

Relatório estágio II

Farmácia Coutinho – Vila das Aves

Miguel Carlos Moura Duarte

Relatório de Estágio conducente ao Grau de Mestre em
Ciências Farmacêuticas (Ciclo Integrado)

Gandra, 29 de setembro de 2021

Miguel Carlos Moura Duarte

Relatório de Estágio conducente ao Grau de Mestre em
Ciências Farmacêuticas (Ciclo Integrado)

Relatório de estágio II

Farmácia Coutinho – Vila das Aves

Trabalho realizado sob a Orientação de Professor Doutor Francisco Silva

Declaração de Integridade

Eu, Miguel Carlos Moura Duarte, declaro ter atuado com absoluta integridade na elaboração deste trabalho, confirmo que em todo o trabalho conducente à sua elaboração não recorri a qualquer forma de falsificação de resultados ou à prática de plágio (ato pelo qual um indivíduo, mesmo por omissão, assume a autoria do trabalho intelectual pertencente a outrem, na sua totalidade ou em partes dele). Mais declaro que todas as frases que retirei de trabalhos anteriores pertencentes a outros autores foram referenciadas ou redigidas com novas palavras, tendo neste caso colocado a citação da fonte bibliográfica.

Gandra, 21 setembro de 2021

(Miguel Duarte)

(Farmácia Coutinho, Vila das Aves)

Período do estágio - 1 de março a 31 de julho

O estagiário

(Miguel Duarte)

A monitora

(Dr.ª Ana Damião Pereira)

O supervisor

(Professor Doutor Francisco Silva)

Resumo

O presente relatório descreve as experiências vivenciadas pelo aluno no decurso do estágio em farmácia comunitária, realizado na Farmácia Coutinho - Vila das Aves, visando o aprofundamento e consolidação dos conhecimentos adquiridos ao longo do percurso académico.

Numa primeira fase, são desenvolvidos os temas relativos ao funcionamento da farmácia, aspetos relativos à regulamentação da atividade farmacêutica e à gestão das existências. Posteriormente, são abordados os tópicos relativos à intervenção farmacêutica (dispensação de medicamentos e outros produtos de saúde e prestação de serviços farmacêuticos).



Índice

Resumo	iii
Índice de figuras.....	v
Lista de Abreviaturas, Siglas e acrónimos	vii
Introdução	1
1. Qualidade	3
a) Normas da qualidade.....	3
b) Boas Práticas de Farmácia e Sistema de gestão de qualidade.....	3
c) Sistema de gestão de qualidade na farmácia comunitária	4
2. Organização do espaço físico e funcional	5
a) Legislação em vigor respeitante ao Espaço físico, materiais e equipamentos.....	5
b) Recursos humanos – Identificação, categoria profissional, responsabilidades e funções	10
c) Relações de trabalho.....	11
3. Biblioteca e fontes de informação	11
a) Publicações de existência obrigatória.....	11
b) Centros de informação e documentação nacionais e internacionais	12
4. Circuito dos produtos de saúde na farmácia comunitária – Aprovisionamento de matérias-primas, dispositivos médicos, medicamentos e/ou outros produtos de saúde....	12
a) Tipos de encomendas.....	12
b) Realização, receção e conferência de encomendas.....	12
c) Documentos associados a encomendas.....	15
d) Preços de medicamentos e/ou produtos de saúde.....	15
e) Locais e condições de armazenamento.....	15
f) Prazos de validade.....	17
g) Recolhas, devoluções e quebras.....	17
h) Particularidades inerentes a alguns medicamentos e/ou produtos de saúde	18
5. Dispensa de medicamentos e/ou outros produtos de saúde.....	20
a) Atendimento farmacêutico	20
b) Averiguação de possíveis interações e/ou contraindicações.....	23
c) Regime posológico, forma e via de administração, uso racional do medicamento .	24
d) Comunicação verbal e não verbal	24
e) Promoção da adesão à terapêutica	25
f) Estratégias terapêuticas não farmacológicas.....	26



g) “Cross-selling” e “up-selling”	27
h) Cuidados a ter na conservação pós-dispensa	28
i) Resultados negativos da medicação.....	29
6. Dispensa de medicamentos e/ou outros produtos de saúde por apresentação de prescrição médica.....	29
a) Formas, modelos e validação de uma prescrição médica.....	29
b) Guia de tratamento, código de acesso e código de direito de opção	31
c) Interpretação científica da prescrição médica	32
d) Particularidades de determinados medicamentos (Medicamentos manipulados, medicamentos estupefacientes e produtos do protocolo da Diabetes <i>mellitus</i>).....	32
e) Sistemas de comparticipação de medicamentos	37
f) Receituário e faturação.....	38
7. Dispensa de medicamentos e/ou outros produtos de saúde por indicação farmacêutica	40
a) Indicação farmacêutica	40
b) Protocolos de indicação farmacêutica	41
8. Serviços farmacêuticos	43
a) Determinação de parâmetros antropométricos, bioquímicos e fisiológicos.....	46
b) Projeto Valormed	48
f) Administração de vacinas não incluídas no plano nacional de vacinação	49
9. Formação.....	49
a) Participação em ações de formação.....	49
Conclusão	50
Referências Bibliográficas.....	51
Anexos.....	53
Anexo 1 - Listagem de equipamento da FC	54

Índice de figuras

Figura 1 - Esquema resumo da atividade desenvolvida pelo estagiário	2
Figura 2 - Exterior da FC.....	6
Figura 3 - Zona de atendimento.....	7
Figura 4 - GAP 1 e GAP 2.....	8
Figura 5 - Gavetas deslizantes	9
Figura 6 - Composição do armazém	16
Figura 7 - Distribuição do número de atendimentos	21
Figura 8 - Esquema de avaliação de possíveis interações.....	23



Figura 9 - Esquema de venda cruzada	27
Figura 10 - Prescrição eletrónica.....	30
Figura 11 - Prescrição manual	31
Figura 12 - Prescrição médica do manipulado	34
Figura 13 - Preparação do manipulado por espatulação	34
Figura 14 - Solução de Salicilato de sódio a 2%.....	35
Figura 15 - Solução de ácido bórico à saturação a 60°	35
Figura 16 - Exemplo de verbete de identificação do lote	Error! Bookmark not defined.
Figura 17 - Exemplo de Resumo de lotes.....	39
Figura 18 - Exemplo de fatura.....	39
Figura 19 - Intervenção farmacêutica	41
Figura 20 - Indicação farmacêutica na Rinite Alérgica ^[12]	42
Figura 21 - Indicação farmacêutica na febre infantil ^[13]	43
Figura 22 - Documento modelo relativo aos TRAg.....	45
Figura 23 - Consentimento informado	46
Figura 24 - Cartão de acompanhamento presente na farmácia	47
Figura 25 - Projeto Valormed na farmácia.....	48

Lista de Abreviaturas, Siglas e acrónimos

ANF - Associação Nacional das Farmácias

DL - Decreto-Lei

DT - Diretor Técnico

FC - Farmácia Coutinho

GAP - Gabinete de atendimento personalizado

MM - Medicamentos manipulados

MNSRM - Medicamentos não sujeitos a receita médica

MSRM - Medicamentos sujeitos a receita médica

PCHC - Produtos cosméticos e de higiene corporal

RNM - Resultados negativos da medicação

SNS - Serviço Nacional de Saúde

TRAg - Testes rápidos de antigénio

UV - Ultravioleta

Introdução

O Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas do Instituto Universitário de Ciências da Saúde (IUCS), inclui 2 unidades de estágio curricular, ambas essenciais para a aprendizagem e consolidação de conhecimentos por parte dos alunos estagiários.

À semelhança do primeiro, o Estágio II tem como principal objetivo proporcionar, aos alunos, uma experiência profissional, em ambiente real de trabalho, no âmbito da sua formação como futuros farmacêuticos.

Esta unidade curricular permite aos estagiários, não só colocar em prática as suas competências e conhecimentos adquiridos ao longo do curso, mas também a consolidação de conceitos e dinâmicas que podem ser vivenciados durante o quotidiano dos farmacêuticos. O Estágio II pode ser cumprido em farmácia hospitalar e/ou farmácia comunitária, sendo que a experiência exposta e desenvolvida ao longo deste relatório reflete, exclusivamente, o meu desempenho como aluno estagiário numa farmácia comunitária, mais concretamente, na Farmácia Coutinho, em Vila das Aves. Durante o período de estágio (1 de março a 30 de julho) foi-me permitida a oportunidade de estagiar em diferentes horários, no entanto a carga horária diária situou-se habitualmente nas 7h (9-12h/14-18h) sob orientação/apoio da Farmacêutica e Diretora Técnica Dr^a Ana Damião Pereira e com a ajuda de todos os restantes colaboradores.

Objetivamente, o estágio I proporcionou a aquisição e consolidação dos conhecimentos de “back-office” de uma farmácia comunitária, sendo estes fundamentais e indispensáveis para o funcionamento dos estabelecimentos de saúde em questão. Apesar disso, uma das principais funções de um farmacêutico é o contacto com o utente através do ato de atendimento. Este inclui a atividade de dispensa de medicamentos e/ou outros produtos de saúde e envolve competências conseguidas e praticadas ao longo de todo o curso, nomeadamente durante a unidade curricular do 5º ano, Prática de Farmácia II.

Facto comum a todas as farmácias, o funcionamento destes estabelecimentos de saúde só é possível se existir harmonia entre as diferentes atividades e componentes intrínsecas à atividade farmacêutica, onde é possível destacar de uma forma global as seguintes áreas:

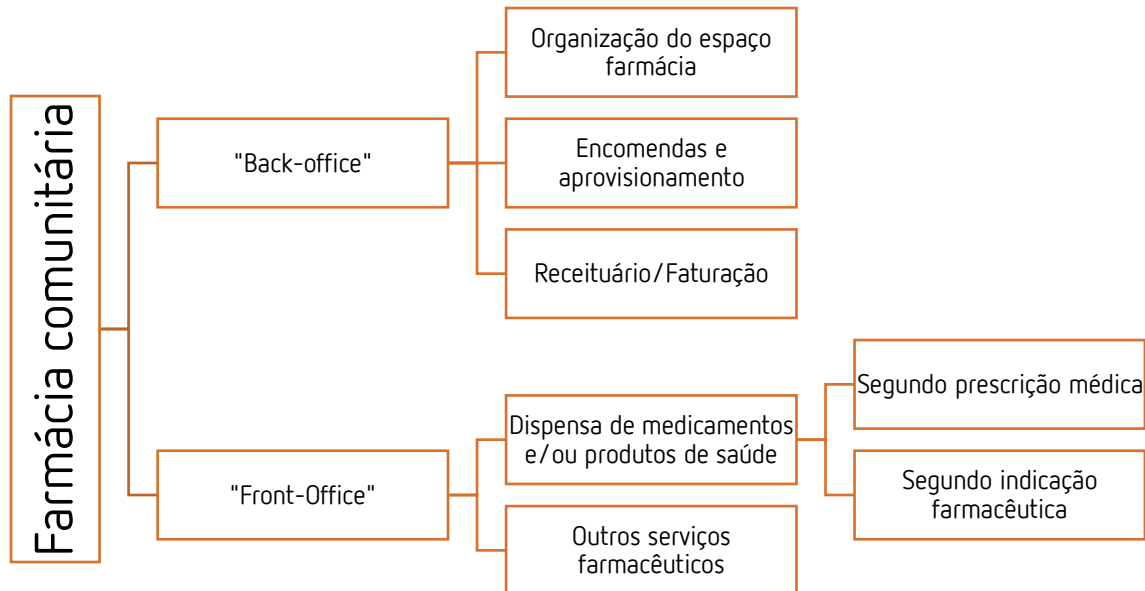


Figura 1 - Esquema resumo da atividade desenvolvida pelo estagiário

O Estágio II visa a compreensão do ciclo do medicamento/produto de saúde, desde a sua origem até ao momento da sua dispensa, e possibilita o contacto com os utentes, os profissionais de saúde homólogos, os seus colaboradores e também com a dinâmica diária da farmácia.

Ao longo deste relatório versarei todos os tópicos por mim abordados e vivenciados durante o estágio, na Farmácia Coutinho.

1. Qualidade

a) Normas da qualidade

A prática de um serviço farmacêutico de qualidade, no contexto das farmácias comunitárias, é associada, habitualmente, à implementação das Boas Práticas de Farmácia (BPF) e também das normas da Organização Internacional para a Padronização (ISO).

A qualidade em farmácia comunitária envolve todo um leque de normas que podem ser consultadas em qualquer momento, nos documentos disponibilizados pela Ordem dos Farmacêuticos. Estas encontram-se divididas em normas gerais e específicas.^[1]

Durante a atividade em farmácia comunitária, os profissionais de saúde envolvidos deverão não só ter conhecimento da sua existência, mas colocar em prática, de forma permanente, esses referenciais.

b) Boas Práticas de Farmácia e Sistema de gestão de qualidade

As Boas Práticas de Farmácia correspondem a um documento dinâmico, de pressuposta atualização constante, que tem como objetivo uma melhoria contínua dos processos e organização do espaço farmácia, a redução da ocorrência de erros e, sobretudo, o aumento do grau de satisfação dos utentes das farmácias.^[2]

Só é possível atingir um nível de excelência quando se respeitam e cumprem os principais tópicos incluídos na manutenção da qualidade, referente às boas práticas de farmácia:

- Organização;
- Normalização;
- Prevenção;
- Gestão;
- Melhoria;
- Satisfação;

Durante a experiência como estagiário na FC, tive oportunidade de presenciar uma atividade farmacêutica racional e responsável que vai de encontro aos desígnios das BPF.

c) Sistema de gestão de qualidade na farmácia comunitária

Os principais aspetos do sistema de qualidade são fundamentais para a implementação e manutenção de um ambiente de trabalho adequado à atividade farmacêutica. Alguns dos aspetos incluem a procura contínua da melhoria nos seguintes capítulos:

- Serviços;
- Atendimento;
- Instrução;
- Organização;
- Gestão;
- Higiene.

Além desses aspetos, o sistema de gestão de qualidade deve ainda ser gerido pelo seguimento dos principais referenciais relativos às atividades farmacêuticas prestadas por uma farmácia:

- Normas ISO;
- BPF.

