

RELATÓRIO DE ESTÁGIO II

Farmácia Campus São João

Sarah Pavadépoullé

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

—

Gandra, setembro de 2023

Sarah Pavadépoullé

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

**Relatório de Estágio II
Farmácia Campus São João**

**Trabalho realizado sob a Orientação de
Professor Doutor Vítor Seabra**

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE

Eu, Sarah Pavadépoullé, 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.

AGRADECIMENTOS

Chegando ao fim destes 5 anos de estudo, quero agradecer à todos aqueles que de alguma forma contribuíram para o meu percurso.

Começo por agradecer à minha família e amigos, especialmente aos meus pais e avós, por todo o sacrifício e compreensão, por sempre me encorajem e apoiarem.

Obrigada à diretora técnica da FCSJ, a Dra Sofia Pinto por me ter dado a oportunidade de estagiar nesta farmácia. Agradeço à todos os membros da equipa da farmácia pela forma acolhedora como fui recebida, pela atenção que tiveram comigo, por partilharem comigo sua experiência profissional, e pelas dicas essenciais que me foram transmitidas.

Gostaria também agradecer ao meu supervisor de estágio, o Professor Vítor Seabra, pela sua orientação e disponibilidade ao longo deste estágio e todos os professores do curso que nos ofereceram um ensino de qualidade, agradeço-lhes pela paciência e a dedicação na transmissão de conhecimentos.

Não posso deixar de agradecer aos meus colegas e companheiros do curso pelos momentos felizes, mas também difíceis, que passámos juntos, ao longo destes 5 anos.

RESUMO

Neste relatório, partilho a experiência que adquiri ao longo do estágio II em farmácia comunitária, última unidade curricular do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas.

O meu estágio foi realizado na Farmácia Campus São João sob a orientação da Diretora Técnica, a Dra Sofia Pinto e teve a duração de 5 meses.

Durante o estágio tive a oportunidade de saber mais sobre as funções desempenhadas pelo farmacêutico e realizar diferentes tarefas quer à nível do back-office quer à nível do front-office. Consegui adquirir competências na dispensa de medicamentos, no aconselhamento e na prevenção, e, de certa forma, na gestão da farmácia comunitária.

Na farmácia, aprendi a trabalhar em equipa com farmacêuticos e técnicos de farmácia, a gerir stocks de medicamentos, a analisar e conferir receitas, a comunicar com os utentes.

Particpei também à formações e em acções de prevenção, nomeadamente vacinações e rastreio de certas doenças, tais como Diabetes *mellitus* e hipertensão arterial.

O presente relatório destina-se à apresentação das atividades realizadas durante o estágio. Começo por apresentar a farmácia e a sua organização e continuo com a descrição mais em detalhes das diferentes atividades.

Este estágio permitiu-me ter uma visão mais concreta das responsabilidades do farmacêutico e preparar-me o melhor possível para a minha futura carreira profissional.

ÍNDICE

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE	I
AGRADECIMENTOS.....	II
RESUMO	III
1. Introdução.....	7
2. Organização do Espaço Físico e Funcional.....	8
2.1 Situação Geográfica e Horário de Funcionamento	8
2.2 Instalações e Equipamentos.....	8
2.2.1 Espaço Exterior	8
2.2.2 Espaço Interior.....	10
2.2.3 Sistema Informático.....	13
2.3 Recursos Humanos	13
2.4 Biblioteca e Fontes de Informação	14
3. Encomendas e Aprovisionamento	15
3.1 Gestão de Stock.....	15
3.1.1 Encomendas	15
3.1.2 Fornecedores	16
3.2 Rececionar, Conferir.....	16
3.3 Prazos de Validade e Devolução.....	17
3.3.1 Controlo de Prazo de Validade	17
3.3.2 Devolução.....	17
3.4 Armazenamento	20
4. Produtos Existentes na Farmácia.....	21
5. Medicamentos/Produtos Manipulados.....	23
6. Estupefacientes e Psicotrópicos	25
7. Dispensação de medicamentos e/ou outros produtos de saúde	27
7.1 Dispensação de medicamentos sujeitos à receita médica	29
7.1.1 Formas, Modelos e Validação de uma Receita Médica.....	29
7.1.2 Faturação	38
7.1.3 Sistemas de Participação.....	39
7.2 Dispensação de medicamentos não sujeitos à receita médica.....	41
7.3 Dispensação de produtos e medicamentos de uso veterinário	43
7.4 Dispensação de dispositivos médicos	44
7.5 Dispensação de produtos de dermocosmética e de higiene	44
7.6 Dispensação de suplementos alimentares e de produtos alimentação especial.....	45
8. Casos clínicos	46
8.1 Dispensa de Medicamento solicitado pelo utente.....	46

