

Ana Alexandra de Azevedo Miranda

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

Relatório de estágio realizado no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, orientado
pela Dra. Maria Helena Costa Neves Correia Amado e apresentado à
Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Julho 2014



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Eu, Ana Alexandra de Azevedo Miranda, estudante do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, com o número 2009010741, 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 informação 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

Assinatura

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária realizado na Farmácia Luciano & Matos, sob orientação da Dr.^a Maria Helena Costa Neves Correia Amado, no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra.

A Orientadora,

(Dr.^a Maria Helena Costa Neves Correia Amado)

Carimbo da Farmácia



A Estagiária,

(Ana Alexandra de Azevedo Miranda)

É com sincera gratidão que deixo aqui um especial agradecimento:

*À Dr.ª Maria Helena Costa Neves Correia Amado,
Um sincero Obrigado por toda a simpatia, disponibilidade, dedicação e ensinamentos. Um Obrigado
por me ter recebido tão bem na equipa e por toda a confiança que depositou em mim.*

*À Dr.ª Carmen, Dr.ª Melanie, Dr.ª Andreia, Dr. Gonçalo, Dr.ª Rosa, Sr. Manuel, Sílvio e Susana,
Pelo apoio, pela paciência, pelos conhecimentos transmitidos e pela amizade construída.*

*Ao Filipe,
Pela boa disposição constante, pela amizade criada e por todos os momentos partilhados.*

*À D. Rosa e D. Fernanda,
Por toda a simpatia e amizade sempre demonstrada.*

*Ao Fábio, Joana M., João, Tiago, Joana L., Gil, Joana A. e Cátia,
Um Obrigado pelos colegas de estágio fantásticos que foram. Obrigado por todos os momentos
partilhados, pela ajuda e pelo ótimo ambiente de trabalho que me proporcionaram.*

*A Coimbra,
O meu sincero obrigado por tudo. Certamente que levarei esta cidade no coração!*

ÍNDICE

LISTA DE ACRÓNIMOS	2
1. NOTA INTRODUTÓRIA	3
1.1 A Farmácia Luciano & Matos	3
2. ANÁLISE SWOT	5
2.1 Pontos fortes	6
2.2 Pontos fracos	20
2.3 Oportunidades	22
2.4 Ameaças	25
3. CONSIDERAÇÕES FINAIS	27
4. BIBLIOGRAFIA	28
ANEXOS	30

LISTA DE ACRÓNIMOS

- APCER** – Associação Portuguesa de Certificação
- DCI** – Denominação Comum Internacional
- DPOC** – Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica
- IECA** – Inibidores da Enzima de Conversão da Angiotensina
- INEM** – Instituto Nacional de Emergência Médica
- IPAC** – Instituto Português de Acreditação
- MICF** – Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas
- MNSRM** – Medicamento Não Sujeito a Receita Médica
- MSRM** – Medicamento Sujeito a Receita Médica
- PNV** – Programa Nacional de Vacinação
- RAM** – Reação Adversa Medicamentosa
- SGQ** – Sistema de Gestão de Qualidade
- SNS** – Serviço Nacional de Saúde

I. NOTA INTRODUTÓRIA

O estágio curricular em Farmácia Comunitária no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas é o culminar e o consolidar de todos os conhecimentos adquiridos ao longo dos cinco anos de formação, aplicando-os em prol do utente. Mais do que otimizar os conhecimentos técnico-científicos adquiridos, o estágio proporciona um primeiro contacto com os utentes e permite desenvolver a componente social e humanitária da nossa profissão.

Foi de espírito aberto e com elevadas expectativas que escolhi a Farmácia Luciano & Matos, em Coimbra, para realizar o meu estágio curricular. As referências da farmácia eram muitas e as opiniões uníssonas. Aquando da escolha tinha a perceção que a Farmácia Luciano & Matos era uma farmácia do Grupo Holon, que dispunha de vários serviços para a comunidade e que apresentava um plano de estágio bastante organizado e completo. No entanto, com o decorrer do estágio, percebi que a Farmácia Luciano & Matos era muito mais do que aquilo que eu conhecia inicialmente, elevando deste modo todas as minhas expectativas.

O estágio decorreu entre os meses de janeiro a abril de 2014, sob a orientação e diretoria técnica da Doutora Maria Helena Costa Neves Correia Amado, permitindo-me integrar numa equipa de excelência e rigor, que tem como objetivo proporcionar a todos os utentes um serviço farmacêutico personalizado e de qualidade.

A sociedade e a farmácia comunitária, têm vindo a evoluir nos últimos anos e os farmacêuticos assumem aqui um papel bastante importante, na medida em que têm de ser capazes de se adaptar à mudança e responder de forma eficaz às necessidades dos utentes, tendo sempre em conta a conjuntura em que vivemos (quer a nível económico quer a nível de sustentação da atividade que desempenhamos). É neste contexto que, cada vez mais, a farmácia comunitária deve ser uma entidade prestadora de um conjunto de serviços de saúde diferenciados e especializados, pois muitas das vezes é o local de primeiro contacto entre o utente e um profissional de saúde qualificado.

O Farmacêutico tem assim a grande responsabilidade de criar uma proximidade com a sociedade e de atuar como profissional de saúde qualificado que é, transmitindo confiança e conhecimento, e mostrando-se disponível não só para ouvir o utente, mas também os outros profissionais de saúde.

No que diz respeito ao presente relatório, este tem como finalidade sumarizar as atividades desenvolvidas, as aptidões e conhecimentos adquiridos ao longo do estágio, bem

como caracterizar o funcionamento da farmácia comunitária e o papel do farmacêutico, não só enquanto agente de saúde pública mas também enquanto especialista do medicamento. Este relatório encontra-se estruturado em análise SWOT (*Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats*) por forma a sistematizar os aspetos mais ou menos positivos do estágio e da farmácia.

I.1 A FARMÁCIA LUCIANO & MATOS

A Farmácia Luciano & Matos situa-se na baixa de Coimbra, mais propriamente na Praça 8 de Maio 40-42, encontrando-se em funcionamento desde 1929. Apresenta um estilo inovador e sofisticado, com uma área considerável e é constituída por 3 andares, pelo que as instalações se encontram de acordo com o estabelecido no artigo 29º do Decreto-lei nº 307/2007, de 31 de Agosto e com a deliberação 2473/2007, de 28 de Novembro.^{(1) (2)}

Desde 1995 que a Farmácia Luciano & Matos é propriedade da Dr.^a Maria Helena Costa Neves Correia Amado, licenciada em Ciências Farmacêuticas, que assume a direção técnica. Em 2008 a Farmácia passou a sociedade, adquirindo o nome de CNCA Farmácias, Lda. – Farmácia Luciano & Matos, sendo uma farmácia certificada pela Associação Portuguesa de Certificação (APCER). E, em 2009, passa a fazer parte de uma rede de Farmácias independentes e autónomas, denominado Grupo Holon, que atualmente mudou a sua designação para Farmácias Holon.⁽³⁾

2. ANÁLISE SWOT

Para melhor descrever aquilo que foi o meu estágio curricular na Farmácia Luciano & Matos e fazer uma avaliação crítica do mesmo, foi realizada uma análise SWOT que pretende sistematizar e relacionar as oportunidades e ameaças do ambiente externo e os pontos fortes e fracos do ambiente interno da farmácia.

	Positivo	Negativo
Análise interna	<p><u>Pontos fortes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Possibilidade de aplicar na prática os conhecimentos adquiridos ao longo do MICEF; • Boa receção e integração dos estagiários na equipa da farmácia; • Espírito de ajuda dos colegas de estágio; • Funções e responsabilidades bem definidas para cada elemento da equipa; • Integração numa equipa dinâmica, competente, pró-ativa e que evidencia responsabilidade social; • Plano de estágio bem estruturado e organizado; • Potencialidades do Sifarma2000; • Existência de um Sistema de Gestão da Qualidade; • Farmácia Luciano & Matos, uma Farmácia Holon; • Valorização do ato farmacêutico; • Noites de serviço e fins de semana na farmácia; • Preparação de Medicamentos Manipulados. 	<p><u>Pontos fracos</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausência de contacto com a prática profissional durante o MICEF; • Elevado número de estagiários na farmácia; • Dificuldade inicial em associar o nome comercial do medicamento à respetiva substância ativa; • Poucas oportunidades para frequentar formações; • Dificuldade inicial no aconselhamento de produtos da área da dermofarmácia, da cosmética e de produtos capilares.
Análise externa	<p><u>Oportunidades</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Adequação do curso às perspetivas futuras; • Pharmcareer; • Heterogeneidade nos utentes da farmácia; • Crise económica atual do país; • Participação numa auditoria interna e numa auditoria externa da farmácia; • Possibilidade de frequentar formações; • Prémio Almofariz "Farmácia do ano". 	<p><u>Ameaças</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Constante alteração do enquadramento político-profissional; • Crise económica atual do país; • Barreira à qualidade dos serviços na farmácia comunitária, pela sociedade atual.

Tabela 1 – Análise SWOT do estágio na Farmácia Luciano & Matos.

2.1 PONTOS FORTES

a) Possibilidade de aplicar, na farmácia, os conhecimentos adquiridos ao longo do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas (MICF):

O MICF é um curso da área da saúde com elevado nível de exigência e que proporciona um vasto leque de conhecimentos científicos. A formação académica de um farmacêutico é de cinco anos, mas os conhecimentos adquiridos são progressivos com a prática profissional. Assim, nada é mais gratificante para um futuro farmacêutico do que ter a oportunidade de transpor todos os seus conhecimentos teóricos adquiridos na faculdade para a prática do dia a dia e sentir que a formação recebida o ajudou a contribuir de forma positiva para o bem-estar e para a saúde da sociedade em geral.

b) Boa receção e integração dos estagiários na equipa da farmácia:

A receção dos estagiários foi realizada com a entrega de um “Manual de Acolhimento” de onde constavam as seguintes informações: as boas vindas à farmácia; a descrição da Política da Qualidade tendo em conta que a farmácia é certificada e possui um Sistema de Gestão de Qualidade (SGQ); a história da Farmácia Luciano & Matos bem como a caracterização de todo o seu espaço físico; a descrição dos recursos humanos e as responsabilidades de cada um dos colaboradores dentro da farmácia. A entrega deste manual foi acompanhada de uma visita aprofundada às instalações com uma explicação da estrutura, organização e modo de funcionamento da farmácia.

