Renato Xavier Simões Nolasco

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

Relatório de Estágio Curricular âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, orientado pela Doutora Ana Pimentel, válido e apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Setembro 2015

· U C ·

Universidade de Coimbra

Índice

Lista de abreviaturas 3

Introdução 4

Enquadramento 6

Análise SWAT 7

Forças 7

Aprendizagem 7

Crescimento Pessoal 8

Aplicação dos Conhecimetos Teóricos 9

Equipa altamente qualificada e Boas relações 9

A percentagem de utentes habituais 10

Introdução ao processo de gestão 10

Preparação de Manipulados 11

Fraquezas 12

Adaptação aos nomes comerciais dos medicamentos 12

SIFARMA 12

Dificuldades na interpretação e resolução de problemas 13

Cosméticos 14

Oportunidades 14

Formações 14

Contacto com os utentes 15

Medicamentos para Animais 15

Ameaças 16

Estagnação 16

Imagem dos Farmacêuticos 17

Situação económica do país 17

Conclusão 18

Bibliografia 18

Lista de abreviaturas

MICF – Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas

M.N.S.R.M – Medicamento não sujeito a receita médica

SNS – Sistema Nacional de Saúde

Introdução

"Pharmacy is unique because of pharmaceutics and if we lose our expertise in this specialty then we lose pharmacy." (1)

A farmácia sempre foi uma área em mutação e evolução, desde os tempos em que era uma arte mística até aos dias de hoje, e a farmácia comunitária não é exceção. A constante evolução da ciência, utentes mais exigentes e conhecedores, uma concorrência mais agressiva por parte de agentes externos à farmácia e muitos outros motivos têm colocado desafios cada vez mais exigentes ao farmacêutico vomunitário. No entando, e mesmo estado exposto a todas estas pressões, o farmacêutico e a farmácia têm resistido, têm mantido o seu papel central nas comunidades e têm até procurado alargar as suas valências. Então, o que nos torna assim tão únicos e especias? O que é que nos torna uma profissão com tanta longevidade e relevância?

Em parte é essa capacidade de evoluir, de encarar desafios e procurar ultrapassá-los com os meios que temos ao nosso dispor. Hoje a farmácia fornece serviços que permitem ao utente ter próximo da sua residência e a baixo custo uma opinião informada, tendo inclusivamente acesso a uma panóplia de testes de diagnóstico. Um exemplo claro de como em épocas mais complicadas virámo-nos para aquilo que sabemos e o tornamos um serviço valioso para a farmácia e para o utente.

Outro fator que confere ao farmacêutico comunitário a sua relevância é a proximidade com os utentes. Quantas vezes não é o farmacêutico a primeira cara da saúde, o primeiro conselheiro. A empatia que a comunidade tem pela Farmácia, uma "casa sempre de portas abertas", um espaço de saúde, muitas vezes de convivio e companhia, é um cunho basilar da Farmácia Comunitária.

E por fim, a nossa especialidade, o domínio daquilo que é o conhecimento sobre o medicamento. Como citei no ínicio desta introdução, o farmacêutico é unico porque aquilo que sabe e faz é único, e no dia em que perdermos esta nossa singularidade deixaremos sde ter valor para a comunidade. Especialista do medicamento, por natureza, o farmacêutico é um profissional de saúde com muito impacto na saúde dos seus utentos e em último caso, na saúde pública.

Durante estes 6 meses passados numa farmácia vivi um pouco de cada um destes factores que, na minha opinião, são a base do sucesso do farmacêutico (e por enerência da farmácia). Enquanto formos profisssionais orientados para o futuro, auto-críticos e orientados para o rigor, qualidade e eficácia teremos sempre o nosso espaço profsissional. (Ordemdos Farm. Site. Farmácia Comun)

Estas lições, que são mais de atitudes do que de palavras, fizeram-me dar ainda mais valor aos meus futuros colegas que servem a saúde todos os dias, de bata branca, de Norte a Sul. Fizeram-me apreciar a experiência que foi este estágio.

Enquadramento

O estágio curricular é uma unidade curricular obrigatória, que permite aos estudantes do Mestrado Integrado em Ciêncisa Farmcêutica (MICF) ter um contato com a realidade profissional em uma ou duas áreas da farmácia. O estágio tem como objectivo por o estudante e os seus conhecimentos à prova, dando-lhe em simultâneo a oportunidade de aprender enquando executa. O ensino prático por excelência.

O meu eságio desenrolou-se entre Janeiro e Julho de 2015 na Farmácia São Sebastião (Coimbra), onde tive a oportunidade de por em prática aquilo que foram 9 semestres de preparação para a vida profissional. Tão importante como a aplicação prática do conhecimento teórico adquirido, é a oportunidade de trabalhar inserido numa equipa num ambiente profissional.