8.2 Dispensa de Medicamento por apresentação de sintomas	49
8.3 Dispensa por apresentação de Receita Médica	51
8.4 Acne e cross-selling	52
9. Serviços Farmacêuticos	54
9.1 Determinação de parâmetros bioquímicos, fisiológicos e antropométricos.....	55
9.1.1 Colesterol	55
9.1.2 Triglicérides	57
9.1.3 Glicémia.....	57
9.1.4 Pressão arterial.....	61
9.1.5 Peso e Índice de massa corporal	63
9.2 Outros serviços.....	66
9.2.1 Teste de gravidez.....	66
9.2.2 Administração de injetáveis e Vacinas não incluídas no Plano Nacional de Vacinação	67
9.2.3 Realização de Testes Rápidos antigénio	68
9.2.4 Consulta de nutrição.....	69
9.2.5 Consulta de podologia	70
9.2.6 Valormed.....	71
10. Marketing e Merchandising	73
11. Formações.....	80
12. Conclusão	83
13. Referências Bibliográficas	84
14. Anexos	Erro! Marcador não definido.

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1: FACHADA EXTERIOR.....	9
FIGURA 2: FACHADA INTERIOR.....	9
FIGURA 3: GABINETE DE ATENDIMENTO PERSONALIZADO.....	11
FIGURA 4: ARMAZÉM.....	12
FIGURA 5: NOTA DE DEVOLUÇÃO.....	19
FIGURA 6: EQUIPAMENTO MÍNIMO OBRIGATÓRIO.....	24
FIGURA 7: REGISTO PSICOTRÓPICOS E ESTUPEFACIENTES.....	26
FIGURA 8: RECEITA MANUAL E RESPETIVA INFORMAÇÃO NO VERSO.....	30
FIGURA 9: RECEITA ELETRÓNICA E RESPETIVO TALÃO DA PRESTAÇÃO.....	31
FIGURA 10: PROCESSO DE INDICAÇÃO FARMACÊUTICA.....	42
FIGURA 11: PRODUTOS FORTIMEL.....	45
FIGURA 12: EMBALAGEM TELFAST [®]	48
FIGURA 13: EMBALAGEM HIDROCORTISONA.....	49
FIGURA 14: ÁGUA MICELAR SVR.....	53
FIGURA 15: SERVIÇOS FARMACÊUTICOS E RESPETIVO PREÇÁRIO.....	54
FIGURA 16: FLUXOGRAMA PARA A DETERMINAÇÃO DA GLICEMIA.....	58
FIGURA 17: FLUXOGRAMA DE INTERVENÇÃO FARMACÊUTICA NA DIABETES.....	60
FIGURA 18: FLUXOGRAMA DE INTERVENÇÃO FARMACÊUTICA NA HIPERTENSÃO ARTERIAL.....	63
FIGURA 19: O QUE DEVE/NÃO DEVE DEPOSITAR NO CONTENTOR VALORMED.....	72
FIGURA 20: CONTENTOR E RECOLHA DO CONTENTOR VALORMED.....	73
FIGURA 21: PÁGINA FACEBOOK "DIA MUNDIAL DO CÉREBRO".....	75
FIGURA 22: GÔNDOLA COM CAMPANHAS PROMOCIONAIS.....	76
FIGURA 23: EXPOSITOR DE SOLARES BIODERMA.....	77
FIGURA 24: CUPÃO PROMOÇÃO AVENE SOLARES.....	78
FIGURA 25: FORMAÇÃO DIGITAL SVR.....	82

INDICE DE TABELAS

TABELA 1: EQUIPA DA FARMÁCIA	13
TABELA 2: ELEMENTOS NECESSÁRIOS PARA VALIDAÇÃO DA PRESCRIÇÃO	34
TABELA 3: TIPO DE LOTE DAS RECEITAS	39
TABELA 4: VALORES DE REFERÊNCIA COLESTEROL	56
TABELA 5: CRITÉRIOS DIABETES	59
TABELA 6: VALORES PRESSÃO ARTERIAL	62
TABELA 7: CLASSIFICAÇÃO IMC.....	64
TABELA 8: FORMAÇÕES INTERNAS E EXTERNAS	81