A integração na equipa da Farmácia Luciano & Matos foi bastante boa. Desde o início que a Dr.^a Helena Amado, Diretora Técnica da farmácia, assumiu que os estagiários faziam parte da sua equipa, o que para mim foi bastante importante. Sentir que a farmácia contava comigo para melhorar os serviços prestados e que confiava no meu trabalho diário, deu-me liberdade para ter um bom relacionamento com toda a equipa, para além de passar a ter maior confiança em mim e no meu trabalho.

c) Espírito de entreatajuda dos colegas de estágio:

Apesar de nem todos os estagiários se conhecerem inicialmente, o facto de convivermos diariamente e partilharmos as mesmas experiências proporcionou uma grande relação de amizade entre todos nós. O espírito de equipa e a entreatajuda foram sempre notórios, o que contribuiu para um ótimo ambiente de trabalho.

d) Funções e responsabilidades bem definidas para cada elemento da equipa:

Para que a atividade da farmácia comunitária possa decorrer com normalidade, é necessário um plano de gestão e organização bem definido de modo a que todas as tarefas do *backoffice* estejam em sintonia com o atendimento ao balcão. Foi com esta mentalidade que a Farmácia Luciano & Matos decretou funções e responsabilidades específicas para cada elemento da equipa, nomeando também um substituto em caso de ausência do principal responsável para cada função. Desta forma, ao longo do estágio cada uma dessas pessoas foi explicando aos estagiários, com detalhe, as tarefas que pelas quais são responsáveis, havendo portanto uma boa organização nos ensinamentos de cada tarefa praticada na farmácia.

e) Integração numa equipa dinâmica, competente, pró-ativa e que evidencia responsabilidade social:

Para mim foi um prazer trabalhar com esta equipa da Farmácia Luciano & Matos representada por um espírito bastante jovem, repleta de ideias inovadoras e com vontade de fazer sempre mais e melhor pela sociedade que a rodeia.

Algo que tenho de destacar, é sem dúvida o facto de um dos membros da equipa, o Filipe, ser portador de trissomia 21. O fantástico desta equipa é que receberam o Filipe sem qualquer preconceito e fizeram dele um trabalhador indispensável. Hoje, ele é feliz e bastante competente nas tarefas de que é responsável, tendo uma relação de amizade fantástica com todos os estagiários. Por mérito seu, o Filipe foi capa do Jornal “Diário de Coimbra” com o seguinte título “Quando há competência, trissomia 21 é pormenor” e alvo de uma reportagem no canal I da RTP, tudo isto durante o meu estágio. Fazendo minhas as palavras da Dra. Helena Amado, “Lidar com a diferença é tratar os outros como nós”.⁽⁴⁾

Para além da vertente da responsabilidade social que tanto caracteriza esta equipa, também o dinamismo e a proatividade estão bem presentes no dia a dia da farmácia. Durante o meu estágio, e no âmbito de programas de educação para a saúde na população, a Farmácia Luciano & Matos tomou a iniciativa de organizar uma caminhada de primavera em prol da saúde física. (Consultar Anexo I) Esta caminhada realizou-se no dia 22 de março e contou com uma população maioritariamente idosa, o que fez superar as nossas expectativas. O percurso teve o seu início na farmácia, passando pelo Parque Verde da cidade de Coimbra, regressando ao ponto de partida com uma aula de alongamentos no final. O *feedback* por parte dos participantes foi bastante positivo, e a verdade é que nesta

altura a farmácia já conta com três edições desta caminhada com um número crescente de inscritos, revelando o sucesso desta iniciativa.

f) Plano de estágio bem estruturado e organizado:

A existência de um plano de estágio estruturado e organizado foi sem dúvida uma das mais-valias na farmácia. Este plano estava delineado pelas seguintes etapas: inicialmente um primeiro contacto com os medicamentos através da arrumação, seguido da receção das encomendas dos produtos, do gabinete de utente onde são realizadas as determinações dos parâmetros bioquímicos e fisiológicos, da organização do receituário por lotes e organismos, do anexo de verbetes, da verificação da listagem dos medicamentos psicotrópicos e estupefacientes e por último da iniciação ao balcão de atendimento ao público. A meu ver, este ciclo de tarefas em tudo beneficiou o meu estágio, porque permitiu-me perceber aos poucos o funcionamento da farmácia e todo o circuito do medicamento. Quando chegou o momento de iniciar o balcão, já estava familiarizada com muitos dos nomes comerciais dos medicamentos e com o procedimento a ter em determinados organismos das receitas, o que se traduziu numa melhor qualidade de atendimento para quem tinha pouca experiência como eu. Para além disso, a farmácia também possui um manual de protocolos de indicação farmacêutica que visa uniformizar procedimentos relativamente a cada tipo de patologia, permitindo identificar situações passíveis de atuação com maior segurança. Assim, este manual também constituiu um ponto forte no momento de iniciação ao balcão, porque serviu de suporte para muitas situações que me foram surgindo no dia a dia, promovendo um atendimento mais seguro, e no meu parecer, com mais confiança.

g) Potencialidades do Sifarma2000®:

Trabalhar com o Sifarma2000® foi sem dúvida uma mais-valia, devido a todas as suas potencialidades, sendo por isso uma importante ferramenta de gestão na farmácia. Este sistema informático permite um melhor acompanhamento de cada utente, num período em que o farmacêutico deve ser cada vez mais pró-ativo. Durante o meu estágio dei uso às potencialidades do Sifarma2000® de várias formas, desde a atualização das fichas dos utentes registando os valores obtidos nas medições dos parâmetros bioquímicos e fisiológicos, até à pesquisa de folhetos de informação “iSaúde” para fornecer ao doente, quando necessário. Para além disso, o Sifarma2000® ainda apresenta a vantagem de registar a medicação dos

utentes e de ser capaz de detetar interações e duplicações na medicação, proporcionando uma atenção redobrada sobre a terapêutica dos doentes.

h) Existência de um Sistema de Gestão da Qualidade:

A qualidade é um elemento diferenciador na profissão farmacêutica, que é reconhecido quer pelos utentes quer pelas autoridades, mantendo-se como vetor estratégico de uma intervenção em saúde com reconhecida satisfação pelos destinatários da profissão, os utentes. Daqui decorre o requisito fundamental da Farmácia Luciano & Matos: a necessidade da procura da excelência. Desta forma, esta farmácia assenta numa estrutura organizada que é revista e alterada continuamente, de forma a melhorar ativamente os seus serviços para com a comunidade e satisfazer os colaboradores da empresa e utentes.

Desde Agosto de 2003 que a Farmácia Luciano & Matos é certificada segundo a norma NO EN ISO 9001:2008 pela APCER (Associação Portuguesa de Certificação), organismo de certificação acreditado no âmbito no Sistema Português de Qualidade, pelo IPAC (Instituto Português de Acreditação).

Essa norma baseia-se em princípios de gestão de qualidade como a focalização no cliente, liderança, envolvimento das pessoas, uma abordagem por processos, uma melhoria continua, abordagem da gestão como um sistema (estabelecimento da missão, visão, rumo, planos espírito de equipa claros e interiorizados por toda a equipa), entre outros. ⁽⁵⁾

A política de qualidade, aprovada pelo SGQ da farmácia em 2007, tem como principais compromissos satisfazer as necessidades e expectativas dos utentes na prestação de serviços e cuidados de saúde, contribuir para o desenvolvimento da comunidade, praticar uma gestão de recursos que permita a sustentabilidade face à conjuntura económica que se vive, procurar uma melhoria continua e contribuir para a gestão das Farmácias Holon. O objetivo passa por aumentar a notoriedade da farmácia, melhorar a imagem tanto externa como interna, aumentar os níveis de confiança na multiplicidade de serviços oferecidos, agilizar processos, promover uma boa gestão respondendo adequadamente aos novos desafios impostos e diminuir as não conformidades. Este último ponto das não conformidades é conseguido através do planeamento e da implementação de ações preventivas e corretivas, num determinado período de tempo, para que não ocorram não conformidades ou, se ocorrerem, para que sejam analisadas, tratadas e corrigidas. ⁽⁵⁾

O SGQ da Farmácia Luciano & Matos é avaliado anualmente através de uma auditoria interna e de uma auditoria externa, para além das reuniões periódicas da equipa com o

intuito de avaliar os processos até então implementados na farmácia, bem como definir novos objetivos e metas a cumprir dentro da política de qualidade aprovada. A auditoria externa é realizada pela APCER e é precedida de uma auditoria interna, sugerida pela própria farmácia, que serve como preparação para auditoria externa. Estas auditorias permitem não só a manutenção da certificação, como também a avaliação de possíveis ações de melhoria, contribuindo assim para um ótimo funcionamento da farmácia.