Após 6 meses de estágio chega a altura de fazer uma análise detalhada da minha experiência e daquilo que foram os pontos que mais me marcaram na minha passagem pela farmácia São Sebastião.

Análise SWAT

Forças

Aprendizagem

Diz a sabedoria popular que "não há melhor maneira de aprender, que fazer" e eu não podia concordar mais com esta frase. Este estágio foi, do primeiro ao último dia, uma grande jornada de aprendizagem. Inicialmente mais direcionada para a parte menos ciêntifica, entrado em contato pela primeira vez com o SIFARMA e com todo o trabalho de "bastidores", que precede e procede o aconselhamento e a dispensa.

Depois de me sentir à vontade com o a logistica da Farmácia e com o trabalho que referi anteriormente passei para o atendimento, e aqui surgem duas vertentes da conhecimento que são completamente opostas e simultâneamente complementares:

- A conhecimento na área ciêntifica é essencial ao farmacêutico comunitário. Conhecer o que estamos a ceder e procurar dar ao utente a informação mais precisa é um processo que não é rápido mas é extremamente satisfatório. Numa fase inicial, não me senti confiante, mas investi horas durante e após o horário de estágio para aprimurar o meu conhecimento, recorrendo às mais variadas ferramentas;
- As capacidades comunicativas e sociais estão constantemente a ser testadas no trabalho de um farmacêutico comunitário. Naturalmente, quando não nos sentimos à vontade com o conhecimento ciêntifico ou no trabalho informático envolvido na dispensa, torna-se mais difícil estabelecer uma comunicação fluida e confiante com o utente. Mas com o tempo fui

sedimentando os conhecimentos ciênificos, permitindi-me explorar as minhas "soft skill.

A vasta gama de Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica (M.N.S.R.M) é também um desafio e uma oportunidade de aprendizagem, no ínicio é díficil navegarmos entre as múltiplas opções com segurança enquanto procuramos dar ao utente o melhor atendimento e produto possível, mas com o aumento da experiência e do conhecimento vamos tornando-nos bastante mais à vontade e seguros das nossas opções.

Crescimento Pessoal

Todos os dias somos confrontados com pessoas e situações diferentes, somos colocados no centro das tensões, das queixas, das preocupações. Lidar com as personalidades mais conflituosas ou com as situações mais delicadas, mantendo sempre o respeito e a postura profissional que caracteria os farmacêuticos é um desafio exigente. Estes momentos permitiram-me evoluir como pessoa e perceber como abordar quem está do outro lado do balcão da forma mais correcta possível.

Também o trabalho em equipa num ambiente profissional foi uma experiência marcante. Ter sobre nós responsabilidades que têm impacto nos nosso colegas é algo que nem sempre vivemos no ambiente académico, mas que é diário na farmácia. Sentir que fazemos parte de uma equipa e temos importância no seu seio responsabiliza-nos e torna-nos melhores profissionais.

Aplicação dos Conhecimetos Teóricos

A actividade farmacêutica é especial porque concentra em si conhecimentos de variadas áreas, procurando usar toda essa informação em prol do doente. Após 5 anos a adquirir conhecimentos nas mais diversas matérias, chegar ao estágio e ter a oportunidade de colocar em prática e em prol de alguém os nossos conhecimentos teóricos é o objectivo de qualquer estagiário.

Com o desenrolar do estágio senti que não estava tão bem preparado como achava que estava em algumas áreas, no entando testar os meus conhecimentos de forma tão integrada permitiu-me avalaiar as minhas falhas e com base nessa avaliação voltar a estudar e a aprender. Esta passagem na farmácia comunitária fez me valorizar ainda mais algumas unidades curriculares, que nos concedem conhecimentos extramente úteis na prática farmaceutica.

Equipa altamente qualificada e Boas relações

Trabalhar com uma equipa constituida apenas por farmacêuticos foi uma enorme vantagem para mim. A qualquer momento poderia esclarecer uma dúvida, pedir ajuda com um caso mais difícil ou apenas conversar sobre um tema ciêntifico mais exigente. Senti que trabalhar com profissionais com aqueles que encontrei tornou o meu estágio uma experiência ainda mais enriquecedora e formativa.

Sempre com vontade de me ensinar, sei que muita da informação que recolhi no estágio se deve a uma equipa de gente que procurava aprender e evoluir contantemente, e me incitava a fazer o mesmo.