De uma forma geral, a gestão de qualidade em farmácia é conseguida quando se atinge um equilíbrio entre as seguintes áreas:

- Instalações/equipamentos;
- Responsabilidade;
- Formação;
- Dispensa;
- Uso racional;

- Indicação;
- Informação;
- Promoção da saúde.

O sistema de gestão de qualidade da FC assenta essencialmente na implementação das Boas Práticas de Farmácia, sendo estas apontadas como o principal alicerce da atividade profissional e cujo responsável pelo seu estabelecimento e manutenção é o Diretor Técnico.

2. Organização do espaço físico e funcional

a) Legislação em vigor respeitante ao Espaço físico, materiais e equipamentos

Tal como descrito no Decreto-Lei nº 307/2007^[3], em termos de espaço físico exterior, a FC cumpre os requisitos impostos:

- Um espaço externo facilmente identificável e característico;
- Presença do símbolo "cruz verde";
- Letreiro com o nome "Farmácia Coutinho";
- Rampa para acesso universal;
- Nome do DT visível a partir do exterior;
- Horário de funcionamento;
- Mapa de escala das farmácias de serviço no município.



Figura 2 - Exterior da FC

Uma vez que a farmácia presta atendimento noturno, no estabelecimento pode encontrar-se um postigo de atendimento, localizado na antecâmara de acesso ao interior.

Relativamente ao espaço físico interior, a FC respeita igualmente a legislação em vigor^[3] e inclui:

- Sala de atendimento

A zona de atendimento ao público é composta por lineares e gôndolas que se encontram estrategicamente colocados e representam uma forma de marketing visual excelente, sendo que os produtos colocados ao nível dos olhos ajudam a incentivar uma possível compra por impulso. Os produtos presentes são maioritariamente produtos de cosmética e higiene corporal e produtos de ortopedia.

Esta zona encontra-se composta por 4 postos de atendimento individualizados e um local para um 5º posto de atendimento "móvel". Contém várias prateleiras e gavetas ao seu redor cujo conteúdo é composto por medicamentos e produtos de saúde de venda livre.



Figura 3 - Zona de atendimento

- Gabinetes de atendimento personalizado

Para situações que necessitem de privacidade ou qualquer serviço de saúde diferenciado prestado pela farmácia, a FC possui 2 gabinetes de atendimento personalizado (GAP):

O primeiro, localizado à entrada da sala de atendimento, é utilizado para atendimento a utentes que solicitem mais privacidade, e, principalmente, para a determinação de parâmetros fisiológicos e bioquímicos.

O segundo localiza-se perto dos postos de atendimento, e é o local utilizado pelos profissionais de saúde para a administração de injetáveis.



Figura 4 - GAP 1 e GAP 2

- **Armazém**

O armazém corresponde ao local onde se encontram armazenados os medicamentos e produtos de saúde após a sua chegada à farmácia via armazenista/fornecedor.

No caso da FC, o armazenamento dos produtos é feito, maioritariamente, com recurso a gavetas deslizantes (figura 5), alfabeticamente organizadas, e tendo em conta a divisão entre medicamentos de marca e medicamentos genéricos, de forma a facilitar a sua localização aquando do ato de dispensa. De referir ainda que a farmácia possui vários termo-higrómetros para monitorização da temperatura e humidade relativa.

- Produtos de frio - Para produtos que necessitem de ser conservados no frio (2 a 6°C), a farmácia dispõe de um frigorífico, onde é possível encontrar insulinas, vacinas, colírios, entre outros.
- Prateleiras e gavetas - Além dos locais anteriormente mencionados, a farmácia contém várias prateleiras e gavetas posicionadas de forma organizada e intuitiva para os seus colaboradores, onde é armazenado o “stock” que ultrapassa o suportado pelas gavetas, podendo ser utilizado para reposição.
- Medicamentos estupefacientes e psicotrópicos - De referir que os medicamentos psicotrópicos se encontram armazenados em local de acesso restrito.

Na área pertencente ao armazém estão localizados:

- 2 computadores com leitores óticos;
- 2 impressoras;
- 1 telefone e 1 telemóvel.

É nesta zona que se realiza a receção de encomendas, etiquetagem de produtos de venda livre, verificação de prazos de validade, gestão de devoluções, conferência da faturação e outras atividades, sempre recorrendo ao “software” informático SIFARMA®. De referir que este está presente em todos os computadores da farmácia, facilitando imenso a atividade dos colaboradores.



Figura 5 - Gavetas deslizantes

- **Laboratório**

É o local destinado à elaboração dos preparados oficiais e fórmulas magistrais, além do armazenamento das matérias-primas que chegam à farmácia e são utilizadas na preparação dos medicamentos manipulados.

O laboratório cumpre com todos os requisitos de higiene, instalações e aparelhos[anexo1].

Apesar de ser cada vez menos utilizado, é um local obrigatório por lei^[3] e dispõe de todos os equipamentos necessários à preparação deste tipo de medicamentos.

- **Instalações sanitárias**

A FC possui 2 instalações sanitárias, uma para utilização dos seus colaboradores e a outra para utilização dos utentes.

Em relação à localização e organização, é de salientar que a FC é uma das 2 farmácias comunitárias presentes em Vila das Aves e localiza-se na Rua 25 de Abril, sendo que o seu horário de funcionamento é bipartido:

- Segunda a sexta – 8:30-24:00h
- Sábados, Domingos e Feriados – 9:00-24:00h

b) Recursos humanos – Identificação, categoria profissional, responsabilidades e funções

O bom funcionamento de uma farmácia apenas é conseguido quando os seus membros trabalham harmoniosamente em conjunto e, no caso da FC, procura-se sempre alcançar o nível de excelência coletivo.

A equipa da Farmácia Coutinho é constituída por 10 profissionais de saúde (farmacêuticos e técnicos de farmácia) e 1 técnica de limpeza, que contribuem para a formação do quadro profissional.

A farmácia cumpre com a lei no que diz respeito ao quadro farmacêutico, apresentando sempre, durante o seu funcionamento, pelo menos um farmacêutico, ou o seu legal substituto.^[3]

As funções dos profissionais de saúde são várias, podendo destacar-se:

- Atendimento;
- Aprovisionamento;
- Medição de parâmetros bioquímicos, fisiológicos e antropométricos;
- Administração de injetáveis;

- Faturação;
- Receituário;
- Controlo de psicotrópicos;
- Controlo dos MM;
- Gestão da farmácia;

c) Relações de trabalho

A entreajuda, aliada à distribuição equilibrada das diferentes funções permite que a farmácia apresente uma dinâmica de trabalho muito eficiente.

Destaco da minha experiência o facto de todos os colaboradores da farmácia demonstrarem enorme disponibilidade para ajudar e esclarecer dúvidas durante todo o período de estágio, e posso testemunhar que na FC se trabalha realmente com espírito de equipa.

3. Biblioteca e fontes de informação

a) Publicações de existência obrigatória

Na Farmácia Coutinho encontram-se várias fontes de informação em formato físico, entre elas:

- Farmacopeia Portuguesa (9ª edição);
- Formulário Galénico Português;
- Prontuário terapêutico (11ª edição).

É ainda possível recorrer aos computadores para aceder às versões digitais de qualquer documento, desde o prontuário terapêutico online até aos documentos de BPF publicados na Ordem dos Farmacêuticos.

A Farmácia Coutinho utiliza, em todos os seus computadores, o “software” SIFARMA®, sendo a versão mais atual do programa disponibilizado pela Glintt - Healthcare Solutions, S.A.®, atualmente utilizado para o módulo de atendimento e a versão anterior (SIFARMA2000®) para a maioria das restantes tarefas de “BackOffice” e relacionados.

b) Centros de informação e documentação nacionais e internacionais

Além de todas as fontes de informação mencionadas, a FC ainda tem à sua disposição diversos protocolos de indicação farmacêutica disponibilizados essencialmente pela ANF ao longo dos anos.

4. Circuito dos produtos de saúde na farmácia comunitária – Aprovisionamento de matérias-primas, dispositivos médicos, medicamentos e/ou outros produtos de saúde

a) Tipos de encomendas

De uma forma geral, as encomendas podem ser classificadas de acordo com a seguinte nomenclatura:

- Diária;
- Instantânea;
- Reforço Stock;
- Manual;
- Direta.

b) Realização, receção e conferência de encomendas

Esta tarefa é essencial para o correto funcionamento de qualquer farmácia. Durante os 2 primeiros meses de estágio, a minha principal função situou-se no aprimoramento das capacidades relativas ao aprovisionamento e todas as suas ramificações práticas.

A receção das encomendas na FC, ocorre desde o momento de chegada das mesmas, em caixotes provenientes dos grossistas (apelidados de “banheiras”) até ao local onde o seu conteúdo é rececionado e armazenado no devido local.

Para realização de encomendas, os critérios a seguir são:

- Histórico de vendas;
- Hábitos de prescrição médica;
- Sazonalidade;
- Altura do mês;
- Preços nos diferentes armazenistas;
- Campanhas e bonificações.

As encomendas diárias são enviadas com base nas propostas de encomenda geradas pelo SIFARMA®, tendo ainda em conta o conhecimento dos colaboradores acerca da saída dos medicamentos, produtos de saúde (...). Este facto permite evitar quebras de stock que provocam um impacto negativo, quer na farmácia, quer no momento do atendimento ao utente. As encomendas são enviadas diariamente via SIFARMA®, antes das 13h para a encomenda diária (apenas fornecedor preferencial) e antes das 21/22h para a encomenda diária do dia seguinte (fornecedor preferencial e mais 1 dos restantes abaixo indicados).

Frequentemente, além das encomendas diárias, são ainda enviadas encomendas instantâneas, de acordo com os pedidos e necessidades dos utentes em situações de inexistência ou necessidade de reforçar o stock de um determinado produto. Nestes casos, o funcionário da farmácia recorre à funcionalidade “encomenda instantânea” do SIFARMA® e consulta a disponibilidade do mesmo, visando obtenção de informação acerca da sua existência no armazenista e também do horário provável da chegada do produto.

Desta forma, é de elevada importância a existência de afinidade na metodologia de trabalho entre a farmácia e os seus armazenistas/grossistas, principalmente o seu fornecedor principal.

No caso da FC, existem 4 distribuidores grossistas principais:

- ALLIANCE HEALTHCARE S.A® (preferencial da FC)

- COOPROFAR®
- A. SOUSA S.A®
- OCP®

Componente importantíssimo para o funcionamento de uma farmácia comunitária é a recepção de encomendas, papel que desempenhei maioritariamente no início do estágio. Salvo algumas exceções, como é o caso de determinadas encomendas em que é necessária uma submissão prévia “para papel”. As encomendas são rececionadas da seguinte forma:

1. Verificar o destinatário da encomenda
2. Recolher a fatura original e duplicada
3. Utilizando o SIFARMA2000®, dar entrada da encomenda no menu “recepção de encomendas”
4. Inserir o número da fatura, o número de embalagens e o valor total líquido, normalmente presente no final da fatura
5. Selecionar a opção “importação back to back” que permite importar todos os produtos e valores importantes
6. Utilizando a ferramenta de verificação, efetuar a leitura dos produtos
7. Verificar Integridade das embalagens, prazos de validade, quantidades, preço de faturação e margem de comercialização em caso de produtos de venda livre (OTC)
8. Verificar o número total de embalagens
9. Verificar o se o valor final da encomenda corresponde ao valor descrito na fatura
10. Confirmar existência de inconformidades
11. Transferir os produtos em falta para o fornecedor mais apropriado.
12. Terminar a recepção, proceder à impressão do documento no verso da fatura do documento original e rubricar original e duplicado.

Dado o número elevado de produtos na maioria das encomendas diárias, após leitura e confirmação no programa informático, os medicamentos e produtos de saúde são colocados

num “carrinho” de acordo com a sua classificação em medicamento de marca/genérico e também a sua forma farmacêutica, para que seja facilitado o seu armazenamento nas respetivas gavetas e/ou prateleiras.

Este é o procedimento habitualmente adotado para receção das encomendas diárias. Além destas, existem ainda as encomendas diretas aos laboratórios que, salvo algumas nuances, é primeiramente confirmado o número de unidades e depois rececionada de forma semelhante.

c) Documentos associados a encomendas

Os documentos que acompanham as encomendas são os seguintes:

- Faturas – Original/duplicado/triplicado;
- Notas de crédito - Original/duplicado/triplicado;
- Notas de devolução - Original/duplicado/triplicado.

d) Preços de medicamentos e/ou produtos de saúde

O preço dos medicamentos raramente é definido pela farmácia, no entanto existem ocasiões em que esta situação se verifica. Existem determinados produtos, nomeadamente alguns produtos cosméticos e de higiene corporal, produtos dietéticos e produtos de alimentação especial, cuja marcação de preço pode ser definida pela farmácia. Nestes casos, a FC estabelece uma margem que pode ser ajustada tendo em conta algumas variáveis.

Ponto importante para a definição dos preços são as condições de compra destes itens.

Após atribuição do preço, procede-se à impressão das etiquetas para posterior colagem nas respetivas embalagens e armazenamento.

e) Locais e condições de armazenamento

O armazenamento é conseguido através do recurso à vasta área de “armazém” da farmácia, organizada de acordo com as condições de temperatura e humidade relativa requeridas por

cada medicamento/produto de saúde em particular. Normalmente são enquadrados em 2 categorias:

- Armazenamento normal (temperatura 15-25°C e humidade relativa 40-60%);
- Armazenamento obrigatório no frio (recurso ao frigorífico - temperatura compreendida entre 2 e 6°C).