Tendo em conta que já tinha realizado anteriormente um estágio extracurricular numa farmácia comunitária sem SGQ, foi fácil para mim estabelecer uma comparação e perceber de que forma é que o SGQ influencia positivamente o dia a dia na farmácia. Na Farmácia Luciano & Matos existem procedimentos práticos que resultam da existência de uma política de qualidade e que contribuem para o bom funcionamento diário, tais como: quando se está a dar entrada de uma encomenda, procede-se imediatamente à separação dos medicamentos por forma farmacêutica, facilitando a arrumação posterior dos mesmos nos respetivos locais; aquando da arrumação dos medicamentos no frigorífico, é preciso ter atenção e rapidez pois a porta não pode estar muito tempo aberta senão aciona o alarme e gera uma não conformidade devido aos desvios de temperatura; a existência de uma escala para verificar as receitas pouco tempo após a dispensa, contribuindo assim para a deteção atempada de possíveis erros; a organização de reuniões internas que visam modificar comportamentos tendo em vista uma melhoria contínua e a satisfação dos utentes; a calibração frequente de todos os equipamentos da farmácia, como a balança e os medidores de glicémia, colesterol e triglicéridos. Estes são alguns exemplos dos vários procedimentos internos que a farmácia tem para melhorar a organização e gestão das tarefas diárias, e que me permitiram constatar a necessidade e a importância de um SGQ numa farmácia comunitária.

i) Farmácia Luciano & Matos, uma Farmácia Holon:

As Farmácias Holon, antigamente designadas por Grupo Holon, são uma rede de farmácias independentes e autónomas que partilham uma mesma marca, imagem e forma de estar e ser Farmácia. O principal objetivo passa por otimizar a forma como as farmácias desenvolvem a sua atividade no dia a dia, não só do ponto de vista económico e comercial, como também no que respeita à satisfação das necessidades da comunidade em que está inserida, tendo sempre em vista a melhoria contínua.⁽⁶⁾

O conceito deste grupo provém do grego Holos e descreve algo que é um todo em si mesmo e, simultaneamente, uma parte de um sistema maior. Sendo a Farmácia Luciano &

Matos uma Farmácia Holon, ela detém de um portfólio de produtos de marca Holon, que já assume no mercado farmacêutico uma qualidade reconhecida. Por outro lado, dispõe de serviços de saúde inovadores e diferenciados, primando por um atendimento pró-ativo e personalizado que emerge de uma forte comunicação com os seus utentes.⁽⁶⁾

Assim, os serviços de saúde de valor acrescentado que a Farmácia Luciano & Matos dispõe e que são realizados por prestadores externos, são as consultas de podologia, do pé diabético, de nutrição e de dermocosmética. Apesar de não ter assistido a nenhuma consulta destas naturezas, tive a oportunidade de receber uma pequena formação dada pela nutricionista, que abordou os aspetos mais importantes para uma alimentação saudável no contexto da nova roda alimentar.

Para além destes, a Farmácia Luciano & Matos dispõe de outros serviços que têm a mais-valia de serem realizados pelos seus farmacêuticos internos, sendo eles:

- CheckSaúde: Este serviço engloba a determinação de parâmetros bioquímicos e fisiológicos como a pressão arterial, o colesterol total, a glicémia capilar, os triglicéridos, o peso e o índice de massa corporal. (Consultar Anexo 2) Para além destas determinações, o *check* saúde é um serviço que permite identificar perfis de risco, monitorizar utentes medicados e até mesmo encaminhá-los para o médico, quando necessário.

O gabinete de utente é o espaço da farmácia destinado às determinações do *CheckSaúde* e foi neste local que tive o primeiro contacto com os utentes. Considero que este serviço foi de extrema importância, tendo em conta que pude aperfeiçoar a minha forma de comunicar com as pessoas e também o meu aconselhamento. O *CheckSaúde* permitiu-me monitorizar utentes medicados, detetar situações de não adesão à terapêutica e de não cumprimento de medidas não farmacológicas, o que me fez crescer enquanto futura profissional de saúde.

Durante o meu estágio ocorreram algumas situações que fizeram demonstrar a importância deste serviço na população. Uma delas foi a de um senhor que entrou na farmácia a dizer que não se estava a sentir muito bem, pelo que lhe demos um copo de água para ver se se acalmava. Como insistia em dizer que não estava bem, pois sentia muitas tonturas, convidámo-lo a entrar no gabinete de utente para medir a pressão arterial. A sua pressão sistólica estava a 120 mmHg e a pressão diastólica estava a 110 mmHg, o que correspondem a valores muito elevados.⁽⁷⁾ Após insistência do senhor em dizer que não estava bem, a farmácia decidiu chamar o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM). O

senhor sentia tonturas, fraqueza e náuseas (sintomas relatados ao INEM) e inclusive demonstrava sinais de confusão, pois a Diretora Técnica da farmácia solicitou-lhe o contacto para mais tarde poder ligar e saber do seu estado, mas ele teve imensa dificuldade em pronunciar o número, revelando algum esquecimento e falha de memória. No dia seguinte, o senhor apareceu na farmácia já estabilizado, demonstrando gratidão face à atitude que tivemos com ele. Este é um dos inúmeros exemplos que demonstram a importância e o impacto que uma farmácia e os seus serviços podem ter na qualidade de vida da população.

- Administração de injetáveis: este serviço é prestado por farmacêuticos qualificados para o efeito, sendo destinado a todos os utentes com prescrição de uma vacina não incluída no Plano Nacional de Vacinação (PNV).⁽⁶⁾

- Preparação individualizada da medicação: Existem muitos utentes, na sua maioria idosos, que apresentam dificuldade na gestão da medicação, pelos mais diversos motivos: desde a polimedicação, aos regimes terapêuticos complexos até à simples dificuldade de adesão à terapêutica. Foi neste contexto que surgiu a preparação individualizada da medicação, que consiste num embalamento descartável e totalmente selado da medicação semanal de um utente, que permite a individualização das tomas, sendo garantidas a segurança, estabilidade e eficácia dos medicamentos. Durante o meu estágio, tive a oportunidade de fazer a preparação individualizada da medicação de um utente, com a supervisão de um farmacêutico.⁽⁶⁾

- Programa de cessão tabágica: Este serviço destina-se a todos os utentes que pretendem deixar de fumar, obtendo benefícios imediatos para a sua saúde. Nestas consultas avalia-se o fumador e delinea-se um programa personalizado de acompanhamento, seguido de avaliações dos sintomas de privação e do reforço da motivação à cessão tabágica.⁽⁶⁾

- Consulta farmacêutica: Considero este serviço um dos mais inovadores da Farmácia Luciano & Matos, tendo em conta que ainda são poucas as farmácias que o prestam. As consultas farmacêuticas destinam-se aos utentes que se apresentem nas seguintes condições: problemas de saúde descompensados, polimedicação (4 ou mais medicamentos), alterações de terapêuticas frequentes, idade igual ou superior a 65 anos, dificuldades na gestão da terapêutica, alta hospitalar no último mês e /ou visto por vários médicos em simultâneo. Este serviço é prestado por um farmacêutico e consiste no acompanhamento do doente através de visitas programadas à farmácia, permitindo controlar as suas doenças crónicas, através do aumento da efetividade dos medicamentos que toma e da garantia da sua segurança, prevenindo assim efeitos secundários indesejados, duplicações e interações entre medicamentos.⁽⁶⁾ Durante o meu estágio tive a oportunidade de assistir a uma consulta

farmacêutica que teve como principal foco o acompanhamento farmacoterapêutico, resultando numa monitorização de parâmetros bioquímicos e fisiológicos bem como no aconselhamento de medidas não farmacológicas, de forma a promover uma melhor qualidade de vida da utente.

No atendimento ao público, era minha função conversar com os utentes para entender as suas necessidades e assim poder ajudá-los. Por isso mesmo, quando eu considerava um destes serviços adequado às necessidades dos utentes, sugeria uma primeira consulta.

No entanto, as Farmácias Holon não se limitam ao seu espaço físico e vão ao encontro da população através de programas de serviços, parcerias com instituições, entre outros. Durante o meu estágio, tive a oportunidade de presenciar a realização de um rastreio gratuito do cancro colorretal promovido pelas Farmácias Holon, em parceria com a Europacolón e os Laboratórios de Análises Clínicas BMAC, com o objetivo de detetar precocemente o cancro do intestino, através da pesquisa de sangue oculto. ⁽⁸⁾ (Consultar Anexo 3) Esta iniciativa foi de extrema importância tendo em conta que o cancro do intestino é uma doença silenciosa que mata cerca de 11 portugueses por dia. ⁽⁹⁾ A função da Farmácia Luciano & Matos neste rastreio passou por selecionar 20 utentes com características de acordo com os critérios de inclusão (idade superior a 65 anos, com histórico familiar e sem realização de colonoscopias há mais de dois anos), por fornecer-lhes os boiões para a recolha de fezes em três dias consecutivos, por receber as amostras dos utentes, enviá-las para o laboratório e informar os seus utentes do resultado. Infelizmente, ou felizmente, foram detetados três casos positivos de entre os 20 utentes que fizeram o rastreio na nossa farmácia, que foram contactados e reencaminhados para um médico de modo a realizarem exames complementares em âmbito hospitalar.

Para o grupo, pertencer ao seu universo implica ser-se moderno, profissional e dinâmico, promovendo saúde e bem-estar através de um aconselhamento farmacêutico de excelência e de respostas positivas às necessidades dos utentes. Por outro lado, os requisitos fundamentais para a integração numa equipa Holon dizem respeito a profissionais qualificados, especializados, responsáveis e dedicados, constituindo veículo de formação e educação para a saúde. ⁽⁶⁾

j) Valorização do ato farmacêutico:

O estágio curricular em farmácia comunitária é sem dúvida uma mais-valia para os estudantes de Ciências Farmacêuticas, principalmente porque representa um primeiro contacto com os doentes e também porque nos faz reconhecer a importância do farmacêutico na sociedade.

O farmacêutico deve focar toda a sua atividade na saúde e bem-estar do doente de forma a poder oferecer um tratamento com qualidade, eficácia e segurança. Desta forma, o meu estágio na Farmácia Luciano & Matos foi bastante enriquecedor na medida em que me permitiu contactar com uma grande variedade de utentes e em diferentes situações, proporcionando-lhes o meu aconselhamento, o meu acompanhamento, a minha dedicação e a minha atenção.

- Promoção da adesão à terapêutica:

Um dia chegou à farmácia uma senhora de 73 anos, bastante preocupada, porque tinha ido ao médico e este tinha-lhe receitado muitos medicamentos novos. Tentei acalmar a senhora e pedi-lhe que me explicasse o motivo da sua ida ao médico, para que depois eu pudesse ajudá-la. Esta contou-me que por duas vezes tinha sentido uma dor forte no coração, mas que tinha ignorado, até que um dia voltou a aparecer uma dor “que iniciava na zona do pescoço e estendia-se até à zona do coração, sentindo que o coração estava a ser muito apertado” e decidiu ir ao médico.