Naturalmente que, muito contribuiu tudo o que disse previamente as boas relações que se estabeleceram. Existia à vontade para falar, para rir, para brincar, sempre tendo a noção que existem momentos para tomar estas posturas e outros em que não as devemos tomar.

A equipa recebeu-me de braços aberto e isso tornou a minha "estadia" na farmácia extremamente satisfatória, era um lugar onde eu me sentia bem e integrado.

A percentagem de utentes habituais

A farmácia São Sebastião tem muitos utentes habituais, o que permite conhecer melhor as suas particularidades e estabelecer uma relação de confiança entre o profissional e o utente. Esta proximidade que se tem com os utentes cria niveis de confiança de ambas as partes que tornaram o meu trabalho mais simples.

O próprio utente sente-se mais à vontade em explicar a sua situação ao farmacêutico, o que muitas vezes faz a diferença entre um aconselhamento correto e incorreto. É sem margem de dúvidas uma das coisas que mais gostei no meu estágio, pelo contacto que me proporcionou com muitas pessoas com quem normalmente não o teria.

Introdução ao processo de gestão

A Dr. Ana Pimentel foi me introduzindo ao processo de gestão da farmácia, das particularidades que esta apresenta e a necessidade de uma gestão de stocks muito acertiva. Sendo esta uma área pela qual tenho especial interesse, foi sempre um gosto para mim

aprender lições muito válidas de alguém que gere uma farmácia. Definitivamente fiquei a compreender melhor o lado negocial e empresarial que uma farmácia envolve.

Preparação de Manipulados

A Farmácia São Sebastião tem uma forte compontente de preparação de manipulados, o que me pôs em contacto com um conjunto de preparações que desconhecia. O facto de quase diáriamente existir preparação de manipulados na farmácia ensinou-me imenso sobre os processos de produção assim como o trabalho documental envolvido. Este segundo tópico é algo que não temos muito contacto na faculdade, mas tem elevanda importância na farmácia pois confere rastreabilidade aos produtos elaborados na farmácia.

Foi sem dúvida um dos pontos fortes do meu estágio, assim como é um dos pontos fortes da farmácia. Fez me perceber que as nossas capacidades únicas ainda são valorizadas e têm um lugar na saúde moderna.

Fraquezas

Adaptação aos nomes comerciais dos medicamentos

A adaptação aos nomes comerciais foi uma das etapas mais difíceis do estágio. Ao longo do percurso académico um contacto quase nulo com denominações comerciais, e quando começamos a estagiar temos esse choque de nomenclatura. Foram muitas as vezes que eu não reconhecia o nome do medicamento, o que tornava o processo de dispensa. O elevado número de produtos que constituem o stock da farmácia também não ajuda a ultrapassar esta dificuldade.

Compreendo que o ensino deve ser feito com o principio activo em mente, mas se houvesse uma introdução gradual da nomenclatura comercial este processo de adaptação seria muito facilitado.

SIFARMA

O SIFARMA é uma ferramento importantissima ao trabalho das farmácias e dos farmacêuticos, e se a ele lhe associarmos a implementação do receituário eletrónico podemos considerar que temos uma ajuda enorme na prestação de serviços de qualidade.

Porém, o meu conhecimento sobre o SIFARMA era quase nulo (mesmo tendo participado numa formação com o entuito de aprender a trabalhar com o software) no

momento em que cheguei à farmácia, e este facto não só atrasa o trabalho de entradas e gestão de stock como o prórpio atendimento. Várias vezes dei por mim a olhar mais tempo para o monitor do computador do que para o utente, o que naturalmente não torna o atendimento melhor.

Dificuldades na interpretação e resolução de problemas

Ao longo do nosso percurso académico o contacto com utentes é nulo, não existe um treino prático na interpretação de problemas. Ao contrário de outros países, como os Estados Unidos e o Canadá, o farmacêutico português tem uma componente clínica que fica muito aquem dos seus colegas dos paises enumerados. Ao longo dos 5 anos de MICF não somos treianados na intrepertação de problemas e na busca de soluções.

Numero excessivo de estagiários

Houve cerca de um mês em que os 3 estagiários coincidiram na farmácia, não sendo a São Sebastião uma farmácia muito grande faz com que um dos estagiários esteja muito tempo se realizar qualquer tarefa o que torna o estágio desmotivante e maçador.

Compreendo que seja difícil colocar um número tão elevado de estagiários nas farmácias da região, mas situações como estas influenciam negativamente o desenvolvimento dos estagiários e o normal processo formativo.

Cosméticos

Esta foi claramente a área em que mais dificuldades tive. Os conhecimentos recebidos nesta àrea ao longo do MICF são muito escassos, dificultando o domínio da informação neste tipo de produtos. As formações focadas neste tema em que participei ao longo do estágio ajudaram-me imenso a desenvolver capacidades cientifícias para poder aconselhar os utentes da forma mais correcta.