LISTA DE ACRÓNIMOS E ABREVIATURAS

BPF - Boas Práticas de Farmácia Comunitária
 β -hCG – Hormona Gonadotrofina Coriónica humana
CCMSNS - Centro de Controlo e Monitorização do Serviço Nacional de Saúde
CNP - Código Nacional do Produto
DCI - Denominação Comum Internacional
DL - Decreto-Lei
DT – Diretora Técnica
FC - Farmácia Comunitária
FCSJ - Farmácia Campus São João
GAP - Gabinete de atendimento personalizado
Glintt - Global Intelligent Technologies
HTA – Hipertensão Arterial
IAFSA – Instituto de Ação Social das Forças Armadas
IMC – Índice de Massa Corporal
INFARMED, I.P - Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde, Instituto Público
IPO - Instituto Português de Oncologia
IVA – Imposto sobre o Valor Acrescentado
MICF - Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas
MM - Medicamento Manipulado
MSRM - Medicamentos Sujeitos à Receita Médica
MNSRM - Medicamentos Não Sujeitos à Receita Médica
PA – Pressão arterial
PCHC - Produtos Cosméticos e de Higiene Corporal
PCR – Reação em Cadeia da Polimerase
PV - Prazo de Validade
PVF - Preço de Venda à Farmácia
PVP - Preço de Venda ao Público
RED - Receita Eletrónica Desmaterializada
REM - Receita Eletrónica Materializada

RM - Receita Manual

SAMS - Serviços de Assistência Médico-Social

SGQ - Sistema de Gestão da Qualidade

SI – Sistema Informático

SNS - Serviço Nacional de Saúde

TRAg - Testes Rápidos antigénio

% - Por cento

1. Introdução

O estágio II em farmácia comunitária é uma unidade curricular integrada no segundo semestre do quinto ano letivo do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas (MICF).

É a etapa final do curso que dá a oportunidade ao estudante de consolidar e pôr em prática os seus conhecimentos adquiridos ao longo do curso e ajuda à sua progressiva integração no futuro meio profissional.

Este estágio, permite ao estudante ter uma visão geral da organização e dos serviços prestados numa farmácia comunitária, desenvolver as suas capacidades de comunicação com os utentes e perceber as diferentes funções do farmacêutico como agente de saúde pública.

Para além do ato de dispensa, o farmacêutico tem um papel importante de aconselhamento e de prevenção de doenças.

O farmacêutico ajuda os doentes nos seus tratamentos e patologias, verifica as possíveis interações medicamentosas e pode sugerir produtos e medicamentos não sujeitos à receita médica.

No presente relatório serão apresentadas e discutidas as atividades realizadas ao longo do estágio, o qual decorreu na Farmácia Campus São João (FCSJ), sob a orientação da Diretora Técnica (DT) a Dra. Ana Sofia Carvalho Marques Pinto, durante um período de 5 meses, do dia 1 de março ao dia 31 de julho de 2023, com um total de 700 horas presenciais.

2. Organização do Espaço Físico e Funcional

2.1 Situação Geográfica e Horário de Funcionamento

A FCSJ localiza-se na Galeria Comercial Campus São João, nas lojas 103/104 na Rua Dr. Plácido da Costa, 410 e Rua Dr. António Bernardino de Almeida, 678 na freguesia de Paranhos pertencente ao concelho do Porto. Situa-se no campus universitário perto do centro hospitalar de São João e do Instituto Português de Oncologia do Porto (IPO). Assim tem uma afluência de pessoas significativa ao longo do dia.

A FCSJ apresenta um horário alargado, estando aberta ao público todos os dias da semana, incluindo feriados. De segunda a sexta-feira funciona das 8 horas às 22 horas, sábados, domingos e feriados, das 10 horas às 22 horas.

A Farmácia possui uma página no Facebook, denominada “Farmácia Campus S. João” e um sítio na Internet: <http://www.farmaciacampus.com>

2.2 Instalações e Equipamentos

2.2.1 Espaço Exterior

O aspeto exterior de uma farmácia desempenha um papel essencial na atração de clientes, e pode ajudar a reforçar a confiança dos utentes

De facto, o exterior de uma farmácia é a primeira coisa que as pessoas vêem quando passam. Uma fachada bem conservada pode atrair a atenção e incitar as pessoas a entrar.

Por outro lado, uma aparência negligenciada ou desarrumada pode afastar alguns clientes.

O aspecto exterior pode também permitir à farmácia destacar-se da concorrência, criar uma atmosfera acolhedora e contribuir para o sucesso comercial.

Enquanto profissionais de saúde, os farmacêuticos devem garantir que o aspeto exterior é limpo, atraente e está de acordo com os valores e a identidade da empresa.