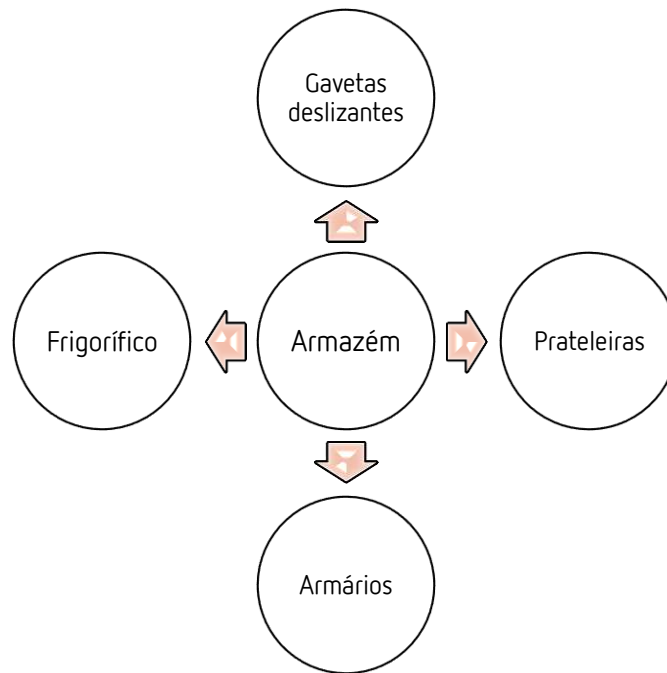


Figura 6 - Composição do armazém

Na FC, o armazenamento de matérias-primas, dispositivos médicos, medicamentos e/ou outros produtos de saúde é conseguido através da separação dos mesmos por "categoria":

- Medicamentos de marca;
- Medicamentos genéricos;
- Soluções e suspensões orais;
- Medicamentos psicotrópicos e estupefacientes;
- Medicamentos veterinários;
- Dispositivos médicos.

Além destes, ainda são armazenados e expostos na farmácia, os PCHC, dispostos nos diferentes lineares e gôndolas que compõem a área de atendimento.

f) Prazos de validade

Na FC existem pelo menos 2 colaboradores responsáveis pela verificação prévia dos medicamentos e produtos de saúde com prazos de validade a expirar. Um deles realiza este procedimento nos produtos com validade a expirar dentro de 6 meses e o outro 4 meses. Este processo tem também a função de corrigir eventuais erros dos prazos de validade encontrados na ficha do produto do SIFARMA®. A verificação dos prazos de validade é feita recorrendo à listagem dos prazos de validade a expirar, obtida a partir de uma das funcionalidades do programa informático.

Em caso de existência de produtos cuja validade expire em breve, estes são etiquetados com uma nota de "sair 1º". Caso sejam produtos de venda livre, são colocados num local específico para tentar que o seu escoamento seja realizado o mais brevemente possível, evitando assim uma quebra para a farmácia.

g) Recolhas, devoluções e quebras

Relativamente às devoluções, estas são igualmente realizadas com auxílio do SIFARMA2000®, no menu das devoluções e os motivos mais frequentes são:

- Embalagem primária e/ou secundária danificada;
- Produto pedido por engano;
- Prazo de validade;
- Ordem de recolha de produtos.

Nestas situações, é emitida uma nota de devolução, em triplicado, sendo que o original e duplicado são rubricados e acompanham os produtos para devolução, e o triplicado é guardado em arquivo na farmácia. Desta forma, a recolha do produto em questão está pronta a ser efetuada.

Uma determinada devolução pode ou não ser aceite, caso seja rejeitada representa uma "quebra" para a farmácia.

Quando a devolução é aceite, ou é emitida uma nota de crédito que corresponde ao valor dos produtos devolvidos, ou ocorre substituição do produto.

h) Particularidades inerentes a alguns medicamentos e/ou produtos de saúde

O aprovisionamento só pode ser concluído com sucesso se existir total conhecimento dos produtos que entram/saem da farmácia. A primeira divisão que pode ser feita é a classificação em medicamentos sujeitos a receita médica (MSRM) ou medicamentos não sujeitos a receita médica (MNSRM). Deste modo, é essencial o reconhecimento dos medicamentos de marca, medicamentos genéricos, produtos fitoterapêuticos ou de alimentação especial, PCHC e até outros que representam uma parte significativa das vendas da farmácia, tais como dispositivos médicos, produtos de ostomia, entre outros.

Recorrendo a algumas definições, é possível entender melhor o enquadramento de cada um dos medicamentos/produtos de saúde que passam pela farmácia:

- MSRM - Todos aqueles que necessitam de receita médica para serem dispensados, devendo ser dotados de dispositivos de segurança, satisfazendo assim as condições impostas pela lei e podem ainda ser classificados em^[4]:
 - Medicamentos de receita médica renovável;
 - Medicamentos de receita médica especial.
- MNSRM – Medicamentos que podem ser dispensados sem a presença de uma receita médica e são, normalmente, não participáveis. Não costumam ser dotados de dispositivos de segurança, salvo exceções e apenas devem ser acompanhados de um folheto informativo^[4]
- PCHC – De acordo com a definição legal, um produto cosmético e de higiene corporal é qualquer preparação destinada a ser colocada em contacto com as partes externas do corpo humano ou com os dentes e as mucosas bucais, tendo em vista apenas a limpeza, proteção e manutenção do aspeto saudável das partes externas enumeradas.^[5] Assim sendo, estes produtos garantem que não existe qualquer fenómeno de absorção, caso contrário teriam de ser classificados de outra forma. Alguns exemplos são:

- Cremes hidratantes;
 - Desodorizantes;
 - Sabonetes;
 - Pastas dentífricas;
 - Produtos de maquilhagem.
- Medicamentos homeopáticos – Medicamento obtido através de substâncias denominadas “stocks” ou matérias-primas homeopáticas, de acordo com um processo de fabrico descrito na Farmacopeia Europeia, ou na sua falta, uma Farmacopeia oficial. [6]
 - Produtos dietéticos – Produtos que apresentam características alimentares e valor nutritivo. São utilizados como produtos auxiliares em situações de debilidade metabólica ou como função complementar à dieta habitual. No caso da FC, a existência de uma nutricionista que presta consultas semanalmente, permite uma maior dinâmica de entrada/saída destes produtos, permitindo assim uma aposta superior nesta área.
 - Produtos de alimentação especial – Produtos alimentares adequados a um determinado regime especial de nutrição. Estes produtos devem ser aconselhados por um nutricionista ou outro profissional de saúde.
 - Produtos fitoterapêuticos – Qualquer produto que tenha como princípio ativo uma substância de origem natural, nomeadamente obtidos através de extratos de plantas ou dos seus derivados. Os mais comuns na FC são:
 - Drenantes;
 - Laxantes;
 - Medicamentos de uso Veterinário – Medicamentos com propriedades preventivas/curativas destinados ao uso animal. A FC possui uma área dedicada aos medicamentos e produtos de uso veterinário que inclui os desparasitantes internos/externos, os contraceptivos e ainda alguns antibióticos.

- Dispositivo médico – Dispositivos que podem ser utilizados para prevenir, diagnosticar ou tratar uma doença humana. Os dispositivos médicos devem atingir a sua finalidade utilizando mecanismos não farmacológicos, metabólicos ou imunológicos, permitindo desta forma a sua distinção em relação aos restantes medicamentos. São normalmente instrumentos, aparelhos ou materiais e podem ser classificados em ativos/inativos, além da sua classificação em 4 grupos de acordo com o grau de exposição/perigosidade.

5. Dispensa de medicamentos e/ou outros produtos de saúde

a) Atendimento farmacêutico

Componente essencial da atividade farmacêutica em farmácia comunitária, o atendimento deve ser o mais eficiente e personalizado possível, tendo em conta todos os fatores que podem influenciar a atividade profissional de um farmacêutico.

O atendimento farmacêutico pode facilmente ser dividido em:

- Dispensação de medicamentos/produtos de saúde;
- Indicação farmacêutica;
- Prestação de serviços farmacêuticos.

Durante o estágio na Farmácia Coutinho, tive oportunidade de realizar uma panóplia de atendimentos diferenciados, correspondente ao total de 1167. No computo geral do estágio, a distribuição global do número de atendimentos foi a seguinte:

Atendimentos

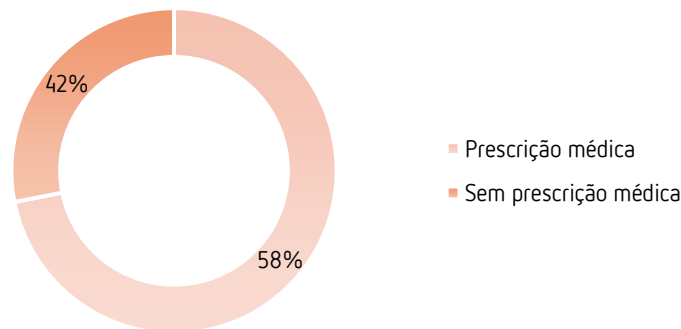


Figura 7 - Distribuição do número de atendimentos

De uma forma geral, o atendimento deve sempre seguir uma ordem lógica e padronizada previamente, mas sempre adequada e adaptada à situação e ao utente em questão. Esta ordem cronológica é habitualmente a seguinte:

1. Acolhimento - Fundamental para a criação de empatia para com o utente, esta fase é responsável pelo primeiro contacto e impacto do profissional de saúde junto dele. O discurso utilizado é, frequentemente, parte importante da relação entre utente e farmacêutico.
2. Enquadramento da situação - À semelhança do ponto anterior, o enquadramento pode ser bastante subjetivo, no entanto, é de boa prática que o mesmo seja padronizado entre todos os colaboradores de forma que a intervenção seja o mais objetiva e eficiente possível. É essencial para a averiguação da possível intervenção a realizar de seguida.
3. Identificação do utente - Após o enquadramento, é necessário que o profissional de saúde, responsável pela intervenção, seja o mais breve possível na obtenção das diferentes informações do utente. Uma vez que se trata de uma fase que envolve, na grande maioria das vezes, uma rápida recolha de informação através da comunicação e respetiva cedência de dados, é importante sobretudo saber:
 - Género;

- Faixa etária;
 - Estado de saúde;
 - Medicação habitual;
 - Histórico familiar.
4. Caracterização do tipo de intervenção - Após recolha das informações mais pertinentes, é necessário perceber qual a intervenção que irá ser realizada e de que forma a mesma pode/deve ser efetuada. De uma forma geral, e de acordo com a minha experiência como estagiário, nesta fase as intervenções são habitualmente:
- Dispensação por apresentação de prescrição médica (Importância da confirmação acerca da 1ª dispensação ou dispensação de repetição);
 - Dispensação por indicação farmacêutica (Fundamental o conhecimento e consulta dos protocolos de indicação farmacêutica);
 - Aconselhamento na área da dermofarmácia e cosmética e respetivos PCHC (Dependendo da sazonalidade e altura do ano, normalmente a dispensa de protetores solares e produtos de higiene/cuidados de cabelo, rosto e corpo);
 - Determinação de parâmetros fisiológicos/bioquímicos (Na FC os mais frequentes são a medição de pressão arterial e determinação da glicémia).
5. Realização da intervenção - Dependendo do enquadramento prévio da intervenção a realizar, esta pode ser mais rápida ou demorada, devendo sempre ser realizada de forma eficaz e segura.
6. Esclarecimento de dúvidas – Numa fase anterior ao término do atendimento, revela-se essencial que os utentes sejam questionados acerca do seu esclarecimento relativo à intervenção realizada, aspeto fundamental para que se verifique a desejada adesão à terapêutica.
7. Fecho do atendimento - Fase correspondente ao desfecho, que culmina com a despedida entre o utente e o farmacêutico, mas que pode envolver aspetos importantes como a monitorização terapêutica, automedicação responsável, entre outros.

Apesar de, na prática, nem sempre ser possível cumprir todos os passos enumerados, é de salientar que a atividade farmacêutica envolve enorme responsabilidade e, em caso de dúvida, o farmacêutico pode/deve recorrer a todas as fontes de informação necessárias para que seja possível concluir o atendimento de forma eficiente.

b) Averiguação de possíveis interações e/ou contraindicações

A intervenção farmacêutica envolve riscos e, na grande maioria das vezes, estes encontram-se associados às interações dos medicamentos e, por consequência, à sua contraindicação.

Maioritariamente, as contraindicações verificam-se quando já há uma condição prévia do utente em relação a determinada situação. As situações mais frequentes são reações alérgicas e também a gravidez, sendo que ambas devem ser despistadas durante o atendimento.

De maneira a evitar as interações, sejam elas medicamentosas ou de outra índole, é fundamental o conhecimento do histórico do utente e pode ser utilizado o seguinte esquema mental:

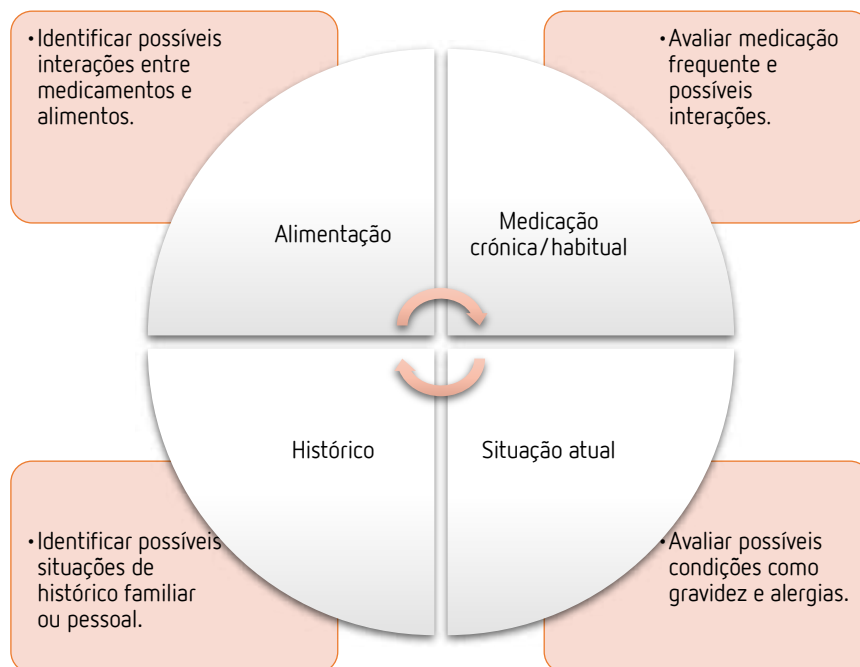


Figura 8 - Esquema de avaliação de possíveis interações

c) Regime posológico, forma e via de administração, uso racional do medicamento

O uso racional do medicamento depende não apenas do farmacêutico ou profissional de saúde que aconselha e dispensa o mesmo, mas também do utente que pode/deve utilizar o mesmo através da indicação farmacêutica, indicação médica e até da automedicação responsável. Para que o uso racional do medicamento seja implementado, é necessário o conhecimento aprofundado dos regimes posológicos, formas e vias de administração, assim como outros tópicos fundamentais:

- Necessidade;
- Efetividade;
- Segurança;

Além do cumprimento do regime posológico, forma e via de administração, é indispensável que o farmacêutico esteja sempre pronto a transmitir essa informação científica ao utente da maneira mais transparente e simples possível, evitando futuros problemas de falta de adesão à terapêutica e também problemas com falhas no cumprimento da terapêutica farmacológica, com consequente aparecimento de situações negativas que poderiam ser evitadas, caso fosse respeitado o princípio do uso racional do medicamento.

d) Comunicação verbal e não verbal

Segundo a minha experiência como estagiário, parte do cumprimento do regime posológico e respetiva adesão à terapêutica provém da capacidade do médico/farmacêutico/técnico de farmácia em transmitir a informação relativa à necessidade, efetividade e segurança da medicação. Como tal, é essencial que a mesma seja passada de forma transparente e objetiva, sendo por isso importantíssimo a utilização das diferentes formas de comunicação.