Oportunidades

Formações

Como descrevi anteriormente, existem áreas onde a formação que recebemos nas unidades curriculares é claramente insuficiente, podendo ser motivo para erros ou inseguranças durante o estágio. Um programa formativo complementar levado a cabo pela faculdade ao longo do percurso académico seria uma mais valia para os estudantes. Áreas como a Cosmética, o SIFARMA, M.N.S.R.M são alguns exemplos de temas para formações.

Contacto com os utentes

Os estudantes devem ter mais oportunidades de contactar com utentes e casos reais. Seria uma vantagem enorme ter um programa de visitas ao hospital ou de acompanhamento a pacientes polimedicados, colocando desafios aos estudantes desde muito cedo. O ensino deve fomentar o desenvolvimento de raciocínio e um conhecimento "cabulado" que não traz benefícios para a performance profissional.

Medicamentos para Animais

Outra área que as farmácias também já exploram e com resultados muito positivos. É já regular a venda de produtos para animais nas farmácias, e na farmácia São Sebastião já existe uma panóplia de produtos para várias espécies. Penso que seria importante complementar a unidade curricular que existe no 5° ano sobre este tema com formações, que nos permitam ter mais confiança no aconselhamento que fazemos.

Ameaças

Estagnação

Como referi na introdução, os farmacêuticos mantêm-se relevantes na comunidade porque souberam evoluir com os tempos e as necessidades. Exemplo disso foi a grave crise sentida nas farmácias comunitárias que as obrigou a diversificarem os seus produtos e serviços.

Se queremos continuar a prosperar temos que antecipar as necessidades dos nossos utentes e não estar à espera que elas surjam para depois procurarmos uma solução. Urge explorar as capacidades ciêntificas e técnicas dos farmacêuticos em prol da saúde pública e da subsistência das farmácias como modelo de negócio viável.

Áreas com lacunas formativas

Durante o estágio deparei-me com áreas onde simplesmente não consegui fazer um aconselhamento seguro por falta de conhecimentos leccionados pela Faculdade. Para mim o caso mais gritante são os produtos oftalmológicos, onde eu não me sentia nada à vontade. Penso que é necessário avaliar estas questões a nível interno por forma a ajustar o ensino à realidade da farmácia.

Imagem dos Farmacêuticos

Os recorrentes casos de burla ao Sistema Nacional de Saúde (SNS) por parte de farmacêuticos tem sido um rude golpe na imagem mediática de uma classe profissional que tanto tem para dar à comunidade onde está inserida. Sendo uma questão grave de ética, penso a classe farmacêutica se devia unir em torno da defesa da imagem do farmacêutico, promovendo a transparência da gestão das farmácias.

Situação económica do país

Sendo este um tema mais que debatido ao longo dos últimos anos, não me irei alongar muito. A fármácia sofre hoje de margens muito baixas, por um lado, e de uma queda do poder de compra dos seus utentes, por outro. De 2012 para 2013 houve uma queda de 111 milhões de euros na facturação das farmácias (2), associado a um encerramento recorde de 29 farmácias (3). Nesta fase é imperativo ter uma gestão cuidadosa das farmácias e procurar diversificar os serviços prestados.

Conclusão

O balanço do estágio é extremamente positivo, estou hoje muito mais preparado para abordar o mercado de trabalho do que estava antes de o iniciar. A experiência é extremamente gratificante e alterou em muito aquela que era a minha opinião da farmácia comunitária.

Hoje olho para os farmacêuticos comunitários com a real noção da sua importância para as populações e para a saúde pública. São um "canivete suiço" da farmácia: muitifacetados, capazes de analisar e solucionar variadissimos problemas, um profissional confiante e sempre pronto a aprender.

Bibliografia

1. Marriott JF, Keith WA, Langley, Christopher A. Belcher D. Pharmaceutical compounding and dispensing. Pharm J [Internet]. 2007;279:507. Available from: http://www.pharmaceutical-journal.com/news-and-analysis/news/pharmaceutical-compounding-and-dispensing/10005315.article

2. Primopraxis. FARMÁCIA [Internet]. [cited 2015 Aug 30]. Available from: http://www.primopraxis.pt/farmacia

3. Pordata. Farmácias: número - Portugal Quantos são os estabelecimentos farmacêuticos? [Internet]. 2014 [cited 2015 Aug 30]. Available from: http://www.pordata.pt/Portugal/Farm%C3%A1cias+n%C3%BAmero-153