De acordo com as Boas Práticas de Farmácia Comunitária (BPF) e o Decreto-Lei (DL) n° 75/2016, de 8 de Novembro que procede à sétima alteração ao DL n° 307/2007, de 31 de Agosto, a FCSJ destaca-se pela inscrição do vocábulo "Farmácia" e a presença do símbolo "cruz verde" no exterior do edifício. [1] [2]

Existem duas fachadas e duas portas de entrada. A primeira, é acessível à partir da rua (Figura 1).

A outra, de fácil acesso para o público, é situada no rés-de-chão no interior do centro commercial (Figura 2). A FCSJ divulga nas suas fachadas: o nome do proprietário e da DT bem como o horário de funcionamento.



Figura 1: Fachada exterior



Figura 2: Fachada interior

A FCSJ está em conformidade com a Deliberação n° 1502/2014, de 3 de julho (de acordo com n.ºs 4 e 5 do artigo 29 e do artigo 57.-A do DL n° 307/2007, de 31 de agosto) e o DL n° 75/2016, de 8 de Novembro já que dispõe das seguintes divisões obrigatórias :

- Sala de atendimento ao público
- Armazém : a FCSJ está equipada com robot, gavetas e prateleiras (Figura 4).
- Laboratório : na FCSJ não existe preparação de manipulados, no entanto, o laboratório é utilizado para a reconstituição de preparações extemporâneas.

Durante o meu estágio realizei a reconstituição de algumas suspensões orais, sobretudo antibióticos destinados às crianças. (Betamox ES[®] ou Clavamox DT[®])

Antes da preparação, deve ser preenchida uma ficha com as seguintes informações :
Data, nome do medicamento, lote, lote da água, volume da água, nome do colaborador.
Após a reconstituição, é importante prestar atenção ao que está escrito na embalagem.
Alguns medicamentos devem ser conservados no frio, e esta informação deve ser dada ao utente no final da dispensa. Convém também aconselhar o utente a agitar bem o frasco antes de usar.

- Instalações sanitárias
- Gabinete de atendimento personalizado (GAP) exclusivamente para a prestação dos serviços a que alude o n° 2 do artigo 3 da Portaria n° 1429/2007, de 2 de novembro, com, pelo menos, 7 m². O GAP permite reforçar a confiança e a confidencialidade dos utentes.

e divisões facultativas tais como :

- Gabinete da DT (Figura 3)

- Sala de repouso/refeição



Figura 3: Gabinete de atendimento personalizado



Figura 4: Armazém

A FCSJ utiliza o Sistema Informático Sifarma2000[®] desenvolvido pela empresa Glintt. Este software simplifica o trabalho do farmacêutico ajudando a gestão e organização da farmácia, desde a entrada do produto até à sua saída, incluindo o aconselhamento ao utente durante o atendimento. Utiliza-se na gestão de stock, na receção de encomendas, gestão de devoluções e controlo de prazo de validade entre outros.

É um sistema intuitivo e fácil de utilização com o qual, tive a oportunidade de trabalhar todos os dias durante o estágio.

2.3 Recursos Humanos

A FCSJ pertence à Nomination Moment Unipessoal Lda e tem uma equipa jovem constituída por 10 profissionais com funções bem definidas e com um ambiente de trabalho agradável.

Tabela 1: Equipa da farmácia

Nome	Função
Ana Sofia Carvalho Marques Pinto	Diretora Técnica
Elisabete Sousa Alves	Farmacêutica Adjunta
Rosa Noronha Almeida	Farmacêuticas
Carla Sanches	
Angela Almeida	
Mafalda Travassos	
Ana Rios	
Margarida Rodrigues	
Marcia Pinho	Técnica de Farmácia
Isabel Carrasco	Técnica Auxiliar de Farmácia

2.4 Biblioteca e Fontes de Informação

A FCSJ garante o acesso à Farmacopeia Portuguesa disponível em formato informático, e também à outros documentos indicados pelo INFARMED tais como o Simposium terapêutico, o Índice Nacional Terapêutico, o Formulário Galénico Português, e o Direito Farmacêutico.

Além de estar em conformidade com a legislação farmacêutica e as BPF, a FCSJ possui um Manual de Gestão da Qualidade que foi emitido pela DT.

Este Manual, constitui o suporte material para a execução do conjunto de acções inerentes ao Sistema de Gestão da Qualidade (SGQ) dos produtos de modo a satisfazer de forma consistente as necessidades dos utentes.

