalho às 18/19h e se necessitarem de recorrer à farmácia por qualquer motivo esta já não se encontra aberta.

O défice de recursos humanos que se reflete numa equipa insuficiente para o volume de trabalhos da entidade, o que leva à sobrecarga de trabalho e responsabilidades por parte dos colaboradores que lá laboram. Estes fatores geram falta de tempo para realizar determinadas funções e afetam o desempenho total da equipa, que poderia ser ainda melhor.

Adicionalmente, no que toca à constituição da equipa ser unicamente integrada por profissionais do sexo feminino é um aspeto negativo, pois existem utentes que preferem falar sobre determinados assuntos com um profissional de um dos sexos. No entanto, a FF não possui nenhum elemento masculino o que gera um défice a este nível que seria facilmente ultrapassado se a equipa fosse mista.

Pouca intervenção ao nível da farmacovigilância, e tal constatação pode ser explicada pois grande número de doentes estão de passagem, sem tempo, e não são utentes fidelizados, aliado à falta de informação relativa ao doente adicionando à dificuldade na interpretação clínica da queixa constituem as principais explicações para esta reduzida intervenção nesta área do medicamento.

Nesta farmácia devido ao tipo de utentes, que são na sua maioria idosos, é um local onde se aconselham poucos produtos para grávidas e puericultura. Além disso, o aconselhamento a indivíduos jovens é pouco frequente.

Durante a realização do meu estágio constatei a pouca especialização da farmácia na oferta de produtos ao nível da veterinária e na preparação de medicamentos manipulados. É um facto que eram produtos pouco solicitados pelos utentes e também compreendo que não seria um investimento rentável. Ainda assim, no que toca a produtos de veterinária a FF possui um *stock* suficiente para cobrir quase a totalidade dos pedidos dos utentes. Além disso dispõe da possibilidade de encomendar aos seus distribuidores o produto em causa.

A ocorrência de erros ocasionais de *stock*, que resultam na maioria das vezes de erro humano associado aos colaboradores. Este aspeto tem vindo a ser melhorado ao longo do tempo tendo por base o Sistema de Gestão da Qualidade desta farmácia, que visa instaurar a melhoria contínua em todos os processos relacionados com esta farmácia.

O sistema informático utilizado é o Sifarma2000[®] licenciado pela empresa Glintt. No meu ponto de vista, a FF faz um uso bastante alargado deste sistema mas, ainda assim, não tira proveito dos dados informatizados em algumas situações. Uma vez que regista neste sistema a monitorização da pressão arterial e dos parâmetros bioquímicos é ajustado usar estes dados para interagir com o resto da cadeia de profissionais de saúde. Na realidade este tipo de procedimento já é feito, mas não tantas vezes quanto seria desejado.

2.3. Oportunidades | *SWOpportunitiesT*

A FF possui uma história considerável, uma vez que já conta com 86 anos ao dispor da comunidade e com uma longa tradição de família. Este aspeto transmite uma imagem de seriedade, compromisso para com os utentes e profissionalismo desde longa data e, como tal, a farmácia deve continuar a apostar na dinamização da sua imagem através de ações de formação em lares e escolas, campanhas de sensibilização, colaboração com outras entidades, rastreios, entre outros.

De forma a explorar uma vantagem competitiva face às outras farmácias, a FF deve continuar a apostar na sua especialização em homeopatia, tornando-se um espaço ainda mais diferenciado, pois consiste num segmento de serviços pouco explorado pelas outras farmácias mais próximas é um aspeto diferenciador. A longo prazo os utentes reconhecerão a competência técnica nesta área e farão uma associação ainda mais forte entre os medicamentos homeopáticos e a FF, conferindo portanto a vantagem pretendida.



Figura 4 – Espaço reservado à dermocosmética, fitoterapia e homeopatia (piso 1) ⁽⁵⁾.

De forma a colmatar as falhas da farmácia na sua estrutura física, ao nível de espaço no armazenamento de medicamentos, a instalação de um sistema de armazenamento e distribuição robotizado seria uma excelente aposta, pois solucionaria grande parte destes problemas, para além de diminuir o tempo de espera associado aos atendimentos e permitir que o tempo disponibilizado para cada um fosse usado para estabelecer uma interação mais forte com o utente.

A contínua aposta na formação e especialização dos recursos humanos é, sem dúvida, uma das melhores apostas pois é sinónimo de competência técnica, no presente e garante a do futuro.

Aumentar o horário de funcionamento durante a semana até às 20h00 e ao sábado considerar a possibilidade de estar aberta durante a tarde, por exemplo até às 20h, como nos restantes dias da semana ⁽⁶⁾.

Explorar mais o facto de se localizar na baixa da cidade de Coimbra (comércio tradicional) e direcionar também os serviços para os turistas, através de publicidade em inglês. Tirar partido da proximidade a lares de idosos e, como tal, possibilidade de estabelecimento de protocolos com estes para acompanhamento dos utentes.

Estabelecimento de protocolos com outras farmácias na aquisição de grande volume de medicamentos e outros produtos de saúde às indústrias farmacêuticas, permitindo assim compras mais vantajosas quer para a rentabilidade da farmácia quer em termos de preço final para o utente. Este tipo de estratégia já é utilizado mas deve continuar a ser utilizada e se possível tentar que seja sempre a prioridade no que concerne à aquisição de novos medicamentos e produtos de saúde.

Considerar o investimento numa secção de produtos ao nível da veterinária e analisar a possível aquisição do espaço animal, promovido pela Associação Nacional das Farmácias ⁽⁷⁾.