Uma das principais ferramentas que um farmacêutico deve recorrer é a objetividade da sua linguagem verbal, sempre complementada pela comunicação não verbal. A complementaridade das duas permite aumentar o grau de empatia e afinidade entre utente e farmacêutico, garantindo assim um elevado grau de comprometimento do utente para com o cumprimento da terapêutica.

e) Promoção da adesão à terapêutica

Tal como referido anteriormente, a adesão à terapêutica depende de vários fatores que devem sempre ser considerados no momento do ato da dispensa/dispensação de medicamentos nas farmácias. Este problema é bastante grave, principalmente nas doenças crónicas, onde se verifica que cerca de metade da população residente nos países desenvolvidos não cumpre as prescrições médicas até ao final.^[7]

Segundo informações da Organização Mundial da Saúde ^[7], existem pelo menos cinco áreas significativas que influenciam a adesão à terapêutica:

- Motivos socioeconómicos;
- Motivos relacionados com os serviços de saúde e profissionais de saúde;
- Motivos relacionados com o tratamento e compreensão do esquema terapêutico, efeitos secundários e ausência de resultados imediatos;
- Motivos relacionados com a doença (gravidade e comorbilidades que podem advir da patologia e tratamento respetivo).
- Motivos relacionados com o utente, principalmente a falta de literacia em saúde, esquecimentos e a crença no aparecimento de possíveis efeitos secundários e resultados negativos da medicação.^[7]

Além dos mencionados, um dos motivos com que me deparei mais frequentemente no meu período de estágio é a descrença na medicação devido à inexistência de sintomatologia a curto/médio prazo, sendo este facto mais evidente nas doenças crónicas como:

- Dislipidemias
- Hipertensão arterial

Ainda assim, o esquecimento parece ser o motivo mais prevalente para a falta de adesão à terapêutica.

f) Estratégias terapêuticas não farmacológicas

A terapêutica farmacológica pode, frequentemente, ser associada à terapêutica não farmacológica e é de boa prática o conhecimento de estratégias comuns que contribuem para a melhoria do estado de saúde do utente. Durante a atividade farmacêutica ocorrem situações relativas a utentes que solicitam ajuda para o tratamento de determinados sintomas como febre, alergias, insónias (...), cuja causa pode ser desconhecida, mas o alívio da sintomatologia pode ser conseguido exclusivamente através do recurso ao aconselhamento não farmacológico. Algumas situações recorrentes em farmácia comunitária são a febre e a conjuntivite alérgica, e existem medidas não farmacológicas que ajudam a melhorar o estado do doente.

- Febre
 - Ingestão frequente de líquidos como água, chá ou sumos de fruta;
 - Adequar o vestuário à sensação de calor ou frio;
 - Manter um ambiente com temperatura constante e adequada;
 - Evitar esforços e privilegiar o repouso;
 - Lavar as mãos com frequência;

- Conjuntivite alérgica
 - Hidratar frequentemente os olhos com soro fisiológico;
 - Evitar o contacto com os alérgenos, fechar portas e janelas nas alturas do ano em que os níveis de pólen são elevados, evitar contacto com animais, cortinados, almofadas, tapetes (...);
 - Limpezas regulares no domicílio;
 - Evitar a utilização de cosméticos nos olhos;
 - Utilizar óculos de sol;
 - Evitar esfregar os olhos;
 - Aplicar compressas frias nos olhos várias vezes por dia;

- Suspender o uso de lentes de contacto durante o tratamento.
- Lavar as mãos com frequência;

g) "Cross-selling" e "up-selling"

Parte integrante de qualquer estabelecimento que lida com o cliente e funciona com base na venda ao público, as farmácias não são exceção e uma das formas de incrementar as saídas é através da utilização do "cross-selling" e do "up-selling".

Durante o estágio, tive oportunidade de efetuar algumas vendas utilizando estratégias de "cross-selling", sendo a mais comum o aconselhamento de um produto de limpeza de rosto quando determinado utente solicita um creme hidratante para o rosto. Este aspeto é fundamental para que o creme exerça a sua função na pele da forma mais eficaz e cabe ao farmacêutico aconselhar da melhor maneira possível, aproveitando desta forma para adicionar outro produto à já expectável venda e realizar uma venda cruzada.

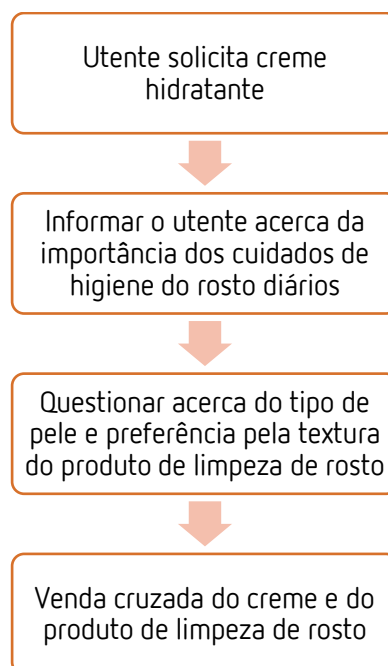


Figura 9 - Esquema de venda cruzada

Além das vendas cruzadas, outra forma de escoar os produtos de uma farmácia centra-se na tentativa de mostrar/vender ao utente um determinado item "melhor", ou que teoricamente representa uma melhoria ou incremento de qualidade/quantidade

relativamente ao inicialmente pretendido. Este facto pode ser alcançado quando se troca por ex: um suplemento vitamínico mais simples por um multivitamínico de valor acrescido para a farmácia e mais adequado à situação exposta e requerida pelo utente.

h) Cuidados a ter na conservação pós-dispensa

No ato da dispensa, na fase correspondente ao término do atendimento, o farmacêutico deve sempre relembrar os cuidados a manter na conservação dos medicamentos, facto que torna proporções mais importantes em alguns casos que ocorrem com alguma frequência na farmácia:

- Conservação de medicamentos/produtos de frio - Alertar para a necessidade de o utente manter sempre os mesmos no frigorífico. Este facto verifica-se frequentemente na dispensa de insulinas e vacinas, onde se verifica a necessidade de questionar o utente acerca do futuro momento de administração das mesmas e da necessidade de avisar o utente para a sua conservação em local adequado caso a administração não seja feita nos momentos que sucedem a dispensa. Podem ser entregues sacos especiais que evitam variações bruscas de temperatura e permitem que o utente se desloque por um período mais prolongado na posse dos medicamentos cuja conservação é obrigatória no frio(2-8°C);
- Conservação de colírios - Alertar para a particularidade de os colírios serem preparações mais sensíveis à degradação e o seu prazo de validade após abertura ser de 28 dias (salvo exceções);
- Conservação de PCHC - Alertar para o prazo de validade específico de cada um após abertura, de maneira que sejam garantidas as ideais propriedades físico-químicas do produto no momento da sua utilização.
- Conservação de antibióticos após reconstituição - A maioria dos antibióticos, na forma de suspensão oral, requer conservação no frigorífico.

i) Resultados negativos da medicação

O seguimento farmacoterapêutico pode ajudar a prevenir/resolver o aparecimento de determinados RNM, seja através da utilização da metodologia DADER, a sua adaptação ou outra utilizada pelo farmacêutico.

Desta forma, é essencial que se assegure a necessidade, efetividade e segurança da medicação.

6. Dispensa de medicamentos e/ou outros produtos de saúde por apresentação de prescrição médica

a) Formas, modelos e validação de uma prescrição médica

As prescrições médicas são responsáveis por uma grande parte dos atendimentos farmacêuticos e, pessoalmente, representaram a maioria das intervenções realizadas na FC desde que comecei a realizar atendimentos.

Atualmente, as prescrições mais encontradas no ambiente de farmácia são as prescrições eletrónicas, denominadas de guias de tratamento para o utente. São prescritas pelos médicos e, frequentemente, entregues ao utente em formato físico (guia de tratamento em papel) ou são enviadas para o telemóvel do utente, com informação do nº prescrição, código de acesso e código de direito de opção. Além destas, os médicos ainda prescrevem receitas manuais, caso se verifique uma das seguintes quatro condições:


- Falência informática;
- Inadaptação do prescritor;
- Prescrição no domicílio;
- Máximo de 40 receitas prescritas no espaço de 1 mês.

Atualmente existem 3 formas de prescrições médicas(receitas):

- Prescrição eletrónica desmaterializada - (a mais comum) este tipo de prescrição é acessível e interpretável por equipamentos eletrónicos, ou seja, no momento de prescrição, os "softwares" têm de validar e registar a receita de medicamentos no sistema central de prescrições:^[8]
- Prescrição eletrónica materializada - a prescrição é impressa. Esta apenas pode ocorrer em modo online, ou seja, no momento de prescrição, os "softwares" têm de validar e registar a receita de medicamentos no sistema central de prescrições, antes da sua emissão em papel;^[8]
- Prescrição manual - Anteriormente utilizadas de forma global, agora apenas surgem em situações excecionais cujas condições para que as mesmas ocorram foram mencionadas acima.

No âmbito da farmácia comunitária, as prescrições surgem naturalmente na forma de guias de tratamento para o utente e seguem os seguintes modelos:

Formato mais frequente:^[9]


REPÚBLICA PORTUGUESA
 SAÚDE

Guia de tratamento da prescrição n.º:  *134589466636494994*

Guia de Tratamento para o Utente Data: 2017-09-08
 Não deixe este documento na Farmácia

Utente: _____ Local de Prescrição: _____
 Código de Acesso e Dispensa: *000000* Código de Opção: *0000* Prescritor: _____
 Telefone: _____

DCI / Nome, dosagem, forma farmacéutica, embalagem, posologia	Quant.	Validade da prescrição	Encargos*
1			
2			
3			

Figura 10 - Prescrição eletrónica

Formato menos frequente:

Receita Médica N.º 8010000005142047107

RECEITA MANUAL
Exceção legal:
 a) Falência informática
 b) Inadaptação do prescriptor
 c) Prescrição no domicílio
 d) Até 40 receitas/mês

REABILITAÇÃO
 Prescrição

DCI 7 Nome, dosagem, forma farmacéutica, embalagem N.º Extensão

DCI 7	Nome, dosagem, forma farmacéutica, embalagem	N.º	Extensão
1	Ib-u-ron gel mental	8	
2		8	
3		8	
4		8	

Validade: 30 dias
Data: 25-06-2020
(Assinatura do Médico Prescriptor)

Figura 11 - Prescrição manual

Ao contrário do ilustrado na figura 11, a validação da prescrição médica é feita assegurando que a receita manual inclui, além dos necessários critérios científicos, os seguintes:

- Data;
- Assinatura do médico;
- N.º utente;
- Entidade responsável;
- Validade;
- Motivo da prescrição manual.

b) Guia de tratamento, código de acesso e código de direito de opção

O utente pode apresentar-se na farmácia com a sua guia de tratamento em papel, no telemóvel ou através de receita manual (casos excecionais).

As prescrições são lidas com auxílio do scanner ou digitação manual do nº da prescrição e de seguida o código de acesso. O código de direito de opção pode ser introduzido durante a seleção do medicamento genérico/marca, relativo ao princípio ativo e à forma farmacêutica prescritas pelo médico. Este código é de elevada importância dada a prioridade do utente na sua escolha autónoma em relação à medicação.

c) Interpretação científica da prescrição médica

As prescrições médicas devem ser realizadas por denominação comum internacional (DCI) e conter os seguintes elementos:

- DCI;
- Dosagem;
- Forma farmacêutica;
- Nº embalagens;
- Posologia;

Para se poder aviar uma receita é assim necessário que estejam presentes estas informações científicas, sendo assim possível ao farmacêutico a dispensa dos medicamentos/e ou produtos de saúde que constam na prescrição.

d) Particularidades de determinados medicamentos (Medicamentos manipulados, medicamentos estupefacientes e produtos do protocolo da Diabetes *mellitus*)

Em farmácia comunitária existem medicamentos sujeitos a regimes e regras especiais, o que acresce diferentes encargos e responsabilidades em relação ao momento da dispensa dos mesmos.

1. Medicamentos manipulados

A preparação de medicamentos manipulados é cada vez menos frequente nas farmácias comunitárias. No caso da FC ainda se pratica (ocasionalmente) a elaboração de manipulados. Importa, assim, perceber que os medicamentos manipulados podem ser classificados de forma diferente de acordo com a sua preparação.

Um MM é qualquer fórmula magistral ou preparado oficial elaborado e dispensado sob a responsabilidade de um farmacêutico.^[10]

- Fórmula magistral – Qualquer medicamento preparado numa farmácia de oficina ou serviço farmacêutico hospitalar, segundo uma receita médica e destinado a um utente;
- Preparado oficial – Medicamento preparado segundo as indicações de uma Farmacopeia ou de um Formulário Oficial, numa farmácia de oficina ou serviço farmacêutico hospitalar, destinado a ser dispensado diretamente ao utente.^[10]

A preparação deste tipo de medicamentos requer a aplicação das Boas Práticas de Fabrico que incidem sobre oito vertentes essenciais:^[10]

- Pessoal;
- Instalações e equipamentos;
- Documentação;
- Matérias-primas;
- Materiais de embalagem;
- Manipulação;
- Controlo de qualidade;
- Rotulagem.