3. Encomendas e Aprovisionamento

3.1 Gestão de Stock

3.1.1 Encomendas

A gestão eficaz de stock permite o bom funcionamento da farmácia. Com um conhecimento exato dos níveis de stock, os farmacêuticos podem fazer encomendas atempadamente para evitar ruturas de stock. Isto garante que os doentes têm acesso aos medicamentos que necessitam.

No entanto, o stock deve ser de acordo com as necessidades dos utentes sem ser excessivo.

Uma gestão eficaz evita atrasos na distribuição de medicamentos, melhora o fluxo de trabalho e reduz o tempo de espera dos utentes.

Permite também minimizar os custos e otimizar a utilização dos recursos.

A gestão de stock pode ser feita utilizando o Sifarma tendo em conta vários critérios de stock previamente definidos bem como as médias de vendas (dos últimos 3 meses) de cada produto, as vendas do mês em curso, a quantidade em stock, a sazonalidade e o preço.

As principais encomendas realizadas na FCSJ são:

Encomenda Diária : É gerada automaticamente com base em níveis de stock (máximo e mínimo) previamente definidos para cada produto.

Encomenda Manual : Depende totalmente do utilizador, uma vez que é este quem vai determinar qual o Fornecedor, os produtos e as quantidades a encomendar.

Encomenda instantânea: Pode ser gerada no momento do atendimento para satisfazer as necessidades do utente (inclui também encomenda Via Verde aplicável apenas a determinados medicamentos e com Receita Médica).

3.1.2 Fornecedores

A FCSJ trabalha diariamente com os seguintes armazenistas: Alliance Healthcare, Empifarma, Proquifa e OCP más também com outros fornecedores como L'Oréal, entre outros e farmácias pertencente ao mesmo grupo.

3.2 Rececionar, Conferir

Os processos de receção e conferência de encomendas podem ser realizados através do Sifarma no Menu "Receção de Encomendas" e necessitam muita atenção para evitar qualquer erro. Cada encomenda chega à farmácia acompanhada de uma fatura (original e duplicado) com as seguintes informações: Fornecedor, Farmácia, Número da encomenda e da fatura, Data, Designação de cada produto e Código Nacional do Produto (CNP), Quantidades encomendadas e Quantidades enviadas, Preço de Venda à Farmácia (PVF) e Imposto sobre o Valor Acrescentado (IVA).

Na FCSJ as faturas são organizadas do seguinte modo:

- Duplicados
- Originais Alliance
- Originais Outros
- Faturas outras farmácias

Durante a receção, faz-se a leitura do CNP de cada produto, verificando os prazos de validade. No fim, deve-se proceder à correção dos PVF e Preço de Venda ao Público (PVP) e imprimir etiquetas para os produtos acessíveis ao público. De facto, para alguns Medicamentos Não Sujeitos à Receita Médica (MNSRM) e produtos de venda livre, o PVP é definido pela farmácia de acordo com a margem de comercialização, o PVF e o IVA. Enquanto outros medicamentos têm

um PVP definido na embalagem e obedecem à um regime de preço. De qualquer forma estes preços são diariamente registados e actualizados.

Se faltam alguns produtos na encomenda, no fim da receção, será gerada uma lista de produtos em falta que podem ser transferidos para outro fornecedor.

3.3 Prazos de Validade e Devolução

3.3.1 Controlo de Prazo de Validade

Na embalagem dos medicamentos e outros produtos está impresso um prazo de validade, que indica o período durante o qual o produto é considerado seguro e eficaz se for conservado corretamente.

O correto controlo dos prazos de validade é importante para a qualidade, segurança e eficácia dos medicamentos. Para gerir eficazmente este processo, os farmacêuticos e o pessoal da farmácia devem rever regularmente as existências de medicamentos e identificar os que se aproximam do prazo de validade.

De forma a minimizar erros, na FCSJ este processo já começa na receção de encomendas. É verificado o prazo de validade mais curto consoante o stock. Essa verificação está também feita através do Robot uma vez que introduza-se a validade do produto no momento da sua entrada (Scan) no sistema robótico.

O controlo dos Prazos de Validade (PV) é feito no fim de cada mês. É emitida uma listagem dos produtos cujo PV expira nos seguintes 3 ou 6 meses. Essa informação será depois confirmada manualmente por contagem física e os produtos serão identificados.

Uma vez identificados os medicamentos próximos do prazo de validade, é essencial seguir os procedimentos adequados para os retirar da venda.

3.3.2 Devolução

Em alguns casos é necessário devolver os produtos aos fornecedores com um motivo de devolução que pode ser o seguinte : Fora do prazo, Produto alterado, Embalagem incompleta, Embalagem danificada, Troca, Erro no pedido ou Outro motivo.