Trabalhar preferencialmente marcas de dermocosmética e suplementos em regime de exclusividade para que o portefólio da farmácia seja diferente das outras, o objetivo é pensar diferente. Na mesma ótica colaborar preferencialmente por uma empresa de distribuição de confiança, para permitir diminuir os custos inerentes à aquisição de medicamentos e de outros produtos de saúde, bem como, diminuir os erros associados às encomendas minimizando, desta forma, o número de reclamações. Contudo, esta linha de pensamento não descarta a existência de protocolos com outras empresas de distribuição.

Explorar novos meios de chegar ao consumidor, tais como, o envio pelo correio e a entrega ao domicílio de medicamentos ou outros produtos de saúde. Neste campo a existência de uma página de Facebook da FF (<https://facebook.com/FarmaciaFigueiredo>) é uma mais-valia pois permite a divulgação dos serviços prestados, rastreios e de campanhas que se encontram a decorrer ⁽²⁾.

Atualmente, as consultas de Nutrição são dadas por um profissional externo à farmácia, mas possuindo a FF profissionais com elevado domínio e especialização nesta área, o serviço devia ser reestruturado e ser prestado por um farmacêutico da equipa, diminuindo assim este tipo de relações externas pouco benéficas. Sendo um profissional externo à

entidade este não tem uma relação tão próxima com utentes e nem sempre está por dentro de toda a dinâmica da farmácia, além de diminuir os custos associados a este tipo de contractos.

A estreita colaboração com entidades de educação como a Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra e a Escola Superior de Tecnologias da Saúde de Coimbra na promoção de estágios permite que seja um local de formação para muitos profissionais do sector farmacêutico, para além de estar em constante atualização, pois os estagiários também são uma fonte de conhecimento científico atualizado. Além do supracitado, a colaboração com estudantes na realização de estudos, através de inquéritos, permite um autoconhecimento da farmácia em si, da opinião dos utentes que serve e é ainda uma ferramenta de avaliação interna. Estes estudos contribuem também para o conhecimento de vários aspetos relacionados com a epidemiologia e a saúde pública.

2.4. Ameaças | *SWOT* Threats

Uma das principais ameaças para a FF é a concorrência das outras farmácias, pois situa-se num local onde existem outras. Além disso, a concorrência em expansão – parafarmácias, grandes superfícies, perfumarias e cosméticas – com estratégias agressivas e pouco éticas constituem a principal ameaça para o sector da Farmácia Comunitária. No caso da FF, devido à sua localização, está sujeita a uma concorrência de duplo tipo, um hipermercado e as outras farmácias localizados nas imediações.

Se analisarmos o perfil económico de Portugal podemos constatar fatores como o agravamento das medidas de austeridade, as mudanças nas políticas económicas de saúde, os ajustes nos preços de referência e a diminuição das participações por parte do estado levam a uma inevitável subida de preço dos medicamentos para os utentes e a uma redução das margens ameaçando a sobrevivência das farmácias.

Para agravar a situação descrita atrás podemos adicionar ainda, as exceções presentes nas receitas médicas (Lei n.º 11/2012 de 8 de março, na sua redação atual) ⁽⁸⁾ as normas do receituário relativas à dispensa, bem como, a preferência por uma marca de genéricos face a outra manifestada pelos utentes levam à perda de alguns atendimentos e tornam todos os procedimentos associados ao receituário complexos e morosos.

Durante o meu estágio constatei que os utentes ainda não confiam e/ou aceitam os medicamentos genéricos como uma das alternativas terapêuticas possíveis, na maioria das vezes a um preço bem mais acessível e com igual qualidade, quando comparados com os medicamentos de marca inovadores. No meu ponto de vista, posso concluir que é mais prevalente entre doentes com baixa formação, mas não é regra. A existência de muitos laboratórios de genéricos a operar no mercado, leva a que a farmácia não possa aprovisionar todos os medicamentos de todos os laboratórios, levando por vezes à perda de determinados utentes pois preferem o medicamento genérico de um laboratório em detrimento de outro. Devido a aspetos associados aos medicamentos genéricos a classe farmacêutica é alvo de alguma desconfiança, por parte de alguns utentes, e sente dificuldade em ser aceite pelos utentes, sendo a transmissão de determinadas informações e conselhos dificultada e, por vezes, sem sucesso.

Ao nível da farmácia, os erros internos de *stock* e a indisponibilidade de medicamentos, consequência da rutura de *stock* nos armazenistas, põem em causa a continuidade do tratamento em doentes com medicação crónica, mas também, afetam as vendas da farmácia.