As receitas que a senhora trazia do médico continham oito medicamentos, e enquanto conversava com ela, foi-me dizendo que se sentia incapaz de dar conta do recado e de tomar tantos medicamentos ao mesmo tempo e nas horas estipuladas pelo médico, pois só estava habituada a tomar um medicamento, a metformina 500 mg. Tive que lhe explicar detalhadamente como se tomava cada um dos medicamentos, escrevendo a toma nas embalagens. Para além disso, ainda coleí etiquetas demonstrativas de cada refeição com a respetiva posologia nas embalagens, para facilitar a compreensão, e fiz um treino com a senhora na farmácia de modo a verificar se tinha percebido todas as minhas indicações, fazendo perguntas de cada embalagem aleatoriamente para ver se respondia corretamente. (Consultar Anexo 4) A aflição era notória na cara da senhora. No entanto, mostrei-me disponível para mais explicações e disse-lhe que caso chegasse a casa e tivesse mais dúvidas, para não hesitar e voltar à farmácia. E realmente isso aconteceu, dois dias depois, quando a

senhora disse que já não se lembrava muito bem como é que se tomava um dos medicamentos.

Um mês depois, a senhora voltou à farmácia para aviar a segunda via das suas receitas. Fiz o meu papel e perguntei-lhe se já se sentia mais à vontade com a medicação e se estava a tomar tudo como o médico indicou, pelo que me respondeu que sim. Ao perguntar se ela queria todos os medicamentos das receitas, ela disse-me que queria todos menos o medicamento para a “prisão de ventre”, pois esse deu-lhe imensa diarreia nos primeiros quatro dias que tomou e então decidiu parar. Ao analisar os medicamentos das receitas verifiquei que não havia nenhum laxante, pelo que me preocupei em perceber a que medicamento é que a senhora se referia. Em conversa com a senhora, consegui perceber que se tratava do pantoprazol 40 mg. Expliquei-lhe que esse medicamento não era um laxante, mas sim um protetor gástrico, e que era fundamental para uma pessoa que toma muitos medicamentos, tal como ela. Apercebi-me então que a senhora esteve quase todo o mês sem tomar o protetor gástrico. Fui ao Sifarma2000® e verifiquei que a diarreia era um efeito adverso associado ao uso de pantoprazol 40 mg. ⁽¹⁰⁾ Sensibilizei a senhora para a importância deste medicamento e pedi-lhe que retomasse a sua toma, para verificar se a diarreia voltava a aparecer. Disse-lhe também que, caso a diarreia voltasse a aparecer, para ir ao médico e explicar-lhe o que se estava a passar. Procedi desta forma porque, na minha opinião, esta senhora poderia estar a necessitar de uma redução na dose de pantoprazol para deixar de ter diarreia, tendo em conta que ela iniciou o tratamento logo com a maior dose existente no mercado.

Este caso reflete a importância de um farmacêutico no acompanhamento farmacoterapêutico e demonstra o quanto este profissional de saúde pode contribuir para uma melhor qualidade de vida dos seus doentes. Apesar das dificuldades que a senhora sentiu no início da polimedicação, para mim foi gratificante poder ajudá-la e sentir que ela necessitava da minha ajuda.

Um outro caso muito comum na prática diária da farmácia diz respeito à cedência de dispositivos inalatórios para a asma, que tanto gera confusão a quem os utiliza pela primeira vez. No atendimento ao público, quando me deparava com receitas de dispositivos inalatórios, fazia as perguntas protocoladas ao utente de modo a saber se era a primeira vez que ia utilizar um dispositivo daquela natureza, se sabia como utilizá-lo, etc. Sempre que se tratavam de casos de iniciação à terapêutica, o meu procedimento era o seguinte: convidar a pessoa a entrar no gabinete de utente para estar mais à vontade, recorrer a um dispositivo

igual ao que vai ser dispensado para exemplificar à frente da pessoa a técnica inalatória passo-a-passo, pedir-lhe que repita a técnica para eu verificar se a pessoa percebeu o seu funcionamento e por fim perguntar se ficou com alguma dúvida. Apesar de haver ligeiras diferenças de uso entre os diferentes dispositivos existentes no mercado, a explicação base a dar ao utente é comum e incide-se no seguinte: a possível necessidade do dispositivo ter de ser agitado antes da utilização (dependendo do dispositivo em causa); expirar profundamente antes de proceder à inalação; posicionar corretamente o aplicador bucal entre os lábios; inspirar lenta e profundamente através do dispositivo, retirando-o logo de seguida; suspender a respiração durante dez segundos; expirar lentamente e por fim bochechar com água. Este último passo assume especial importância principalmente se o fármaco a inalar for um corticosteroide, minimizando assim a ocorrência de efeitos locais na orofaringe. ^{(11) (12)}

Este procedimento é essencial para que os utentes possam ir para casa sem qualquer dúvida e que saiba utilizar o seu dispositivo corretamente, promovendo assim uma adesão à terapêutica. No entanto, nem todos os doentes asmáticos sabem funcionar com os seus dispositivos inalatórios e depois dirigem-se à farmácia dizendo que lhes cedemos uma “bomba avariada”.

- Aconselhamento no atendimento:

A automedicação consiste na utilização de medicamentos não sujeitos a receita médica (MNSRM) destinados à prevenção e alívio de queixas autolimitadas e tratáveis até cinco dias, por iniciativa do utente. Desta forma, é o utente quem assume a responsabilidade pela melhoria da sua saúde, com assistência ou aconselhamento opcional de um profissional de saúde. A automedicação é uma prática cada vez mais frequente no nosso país, que quando exercida de forma racional, permite uma redução de tempo e de custos, tanto para o utente como para o Estado, ao canalizar para os sistemas de saúde apenas as situações clínicas que se justifiquem. No entanto, quando usada de forma descontrolada e abusiva, pode mascarar sintomas, atrasar diagnósticos e soluções terapêuticas, bem como potenciar o aparecimento de reações adversas medicamentosas (RAM's) e de interações medicamentosas. Assim, a indicação farmacêutica é um dos atos mais importantes e para o qual o farmacêutico tem de estar preparado, pois é o profissional de saúde a quem todos recorrem.

A dispensa de um MNSRM pode surgir então da solicitação direta de um medicamento em concreto, ou da solicitação de ajuda para resolver ou aliviar determinados sintomas. Em ambas as situações, o farmacêutico deve conduzir uma breve entrevista de modo a recolher

o máximo de informação possível do utente, analisando as suas queixas e avaliando quais os MNSRM adequados ao seu estado fisiopatológico. As medidas não farmacológicas devem sempre ser alvo de indicação farmacêutica, sendo que muitas das vezes nem sequer é necessário recomendar qualquer tipo de medicamento. É igualmente necessário ter especial atenção a determinados grupos específicos, como crianças, grávidas, lactentes, idosos e doentes crónicos. Não menos importante, é a capacidade do farmacêutico assumir um papel crítico ao ponto de recomendar a ida ao médico, quando achar conveniente, pois pode ser necessária a toma de um medicamento sujeito a receita médica (MSRM).

Os casos de indicação farmacêutica com que me deparei mais frequentemente na farmácia, estavam relacionados com o tratamento de tosse, gripe e constipações, também devido à época sazonal em que decorreu o estágio. Foram vários os utentes que se apresentaram com queixas de tosse persistente, tendo sido fundamental recolher informações sobre o tipo de tosse apresentada (seca ou produtiva), duração, proveniência, idade do utente, presença de patologias associadas (diabetes *mellitus*, doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC), asma) e a existência de medicação concomitante (inibidores da enzima de conversão da angiotensina (IECA), por exemplo). Tendo em conta que a maioria dos utentes apresentava tosse produtiva, dispensava nestas situações agentes mucolíticos (sem glucose no caso dos diabéticos, derivados não sulfonados em asmáticos), aconselhando concomitantemente medidas não farmacológicas como a ingestão de muitos líquidos de forma a promover uma boa hidratação diária.^{(12) (13)}

A obstipação, principalmente junto das populações mais idosas, foi também uma situação muito frequente no dia a dia da farmácia. Em primeiro lugar, tentava recolher algumas informações para averiguar a origem da sintomatologia: a duração e a frequência da obstipação, se esta era causada por alterações no estilo de vida ou na dieta, se existiam outros sintomas associados ou medicação concomitante (antiácidos com cálcio e alumínio, opióides, anticolinérgicos, laxantes, etc.). Nestas situações, e numa primeira fase, sugeria a implementação de medidas não farmacológicas como a prática de exercício físico, a reeducação do intestino, a ingestão de bastante água durante o dia e o aumento do conteúdo em fibras na alimentação. Caso as medidas farmacológicas não fossem suficientes para combater a obstipação, recorria à cedência de laxantes, dando preferência aos laxantes expansores do volume fecal ou aos hiperosmóticos, em detrimento dos laxantes de contacto.^{(12) (13)}

k) Noites de serviço e fins de semana na farmácia:

Os utentes da Farmácia Luciano & Matos são maioritariamente idosos. No entanto, as noites de serviço e os fins de semana são bastante mais abrangentes no público-alvo, bem como no tipo de casos que chegam à farmácia, tornando-se numa mais-valia para os estagiários. Durante o meu estágio tive a oportunidade de fazer noites de serviço, onde prevaleceu a cedência de medicamentos para situação de febre e de tosse, bem como preparações extemporâneas de suspensões orais de antibióticos. Por outro lado, os fins de semana eram mais calmos, o que me possibilitou receber muitas explicações detalhadas das várias gamas de produtos de dermofarmácia e cosmética, bem como de outros MNSRM existentes na farmácia.

l) Preparação de Medicamentos Manipulados:

Assiste-se atualmente a um decréscimo na elaboração deste tipo de medicamentos nas farmácias comunitárias devido ao aparecimento crescente de indústrias especializadas na produção de várias especialidades farmacêuticas, com elevado grau de automação e de menor custo. No entanto, a manipulação é fundamental como forma de personalização e adaptação da terapêutica a um doente em especial, permitindo satisfazer necessidades de formas farmacêuticas alternativas ou associações de substâncias não disponíveis no mercado. Por essa mesma razão é que destaco a Farmácia Luciano & Matos, tendo em conta o volume bastante considerável de manipulados que prepara mensalmente, e que por isso dispõe de um farmacêutico diariamente e a tempo inteiro no laboratório.

No ato da preparação dos manipulados é necessário preencher a ficha de preparação de medicamentos manipulados onde se descrevem as matérias-primas utilizadas (lote, fornecedor e quantidade), procedimentos de manipulação, controlo de qualidade (ensaios de verificação das características organoléticas e da quantidade, de acordo com a monografia), material de embalagem utilizado, prazo de utilização e condições de conservação. Nesta ficha ainda é registado o nome e morada do doente e o nome do prescritor. O cálculo do preço de venda é também arquivado com a ficha de preparação, com uma cópia do rótulo do manipulado e da receita médica, devidamente datada e assinada pelo operador e pelo supervisor.