Durante o tempo de estágio na FC presenciei e participei na elaboração de alguns medicamentos manipulados, sendo de referenciar a preparação de pelo menos um através de fórmula magistral e um preparado oficial.

Preparação de manipulado segundo prescrição médica:

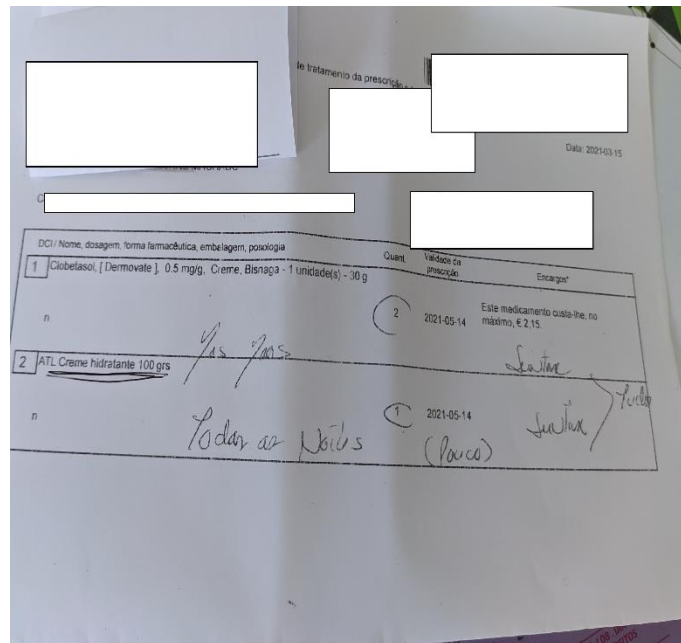


Figura 12 - Prescrição médica do manipulado



Figura 13 - Preparação do manipulado por espátulação

Manipulados de preparação segundo formulário oficial:

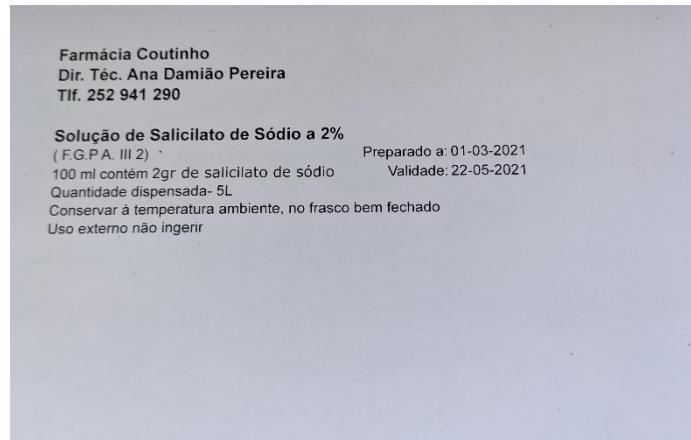


Figura 14 - Solução de Salicilato de sódio a 2%

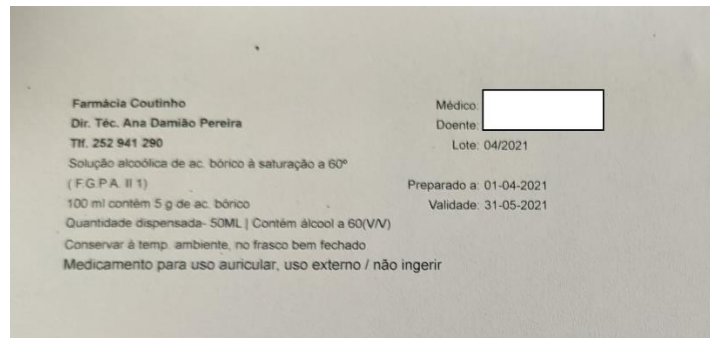


Figura 15 - Solução de ácido bórico à saturação a 60°

Os medicamentos manipulados são normalmente preparados a partir de matérias-primas que requerem conservação e documentação específica. Estas devem fazer-se acompanhar do respetivo boletim de análise onde é necessária a verificação de determinados aspetos:

- Integridade da embalagem e da matéria-prima
- N° de lote
- Prazo de validade

Desta forma, pode proceder-se ao arquivo dos documentos e quando necessário, recorrer às matérias-primas para obtenção do MM pretendido. Todos os registos devem ser realizados pelo DT ou sob sua supervisão e devem ficar arquivados na farmácia durante um prazo mínimo de 3 anos.

Por fim, a definição do valor do medicamento é (normalmente) calculada e obtida da seguinte forma:

- (Valor dos Honorários + Valor das Matérias-primas + Valor dos Materiais de Embalagem) x 1,3 + IVA

2. Medicamentos psicotrópicos e estupefacientes

Os medicamentos psicotrópicos e estupefacientes são alvo de um rigoroso controlo devido à sua associação ao consumo de drogas e outros fins ilícitos, juntamente com o facto de poderem causar fenómenos de habituação. Apesar disso, são utilizados na terapêutica de diversas patologias, algumas com elevada incidência na população. A sua utilização é controlada pelo INFARMED durante todo o ciclo do medicamento.

Este tipo de medicação é sujeito a um regime excecional de comparticipação.

Para levantamento dos medicamentos psicotrópicos, além da obrigatória prescrição médica é necessária a recolha dos seguintes dados:

- Nome + Morada;
- Nome médico prescriptor e número de inscrição na ordem;
- N.º Identificação civil;
- Data de validade do cartão cidadão;
- N.º utente do SNS;
- Ser maior de 18 anos para levantamento da medicação.

Estes são aplicáveis à pessoa que levanta a medicação e também ao utente nomeado na prescrição.

No final do atendimento são impressos 2 talões cuja finalidade é o seu arquivo para posterior controlo por parte do INFARMED e também da farmácia.

3. Produtos do protocolo da Diabetes *mellitus*

Apesar de não serem alvo de controlo tão apertado por parte das entidades reguladoras, os produtos do protocolo da Diabetes *mellitus* também são sujeitos a um regime de

comparticipação especial e representam uma elevada quota de mercado da FC. A maioria destes produtos está incluída nos seguintes grupos:

- Tiras de teste
- Lancetas
- Sensores
- Agulhas
- Seringas

Estes produtos de saúde são utilizados para monitorização da glicémia nos utentes com a patologia e normalmente são acompanhados de participação total por parte do SNS.

e) Sistemas de participação de medicamentos

Os sistemas de participação são papel integrante das prescrições médicas e do seu aviamento, sendo que, atualmente, e dado o elevado número de prescrições eletrónicas, estas são automaticamente aplicadas pelo SIFARMA®. No final do mês, antes da impressão do respetivo verbete, é utilizado o SIFARMA® para emissão de cada um dos resumos de lotes de cada um dos organismos de participação acionados no mês em questão.

Perto do final do mês, as informações relativas à participação são impressas e enviadas para o Centro de Controlo e Monitorização do SNS, acompanhadas pelo verbete correspondente ao nº lote e também a relação resumo do nº de lotes.

Sistemas de participação de lotes mais comuns:

- 01 - SNS (geral) receitas manuais
- 97x - Receitas eletrónicas sem erros
- 99x - SNS lote eletrónico sem erros

Além dos sistemas de participação comuns, existem ainda os sistemas de participação complementares, que aparecem em situações esporádicas e são normalmente relacionados com a apresentação de um cartão de beneficiário ou documento

emitido por uma seguradora. (ex.: Sindicato Nacional dos Quadros e Técnicos Bancários, correspondente ao suborganismo "01" no SIFARMA®.)

f) Receituário e faturação

Relativamente às receitas manuais, no final do seu aviamento é impressa no verso a informação relativa à dispensação da medicação, devidamente assinada, datada e carimbada.

Em relação às receitas eletrónicas, estas são agrupadas automaticamente via SIFARMA® e segundo o seu organismo de participação correspondente, sendo depois emitido o respetivo verbete (Figura 16), resumo de lotes (Figura 17) e, por fim, a fatura (Figura 18).

As receitas manuais são acumuladas ao longo do mês e após dupla conferência, estas são agrupadas em lotes de 30, tendo em conta a sua data e o organismo de participação. Quando o lote se encontra completo é emitido o verbete correspondente.

A faturação das dispensas de medicamentos é mensal e emitida em original e duplicado, no caso do SNS e Original, duplicado, triplicado e quadruplicado para os restantes.

VERBETE DE IDENTIFICAÇÃO DO LOTE									
Farmácia: FARMACIA COUTINHO						2021			
Nº Farmácia:						Abril			
						Carimbo da Farmácia			
Entidade: Caixa Geral de Depósitos									
Pl. Participação: R1 Caixa Ger Deposit-SNS									
Tipo	Nº Lote	Data Lote	Nº Receitas	Nº Emb.	PVP	Comp. Utente	Comp. Organ	Comp. Out. Organ	
90	1	27-04-2021		1	1	9,56€	5,20€	1,35€	3,01€
Nº Ordem	Emb.	Receita nº	Nº Membro	PVP	Comp. Utente	Comp. Organ	Comp. Out. Organ		
1	1			9,56€	5,20€	1,35€	3,01€		


Figura 16 - Exemplo de verbete de identificação do lote

RELAÇÃO RESUMO DE LOTES

Farmácia: FARMACIA COUTINHO						MES: Abril	
Nº Farmácia:						ANO: 2021	
Entidade: Caixa Geral de Depósitos							
Pl. Participação: R97 Caixa Ger Deposit-Lote Electrónico RSP							
Tipo	Data	Nº Lote	Receitas	Embalagens	FUP	Comp. Utente	Comp. Organ.
97	07-04-2021	1	4	18	129,71€	79,04€	50,67€
Totais Globais:			4	18	129,71€	79,04€	50,67€

Figura 17 - Exemplo de Resumo de lotes

Quadruplicado
2ª Via



registro de entrada na a. n. t.
FACTURA NUM.: E009 / 43

Faturação das dispensas de medicamentos no mês 04/2021 Data de Emissão: 03-05-2021 12:08:19

FARMACIA COUTINHO Num. inscrição na a. n. t.: 111111

RCA - Farmácia e Serviços de Saúde, Lda Nº Reg. Comercio
Capital Social:
Nº de contribuinte

ENTIDADE: Caixa Geral de Depósitos
MORADA: Av. 1744 1000-100

CONTRIBUÍ:

	Quantidade de Lotes	Receitas	Preço de Venda ao público	Valor a Pagar pelos Utentes	Valor a Pagar pela Entidade
Caixa Ger Deposit-SNS	1	1	0,59€	0,21€	1,38€
Caixa Ger Deposit-Lote Electrónico RSP	1	4	129,71€	79,04€	50,67€
TOTAIS	2	5	130,30€	87,25€	52,05€
Resumo IVA		Total	Valor Incidência	Valor de Iva	
Total Participação	IVA 6%	52,05€	48,10€	3,95€	
Total Factura		52,05€	48,10€	3,95€	

São: Cinquenta e dois euros, dois céntimos

Correcção a fazer pela entidade: _____ Carimbo da Farmácia

Nº de Receitas Devolvidas _____

Valor Facturado _____ 52,05€

Valor Abatido _____

Valor a Liquidar _____

Conferente _____ Conferente _____




Figura 18 - Exemplo de fatura

A faturação é assim fechada e enviada para as entidades reguladoras.

7. Dispensa de medicamentos e/ou outros produtos de saúde por indicação farmacêutica

a) Indicação farmacêutica

São várias as situações em que os utentes se deslocam à farmácia procurando ajuda/aconselhamento relativamente a determinadas áreas da saúde. De acordo com a minha experiência de estágio, algumas das situações mais recorrentes envolveram:

- Odinofagia
- Resfriado comum
- Alergia
- Pirexia
- Desgaste físico e mental

Depois de identificado o utente e o problema que o afeta, é importante despistar todo o tipo de sintomas associados, a existência de medicação habitual que possa estar na origem dos sintomas, os comportamentos de risco recentes (...) para, de seguida, tentar perceber qual o problema que poderá estar a despoletar a sintomatologia.

Após colheita de toda a informação pertinente, existem normalmente 4 ações possíveis.

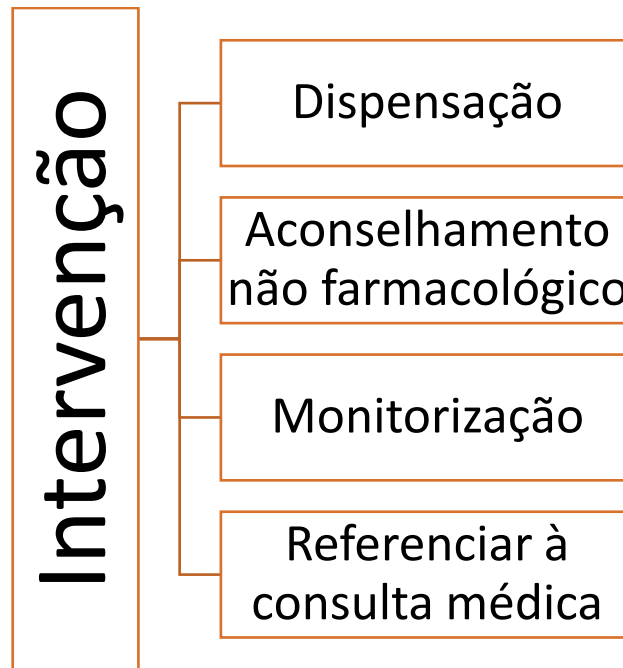


Figura 19 - Intervenção farmacêutica

b) Protocolos de indicação farmacêutica

Ferramenta extremamente útil para o farmacêutico, os protocolos de indicação farmacêutica são uma mais-valia que deve estar presente em todas farmácias para consulta. Na FC existem vários documentos impressos e em formato digital que podem ser utilizados a qualquer momento em caso de dúvida e necessidade de esclarecimento.

Nestes protocolos podem ser encontradas informações como:

- MNSRM que se podem aconselhar;
- Dosagens respetivas;
- Posologias;
- Medidas não farmacológicas;
- Sintomatologia característica de cada problema.