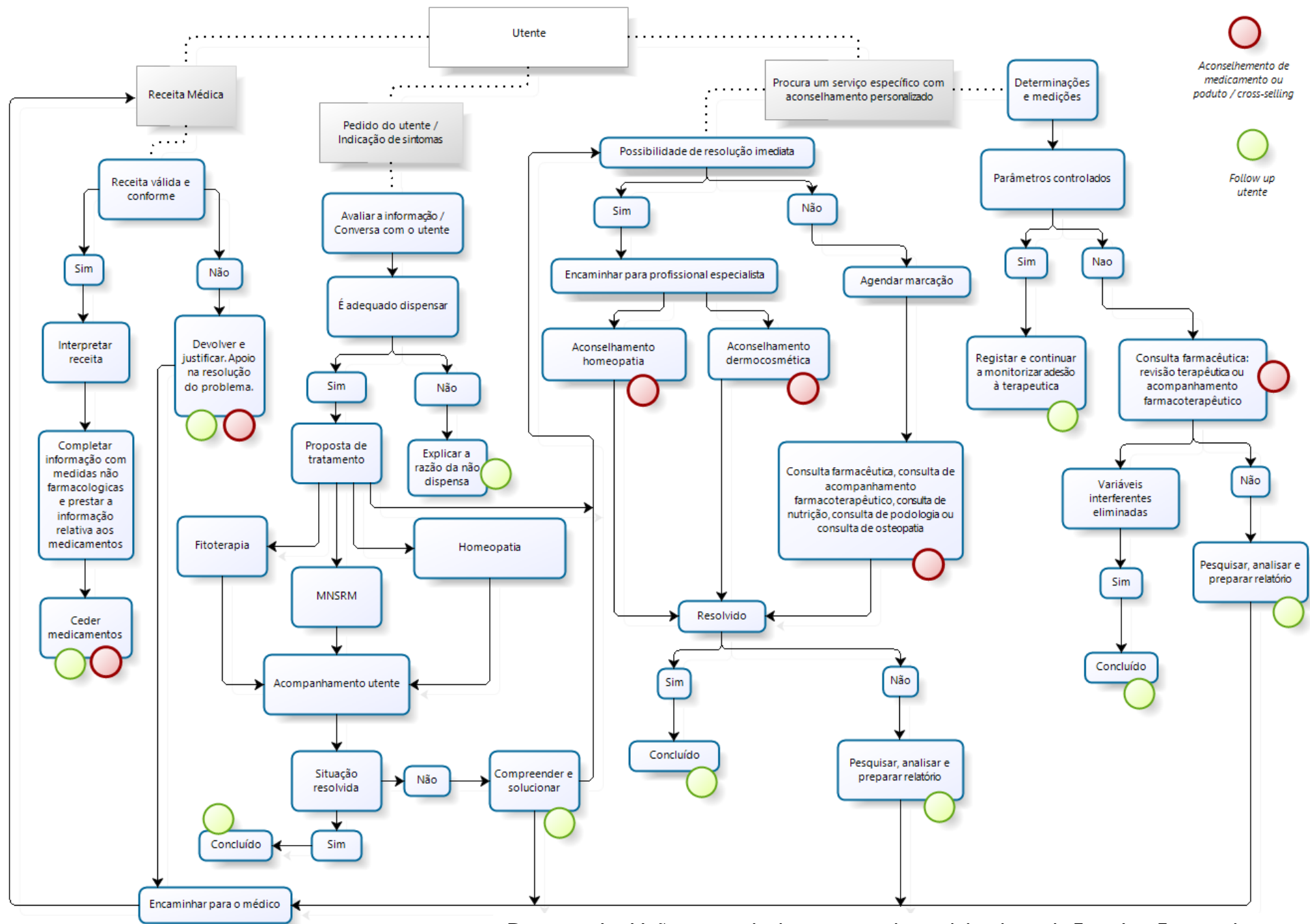


Diagrama I – Visão integrada dos serviços disponibilizados pela Farmácia Figueiredo.

3. Casos Práticos

Os casos práticos aqui apresentados são apenas exemplos de alguns casos que considero como os mais relevantes e integrantes dos meus conhecimentos teóricos e que foram observados na prática da frequência do estágio. Não têm como objetivo ser exaustivos mas sim oferecer uma visão geral de alguns dos serviços prestados pela Farmácia Figueiredo à comunidade, bem como, da minha intervenção junto dos utentes com os quais contactei.

3.1. Caso A

Utente do sexo feminino com 60 anos queixa-se de dores de cabeça, as quais tenta resolver com paracetamol 1000 mg e ibuprofeno 400 mg, por vezes, sem sucesso. Descreve que tem problemas na cervical e quando se esforça demasiado no trabalho sente dores no fim do dia, algumas das vezes, localizadas na zona posterior do pescoço que irradiam para algumas partes da cabeça. Como terapêutica crónica para outros problemas de saúde utiliza rosuvastatina 10 mg (Crestor[®] 10 mg), ácido acetilsalicílico 100 mg (Aspirina GR[®] 100 mg) e fluoxetina 20 mg.

Intervenção farmacêutica:

Para a queixa de dores de cabeça foi pesquisada a planta que melhor se encaixava de acordo com os sintomas descritos pela doente, como resultado foi escolhida a planta Gelsemium pois esta está indicada na síndrome cervical, enxaqueca cervical, neuralgia de diferentes locais ⁽⁹⁾.

Os compostos ativos do Gelsemium são dois alcaloides, estes afetam o sistema nervoso central em diferentes graus, dependendo da quantidade ingerida. Os alcaloides do Gelsemium estão relacionados com estricnina e todas as partes da planta são venenosas. Devido a sua ação sobre o sistema nervoso central, se a planta for homeopatizada está indicada no tratamento as seguintes situações: neuralgia, enxaqueca, dor de cabeça, dormência, vertigem, reumatismo e neuralgia que piora com o tempo frio, síndrome cervical, dor que se estende desde a parte de trás do pescoço para a cabeça ⁽¹⁰⁾.

Assim foi escolhido o medicamento homeopático Gelsemium Homaccord[®] em gotas, que é um medicamento composto pois, para além do Gelsemium possui também *Rhus*

toxicodendron e *Cimicifuga*, também estas plantas indicadas para o tratamento das situações descritas acima ⁽¹⁰⁾.

A posologia indicada foi dez gotas diluídas em meio copo de água, três vezes por dia, fora das refeições ⁽¹¹⁾. Após um mês de tratamento, segundo a doente, a incidência e a duração das dores de cabeça diminuí bastante, tendo tomado, ao longo deste tempo, menos vezes paracetamol 1000 mg em SOS, facto este que é muito positivo. Após três meses a doente refere que já não teve dores de cabeça nos últimos quinze dias e refere que a última vez que teve foi devido ao facto de ter andado a trabalhar no jardim todo o dia.

A doente encontra-se ainda em acompanhamento e, para grande satisfação minha, encontra-se estável na queixa referida. A homeopatia é, por vezes, mal interpretada e mal utilizada, mas quando bem aplicada mostra-se uma opção terapêutica válida com resultados visíveis e que contribuiu para a melhoria da condição de saúde dos doentes além do seu bem-estar.