Durante o meu estágio tive a oportunidade de preparar dois manipulados de formas farmacêuticas diferentes, o que se tornou vantajoso na medida em que me permitiu

experienciar a manipulação de um líquido e de um sólido, que requerem técnicas bastante diferentes.

1) Preparação de uma solução de Minoxidil a 5% e Ácido Salicílico a 2%:

O minoxidil é utilizado nesta formulação devido à sua ação secundária de hipertricose, sendo a mesma destinada à aplicação tópica no couro cabeludo. Quando aplicado nesta zona, sob a forma de solução, o minoxidil estimula o crescimento capilar e por isso é usado no tratamento de vários tipos de alopecia. Tendo em conta que muitas das vezes a aplicação de solução de minoxidil provoca reações dermatológicas locais tais como o prurido, secura e descamação da pele, utilizou-se também nesta formulação o ácido salicílico a 2% devido à sua ação queratolítica.⁽¹⁴⁾

A técnica de preparação, bem como o equipamento utilizado na formulação, estão descritos pormenorizadamente na ficha de preparação. (Consultar Anexo 5) Devido à baixa solubilidade do minoxidil, para promover a sua dissolução, usou-se propilenoglicol e um banho de água termostatizado a 50° C.

Para se atribuir um prazo de utilização é necessário verificar se o manipulado consta do formulário galénico ou de outro compêndio. Caso conste, retira-se de lá o prazo de utilização, senão tem que se ter em conta a estabilidade e a natureza das matérias-primas utilizadas. Na ausência de dados sobre a estabilidade do medicamento, que é o caso do presente manipulado, a farmácia consulta a Farmacopeia Americana USP 34, que apresenta uma tabela para prazos máximos recomendados de utilização para preparações não estéreis. Tomando isto em conta, e considerando que esta solução se tratava de uma preparação líquida de uso tópico, atribuiu-se um prazo de utilização de um mês, devendo ser conservada à temperatura ambiente, em frasco bem fechado e ao abrigo da luz.⁽¹⁵⁾ Após obter esta informação, procedeu-se à elaboração do rótulo do presente manipulado. (Consultar Anexo 6)

2) Preparação de cápsulas contendo: 50 mg de Cáscara Sagrada, 50 mg de Senne em pó, 50mg de Boldo , 150 mg de L-Carnitina e 50 mg de Cafeína:

Esta preparação é solicitada para efeitos de emagrecimento, uma vez que contém laxantes (cáscara sagrada e senne), diuréticos e facilitadores da digestão (boldo e cafeína), e um composto que auxilia no metabolismo das gorduras (L-carnitina).

A técnica de preparação, bem como o equipamento utilizado na formulação, estão descritos pormenorizadamente na ficha de preparação (consultar Anexo 7). A mistura de

pós foi realizada de acordo com o método da diluição geométrica, de forma a assegurar que pequenas quantidades de pós estivessem distribuídas uniformemente na mistura.

Uma vez que também não existem dados de estabilidade sobre esta formulação, o prazo de utilização foi atribuído através da Farmacopeia Americana USP 34, considerando que se trata de uma formulação não aquosa. Assim, o prazo de utilização deve ser igual ao tempo que resta para expirar o prazo de validade da matéria-prima que o possui mais curto, desde que não ultrapasse os 6 meses. Perante esta informação, considerou-se que estas cápsulas teriam um prazo de utilização de 6 meses, devendo ser conservadas a temperatura ambiente, em frasco bem fechado e ao abrigo da luz. ⁽¹⁵⁾ Após obter esta informação, procedeu-se à elaboração do rótulo do presente manipulado. (Consultar Anexo 8)

Durante o estágio também tive a oportunidade de fazer diversas manipulações extemporâneas que, devido à sua instabilidade após reconstituição, devem ser preparadas apenas no ato da dispensa. As mais frequentes são as suspensões orais de antibióticos, devendo o farmacêutico que as prepara, informar o utente acerca do prazo de validade após reconstituição, bem como as condições de conservação.

2.2 PONTOS FRACOS

a) Ausência de contacto com a prática profissional durante o MICF:

Considero que o curso de MICF se encontra estruturado de modo a proporcionar uma formação com elevado nível de rigor e de exigência, através de uma componente teórica e prática bastante interessante. No entanto, a ausência de um contacto com a prática profissional durante o curso é, na minha opinião, uma lacuna, principalmente na área da farmácia comunitária, tendo em conta as dificuldades com que nos deparamos no estágio de fim de curso, já mencionadas anteriormente.

b) Elevado número de estagiários na farmácia:

Apesar do estágio ter corrido muito bem e de o ter terminado com a certeza de que aprendi bastante, o número de estagiários na farmácia poderia ter sido menor, na minha opinião. Não que me tivesse sentido prejudicada relativamente ao tempo que estive no atendimento ao público, mas porque a farmácia tinha muita afluência da população e os

colaboradores estavam sempre com muito trabalho, o que por vezes dificultava o esclarecimento de dúvidas dos estagiários, que eram muitos.

c) Dificuldade inicial em associar o nome comercial do medicamento à respetiva substância ativa:

Apesar de já ter algum conhecimento de nomes comerciais de medicamentos quando iniciei o estágio, a verdade é que atualmente existem bastantes moléculas no mercado e às vezes cada uma delas pode estar associada a mais do que um nome comercial. No entanto, o estágio curricular é importante exatamente porque nos permite ambientar à prática profissional, proporcionando-nos o contacto com os medicamentos dos mais variados laboratórios. A habituação aos nomes comerciais cria-se com o tempo e com a experiência, e de facto senti uma grande evolução neste aspeto ao longo do meu estágio.

Considero a prescrição por denominação comum internacional (DCI) uma ótima medida, pois veio dar aos utentes maior poder de decisão. No entanto, a maioria dos utentes só conhece os medicamentos pelo seu nome comercial, e às vezes nem esse o sabem pronunciar corretamente, o que constituiu uma das minhas maiores dificuldades no início do estágio, quer na arrumação dos medicamentos, quer no gabinete do utente e no atendimento ao balcão.

d) Poucas oportunidades para frequentar formações:

No que respeita ao aprovisionamento e gestão de *stocks*, a Farmácia Luciano & Matos não adquire os seus produtos diretamente a partir dos laboratórios, mas sim mediante as Farmácias Holon, que pela quantidade de farmácias a si associadas, consegue estabelecer melhores condições comerciais com os laboratórios. Conhecendo esta realidade do grupo, os laboratórios não têm a prática de convidar a Farmácia Luciano & Matos para as suas formações, uma vez que não é considerada um potencial cliente, pelo menos de forma direta.

Devido a esta situação, tive oportunidade de frequentar apenas duas formações ao longo do meu estágio, o que considero insuficiente tendo em conta a importância das mesmas. Na minha opinião estas formações são uma oportunidade para nós, futuros farmacêuticos, conhecermos mais aprofundadamente os produtos que estão no mercado e ganharmos maior perceção das vantagens/desvantagens dos seus usos, possibilitando criar

uma opinião mais crítica relativamente à oferta que existe hoje em dia na área da dermocosmética.

e) Dificuldade inicial no aconselhamento de produtos da área da dermofarmácia, da cosmética e de produtos capilares:

A Farmácia Luciano & Matos detém de uma vasta gama de produtos da área da dermocosmética, com marcas extremamente conhecidas e de reconhecida qualidade tal como Avène®, La Roche Posay®, Phyto®, Lierac®, A-derma®, Eucerin®, Ducray®, Klorane®, Galenic®, Uriage®, Caudalie®, etc. Apesar das gamas das diferentes marcas conterem substâncias com propriedades semelhantes, existem sempre algumas especificidades que caracterizam e diferenciam cada produto, influenciando a preferência dos utentes.

Esta extensa variedade de produtos na dermocosmética gerou alguma dificuldade nos meus primeiros momentos de aconselhamento, uma vez que os utentes se dirigiam à farmácia com pedidos de ajuda bastante peculiares e, perante a enorme oferta da farmácia, nem sempre foi fácil ir de encontro ao produto mais apropriado para as necessidades dos utentes. No entanto, esta dificuldade foi ultrapassada ao longo do estágio, com explicações detalhadas de cada uma das gamas de produtos da farmácia bem como a própria experiência do dia a dia, tendo em conta o *feedback* dos utentes após a utilização dos mesmos.

2.3 OPORTUNIDADES

a) Adequação do curso às perspetivas profissionais futuras:

O curso de MICF proporciona uma formação multidisciplinar, onde o grau de trabalho e de aprendizagem é tão exigente quanto recompensante. O facto de ser abrangente às mais diversas áreas do setor farmacêutico, através de uma base comum, permite que cada aluno possa fazer as suas escolhas mas sempre com a certeza de que, independentemente da área a seguir, possui competências para exercer a sua atividade profissional com responsabilidade e o rigor que ela exige.

b) Evento *PharmCareer*:

Este evento, organizado pelo Laboratório de Empregabilidade da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, foi uma iniciativa que permitiu aos alunos finalistas de

MICF contactar com empresas/instituições e recolher informações sobre a respetiva organização, missão, estratégia e processos de recrutamento, constituindo assim uma excelente oportunidade para quem está prestes a iniciar a atividade profissional.

c) Heterogeneidade nos utentes da farmácia:

A localização da farmácia é privilegiada devido à elevada proximidade com a Universidade de Coimbra, centros turísticos, zonas de lazer, serviços, espaços comerciais e terminais de transportes urbanos, permitindo uma grande afluência populacional à farmácia e uma heterogeneidade de utentes provenientes de variadíssimos locais. No entanto, a grande maioria dos utentes são aqueles que habitam na baixa da cidade, constituindo portanto uma população essencialmente idosa, muitas vezes polimedicada, que procura na farmácia não só apoio profissional, como também humano e psicológico. A heterogeneidade dos utentes, relativamente à classe sócio-económica e ao tipo de personalidade, fez com que cada um dos membros da equipa técnica tivesse que se adaptar e atuar de forma personalizada em cada atendimento. No meu caso em particular, para além dessa capacidade de adaptação a cada um dos utentes, também me proporcionou o desenvolvimento da vertente social e humana associada à profissão farmacêutica. Por outro lado, a variedade de situações que surgiram diariamente na farmácia contribuíram para uma aprendizagem contínua e para um enriquecimento enquanto futura profissional de saúde.

d) Crise económica atual do país:

A conjuntura económica que se vive no país veio destabilizar muitos setores, incluindo o da saúde, com o aumento dos custos das consultas médicas, por exemplo. Neste contexto, e numa visão mais otimista, esta conjuntura pode tornar-se numa oportunidade para as farmácias, pois os utentes começam a preferir dirigir-se à farmácia para pedir conselhos do que pagar um elevado custo numa consulta médica, assumindo o farmacêutico um papel cada vez mais ativo na saúde pública.

e) Participação numa auditoria interna e numa auditoria externa da farmácia:

Como já mencionei anteriormente, a farmácia é certificada segundo a norma NO EN ISO 9001:2008 pela APCER, sendo o seu SGQ avaliado anualmente através de uma auditoria interna seguida de uma auditoria externa.