Exemplos de protocolos de indicação farmacêutica utilizados por mim durante o estágio:

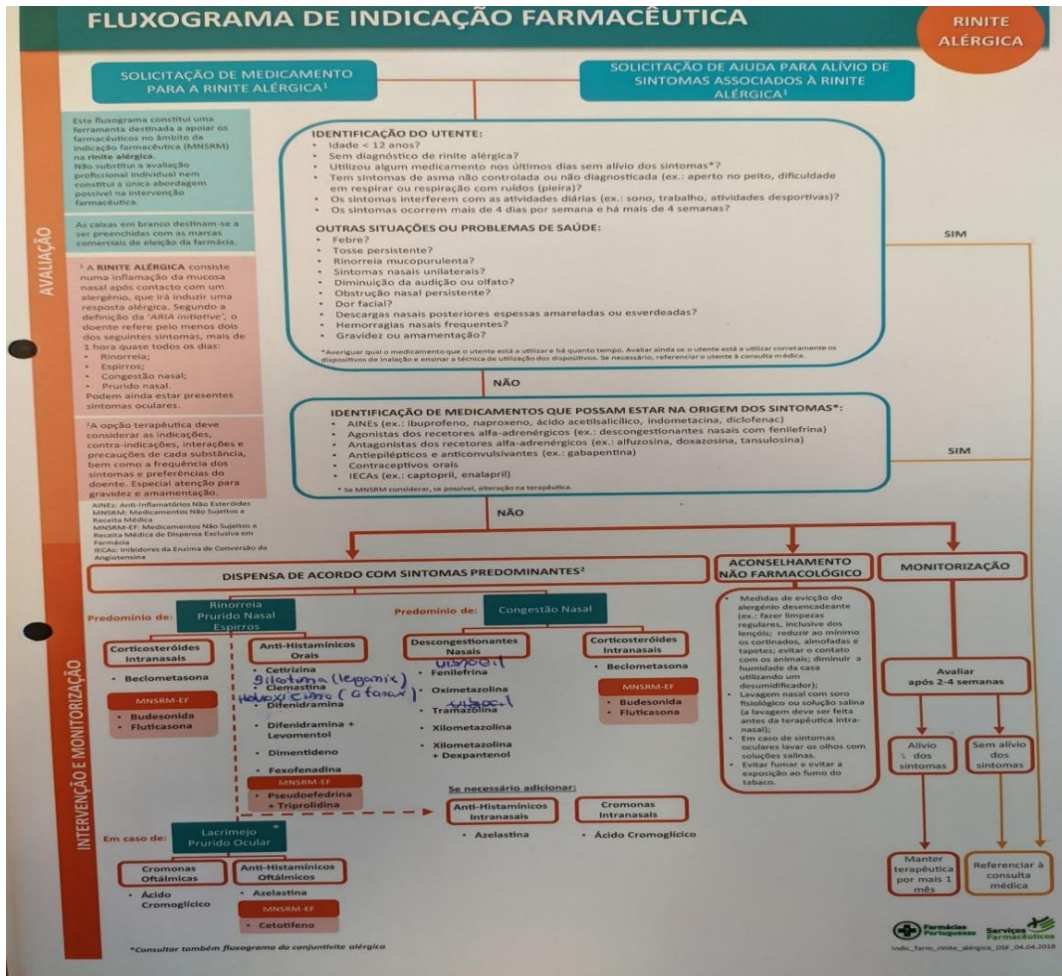


Figura 20 - Indicação farmacêutica na Rinite Alérgica [11]

27 FARMÁCIA
anos DISTRIBUIÇÃO

Protocolo de Indicação Farmacêutica nº58

Febre na criança

A febre é uma alteração da termorregulação que consiste num aumento controlado da temperatura corporal, acima dos valores normais da criança (0-12 anos). Define-se febre na criança como a temperatura retal superior ou igual a 38°C.
A febre é um sinal muito frequente nas crianças que surge como resposta a diversas patologias, tais como infeções (bactérias, vírus e fungos) e fenómenos imunológicos, tumorais, hormonais ou farmacológicos.
A febre é provocada, normalmente, por infeções, como as infeções respiratórias comuns e as gastroenterites, cuja etiologia é frequentemente viral e pode passar sem tratamento. Quando a febre for provocada por infeções no ouvido, pulmões, bexiga ou rins, normalmente de origem bacteriana, a criança necessita de observação médica.
A febre na criança pode, também, ocorrer na sequência da administração de vacinas e durante o aparecimento dos primeiros dentes.
Um ligeiro aumento da temperatura numa criança não necessita propriamente de cuidados médicos, embora seja recomendável a observação médica quando a temperatura for superior a 38°C em crianças com menos de 3 meses.
Os processos que desencadeiam a febre atuam por mediação da síntese das prostaglandinas, a nível do hipotálamo mediada pela ciclo-oxigenase, pelo que são eficazes os inibidores das prostaglandinas como o paracetamol e o ibuprofeno. Não deve ser usado o ácido acetilsalicílico em crianças.
As convulsões febris podem ser desencadeadas por alterações bruscas da temperatura, pelo que não são aconselháveis os banhos com água muito fria ou gelada.

Causa de encaminhamento ao médico

- Inferior a 3 meses
- Mais de 1 semana
- Febre > 39°C
Dificuldade em respirar
Manifestações na pele
Vómitos e diarreia
Tremores
Boca, pés e mãos arroxeados
Convulsões
- Asma
Otitite
Problemas urinários
Febre de origem desconhecida
Epilepsia

Perfil do paciente a avaliar

- 3 meses a 12 anos
- Menos de 1 semana
- Irritabilidade, dificuldade em adormecer, choro frequente
Febre ligeira
- Vacina
Primeiros dentes
Diarreia ligeira
Resfriado comum
Febre dos fenos

SINTOMAS

As crianças com febre estão irritáveis, podem dormir mal e não ter apetite. Quando a febre sobe, estes sintomas podem agravar-se e pode haver prostração e convulsões.
Frio e arrepios ou sensação de frio significa subida térmica.
De acordo com a Escala de Yale (em função da pontuação) a avaliação pode ser agrupada por sinais ou sintomas que ajudam a avaliar a gravidade da situação febril na criança:¹
1) Normal: Choro forte com tom normal ou ausência de choro, chora um pouco e para. Se acordada mantém-se atenta, acorda facilmente, pele com coloração normal, olhos normais e mucosas húmidas. Sorriente e atenta.
2) Alterações Moderadas: Choramanga ou soluça, choro intermitente, olhos semicerrados, acordar difícil, extremidades pálidas ou com acrocianose, lábios ligeiramente secos. Sorriso discreto ou pouco atenta.
3) Alterações Graves: Choro fraco ou gemido ou choro intenso. Choro contínuo, cor pálida ou cianótica ou marmoreada, ou acinzentada, turgor da pele diminuído, mucosas secas ou encovadas. Não sorri. Triste, inexpressiva ou indiferente.
Em termos gerais, febre acima dos 39°C, manifestações na pele, vómitos e diarreia, tremores. Boca, pés e mãos arroxeados são motivos de encaminhamento para o médico.
Embora a convulsão febril seja benigna, deve-se evitar recorrendo ao abaixamento da temperatura corporal.⁴

INDICAÇÃO FARMACÊUTICA

Terapêutica não farmacológica
Hidratar a criança com bebidas frescas e açucaradas, administradas em pequenas porções e de modo repetido.
Manter o ambiente fresco.
Tomar banhos com água tépida (30-33°C) durante 10 a 20 minutos.
Aplicar o antipirético 30 minutos antes do banho.
Aplicar parches de água fria várias vezes ao dia.
Não agasalhar a criança em excesso.

Terapêutica farmacológica
Fármacos utilizados no controlo da febre da criança:⁵
•Ibuprofeno supositórios*, 75mg/125mg/150mg, 7 a 10mg/Kg 3-4x dia**.
•Ibuprofeno suspensão oral*, 20mg/ml ou 40mg/ml, 20 a 30mg/Kg/dia dividido em 3 a 4 tomas/dia**.
•Ibuprofeno cápsulas moles mastigáveis 100 mg, 5 a 10 mg/Kg de peso corporal (para crianças entre os 7 e 12 anos). Cada 6 a 8*.
•Paracetamol suspensão oral* (40mg/ml), 10 a 20 mg/Kg de peso corporal, 3-4 X dia (dose máxima/dia (60mg/Kg peso corporal)).
•Paracetamol supositórios* (125/250mg), 10 a 20mg/Kg de peso corporal, 3-4 X dia (dose máxima/dia (60mg/Kg peso corporal)).

*As doses devem ajustadas em função da idade/peso corporal. Consultar RCM.
** Para crianças com mais de 3 meses.
Fontes: Martindale, 35ed., RCM, Informed.

PONTOS-CHAVE

- O objetivo de baixar a febre é essencialmente melhorar o bem-estar da criança e prevenir uma convulsão febril.
- Se a criança tem febre ligeira, não apresenta perda de apetite, não geme e ainda brinca a situação pode não ser preocupante para os pais.

Indicação farmacêutica

Seguimento

- Infetividade após 1 semana
- Controlo da febre (posologia adequada)

Figura 21 - Indicação farmacêutica na febre infantil [12]

8. Serviços farmacêuticos

Os serviços farmacêuticos podem ser classificados como

- Serviços essenciais - Onde se inclui a dispensa de medicamentos

- Serviços diferenciados - 3 níveis de serviços, sendo o nível 3 apenas efetuado exclusivamente por profissionais de saúde farmacêuticos.

“Enquanto espaço de saúde, a farmácia pode oferecer serviços de determinação dos parâmetros bioquímicos e fisiológicos dos utentes. Também para realizar o seguimento farmacoterapêutico o farmacêutico necessita da informação de parâmetros bioquímicos ou biológicos implicados na efetividade e na segurança da medicação. Os aparelhos de determinação utilizados devem estar devidamente validados e calibrados. Deverão ser estabelecidos protocolos relativos ao registo de resultados dos testes e que permitam a validação da qualidade dos métodos e instrumentos usados para o rastreio. Os testes deverão ser efetuados regularmente no âmbito do protocolo.” [2]

Testes rápidos de antigénio (TRAg) SARS-CoV-2 para uso profissional

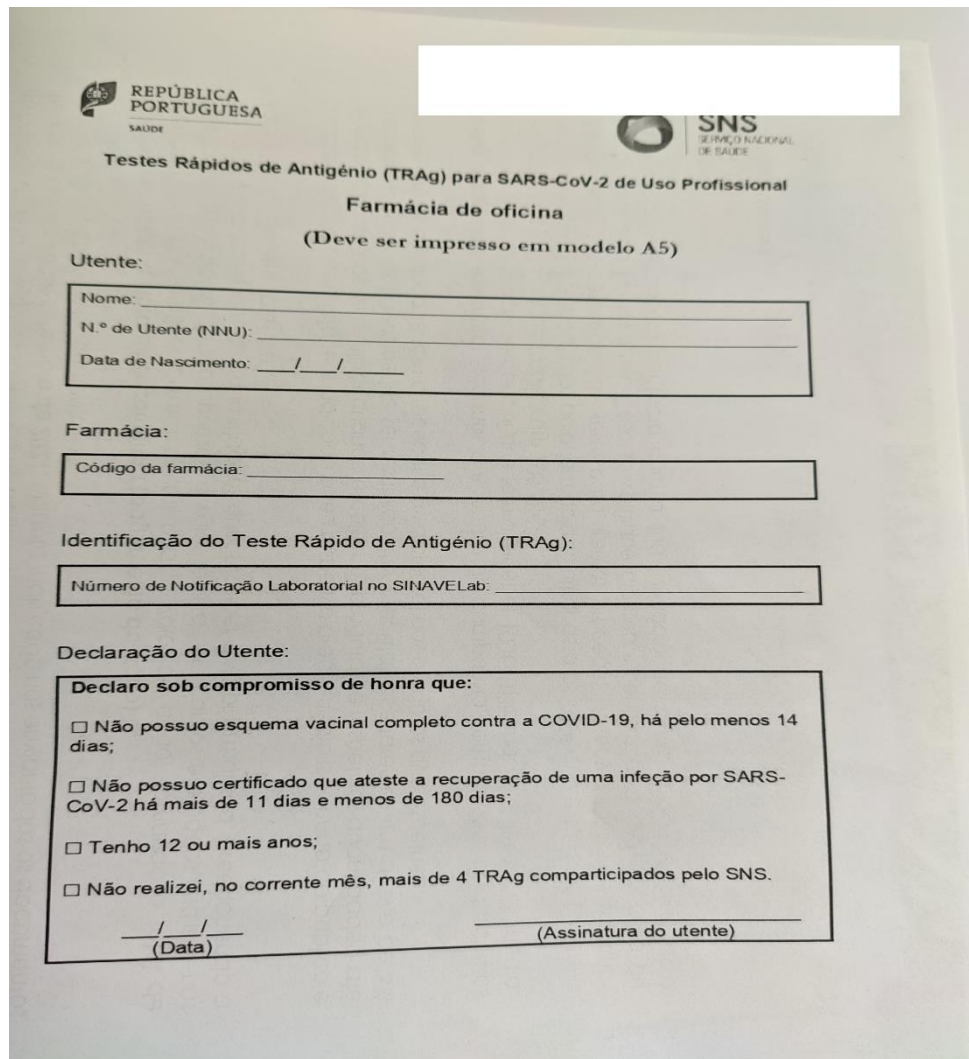
Atendendo ao panorama atual, ainda em contexto pandémico, na FC foram realizados testes de antigénio de deteção rápida de SARS-CoV-2 para uso profissional. A partir do momento em que as farmácias foram autorizadas a realizar os testes, a FC aderiu à iniciativa e o planeamento da sua realização envolveu o agendamento prévio (necessário devido à elevada procura) e a realização efetuada por profissionais de saúde, na farmácia. No entanto, para que o processo decorresse de forma eficiente era necessária a recolha prévia de dados e também a emissão posterior dos certificados de testagem.