3.2. Caso B

Utente do sexo feminino, com 63 anos, dirigiu-se à farmácia e refere que há mais de um ano atrás tomou beta-histina 24 mg (*Betaserc*[®] 24 mg) prescrita para uma situação em que teve tonturas, enjoos e não conseguia permanecer em pé. Confessa que se sente melhor desde essa situação mas, às vezes, tem os mesmos sintomas embora com muito menor intensidade e confessa que tem medo de ter uma recidiva.

Intervenção farmacêutica:

A beta-histina está classificada, segundo o *Prontuário Terapêutico*, no grupo 2. Sistema Nervoso Central - 2.7. Antieméticos e antivertiginosos ⁽¹²⁾, estando indicada no tratamento da vertigem de causa periférica, incluindo síndrome de Menière ⁽¹³⁾. Como aconselhamento farmacêutico e para tentar suprimir os sintomas descritos pela doente foi aconselhado o medicamento homeopático *Vertigoheel*[®]. O *Vertigoheel*[®] tem na sua composição frutos e sementes de *Anamirta cocculus*, que apresentam picrotoxina na sua constituição. A picrotoxina é um antagonista não competitivo dos recetores GABA-A e, portanto, um convulsivo ⁽¹⁴⁾.

Este medicamento homeopático apresenta estudos clínicos onde comparam a eficácia da beta-histina contra o *Vertigoheel*[®], nos quais demonstram que o *Vertigoheel*[®] é equivalente ao medicamento alopático na redução da severidade dos sintomas específicos do

vertigo e no aumento da qualidade de vida, sem induzir sonolência. Não possui contraindicações ou restrições relacionadas com idade ou duração da terapêutica, além de, não ter interações com outros fármacos, sendo apropriado para longos períodos de tratamento ⁽¹⁵⁾ ⁽¹⁶⁾.

De acordo com a informação descrita acima a doente foi aconselhada a fazer um comprimido orodispersível, três vezes ao dia, fora das refeições ⁽¹⁷⁾. Após quatro meses a doente voltou à farmácia e refere que não voltou mais a ter os sintomas de tonturas e enjoos. Atualmente está estável e encontra-se muito satisfeita com acompanhamento prestado. A doente foi advertida que teria de recorrer a um médico se alguma vez sentisse tonturas ou enjoos, mesmo de baixa intensidade.

3.3. Caso C

Utente do sexo feminino com 41 anos queixa-se que pretende emagrecer, que já tentou de tudo, mas que nada deu resultado. Confessa que o seu médico já a aconselhou a mudar o seu estilo de vida pois nas últimas análises apresentava o colesterol elevado. Continua afirmando que sempre que fez dieta notou algumas melhorias mas que depois não consegue continuar com o novo regime alimentar durante muito tempo.

No discurso final afirma que pretendia emagrecer a fim de melhorar o seu especto físico mas também para melhorar os seus parâmetros lipídicos.

Intervenção farmacêutica:

Como a utente se encontrava em jejum, foi feita uma determinação do colesterol total e do colesterol HDL. Os valores determinados foram 186 mg/dl para o colesterol total e 45 mg/dl para o colesterol HDL. A medição da pressão arterial apresentou valores de 137 mmHg para a pressão sistólica e 86 mmHg para a pressão diastólica.

Segundo os Critérios da Direção Geral de Saúde (DGS) a utente apresenta uma pressão normal-alta ⁽¹⁸⁾. De acordo com os critérios da Sociedade Portuguesa de Cardiologia a doente apresenta um SCORE de zero que se traduz por ausência de risco a 10 anos de desenvolver doença cardiovascular fatal, baseado nos fatores de risco: idade, sexo, hábitos tabágicos, pressão arterial sistólica e colesterol total ⁽¹⁹⁾.

Adicionalmente foi calculado o IMC da utente que apresentava um valor de 27, desta forma, segundo os critérios da DGS, a doente apresenta excesso de peso (pré-obesidade) ⁽²⁰⁾.

Posteriormente foi feito um teste de acordo com o protocolo IOMET® - *Ionic Mineral Enzyme Therapy* para analisar o perfil bionutricional da utente e esta foi aconselhada como fazer as escolhas certas em termos de alimentação a fim de estabelecer o seu próprio regime alimentar, já que a utente tinha conceitos pré-concebidos errados sobre uma alimentação saudável, pois muitos dos problemas que referia também eram reflexo daquilo que fazia ou comia ⁽²¹⁾ ⁽²²⁾.

Em suma, este caso reflete uma abordagem dos problemas de saúde num campo mais amplo e não como problemas isolados de órgãos ou sistemas. O nosso organismo através de processos fisiológicos e bioquímicos tenta compensar os nossos erros ou falhas quer em termos de nutrição quer genéticos e, desta forma, as doenças não são mais que manifestações de desregulações do nosso organismo. Logo trabalhando o conceito de saúde de um ponto de vista integrativo conseguimos obter resultados que vão de encontro aquilo que o dente procura e permite trabalhar a doença de um ponto de vista muito mais abrangente como, realmente, ela é.

3.4. Caso D

Utente do sexo masculino com 81 anos apresenta queratoses actínicas (QA) no couro cabeludo. Refere já ter feito tratamento com Aldara® 5% creme (12,5 mg de imiquimod em 250 mg de creme (5%)) mas queixa-se que as QA estão a reaparecer. Solicita uma nova caixa de Aldara® 5% creme uma vez que já tinha usado anteriormente.

Intervenção farmacêutica:

Foram feitas algumas perguntas ao utente para avaliar se estávamos perante uma falta de eficácia do medicamento ou uma má adesão à terapêutica, mas pudemos confirmar que não estava relacionado com nenhuma das duas.