Uma vez registada no SI, será impressa a nota de devolução (Figura 5) em triplicado, sendo que uma fica na farmácia e as outras duas são para carimbar, e rubricar e serão enviadas com os produtos para o fornecedor.

De qualquer forma deverá ser realizada a regularização da devolução, que pode resultar em: não aceite, nota crédito ou substituição do(s) produto(s).

No caso de o fornecedor aceitar o produto, deve enviar para a farmácia a Nota de Crédito respetiva ao produto de forma a ter um desconto no valor final no fim do mês.

Caso contrário, o produto volta para a farmácia e se não for possível vendê-lo, este, passa para as "quebras".

FARMACIA CAMPUS S. JOÃO
CC CAMPUS S. JOÃO, LOJAS 103 E 104
4200-450 PORTO

NIF: 513527680
Telefone: 226002245
Dir. Téc. DRA. ANA SOFIA
CARVALHO MARQUES
PINTO

Cód. Farmacia: 980448

Nota de Devolução Nº G014/ 440 de 18-07-2022

Original

Para: Alliance Healthcare, S.A.
Rua Eng. Ferreira Dias, Nr 728 - 3º Piso Sul, 4149-014
4149 014 PORTO
NIF: 502693150



Motivo - Erro no pedido

Produto	Lote	Val.	Qtd.	Pr. Custo	Pr. Venda	IVA	Origem
3458189 Silvederma, 10 mg/g-500 g x 1 creme			1	17,29€	23,84€	6%	1/0341116058
			Quantidade Total:	1		Custo Total:	17,29€
						PVP Total:	23,84€

Observações:

<p>Carga</p> <p>Local: Rua Dr. Plácido da Costa, 410 Campus S. João, 103</p> <p>Início: 18-07-2022 10:15:59</p> <p>Veículo:</p> <p>Código AT: 12596458839</p>	<p>Descarga</p> <p>Local: Rua Eng. Ferreira Dias, Nr 728 - 3º Piso Sul, 4149-014</p> <p>Fim:</p> <p>Recebido Por:</p>
--	--

Farmácia Campus S. João - Nomination Moment, Lda.
NIPC: 513 527 680
Dir. Tec.: Dra. Ana Sofia Carvalho Marques Pinto
Morada: Campus S. João, Loja 103/104, R. Dr. Plácido
da Costa, 410 e R. Dr. António Bernardino de Almeida
4200-450 Porto
226 002 245



Figura 5: Nota de devolução

3.4 Armazenamento

O armazenamento garante a conservação das propriedades dos medicamentos e deve permitir o fácil acesso aos produtos para que o atendimento aos utentes seja rápido e eficaz.

Assim, após conferir a encomenda deve-se proceder à arrumação dos produtos.

Os produtos de frio são os primeiros a serem armazenados no frigorífico, de forma a garantir a sua estabilidade, à uma temperatura entre os 2°C e os 8°C. Todos os restantes são armazenados respeitando, também, as condições de luminosidade e temperatura.

Como já foi dito anteriormente, a FCSJ possui um sistema robotizado de armazenamento que permite a optimização do espaço.

No robot, os produtos são armazenados segundo o método "First to Expire First Out" sendo que o produto com prazo de validade mais curto é dispensado em primeiro lugar.

O método First to Expire First Out é também utilizado no armazenamento de produtos fora do robot. De facto, na sala de atendimento encontram-se a os produtos de venda livre, os Produtos Cosméticos e de Higiene Corporal (PCHC) bem como os produtos pediátricos.

Enquanto os MNSRM, produtos de higiene bucal, produtos à base de plantas, e suplementos alimentares estão atrás do balcão.

No armázem existem gavetões para arrumar os PCHC e outros produtos em excesso, estantes para os pensos/matérias primas e outros medicamentos para uso humano.

Existe também uma prateleira no frigorífico e um expositor específicos para os produtos veterinários.