Para mim, foi um privilégio ter tido a oportunidade de assistir às duas auditorias, que decorreram durante o meu estágio. Estes momentos foram enriquecedores na medida em que pude experienciar toda a envolvimento que uma auditoria exige, desde a sua preparação até à execução e finalmente a elaboração do relatório da mesma. As auditorias são então uma oportunidade para que a farmácia possa melhorar continuamente os seus serviços, através da implementação de ações corretivas e de ações preventivas com vista à melhoria contínua, enquanto que para mim constituíram uma oportunidade tendo em conta que atualmente existem poucas as farmácias a serem auditadas, e portanto foram poucos os estagiários da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra que tiveram o privilégio de contactar com a realidade das auditorias internas e externas.

f) Possibilidade de frequentar formações:

As formações externas à farmácia, ou seja, aquelas que são patrocinadas pelos mais diversos laboratórios, são uma mais-valia para todos os estagiários, porque permitem dar a conhecer de forma detalhada os produtos que foram recentemente introduzidos no mercado, bem como toda a gama de produtos inerentes ao respetivo laboratório. Neste contexto, tive a oportunidade de frequentar duas formações: a primeira, respeitante à marca *Arkocápsulas*®, onde me foi fornecido um “Guia de Plantas Medicinais” bastante interessante e realizada uma formação à base de fitoterapia, sobre a aplicação das mais variadas plantas na prevenção e tratamento dos principais problemas de saúde do quotidiano; a segunda formação, respeitante à gama de produtos *Voltaren*® e mais especificamente ao emplastro de nova geração que o laboratório lançou recentemente, foi igualmente interessante devido à abordagem realizada sobre a dor aguda e as lesões musculoesqueléticas.

g) Prémio almofariz: “Farmácia do Ano”:

A revista “Farmácia Distribuição” atribui anualmente os prémios “Almofariz”, de onde consta um prémio para a “Farmácia do Ano”, que visa distinguir a excelência de uma Farmácia Comunitária, de entre todas as candidatas. Neste sentido, foi com imenso orgulho que vi a farmácia que me acolheu durante quatro meses de estágio, a Farmácia Luciano & Matos, ser premiada como a “Farmácia do Ano” de 2014. (Consultar Anexo 9) Este prémio foi o reconhecimento de todo um trabalho de excelência que a equipa técnica desenvolve diariamente na farmácia, bem como de todos os serviços disponibilizados em prol da saúde dos utentes. Mais do que um reconhecimento da entidade premiadora, este prémio

constituiu uma grande oportunidade para a farmácia em termos de visibilidade externa (sociedade) e uma motivação extra para a equipa continuar a dar o melhor de si a quem mais precisa.

2.4 AMEAÇAS

a) Constante alteração do enquadramento politico-profissional:

No âmbito da atividade da farmácia comunitária, são várias as mudanças no enquadramento politico-profissional que podem influenciar negativamente o seu funcionamento, sendo que muitas das vezes os utentes são os mais afetados nestas situações e nem sempre se tratam de pessoas de fácil trato. Neste contexto, são exemplos a falha temporária de *stock* na farmácia, bem como a alteração constante nos preços e nas participações dos medicamentos.

Os medicamentos temporariamente indisponíveis ou esgotados nos fornecedores, convertem-se numa luta diária para que se possa repor rapidamente o seu *stock* na farmácia com vista à satisfação dos utentes, que muitas das vezes não toleram falhas. Tendo em conta que muitos desses medicamentos constituem medicação crónica, a responsabilidade torna-se maior e portanto há uma pressão para com os fornecedores, não sendo a farmácia culpada por estas falhas de *stock*. No entanto, lidámos diariamente com utentes muito diferentes em que os níveis de exigência, flexibilidade, simpatia e benevolência variavam de pessoa para pessoa. Esta ausência temporária de *stock* constituiu uma ameaça em relação aos utentes menos tolerantes, que não conseguiam perceber que a falha provinha dos fornecedores, e por isso culpavam a farmácia e ameaçavam não voltar.

Por outro lado, durante o meu estágio houve alterações de preços dos medicamentos, quer dos MSRM, quer dos MNSRM, levando a uma atenção redobrada nas tarefas da farmácia, desde a receção de encomendas até à venda ao público. A nível de gestão da farmácia, estas alterações implicaram algum cuidado aquando da receção das encomendas por forma a não originar erros, uma vez que ainda existiam em *stock* os mesmos produtos com os preços antigos, e caso se tratassem de MSRM, os mesmos não podiam ser alterados. Por outro lado, o facto de existir o mesmo produto na farmácia com dois preços diferentes gerou alguma confusão e até mesmo desconfiança por parte dos utentes, que nem sempre eram compreensíveis mesmo após a nossa explicação, constituindo assim uma ameaça para a farmácia.

b) Crise económica atual do país:

A conjuntura que se faz viver atualmente em Portugal, tem-se refletido imenso na realidade das farmácias, sendo portanto um motivo de preocupação. Por um lado, e tal como já mencionei anteriormente, esta crise pode representar uma oportunidade para o farmacêutico assumir um papel de excelência na intervenção da saúde pública. Por outro, o *cross-selling* em situações de indicação farmacêutica passa a ficar comprometido. Desta forma, foram muitas as vezes em que fiz aconselhamentos no âmbito da dermocosmética, bem como em casos de rinorreia ou congestão nasal, défices vitamínicos, entre outros, em que os utentes compreendiam as suas necessidades, mas não se mostravam com disponibilidade financeira para satisfazê-las.

c) Barreira à qualidade dos serviços na farmácia comunitária, pela sociedade atual:

A Farmácia Luciano & Matos prima por um atendimento pró-ativo e personalizado, de forma a ir de encontro às necessidades de cada um dos utentes e deixá-los satisfeitos com o serviço prestado. Infelizmente, são alguns os utentes que vão à farmácia com pressa e que exigem um atendimento rápido, vendo na farmácia apenas um estabelecimento de cedência de medicamentos, em que a qualidade no serviço é sinónimo de rapidez. Neste sentido, existem determinadas situações, como no caso da cedência de uma pílula do dia seguinte ou de um dispositivo inalatório para a asma, em que as perguntas e as explicações a dar são essenciais para um atendimento de excelência, e no entanto são desvalorizadas pelos utentes muitas das vezes. Assim, a mentalidade retrógrada relativamente à farmácia comunitária que ainda se faz sentir torna-se uma ameaça na medida em que constitui uma barreira para a realização de um trabalho de excelência pelo farmacêutico. É por isso de extrema importância que o farmacêutico se torne cada vez mais proativo na sociedade e que se faça valorizar, pois o reconhecimento e a confiança ganha pelos utentes é algo gratificante e merecedor para um profissional de saúde qualificado como é o farmacêutico.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Terminadas as 640 horas de estágio na Farmácia Luciano & Matos, uma experiência repleta de aprendizagens e vivências, chegou o momento de fazer uma retrospeção. Na verdade o estágio teve uma influência incrível na continuidade da minha formação. Para além de consolidar e aplicar os conhecimentos adquiridos nos últimos cinco anos, desenvolvi a vertente humana da profissão e ganhei uma nova visão sobre o farmacêutico, que tem uma importância inqualificável na sociedade.

Quando penso nas sensações vividas antes de iniciar o estágio, penso também no rumo que elas tomaram. O nervosismo, a insegurança e o receio inicial transformaram-se facilmente em confiança, aprendizagem e competências, muito devido ao plano de estágio integrado pensado ao pormenor, desde o primeiro contacto com o medicamento ao culminar na interação farmacêutico-utente.

Contactar com a realidade profissional e sentir a confiança que os utentes depositam no farmacêutico, esperando sempre o melhor e mais completo aconselhamento, constitui um enorme incentivo para quem está no início da atividade, tal como eu. De facto, as farmácias prestam serviços de saúde de elevada qualidade à população, e a baixo custo, sendo portanto um pilar fundamental do Serviço Nacional de Saúde (SNS) e que não deve ser descuidada nem desvalorizada.

Agradeço à Farmácia Luciano & Matos por todos os ensinamentos e experiências partilhadas, pela total disponibilidade e pelo excelente profissionalismo que eu tomei como um grande exemplo a seguir. Levo do estágio a grande escola que é a Farmácia Luciano & Matos, e termino assim o meu percurso académico com a certeza de que me foram fornecidas todas as ferramentas para eu iniciar a minha profissão enquanto Farmacêutica.

O meu percurso enquanto farmacêutica está apenas a começar e reconheço que a minha formação enquanto profissional de saúde terá de ser contínua. Neste sentido, lutarei para vir a exercer a profissão que escolhi de forma responsável, competente e autónoma, através do conhecimento, tal como me inculcaram ao longo do MICEF. Não esquecendo que o futuro da saúde neste país também depende, e muito, de nós Farmacêuticos, bastando para isso que cada um sinta que pode marcar a diferença na sociedade em que vivemos.