Não foi cedida a embalagem de Aldara® 5% creme e o doente foi aconselhado a ir ao médico para reavaliar a situação, uma vez que como descrito no RCM do medicamento este tipo de tratamento deve ser iniciado e monitorizado por um médico ⁽²³⁾.

A prevenção das QA é um aspeto com enorme relevância, assim, a educação do doente torna-se fundamental nestes casos, a qual deve incluir a indicação da fotoproteção adequada, a importância do autoexame e da deteção precoce de lesões ⁽²⁴⁾.

Adicionalmente foi conversado com o doente acerca das medidas que este deve ter quanto à exposição solar, tais como, recomendou-se o uso de chapéu e evitar as horas de

maior calor das 11 às 16 horas. Foi aconselhado a usar fotoproteção todos os dias, já que, os protetores solares, nesta situação, são de enorme relevância por diminuírem a radiação UV e por serem emolientes.

Aconselhou-se o produto ISDIN® Eryfotona AK-NMSC Fluid SPF100+ pois tem como indicações prevenção e tratamento adjuvante das QA e outras formas de cancro cutâneo não melanoma. Reduz e melhora o campo de cancerização cutâneo subclínico que se associa às QA e ao cancro de pele não melanoma. Além disso previne e favorece a reparação dos danos actínicos causados pelo sol, cria um filme protetor sobre a pele que ajuda a prevenir novas lesões, devido ao seu índice de proteção solar. O seu uso continuado favorece o mecanismo de reparação natural do ácido desoxirribonucleico (ADN). Este produto tem na sua constituição fotoliase, uma enzima reparadora do ADN, que é ativada pela luz visível e reconhece e repara diretamente os dímeros de pirimidinas que se formam resultado de mutações no ADN devido à exposição crónica à radiação ultravioleta ⁽²⁵⁾ ⁽²⁶⁾.

O doente foi aconselhado a aplicar uma quantidade generosa de creme sobre toda a área afetada duas vezes por dia, de manhã e à tarde ⁽²⁵⁾.

Este caso realça a importância da referenciação ao médico em patologias que os doentes subvalorizam, bem como, a utilização de fotoproteção, não só para doentes com este tipo de patologias mas para toda a população em geral.

3.5. Caso E

Doente sexo feminino com 55 anos, utente habitual da farmácia, com receita médica para a sua medicação crónica, refere queixas de pernas pesadas relacionado com as varizes. Solicita uma pomada ou um gel para aplicação nas pernas.

Intervenção farmacêutica:

Para esta situação foi aconselhada o medicamento Venoparil® gel (escina + salicilato de dietilamina) que está indicado para no tratamento das manifestações funcionais da insuficiência venosa crónica e aguda (pernas pesadas) ⁽²⁷⁾.

Durante a conversa com a utente foi questionado ela se era alérgica à aspirina pois um dos princípios ativos do medicamento que estava a ser aconselhado era um salicilato. A utente confessa que era alérgica à aspirina e que fez reação a última vez que esteve internada no hospital. Assim, o medicamento anterior foi abandonado e foi aconselhado um outro medicamento, o VENOSMIL® 20 mg/g gel (hidrosmina 20 mg/g), com as mesmas indicações

terapêuticas de tratamento tópico adjuvante das manifestações de insuficiência venosa crônica ⁽²⁸⁾.

Este caso reforça a importância que a recolha de informação junto do utente assume, bem como, a importância de estar especialmente atento às contraindicações dos medicamentos.

Durante a entrevista é crucial ter sempre presente as interações medicamento-medicamento e as interações alimentos-medicamento pois devido a determinados fatores como, falta de tempo e pouca *compliance* por parte do utente, podem levar a erros de cedência durante o aconselhamento.

3.6. Caso F

Utente sexo feminino com 30 anos pede aconselhamento de um produto para a queda de cabelo, durante a conversa refere que já teve anemia e que mesmo agora os seus valores de ferro estão um pouco abaixo do valor de referência. Afirma já ter tomado alguns suplementos alimentares para o cabelo e, quando toma, nota melhoria tanto na diminuição da queda como no aspeto geral do cabelo.

Intervenção farmacêutica:

Nesta situação foi aconselhado um suplemento alimentar a pensar nas carências alimentares que provocam queda de cabelo. O produto escolhido foi DUCRAY[®] anacaps tri-ACTIV, um suplemento alimentar indicado em caso de queda de cabelo e para cabelos fatigados e desvitalizados. Tendo indicação também para unhas fracas e quebradiças ⁽²⁹⁾.

Este suplemento tem na sua constituição aminoácidos sulfurados (cisteína e metionina), vitamina B6, B8, E e PP, óleo de onagra e apresenta uma vantagem ao nível da sua constituição que me levou a aconselhá-lo pois apresenta 14 mg de ferro, a Dose Diária Recomendada de ferro para um adulto ⁽²⁹⁾. Como no momento do aconselhamento a utente não se encontrava a fazer nenhuma terapêutica com ferro este suplemento iria tentar atenuar a carência de ferro manifestada por esta.

Adicionalmente foi aconselhado um champô da mesma linha, DUCRAY[®] anaphase champô creme estimulante pois possui na sua composição um extrato de *Ruscus aculeatus* que tem propriedades vasodilatadoras comprovadas e aprovadas pois existe um medicamento aprovado para o tratamento dos sintomas relacionados com insuficiência venolinfática, o CYCLO 3[®], que tem um extrato desta planta ^{(30) (31)}.

4. Conclusão

Nesta fase final do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas posso afirmar que o curso nos prepara bem para o mercado de trabalho, dá-nos as ferramentas e as competências que necessitamos, depois só temos de saber adaptá-las e usá-las da melhor forma, pois o nosso curso é tão vasto que podemos trabalhar em muitas áreas.