4. Produtos Existentes na Farmácia

A FCSJ fornece aos utentes uma variedade de produtos (de acordo com o DL n° 75/2016, de 8 de Novembro), que são os seguintes:

- Medicamento: toda a substância ou associação de substâncias apresentada como possuindo propriedades curativas ou preventivas de doenças em seres humanos ou dos seus sintomas ou que possa ser utilizada ou administrada no ser humano com vista a estabelecer um diagnóstico médico ou, exercendo uma ação farmacológica, imunológica ou metabólica, a restaurar, corrigir ou modificar funções fisiológicas. [3]
- Medicamento à base de plantas: qualquer medicamento que tenha exclusivamente como substâncias ativas uma ou mais substâncias derivadas de plantas, uma ou mais preparações à base de plantas ou uma ou mais substâncias derivadas de plantas em associação com uma ou mais preparações à base de plantas. [3]
- Medicamento homeopático: medicamento obtido a partir de substâncias denominadas stocks ou matérias-primas homeopáticas, de acordo com um processo de fabrico descrito na farmacopeia europeia ou, na sua falta, em farmacopeia utilizada de modo oficial num Estado membro, e que pode conter vários princípios. [3]
- Produto cosmético: qualquer substância ou mistura destinada a ser posta em contacto com as diversas partes superficiais do corpo humano, designadamente epiderme, sistemas piloso e capilar, unhas, lábios e órgãos genitais externos, ou com os dentes e as mucosas bucais, com a finalidade de, exclusiva ou principalmente, os limpar, perfumar, modificar o seu aspecto, proteger, manter em bom estado ou de corrigir os odores corporais. [4]

- Suplementos alimentares são géneros alimentícios que se destinam a complementar ou suplementar o regime alimentar normal e que constituem fontes concentradas de nutrientes ou outras substâncias com efeito nutricional ou fisiológico, comercializadas em forma doseada e que se destinam a ser tomados em unidades de medida de quantidade reduzida. [5]

- Produtos de alimentação especial: Considera-se alimentação especial a que corresponde às necessidades nutricionais das seguintes categorias de pessoas:

a) Aquelas cujo processo de assimilação ou cujo metabolismo se encontra perturbado;

b) As que se encontram em condições fisiológicas especiais e que, por esse facto, podem retirar particulares benefícios da ingestão controlada de certas substâncias contidas nos alimentos;

c) Lactentes ou crianças de 1 a 3 anos de idade em bom estado de saúde. [6]

- Dispositivo médico: qualquer instrumento, aparelho, equipamento, software, material ou artigo utilizado isoladamente ou em combinação, incluindo o software destinado pelo seu fabricante a ser utilizado especificamente para fins de diagnóstico ou terapêuticos e que seja necessário para o bom funcionamento do dispositivo médico, cujo principal efeito pretendido no corpo humano não seja alcançado por meios farmacológicos, imunológicos ou metabólicos, embora a sua função possa ser apoiada por esses meios, destinado pelo fabricante a ser utilizado em seres humanos para fins de:

a) Diagnóstico, prevenção, controlo, tratamento ou atenuação de uma doença;

b) Diagnóstico, controlo, tratamento, atenuação ou compensação de uma lesão ou de uma deficiência;

c) Estudo, substituição ou alteração da anatomia ou de um processo fisiológico;

d) Controlo da concepção [7]

- Medicamento veterinário: qualquer substância ou associação de substâncias que satisfaça, pelo menos, uma das seguintes condições:

- a) É apresentada como possuindo propriedades curativas ou preventivas de doenças em animais;
- b) Destina-se a ser utilizada nos animais ou a ser-lhes administrada com vista a restaurar, corrigir ou modificar funções fisiológicas ao exercer uma ação farmacológica, imunológica ou metabólica;
- c) Destina-se a ser utilizada em animais para fazer um diagnóstico médico;
- d) Destina-se a ser utilizada para a eutanásia de animais [8]

5. Medicamentos / Produtos Manipulados

O medicamento manipulado define-se como qualquer fórmula magistral ou preparado oficial preparado e dispensado sob a responsabilidade de um farmacêutico.

Fórmula magistral significa qualquer medicamento preparado numa farmácia de oficina ou serviço farmacêutico hospitalar, segundo uma receita médica e destinado a um doente determinado. [3]

O preparado oficial é qualquer medicamento preparado segundo as indicações compendiais de uma farmacopeia ou de um formulário oficial, numa farmácia de oficina ou em serviços farmacêuticos hospitalares, destinado a ser dispensado diretamente aos doentes assistidos por essa farmácia ou serviço. [3]

Durante o estágio não tive a oportunidade familiarizar-me com os manipulados uma vez que a FCSJ não prepara este tipo de produto. Contudo, já fiz pedidos à outras farmácias que fazem a preparação de manipulados caso o utente precisa. Também fiz dispensação e aconselhamento de MM.

Na FCSJ existe também um laboratório com tudo o equipamento mínimo obrigatório de acordo com a Deliberação n.º 1500/2004, 7 de Dezembro.

Material obrigatório

- “Todas as farmácias devem estar apetrechadas com os utensílios de laboratório (...)