O teste poderia ou não envolver comparticipação total, dependendo do cumprimento seguintes critérios:

- Não possuir esquema vacinal completo há pelo menos 14 dias;
- Infeção recente por SARS-CoV-2(mais de 11 e menos de 180dias);
- Idade (12 ou superior)
- Limite de 4 Testes rápidos de antigénio (TRAg) comparticipados por mês

Após recolha dos dados e preenchimento do consentimento informado e realização do teste, o serviço era selecionado via SIFARMA® e de seguida selecionada a comparticipação

(se aplicável). Para a farmácia, ficaria então registado o teste de antígeno após preenchimento dos dados, no seguinte modelo:



REPUBLICA PORTUGUESA SAUDE

SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

Testes Rápidos de Antígeno (TRAg) para SARS-CoV-2 de Uso Profissional
Farmácia de oficina
(Deve ser impresso em modelo A5)

Utente:

Nome: _____
N.º de Utente (NNU): _____
Data de Nascimento: ____/____/____

Farmácia:

Código da farmácia: _____

Identificação do Teste Rápido de Antígeno (TRAg):

Número de Notificação Laboratorial no SINAVELab: _____

Declaração do Utente:

Declaro sob compromisso de honra que:

Não possuo esquema vacinal completo contra a COVID-19, há pelo menos 14 dias;

Não possuo certificado que ateste a recuperação de uma infeção por SARS-CoV-2 há mais de 11 dias e menos de 180 dias;

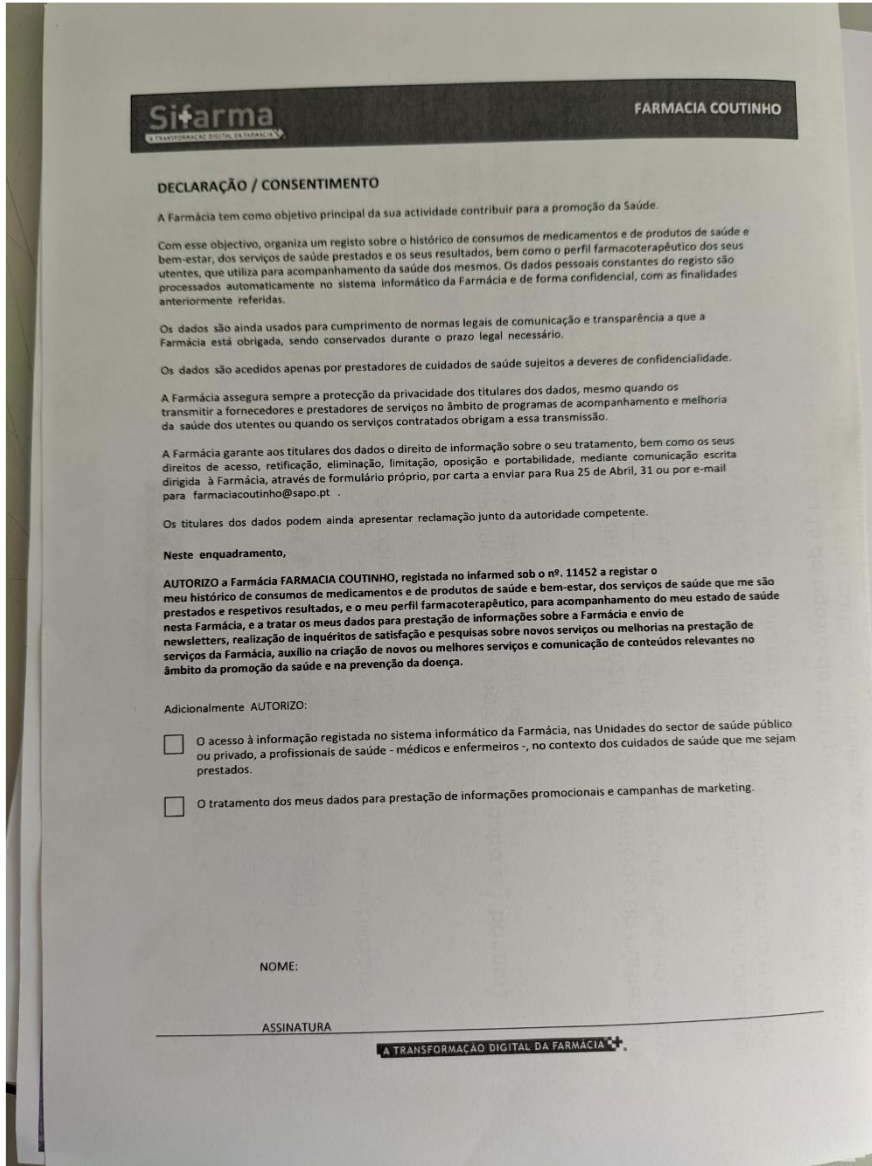
Tenho 12 ou mais anos;

Não realizei, no corrente mês, mais de 4 TRAg participados pelo SNS.

_____/_____/_____
(Data)

(Assinatura do utente)

Figura 22 - Documento modelo relativo aos TRAg



Sifarma FARMACIA COUTINHO

DECLARAÇÃO / CONSENTIMENTO

A Farmácia tem como objetivo principal da sua actividade contribuir para a promoção da Saúde.

Com esse objectivo, organiza um registo sobre o histórico de consumos de medicamentos e de produtos de saúde e bem-estar, dos serviços de saúde prestados e os seus resultados, bem como o perfil farmacoterapêutico dos seus utentes, que utiliza para acompanhamento da saúde dos mesmos. Os dados pessoais constantes do registo são processados automaticamente no sistema informático da Farmácia e de forma confidencial, com as finalidades anteriormente referidas.

Os dados são ainda usados para cumprimento de normas legais de comunicação e transparência a que a Farmácia está obrigada, sendo conservados durante o prazo legal necessário.

Os dados são acedidos apenas por prestadores de cuidados de saúde sujeitos a deveres de confidencialidade.

A Farmácia assegura sempre a protecção da privacidade dos titulares dos dados, mesmo quando os transmitir a fornecedores e prestadores de serviços no âmbito de programas de acompanhamento e melhoria da saúde dos utentes ou quando os serviços contratados obrigam a essa transmissão.

A Farmácia garante aos titulares dos dados o direito de informação sobre o seu tratamento, bem como os seus direitos de acesso, retificação, eliminação, limitação, oposição e portabilidade, mediante comunicação escrita dirigida à Farmácia, através de formulário próprio, por carta a enviar para Rua 25 de Abril, 31 ou por e-mail para farmaciacoutinho@sapo.pt.

Os titulares dos dados podem ainda apresentar reclamação junto da autoridade competente.

Neste enquadramento,

AUTORIZO a Farmácia FARMACIA COUTINHO, registada no infarmed sob o nº. 11452 a registar o meu histórico de consumos de medicamentos e de produtos de saúde e bem-estar, dos serviços de saúde que me são prestados e respetivos resultados, e o meu perfil farmacoterapêutico, para acompanhamento do meu estado de saúde nesta Farmácia, e a tratar os meus dados para prestação de informações sobre a Farmácia e envio de newsletters, realização de inquéritos de satisfação e pesquisas sobre novos serviços ou melhorias na prestação de serviços da Farmácia, auxílio na criação de novos ou melhores serviços e comunicação de conteúdos relevantes no âmbito da promoção da saúde e na prevenção da doença.

Adicionalmente AUTORIZO:

O acesso à informação registada no sistema informático da Farmácia, nas Unidades do sector de saúde público ou privado, a profissionais de saúde - médicos e enfermeiros -, no contexto dos cuidados de saúde que me sejam prestados.

O tratamento dos meus dados para prestação de informações promocionais e campanhas de marketing.

NOME: _____

ASSINATURA _____

A TRANSFORMAÇÃO DIGITAL DA FARMÁCIA

Figura 23 - Consentimento informado

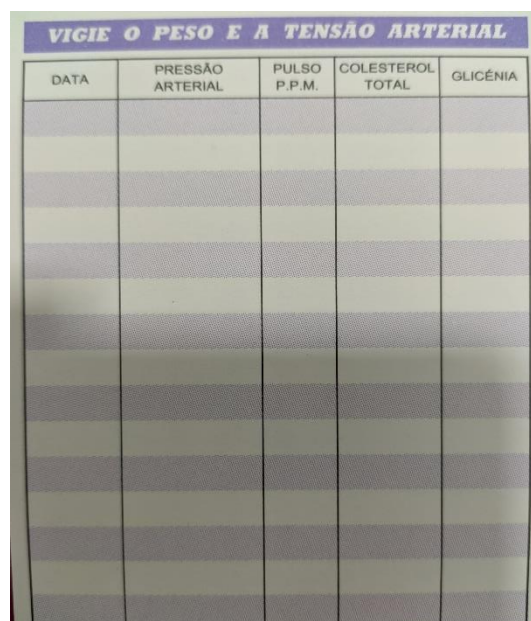
Terminada a execução do teste e o preenchimento dos documentos necessários, era de seguida entregue o relatório final do TRAg profissional, utilizado como certificado de testagem, conforme resultado negativo, com validade de até 48h.

a) Determinação de parâmetros antropométricos, bioquímicos e fisiológicos

Os serviços diferenciados complementam a atividade da farmácia e são fundamentais para a criação de laços efetivos entre a farmácia e os utentes. Durante a minha experiência enquanto estagiário tive oportunidade de realizar determinações de parâmetros, maioritariamente parâmetros fisiológicos como a pressão arterial.

A determinação de parâmetros envolve 3 fases fundamentais:

- Fase pré-analítica - Corresponde à fase de preparação para posterior determinação. Inclui a identificação do utente, a avaliação das condições do utente e confirmação das condições da farmácia;
- Fase analítica - Corresponde à determinação propriamente dita e pode incluir a medição de diferentes tipos de parâmetros
 - Antropométricos - Onde se incluem a estatura, o peso e o cálculo do Índice de massa corporal. Na FC estes parâmetros são habitualmente determinados com recurso a balança com estadiómetro.
 - Bioquímicos - Glicémia, colesterolémia. A sua determinação é menos recorrente, mas existem situações em que se verifica a sua necessidade e/ou requisição por parte do utente.
 - Fisiológicos - Os mais frequentes são a pressão arterial e frequência cardíaca e a sua determinação é a mais habitual.
- Fase pós-analítica - Corresponde à avaliação e análise dos resultados e pode incluir a monitorização terapêutica. Na FC é muito comum a atribuição de um cartão que permite acompanhar a progressão dos valores determinados nas medições.



Cartão de acompanhamento de parâmetros de saúde com o título "VIGIE O PESO E A TENSÃO ARTERIAL". O cartão contém uma tabela com 5 colunas: DATA, PRESSÃO ARTERIAL, PULSO P.P.M., COLESTEROL TOTAL e GLICÉNIA. A tabela possui 15 linhas para registo de dados.

DATA	PRESSÃO ARTERIAL	PULSO P.P.M.	COLESTEROL TOTAL	GLICÉNIA

Figura 24 - Cartão de acompanhamento presente na farmácia

b) Projeto Valormed

O projeto VALORMED® é uma mais-valia para o ambiente, representando uma alternativa ecológica para a reciclagem e eliminação dos medicamentos/ produtos de saúde e dos seus resíduos. É de elevada importância o seu conhecimento por parte dos utentes da farmácia para que estes possam acumular os seus resíduos de medicamentos e medicamentos fora de prazo para posterior entrega na farmácia comunitária.

No caso do VALORMED®, os resíduos são colocados em contentores de cartão, fornecidos pelos armazenistas a pedido da farmácia. Na FC, o ciclo que envolve o Valormed pode ser identificado da seguinte forma:

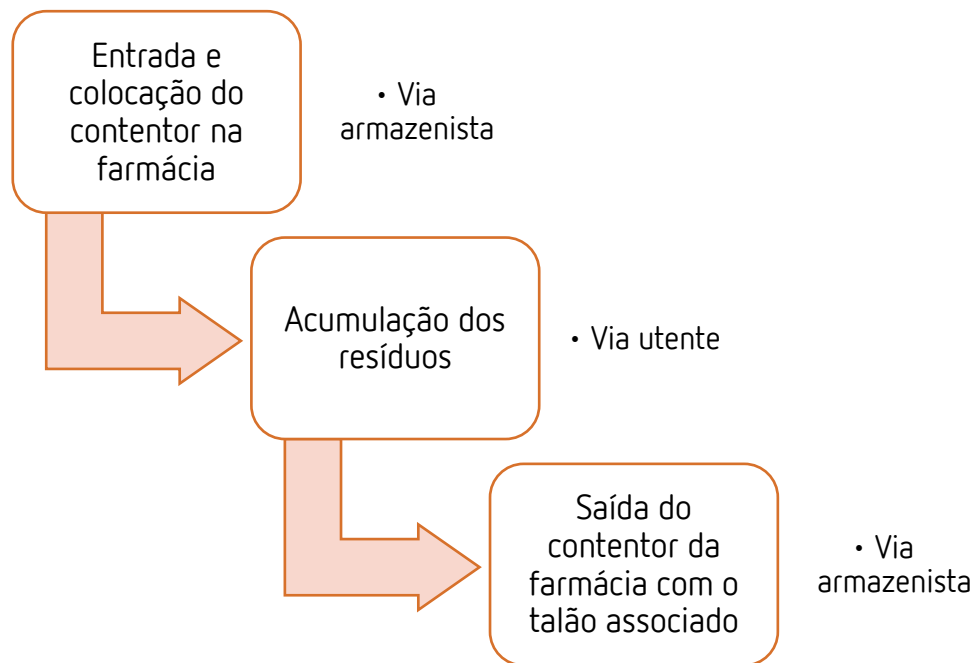


Figura 25 - Projeto Valormed na farmácia

O VALORMED® apresenta algumas regras que devem ser cumpridas:

- Podem ser entregues embalagens e medicamentos, incluindo folhetos, blisters, frascos, bisnagas entre outro tipo de embalagens primárias e secundárias;
- Não podem ser entregues seringas e outros tipos de materiais portadores de agulhas, materiais cirúrgicos, produtos químicos, aparelhos elétricos e eletrónicos.

Os resíduos abrangidos pelo VALORMED® são classificados como “resíduos especiais” e requerem tratamento específico:

- No caso das cartonagens e outro tipo de embalagens de plásticos, vidro e cartão, há possibilidade de efetuar a reciclagem;
- Os restantes resíduos são separados para posterior incineração em ambiente controlado.

f) Administração de vacinas não incluídas no plano nacional de vacinação

Na FC são administradas algumas vacinas, como a da gripe na altura do outono. No entanto, a maioria dos injetáveis administrados não correspondem ao programa de administração de vacinas. É de salientar que a administração de vacinas e outros injetáveis, por parte dos trabalhadores e profissionais de saúde das farmácias, requer a prestação e conclusão de formação oficial por parte das entidades consagradas na área da saúde.