4. Bibliografia

1. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Decreto-Lei n.º 307/2007 de 31 de agosto**. Diário da República, 1.ª série. 168 (31-08-2007) 6083-6091. [Acedido a 29-04-2014]. Disponível na Internet: <http://dre.pt/pdfs/2007/08/16800/0608306091.pdf>
2. INFARMED, Gabinete Jurídico e Contencioso. **Deliberação n.º 2473/2007 de 28 de novembro**. Legislação Farmacêutica Compilada (2007) 1-5. [Acedido a 29-04-2014]. Disponível na Internet: https://www.infarmed.pt/portal/page/portal/INFARMED/LEGISLACAO/LEGISLACAO_FARMACEUTICA_COMPILADA/TITULO_II/TITULO_II_CAPITULO_IV/023D_Delib_2473_2007_1%AAALT.pdf
3. FARMÁCIA LUCIANO & MATOS. **Manual da Acolhimento**. (2014).
4. DIÁRIO DE COIMBRA. **Quando há competência, Trissomia 21 é pormenor**. (20-03-2014). [Acedido a 29-04-2014]. Disponível na Internet: <http://www.diariocoimbra.pt/noticias/quando-ha-competencia-trissomia-21-e-pormenor>
5. FARMÁCIA LUCIANO & MATOS. **Manual da Qualidade**. (2014).
6. GRUPO HOLON. **O serviço farmacêutico do futuro**. (2014) 1-12. [Acedido a 30-04-2014]. Disponível na Internet: http://www.grupoholon.pt/system/attachment_1s/22/original/brochura%20institucional_GH_jul2012.pdf?1341392536
7. FARMÁCIA LUCIANO & MATOS. **CheckSaúde - Guia prático**. (2013).
8. PORTAL DA SAÚDE. **Europacolon promove rastreios gratuitos nas Farmácias Holon**. (2014) 1-2. [Acedido a 30-04-2014]. Disponível na Internet: <http://www.portaldasaude.pt/NR/rdonlyres/CA20A3D5-7274-4B12-BAC8-BD0F710563B9/0/EuropacolonsensibilizanasFarm%C3%A1ciasHolon.pdf>
9. EUROPACOLON PORTUGAL. **Rastreio gratuito - Europacolon - Farmácias Holon**. [Acedido a 30-04-2014]. Disponível na Internet: <http://www.europacolon.pt/noticia/671-Rastreio-Gratuito-Europacolon-Farmacias-Holon>
10. INFARMED. **Resumo das características do medicamento - Pantoc 40mg comprimidos gatsrorresistentes**. (20-09-2012) 1-16. [Acedido a 1-05-2014]. Disponível na Internet: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=6635&tipo_doc=rcm
11. INFARMED. **Folheto informativo: informação para o utilizador - Seretaide Diskus, 50 microgramas/100 microgramas/dose pó para inalação**. (16-12-2011). 1-9. [Acedido a 1-05-

2014]. Disponível na Internet:

http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=10274&tipo_doc=fi

12. FARMÁCIA LUCIANO & MATOS. **Manual de protocolos de indicação farmacêutica.** (2013).

13. GARRET, J. *et al.* **Terapêutica medicamentosa e suas bases farmacológicas.** 3.^a edição. Porto Editora, LDA., Porto. 1997. ISBN 972-0-06032-8. p. 700-715, 732-739.

14. ASSOCIAÇÃO NACIONAL DAS FARMÁCIAS. **Formulário Galénico Português.** Edição de 2001, 1.^a adenda (2005), Lisboa.

15. UNITED STATES PHARMACOPEIAL CONVENTION. **United States Pharmacopeia 34.** (2011).

ANEXOS

Anexo I: Caminhada de primavera, organizada pela Farmácia Luciano & Matos.



Anexo 2: Cartão de medições de parâmetros bioquímicos e fisiológicos do utente, da Farmácia Luciano & Matos.

MEDICAÇÃO

10 RECOMENDAÇÕES IMPORTANTES

- Seguir à risca as instruções do seu médico.
- Medir a pressão arterial regularmente.
- Diminuir a quantidade de sal e gorduras na sua alimentação.
- Controlar o seu peso.
- Beber 1,5 a 2 litros de água por dia.
- Limitar as bebidas alcoólicas.
- Não deve fumar.
- Moderar a ingestão de bebidas com cafeína.
- Praticar regularmente exercício físico moderado.
- Criar momentos de repouso e de distração, porque são fundamentais para a saúde e, em particular, para a saúde do coração.



FARMÁCIA
LUCIANO & MATOS
Dit. Técnica - Dr.ª Maria Helena Correia Amado
CNCA Farmácias, Lda.

NOME:

MORADA:

TELF:

Praça 9 de Maio, 40-42 - 3000-300 COIMBRA
Rua da Sofia, 7-11 - 3000-390 COIMBRA
t. 239 822 147/8 - f. 239 824 112
Apartado 6029 - 3001-801 COIMBRA

VALORES DE PRESSÃO ARTERIAL			PESO		COLESTEROL*		GLICÉMIA*	
Data	Max/Min	Pulso	Data	Kg	Colesterol	Jejum	Após Refeição	

*mg/dl


Anexo 3: Cartaz referente ao rastreio do cancro colorretal.



Anexo 4: Etiquetas Holon com pictogramas para a posologia.



Anexo 5: Ficha de preparação de uma solução de minoxidil a 5% e de ácido salicílico a 2%.

	Ficha de preparação de medicamentos manipulados
---	--

Medicamento: Solução de Minoxidil a 5% e de Ácido Salicílico a 2%

Teor em substância(s) activa(s); 100g (ml ou unidades) contém 5 g (ml) de minoxidil e 2 g (ml) de ácido salicílico.

Forma farmacêutica: solução **Data de preparação:** 20/03/2014
Número de lote: 1914 **Quantidade a preparar:** 100ml

Matérias-primas	Nº de lote	Origem	Farmacopeia	Quantidade para 100ml	Quantidade calculada	Quantidade pesada	Rubrica do operador	Rubrica do supervisor
Propilenoglicol	121672-P-1	Acofarma	Ph. Eur. 7	10g	10g	10,002g	AM	[assinatura]
Minoxidil	12120-B01	Fagron	Ph. Eur. 7	5g	5g	5,000g	AM	[assinatura]
Ácido salicílico	10K11-T51	Fagron Iberica	Ph. Eur. 6	2g	2g	2,001g	AM	[assinatura]
Água purificada	13J07-C20	Fagron	Ph. Eur.	20g	20g	20g	AM	[assinatura]
Álcool a 96º	13001092	Aga	FP/Ph. Eur.	q.b.p. 100ml	q.b.p. 100ml	57,4g	AM	[assinatura]
Trietanolamina	L12080075	Fagron	SPC	q.b.p. pH = 8-9,5	q.b.p. pH = 8-9,5	4,5g	AM	[assinatura]

Preparação

	Rubrica do operador
1. Verificar o estado de limpeza do material.	AM
2. Pesar o álcool, o propilenoglicol e a água, e aquecer em banho de água termostaticado a 50°C.	AM
3. Adicionar o minoxidil, misturando com uma vareta.	AM
4. Adicionar o ácido salicílico à solução obtida em 3.	AM
5. Transferir a solução obtida para uma proveta e perfazer o volume aproximado de 90ml com álcool a 96º.	AM
6. Acertar o pH com a trietanolamina até obter um pH entre 8 e 9,5.	AM
7. Colocar no recipiente PET com pulverizador.	AM
8. Fechar o recipiente e rotular.	AM
9. Lavar e secar o material utilizado.	AM

Imp. 2.4.0.2-B 1/4

 FARMÁCIA LUCIANO & MATOS	Ficha de preparação de medicamentos manipulados
--	--

Aparelhagem usada: Banho de água termostaticado
 Balança 2 – B

Embalagem

Tipo de embalagem: frasco PET com pulverizador Capacidade do recipiente: 125ml

Material de embalagem	Nº de lote	Origem
Frasco PET com pulverizador	011212	Acofarma

Operador: AM

Prazo de utilização e Condições de conservação

Condições de conservação: Conservar à temperatura ambiente, no frasco bem fechado e ao abrigo da luz.

Operador: AM

Prazo de utilização: 30 dias

Operador: AM

Rotulagem

1. Proceder à elaboração do rótulo de acordo com o modelo descrito em seguida.
2. Anexar a esta ficha de preparação uma cópia, rubricada e datada, do rótulo da embalagem dispensada.

Modelo de rótulo

Identificação da Farmácia Identificação do Director Técnico Endereço e telefone da Farmácia	DENOMINAÇÃO DO MEDICAMENTO	Identificação do Médico prescriptor Identificação do doente
Teor em substância(s) activa(s) Quantidade dispensada Referência a matérias-primas cujo conhecimento seja eventualmente necessário para a utilização conveniente do medicamento Posologia Via de administração		Data de preparação Prazo de utilização Condições de conservação Nº de lote Manter fora do alcance das crianças Advertências (precauções de manuseamento, etc.) Uso externo (caso se aplique) (em fundo vermelho)

Operador: AM



Ficha de preparação de medicamentos manipulados

Verificação

ENSAIO	ESPECIFICAÇÃO	RESULTADO	Rubrica do operador
Cor	Incolor	CONFORME	AM
Odor	Característico a álcool	CONFORME	AM
Aspecto	Límpido	CONFORME	AM
Quantidade	100ml ± 5%	CONFORME (100ml)	AM
pH	Entre 8,0 e 9,5	CONFORME (pH = 8)	AM

Aprovado

Rejeitado

Supervisor: W

20/03/2014

Nome e morada do doente

Gonçalo Filipe Pinho Guedes

Nome do prescritor

Anotações

Continuação de tratamento.