No que toca às componentes práticas, o MICF deveria ter estágios obrigatórios por mais áreas abrangidas pelo curso, uma vez que, estou a terminar o curso e não contatei com todas as áreas possíveis. O curso oferece uma abordagem geral das áreas da saúde mas só contactando com elas diretamente é que é possível tirar elações se gostamos e se queremos trabalhar nessa área.

Quanto ao estágio em Farmácia Comunitária posso afirmar que serviu para consolidar conhecimentos ao nível de farmacologia, farmacoterapia e farmácia clínica entre outras áreas clínicas lecionadas pelo MICF. Permitiu-me também desenvolver a relação entre doente e profissional de saúde que considero pilar fulcral na profissão farmacêutica, pois esta profissão existe para servir os doentes.

De todas as funções desenvolvidas durante o estágio aquelas que considero que tiveram o meu contributo pessoal foram, a reestruturação da ordem alfabética das gavetas destinadas ao armazenamento dos medicamentos, a elaboração de um filme sobre serviços prestados pela farmácia à comunidade (anexo I), a elaboração de montras, expositores e cartazes promocionais. Fui co-autor do Resumo de formação frequentada sobre Conjuntivites e Síndrome do olho vermelho (anexo II).

Durante a frequência do meu estágio frequentei várias formações de dermocosmética que me permitiram conhecer as gamas, bem como, melhorar o posicionamento dos produtos ao nível do aconselhamento. Estas formações foram muito importantes pois durante o curso não temos este contacto com esta parte mais comercial e foi muito positivo pois aprendi muito na área da dermatologia e da cosmética.

Frequentei um congresso na área da homeopatia sobre o terreno cancerígeno que abordava vários aspetos entre os quais: etimologia, crescimento normal e patológico, sinais clínicos do terreno cancerígeno, exames complementares, cuidado bionutricional. Esta formação foi especialmente importante pois aprendi bastante sobre nutrição celular bem como toda a interligação entre a alimentação e o cancro. Adicionalmente, frequentei duas formações sobre dispositivos da asma, que se revelaram muito úteis para me familiarizar com os procedimentos de uso de tais dispositivos, estes conhecimentos foram uteis quando

durante os atendimentos tive de explicar o modo de funcionamento dos dispositivos aos utentes.

O balanço final deste estágio é muito positivo, pois aprofundei muitos conhecimentos na área da saúde e adquiri novos, desenvolvi competências quer ao nível da relação com o utente quer ao nível da capacidade de trabalhar em equipa.

A carreira profissional é um longo caminho que se constrói, desta forma, reconheço que muito ainda tenho a aprender e que este estágio, sem dúvida, contribuiu para o meu lançamento como farmacêutico no mercado de trabalho.

5. Bibliografia

- (1) **Decreto-Lei n.º 288/2001 de 10 de Novembro.** [Acedido a 14 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://dre.pt/pdf/isdip/2001/11/261A00/71507165.pdf>
- (2) **Facebook Farmácia Figueiredo.** [Acedido a 14 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <https://facebook.com/FarmaciaFigueiredo>
- (3) **Medical Design Farmácia Figueiredo Coimbra.** [Acedido a 15 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://medicaldesign.pt/proj.asp?idf=1&idp=1&ids=11>
- (4) **VALORMED.** Acedido a 17 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.valormed.pt/pt/conteudos/conteudo/id/23>
- (5) **Medical Design Farmácia Figueiredo Coimbra.** [Acedido a 18 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://medicaldesign.pt/proj.asp?idf=1&idp=1&ids=11#3>
- (6) **Decreto-Lei n.º 53/2007, de 8 de março.** [Acedido a 19 de abril de 2014]. Disponível na Internet: http://www.infarmed.pt/portal/page/portal/INFARMED/LEGISLACAO/LEGISLACAO_FARMACEUTICA_COMPILADA/TITULO_II/TITULO_II_CAPITULO_IV/029-B_DL_53_2007_2ALT.pdf
- (7) **Espaço Animal.** [Acedido a 20 de abril de 2014], Disponível na Internet: <http://www.globalvet.pt/espacoanimal/index.html>
- (8) **Lei n.º 11/2012 de 8 de março.** [Acedido a 22 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.dre.pt/pdf/ls/2012/03/04900/0097800979.pdf>
- (9) **Pocket Manual of Homeopathic Materia Medica & Repertory;** 9th Edition. Germany: Narayana Verlag, 2013. ISBN: 978-3-941706-75-0.
- (10) **Ordinatio Antihomotoxica et Materia Medica.** [Acedido a 23 de abril de 2014]. Disponível na Internet: http://www.sambyh.com/articulos/ORDINATIO_2007_HEEL_ES.pdf
- (11) **Gelsemium-Homaccord.** [Acedido a 23 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.heel.ca/Heel-ca-Gelsenium-Homaccord.html>
- (12) **Prontuário Terapêutico online, beta-histina.** [Acedido a 24 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.infarmed.pt/prontuario/framepesactivos.php?palavra=beta&x=0&y=0&rb1=0>
- (13) **RESUMO DAS CARACTERÍSTICAS DO MEDICAMENTO, Betaserc 24 mg comprimidos.** [Acedido a 24 de abril de 2014]. Disponível na Internet: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=37170&tipo_doc=rcm