9. Formação

O farmacêutico, como profissional de saúde, deve estar em constante atualização nas diversas componentes que envolvem a atividade farmacêutica. A constante evolução científica na área de saúde requer a procura frequente de informação e também o enriquecimento da cultura científica de cada profissional de saúde através das ações de formação.

a) Participação em ações de formação

No período de estágio na Farmácia Coutinho, tive a oportunidade de participar em diversas ações de formação (presenciais ou via WEBINAR), das quais posso destacar:

- Tecnifar® - Aconselhamento em contexto COVID;
- AVÉNE® - Cuidados de proteção solar;
- SIFARMA® - Atualizações e funcionalidades do programa informático;

- BIODERMA® - Aconselhamento dermocosmético.

Além das ações de formação mais típicas, a FC presta ainda aos seus colaboradores uma forma de atualização constante acerca das diversas marcas e produtos trabalhados recorrendo à visita de representantes das marcas relativas aos produtos de saúde comercializados.

Conclusão

Este estágio foi realizado na vertente comunitária da atividade farmacêutica e serviu para culminar o longo processo de aprendizagem e aplicação dos conhecimentos adquiridos e praticados ao longo do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas.

No decurso do período de estágio, tive oportunidade de cumprir praticamente todas as tarefas constantes do programa modelo e integrar a grande maioria dos temas relacionados de forma aplicada, estando agora em posição de afirmar que a experiência de estágio foi globalmente positiva e contribuiu de forma significativa para a minha formação curricular e pessoal, como profissional de saúde.

Apesar do estágio ter sido realizado num contexto bastante peculiar (pandemia), este não sofreu qualquer imprevisto devido à situação nacional e mundial vivida durante o tempo em que estagiei na Farmácia Coutinho.

Pelo exposto, é com o sentimento de dever cumprido que termino de redigir este relatório e espero que o meu contributo, enquanto futuro profissional de saúde farmacêutico, tenha sido tão positivo quanto a minha realização pessoal em relação aos objetivos cumpridos e alcançados ao longo de todo o percurso académico.

Referências Bibliográficas

[1] Documentos da qualidade em farmácia comunitária, disponível em:

<https://www.ordemfarmaceuticos.pt/pt/servicos/qualidade/referenciais-da-qualidade/farmacia-comunitaria/> [Consultado a (10/09/2021)]

[2] Boas Práticas Farmacêuticas para a farmácia comunitária (BPF), 3ª Edição, 2009,

[3] Diário da República. Decreto-Lei nº 307/2007, de 31 de agosto.

[4] Diário da República. Decreto-Lei nº 176/2006, de 30 de agosto.

[5] Diário da República. Decreto-Lei nº 296/98, de 25 de setembro.

[6] INFARMED - Medicamentos homeopáticos, disponível em:

<http://www.infarmed.pt/web/infarmed/entidades/medicamentos-uso-humano/autorizacao-de-introducao-no-mercado/medicamentos-homeopaticos>

[Consultado a (25/08/2021)]

[7] "E. Adherence to long-term therapies: evidence for action. Geneva: World Health Organization; 2003, p.3-7."

[8] Normas relativas à prescrição de medicamentos e produtos de saúde, disponível em

https://www.infarmed.pt/documents/15786/17838/Normas_Prescri%FF%FF%FF%FFo/bcd0b378-3b00-4ee0-9104-28d0db0b7872?version=1.3&previewFileIndex=

[Consultado a (10/09/2021)]

[9] Jornal médico, artigo "receitas", imagem disponível em:

<https://www.jornalmedico.pt/atualidade/34023-receitas-sem-papel-reduzem-fraude-em-80-desde-2016.html> [Consultado a (10/09/2021)]

[10] INFARMED - Medicamentos manipulados, disponível em:

<http://www.infarmed.pt/web/infarmed/entidades/medicamentos-uso-humano/inspecao-medicamentos/medicamentos-manipulados>

Consultado a (10/09/2021)

[11] Instituto Pharmcare. Protocolo de indicação farmacêutica na rinite alérgica. Farmácia Distribuição 2019 (320).

[12] Instituto Pharmcare. Protocolo de indicação farmacêutica na febre na criança. Farmácia Distribuição 2019 (319).

[13] D'Orazio J, Jarrett S, Amaro-Ortiz A, Scott T. UV radiation and the skin. June 2013.

[14] Balk SJ; Council on Environmental Health; Section on Dermatology. Ultraviolet radiation: a hazard to children and adolescents. Pediatrics. March 2011.

Anexos

Anexo 1 - Listagem de equipamento da FC

Alcoolómetro;	Almofarizes de vidro e de porcelana;
Balança analítica;	Espátulas metálicas e não metálicas;
Banho de água termostaticado;	Funis de vidro;
Matrizes de várias capacidades;	Pedra para a preparação de espatulados;
Goblés de várias capacidades;	Pipetas e provetas graduadas de várias capacidades;
Papel de filtro;	Termo higrómetro;
Papel indicador pH universal;	Tamises FVII, com abertura de malha 180 µm e 355 µm (com fundo e tampa);

Anexo 2 - Trabalho complementar

Realização de trabalho, de índole informativa e formativa, e respetiva apresentação do mesmo aos recursos humanos da farmácia.

O trabalho complementar desenvolvido teve como base a proteção solar infantil, com dupla finalidade:

- Apresentação da formação adaptada aos alunos do 3º ano da escola primária do agrupamento de escolas de Vila das Aves;
- Disponibilização da apresentação para os colaboradores da farmácia

Proteção solar infantil

Introdução

O trabalho complementar foi desenvolvido com a ideia inicial de informar os mais jovens e os seus familiares em relação à importância da proteção solar desde tenra idade.

Pensa-se que, atualmente, cerca de 90% dos casos e mortes devido ao cancro de pele, poderiam ser evitados. Apesar de existirem diversos fatores externos que contribuem para o aparecimento desta patologia, uma grande parte do risco atribuído ao surgimento do cancro da pele é a excessiva exposição solar, desprotegida.

No que diz respeito ao aparecimento da maioria das patologias da pele, a exposição à luz ultravioleta (UV) é o principal fator de risco modificável.^[13]

Desta forma, é essencial que a prevenção seja implementada desde cedo, através da sensibilização dos mais jovens em relação a este problema de prevalência significativa.

Projeto

Após surgimento da ideia de realizar uma ação de formação junto de alunos mais jovens, nomeadamente alunos do 1º ciclo, a iniciativa foi colocada e analisada juntamente com a monitora de estágio (Drª Ana) que estabeleceu os primeiros contactos com a marca Eau Thermale Avène® e possibilitou o desenvolvimento do projeto.

No seguimento do contacto via email, desloquei-me à escola para reunião com a professora responsável pelo agrupamento de escolas (Drª Severina Fontes) que prontamente aprovou a iniciativa e facilitou o agendamento da formação às 2 turmas do 3º ano. Assim sendo, a apresentação enviada pelo departamento da marca, foi adaptada para exposição junto dos alunos.

A iniciativa desenrolou-se com a prestação da formação (com recurso à apresentação em slides - figura 1) às 2 turmas dos alunos do 3º ano, uma da parte da manhã e outra da parte tarde e tiveram ambas duração de aproximadamente 45 minutos.

As professoras e respetivos alunos demonstraram excelente recetividade e foi-lhes solicitado que elaborassem um desenho acerca do tema para posterior exposição na Farmácia Coutinho. Por fim, foi oferecida uma lembrança à professora e a cada um dos alunos, incluindo um diploma (figura 2) e amostras de protetores solares.



Figura 1 - Slide inicial da apresentação

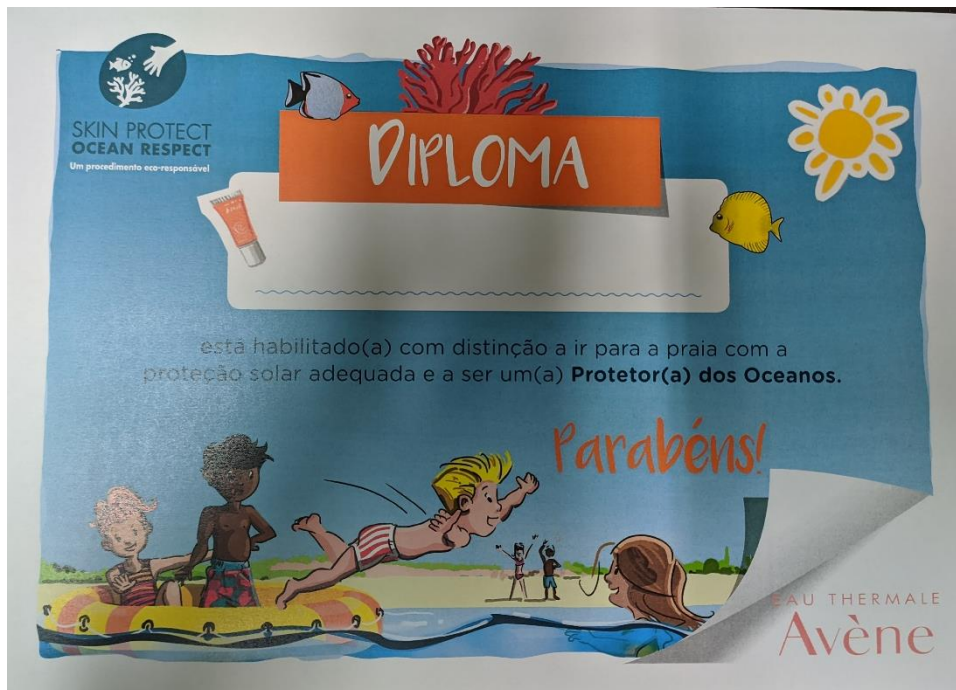


Figura 2 - Diploma entregue aos alunos

Objetivos

- Formar/ Informar os mais jovens

- Educar os mais jovens em relação aos perigos da exposição solar excessiva
- Sensibilizar os jovens e familiares para a importância da proteção solar
- Instrução relativa aos protetores solares
- Envolver a escola e a farmácia numa iniciativa favorável às 2 entidades.

Temas abordados

- **Importância do sol**
- **Efeitos do sol na pele**
 - Efeitos positivos - Síntese de Vitamina D; "Bronzeado";^[14]
 - Efeitos negativos - Tipos de radiação.^[13]

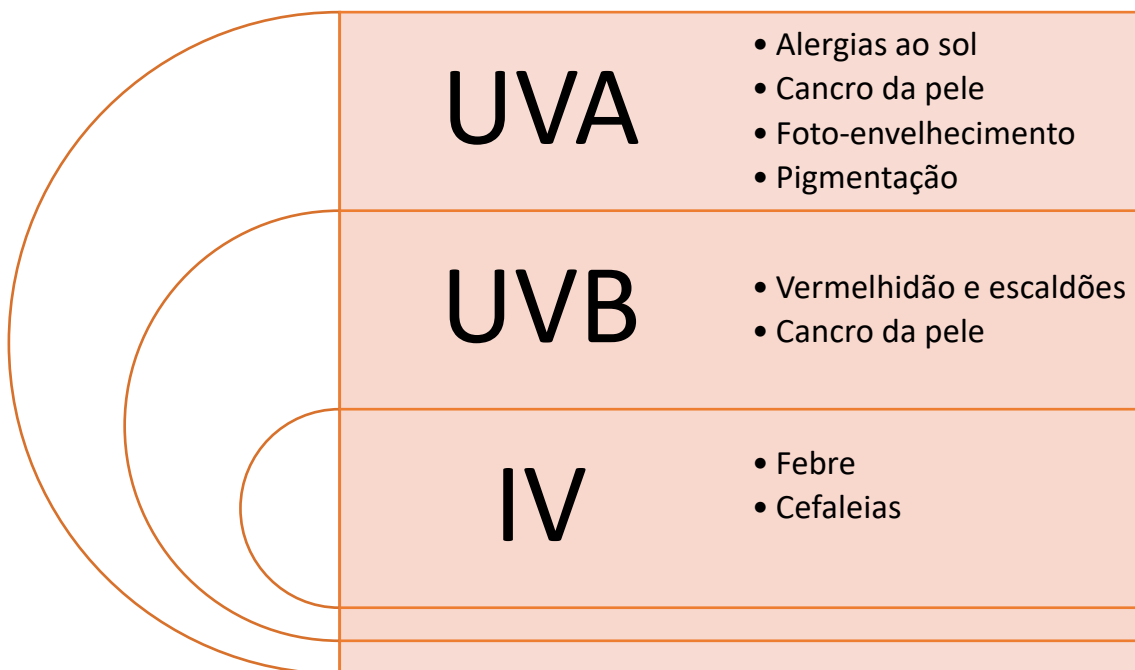


Figura 3 - Tipos de radiação e efeitos negativos

- **Intensidade da radiação**
 - Importância da altitude
 - Influência das estações do ano

- Zona do planeta
- Horário
- **Reflexo da radiação nas diferentes superfícies**
 - Areia
 - Água
 - Neve
- **Proteção natural da pele**
 - Cabelo
 - Suor
 - Fototipo ^[13]
- **Importância dos fotótipos**



Figura 4 - Descrição dos diferentes fototipos

- **Proteção solar**
 - Conselhos práticos: ^[14]
 - Aplicar protetor solar antes de sair de casa

- Evitar exposição solar entre as 11 e as 16h
- Renovar a aplicação de protetor a cada 2h e após cada banho
- Usar vestuário de proteção (óculos, chapéu etc.)
- Evitar a exposição (via reflexo) dos raios solares na neve, água e areia.
- Importância da hidratação (beber água com frequência)
- Aplicação correta do protetor solar



Figura 5 - Aplicação do protetor solar

Conclusão do trabalho complementar

A proteção solar é um tópico que deve ser relevado com frequência devido à sua importância na preservação da saúde da pele e do bem-estar em geral. O sol é determinante para a humanidade e para o planeta, no entanto os seus malefícios são conhecidos e estes devem ser evitados por todos, desde tenra idade.

Através do desenvolvimento deste trabalho complementar, tive a oportunidade de aprender e relembrar conhecimentos, além da possibilidade de apresentar a formação aos alunos

mais jovens, o que me permitiu sensibilizar a população relativamente a alguns assuntos tão importantes, como é o caso da proteção solar.