Ficha de preparação de medicamentos manipulados

Cálculo do preço de venda

MATÉRIAS-PRIMAS:

Matérias-primas	Embalagem existente em armazém		Preço de aquisição de uma dada quantidade unitária (sem IVA)		Quantidade a usar	Factor multiplicativo	Preço da matéria-prima utilizada na preparação
	Quantidade adquirida	Preço de aquisição (s/ IVA)	Quantidade unitária	preço			
Propilenoglicol	1000g	6,01 €	1g	0,00601 €	x 10g	x 1,9	= 0,11 €
Minoxidil	50g	18,36 €	1g	0,3672 €	x 5g	x 2,2	= 4,04 €
Ácido salicílico	500g	9,20 €	1g	0,0184 €	x 2g	x 2,2	= 0,08 €
Água purificada	5000g	7,90 €	1g	0,00158 €	x 20g	x 1,9	= 0,06 €
Álcool a 96°	202g	3,58 €	1g	0,0177 €	x 57,4g	x 1,9	= 1,93 €
Trietanolamina	282,5g	9,00 €	1g	0,032 €	x 4,5g	x 2,2	= 0,32 €
Total Matéria-Prima (A)							= 6,54 €

HONORÁRIOS DE MANIPULAÇÃO:

Valor referente à quantidade base	Forma Farmacêutica	Quantidade	F (€)	Factor multiplicativo	Valor
		solução	100ml	4,88 €	x 3
Valor adicional				x 4,88 €	x 0,005
Total da Manipulação (B)					= 14,64 €

MATERIAL DE EMBALAGEM:

Material de embalagem	Preço de aquisição	Quantidade	Factor multiplicativo	Valor
Frasco PET 125ml	1,40 €	x 1	x 1,2	= 1,68 €
	€	x	x	= €
Total de Material de Embalagem (C)				= 1,68 €

P. V. P. DO MEDICAMENTO MANIPULADO:

Soma de (A) + (B) + (C)	Factor multiplicativo	Valor
22,86 €	x 1,3	= 29,72 €
	I. V. A.	+ 1,78 €
	(D)	= 31,50 €

DISPOSITIVOS AUXILIARES DE ADMINISTRAÇÃO:


Dispositivo	Preço unitário	Quantidade	Valor
(E)			

PREÇO FINAL: (D) + (E) 31,50 €

Operador: AM

Supervisor: [assinatura]


Anexo 6: Rótulo de uma solução de minoxidil a 5% e de ácido salicílico a 2%.

 FARMÁCIA LUCIANO & MATOS		
<i>Direção Técnica de</i> Maria Helena Costa Neves Correia Amado Praça 8 de Maio, 49 - 42 • 3000-300 Coimbra Telef. 239 822147/8 - Fax 239 824112		
Lote n° 1914	Data: 20/03/2014	Preço: 31,50€
Doente: Gonçalo Filipe Pinto Guedes	Médico:	
Ácido salicílico	-	2g
Minoxidil	-	5g
Propilenoglicol	-	10g
Água purificada	-	20g
Álcool a 96°		q.b.p. 100ml
Posologia: Aplicar 1ml (6 aplicações) no couro cabeludo, 1 vez por dia, à noite. Aplicar com o cabelo completamente seco, espalhando o produto do centro para a periferia. Deve aguardar 30 minutos antes de se deitar para evitar perdas de produto na almofada.		
Conservar à temperatura ambiente, no frasco bem fechado e ao abrigo da luz.		
Uso Externo	Manter fora do alcance das crianças.	
Prazo de Utilização: 30 dias		

AM 20/03/14

Anexo 7: Ficha de preparação de cápsulas contendo 50 mg de Cáscara Sagrada, 50 mg de Senne em pó, 50mg de Boldo , 150 mg de L-Carnitina e 50 mg de Cafeína;

Ficha de manipulação de cápsulas



UTENTE: Ana Maria Saraiva Santiago **LOTE:** CP-4814
MORADA: Covilhã **DATA:** 25/03/2014
MÉDICO PRESCRITOR: Dr Francisco Carvalho Domingues **VALIDADE:** 6 meses
OPERADOR: Alexandra Miranda **VIA DE ADMINISTRAÇÃO:** Oral
MODO DE CONSERVAÇÃO: Conservar à temperatura ambiente, no frasco bem fechado e ao abrigo da luz.

MATÉRIAS PRIMAS:

MATÉRIA PRIMA	LOTE	ORIGEM	P.UNITÁRIO (€/g)	QUANTIDADE (g)	FACTOR (x)	CUSTO (€)
Aminoácido de queratina	L10040265	Fagron Iberica	0.308000			0.00 €
Bacitrato de colina	L12060253	Fagron Iberica	0.054920			0.00 €
Bupropiona	131487-I-1	Acofarma	1.111400			0.00 €
Cafeína	131401-O-1	Acofarma	0.024200	4.50	2.20	0.24 €
Carboximetilcelulose	131592-P-2	Acofarma	0.015410			0.00 €
Clordiazpóxido HCl	L11080072	Fagron Iberica	0.280000			0.00 €
Cloreto Potássio	12B09-B09	Fagron Iberica	0.019620			0.00 €
Dapsona	131209-F-1	Acofarma	1.460000			0.00 €
Espirulina	121773-P-3	Acofarma	0.037820			0.00 €
Ext. Alcachofra	132086-J-1	Acofarma	0.068000			0.00 €
Ext. Boldo	L13010142	Fagron Iberica	0.079130	4.50	2.20	0.78 €
Ext. Castanheiro da Índia	130678-I-1	Acofarma	0.141200			0.00 €
Ext. Cascara Sagrada	131967-N-2	Acofarma	0.139560	4.50	2.20	1.38 €
Ext. Centelha Asiática	131854-J-1	Acofarma	0.103700			0.00 €
Ext. Chá Verde	120858-I-1	Acofarma	0.120200			0.00 €
Ext. Equisetum	113294-N-1	Acofarma	0.057760			0.00 €
Ext. Hoodia Gordonii	131307-I-1	Acofarma	0.487200			0.00 €
Ext Laranja Amarga	121857-N-2	Acofarma	0.106480			0.00 €
Ext. Garcinia Cambogia	131611-O-1	Acofarma	0.028580			0.00 €
Ext. Senne (pó)	L12070190	Fagron Iberica	0.124200	4.50	2.20	1.23 €
Ext. Fucus	130219-N-1	Acofarma	0.044200			0.00 €
Excipiente cápsulas	13B04-T02	Fagron Iberica	0.041080			0.00 €
Fenolfaleína	132340-J-1	Acofarma	0.087900			0.00 €
Finasterida	110838	Acofarma	31.890000			0.00 €
Furosemida	121721-J-1	Acofarma	0.121200			0.00 €
Glucomanano	L13070077	Fagron Iberica	0.037090			0.00 €
Hidroclorotiazida	131196-G-1	Acofarma	0.179600			0.00 €
5-HTP (oxitriptano)	L13030231	Fagron Iberica	3.410000			0.00 €
L-Carnitina tartrato	130107-P-1	Acofarma	0.064350	13.50	1.90	1.85 €
Metformina	130045-N-1	Acofarma	0.046120			0.00 €
Lactose	121495-N-1	Acofarma	0.012840			0.00 €
Polinicotinato cromio	L13090014	Fagron Iberica	7.500000			0.00 €
Resveratrol	131659-J-1	Acofarma	1.157700			0.00 €
Ext. Caralluma fimbriata	120567-Q-2	farmacia Guarani	0.250000			0.00 €
Silimarina (legalon)	B1203625	NeoFarmaceutica	8.670000			0.00 €
Triptofano	120790	Acofarma	0.353600			0.00 €
Vitamina C	131168-J-1	Acofarma	0.048500			0.00 €
Cápsulas verde-verde n° 00	131451-CB-1	Acofarma	0.107367			0.00 €
Cáps amarelo-laranja n° 00	122438-CA-4	Acofarma	0.133898			0.00 €
Cápsulas vermelhas n° 0	130590-CB-4	Acofarma	0.100740			0.00 €
Cápsulas amarelas n° 1	122439-CA-4	Acofarma	0.125498	6.78	2.20	1.87 €
Cápsulas verdes n° 1	122478-CB-2	Acofarma	0.121690			0.00 €
0	0	0	0.000000			0.00 €

TOTAL MATÉRIA PRIMA (A) 7.16 €

Rubrica do Supervisor _____

Imp 2.4.0.5 - B

1 / 3



Ficha de manipulação de cápsulas

MANIPULAÇÃO:

	Forma Farmacêutica	Quantidade	F (€)	Factor multiplicativo	Valor (€)
Valor referente à quantidade base	Cápsulas	60	4.88 €	4.5	21.96 €
Valor adicional	Cápsulas	40	4.88 €	0.01	1.95 €
TOTAL DA MANIPULAÇÃO (B)					23.92 €

MATERIAL DE EMBALAGEM:

Material de embalagem	Preço de aquisição (€)	Quantidade	Factor multiplicativo	Valor (€)
Frasco 100ml	0.65 €	1	1.2	0.78 €
lote 110413				
Origem: Acofarma				
TOTAL DE MATERIAL DE EMBALAGEM (C)				0.78 €

P.V.P. DO MEDICAMENTO MANIPULADO:


Soma de: (A) + (B) + (C)	Factor multiplicativo	Valor (€)
31.86 €	1.3	41.41 €
		+ IVA (6%) 2.49 €
		P.V.P. = 43.90 €

Operador: M

Supervisor: [Signature]

FEITO SEGUNDO A ARTE

Anexo 8: Rótulo de cápsulas contendo 50 mg de Cáscara Sagrada, 50 mg de Senne em pó, 50mg de Boldo , 150 mg de L-Carnitina e 50 mg de Cafeína;

 FARMÁCIA LUCIANO & MATOS		
<i>Direção Técnica de</i> Maria Helena Costa Neves Correia Amado Praça 8 de Maio, 40 - 42 • 3000-300 Coimbra Telef. 239 822147/8 - Fax 239 824112		
Lote n° CP - 4814	Data: 25/03/2014	Preço: 43,90€
Doente: Ana Maria Saraiva Santiago		
Médico: Dr. Francisco Carvalho Domingues		
Composição:	Cáscara sagrada	- 50mg
	Senne (pó)	- 50mg
	Boldo	- 50mg
	L-Carnitina	- 150mg
	Cafeína	- 50mg
Posologia: Tomar conforme indicação médica.		
Quantidade: 90 cápsulas	Medicamento para administração oral	
Conservar à temperatura ambiente, no frasco bem fechado e ao abrigo da luz.		
Manter fora do alcance das crianças.		Prazo de utilização: 6 meses

25/03/2014
AM

Anexo 9: Diploma “Farmácia do Ano” atribuído à Farmácia Luciano & Matos.