- (14) **LEVANT BERRY OVERVIEW INFORMATION.** [Acedido a 8 de julho de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.webmd.com/vitamins-supplements/ingredientmono-547-LEVANT%20BERRY.aspx?activeIngredientId=547&activeIngredientName=LEVANT%20BERRY>
- (15) **HEEL BROCHURES, Vertigoheel.** [Acedido a 24 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.homotoxicology.net/Documents/Brochures/Vertigoheel.pdf>
- (16) WEISER, M.; STRÖSSER, W.; KLEIN, P.; **Homeopathic vs Conventional Treatment of Vertigo A Randomized Double-blind Controlled Clinical Study.** Arch Otolaryngol Head Neck Surg. 1998; 124(8):879-885.
- (17) **Folheto informativo, Vertigoheel.** [Acedido a 24 de abril de 2014]. Disponível na Internet: http://www.heel.ca/upload/Vertigoheel_019710_5005_5717.pdf
- (18) **Norma nº 020/2011 de 28/09/2011 atualizada a 19/03/2013.** [Acedido a 26 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/normas-e-circulares-normativas/norma-n-0202011-de-28092011-atualizada-a-19032013.aspx>
- (19) **RECOMENDAÇÕES DA ESC/EAS PARA A ABORDAGEM CLÍNICA DAS DISLIPIDEMIAS.** [Acedido a 26 de abril de 2014]. Disponível na Internet: http://www.spc.pt/FS/AreaCientifica/recomendacoes/dislipidemias_v2011.pdf
- (20) **Obesidade: uma doença crónica ainda desconhecida.** [Acedido a 26 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/obesidade-uma-doenca-cronica-ainda-desconhecida.aspx>
- (21) **Le IoMET.** [Acedido a 26 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.nutergia.com/fr/nutergia-votre-expert-conseil/nutrition-cellulaire-active-nca/iomet.php>
- (22) **IoMET Questionnaire.** [Acedido a 26 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://moulindescombes.com/naturopathie/medias/questionnaire.pdf>
- (23) **RESUMO DAS CARACTERÍSTICAS DO MEDICAMENTO, Aldara 5% Creme.** [Acedido a 27 de abril de 2014]. Disponível na Internet: http://www.ema.europa.eu/docs/pt_PT/document_library/EPAR_-_Product_Information/human/000179/WC500023122.pdf
- (24) LOPES, J. C.; **Estratégias terapêuticas para o tratamento de queratoses actínicas: uma revisão;** Rev-Soc-Port-Dermatol-Venereol, 2014, Vol. 72, Nº 1, pág. 75-85
- (25) **Eryfotona AK-NMSC Fluid SPF100+.** [Acedido a 27 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.isdin.com/products/eryfotona/ak-nmsc-fluid-spf100>

- (26) M. PUVIANI, A. BARCELLA, M. MILANI; **Efficacy of a photolyase-based device in the treatment of cancerization field in patients with actinic keratosis and non-melanoma skin cancer**; G ITAL DERMATOL VENEREOL 2013;148
- (27) **VENOPARIL GEL**. [Acedido a 28 de abril de 2014] Disponível na Internet:
<https://profissionais.indice.eu/INDICEe/Grupos/g3/VenopaGe.pdf>
- (28) **RESUMO DAS CARACTERÍSTICAS DO MEDICAMENTO, VENOSMIL 20 mg/g, Gel**. [Acedido a 28 de abril de 2014]. Disponível na Internet:
http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=9072&tipo_doc=rcm
- (29) **DUCRAY Anacaps tri-ACTIV suplemento alimentar**. [Acedido a 29 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.ducray.fr/pt/cuidados-capilares/suplemento-alimentar/anacaps-tri-activ>
- (30) **DUCRAY Anaphase Champô creme estimulante**. [Acedido a 29 de abril de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.ducray.fr/pt/cuidados-capilares/queda-de-cabelo/anaphase-champ%C3%B4-estimulante>
- (31) **RESUMO DAS CARACTERÍSTICAS DO MEDICAMENTO, CYCLO 3 150 mg + 150 mg + 100 mg cápsulas**. [Acedido a 29 de abril de 2014]. Disponível na Internet:
http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=2275&tipo_doc=rcm

6. Anexos

6.1. Anexo I

Screenshots do vídeo serviços prestados pela Farmácia Figueiredo. Vídeo realizado a fim de promover os serviços prestados pela farmácia junto da comunidade.




farmácia
figueiredo

**SERVIÇOS COM ATENDIMENTO
PERSONALIZADO**


Consulta de
Osteopatia




farmácia
figueiredo

**TESTES RÁPIDOS COM
ACONSELHAMENTO FARMACÊUTICO**


Ácido Úrico
Colesterol Total
Colesterol – HDL e LDL
Triglicérides
Glicémia




farmácia
figueiredo

**TESTES RÁPIDOS COM
ACONSELHAMENTO FARMACÊUTICO**


Análise de Urina
Teste de Gravidez




farmácia
figueiredo

MEDIÇÕES


Altura
Peso Corporal
Índice de Massa Corporal
Tensão Arterial




farmácia
figueiredo

**RECONSTITUIÇÃO DE PREPARAÇÕES
EXTEMPORÂNEAS**


Preparação de
Suspensões Oraís



DESDE 1928 A CUIDAR DA SUA SAÚDE

DIREÇÃO TÉCNICA DE CAPITOLINA FIGUEIREDO PINHO
RUA DA SÓRIA, N.º107 300-390 COIMBRA
TELEFONE 239 822 837 – FAX 239 842 934

© FARMÁCIA FIGUEIREDO

1.1. Conjuntivites bacterianas:

- Apresenta remela – segundo olho é atingido rapidamente.

1.2. Conjuntivites alérgicas:

- As principais queixas incluem prurido, secreção e olho vermelho.

1.3. Conjuntivites virais:

- Normalmente causadas por adenovírus, desencadeiam a produção de secreções aquosas. Provocam fotofobia muito acentuada. Causam adenopatias pré-auriculares no ouvido do lado do olho infetado – este sintoma faz o diagnóstico.
- Demora 3 semanas e ocorre transmissão por via aérea (pode atingir toda a família).
- Após 3 semanas ocorrer diminuição da visão devidos aos depósitos de imunoglobulinas no cristalino. Tratar com corticosteróide – dexametasona.
- Virais – 4-5 dias até contaminar o outro.
- Surgem mais no Inverno.

1.4. Conjuntivites iatrogénicas:

- São por vezes alérgicas, causando prurido.
- Tratamento não farmacológico: lágrimas artificiais (*washout* dos alérgenos)
- Compressas frias (temperatura relaciona-se com a libertação de histamina - comichão)

2. Como Evitar:

Por se tratar de uma doença em que o contágio acontece através do contacto físico do olho com as mãos, objetos, piscinas ou toalhas contaminadas, devemos evitar:

- Banhos em piscinas públicas;
- Usar toalhas e lenços que não sejam de uso exclusivo;
- Contacto com indivíduos contaminados;
- Evitar usar objetos de uso da pessoa contaminada.

3. Tratamento:

Aplicável em todas as conjuntivites:

- Utilizar lágrimas artificiais pois fazem o *washout*. – Colocar uma gota de 3 em 3 horas.
- Aplicar compressas frias pois aliviam o prurido e a sensação de corpo estranho, devido à diminuição da libertação de histamina e consequentemente a reação alérgica.

- Usar lenços descartáveis.
- Usar óculos escuros (fotofobia).

3.1. Terapêutica:

- Utilizar antibióticos contra Gram + tais como Cloranfenicol (Clorocil[®]) e Quinolonas (gentamicina - Gentocil[®]) – **1º OPÇÃO.**
- Terricil[®] – oxitetraciclina – nas blefarites (infecções no bordo das pálpebras e das raízes das pestanas).
- Como qualquer antibiótico, utilizar durante 8 dias e ao fim do 3º dia já são visíveis melhoras.
- Ácido fusídico (**não é muito bom, não aconselhar**).

3.2. Posologia:

- **Colírios:** 1 gota de 3 e 3 horas, é necessário colocar com esta frequência devido ao efeito *washout* da lágrima.
- **Pomadas oftálmicas:** aplicar de 12 em 12 horas, aplicar durante a noite, turva a visão mas tem maior tempo de ação.
- Tratamento durante 8 dias.
- Os corticoides são a última opção terapêutica pois não inibem a desgranulação dos mastócitos, ou seja não impedem a reação alérgica.
- Podemos também utilizar na conjuntivite alérgica perene ou sazonal o cromoglicato de sódio (inibidor da desgranulação dos mastócitos, impede a libertação de histamina e assim a reação alérgica).

4. Glaucoma agudo:

- Dor, com baixa de visão.
- Visão colorida à volta dos objetos.
- Midríase média e não reage à luz.

OUTROS PRODUTOS EDOL

CREME ATL[®] ectoína Pele atópica

- Indicado para cuidado diário, para uso externo, em pele seca, irritada e sensível, para o tratamento concomitante de situações de dermatoses inflamatórias (ex. dermatite atópica, eczema de contacto ou radiodermatite) e na prevenção de sintomas agudos tais

como eritema, descamação e prurido. ATL ectoína é um creme com ectoína, que possui propriedades hidratantes e protetoras.

- **PRECAUÇÕES:** ATL ectoína não deve ser usado em caso de alergia (hipersensibilidade) à ectoína ou a qualquer um dos componentes da formulação. Se ocorrerem reações de hipersensibilidade, ATL ectoína deverá ser descontinuado imediatamente e não deve ser usado em pele infetada.
Existe nas apresentações de ATL ECTOÍNA 3,5% e ATL ECTOÍNA 7%.

PROTECHDRY® – Roupa interior para perdas de urina

- Disponível para mulher e homem, em diferentes modelos e tamanhos.
- É uma peça de roupa interior normal em algodão com uma zona de absorção especial, antialérgica, fina que permite absorver perdas de urina e elimina o odor.
- Devemos escolher sempre bem o tamanho ideal para o utente.
- A estrutura absorvente deve estar em contacto com a zona genital.
- Permite reter até 50mL (saturação a 60mL), sem contacto da urina com a pele.
- Não deve ser utilizado amaciador de roupa na lavagem, pois pode diminuir a eficácia da absorção.
- A zona absorvente não deve ser passada a ferro.
- Lavável à máquina até 60° e durabilidade compatível com 50 lavagens.

Bibliografia

- Murta, J.; Proença, R.; Lobo, C.; Fonseca, P.; Siva, E.; Silva, R. - NOÇÕES BÁSICAS DE OFTALMOLOGIA, Coimbra; Faculdade de Medicina - Universidade de Coimbra, 2009.
- Silva, J.; Ferreira, B.; Pinto, H. - SÍNDROMES DE OLHO VERMELHO CONJUNTIVITES AGUDAS, [Acedido a 8 de maio de 2014]. Disponível na Internet: http://www.ligadeoftalmo.ufc.br/arquivos/ed_-_conjuntivites_agudas.pdf
- Produtos, Medicamentos Sujeitos a Receita Médica, [Acedido a 8 de maio de 2014]. Disponível na Internet: <http://edol.pt/category/produtos/medicamentos-sujeitos-a-receita-medica>
- Produtos, Dispositivos Médicos, ATL ECTOÍNA 3,5%, [Acedido a 8 de maio de 2014]. Disponível na Internet: <http://edol.pt/produtos/dispositivos-medicos/atl-ecto%C3%ADna-35>
- Produtos, Dispositivos Médicos, ATL ECTOÍNA 7%, [Acedido a 8 de maio de 2014]. Disponível na Internet: <http://edol.pt/produtos/dispositivos-medicos/atl-ecto%C3%ADna-7>
- PROTECHDRY Folheto informativo, [Acedido a 8 de maio de 2014]. Disponível na Internet: <http://www.protechdry.com/pt/7-downloads>