Em cada farmácia haverá igualmente a Farmacopeia Portuguesa, os seus suplementos (...)

Artigo 66º do Decreto-Lei n.º 48547, de 27 de Agosto de 1968

- Equipamento mínimo obrigatório:

“Equipamento de laboratório:

Alcoómetro;	Papel indicador pH universal;
Almofarizes de vidro e de porcelana;	Pedra para a preparação de pomadas;
Balança de precisão sensível ao miligrama;	Pipetas graduadas de várias capacidades;
Banho de água termostaticado;	Provetas graduadas de várias capacidades;
Cápsulas de porcelana;	Tamises FPVII, com abertura de malha 180µm e 355µm (com fundo e tampa);
Copos de várias capacidades;	Termómetros (escala mínima até 100°C);
Espátulas metálicas e não metálicas;	Vidros de relógio.
Funis de vidro;	
Matrases de várias capacidades;	
Papel de filtro;	

Figura 6: Equipamento mínimo obrigatório
[9]

6. Estupefacientes e Psicotrópicos

Os medicamentos psicotrópicos, psicofármacos ou fármacos psicoativos, são um grupo de substâncias químicas que atuam sobre o sistema nervoso central, afetando os processos mentais e alterando a percepção, as emoções e/ou os comportamentos de quem os consome. São por isso receitados pelo médico para o tratamento de algumas doenças do foro mental. [10]

De forma a evitar qualquer consumo excessivo ou tráfico ilícito, os Estupefacientes e Psicotrópicos são sujeitos à um controlo rigoroso por parte das farmácias e do INFARMED.

No Decreto-Lei nº 15/93, de 22 de Janeiro (alterado pela décima nona vez pela Lei nº 77/2014, de 11 de novembro), encontram-se as tabelas com a lista de todas as substâncias sujeitas à controlo.

A gestão pode ser feita a traves do software SIFARMA onde se encontra o registo de todos os talões de dispensa de psicotrópicos e estupefacientes.

No início de cada mês, um registo de todos os movimentos (entradas e saídas) destes produtos deve ser enviado ao INFARMED.

No caso das benzodiazepinas, o balanço de entradas/saídas é enviado uma vez por ano.

Circular n.º 0609-2016

Lisboa, 09 de Março de 2016

Assunto: Registo de psicotrópicos e estupefacientes - envio de relatórios e cópias das receitas manuais digitalizadas

Exmo. Associado,

De acordo com a informação transmitida na Circular n.º 2219-2015, de 12 de Outubro, e as comunicações recentes do INFARMED relativas ao registo de medicamentos contendo substâncias estupefacientes ou psicotrópicas, relembamos os seguintes aspectos:

ESTUPEFACIENTES E PSICOTRÓPICOS - REQUISITOS DE ENVIO OBRIGATÓRIO AO INFARMED				
	CÓPIA DE RECEITAS MANUAIS	REGISTO DE SAÍDAS	MAPA DE BALANÇO	REGISTO DE ENTRADAS*
TABELAS I, II-B, II-C	Mensalmente Até ao dia 8 do mês seguinte	Mensalmente Até ao dia 8 do mês seguinte	Anualmente Até 31 de Janeiro do ano seguinte	Não se aplica (fica s/ efeito)
TABELAS III E IV (incluem as benzodiazepinas)	Não se aplica	Não se aplica	Anualmente Até 31 de Janeiro do ano seguinte	Não se aplica (fica s/ efeito)
MANTER ARQUIVO DE TODOS OS DOCUMENTOS DURANTE 3 ANOS				

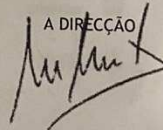
* Realçamos que os procedimentos a adoptar no que respeita à validação do receituário, dispensa e controlo destes medicamentos foram alterados ao nível do registo de entradas, que deixa de ter de ser efectuado.

Os relatórios (registos de saídas e mapas de balanço) e as cópias das receitas manuais digitalizadas devem ser enviados para o e-mail do INFARMED (mapas_subcontroladas@infarmed.pt), tendo a farmácia que mencionar no assunto o nome e o código. Exemplos:

- Farmácia "nome" (código): receitas manuais (mês/ano)
- Farmácia "nome" (código): registo de saídas (mês/ano)
- Farmácia "nome" (código): mapa de balanço (ano)

Farmácia Campos São João (12447): registo...
Para apoiar este procedimento, informamos que o Sifarma permite o envio das listagens dos psicotrópicos por e-mail e sugere de uma forma automatizada o endereço de e-mail do INFARMED e o assunto com o qual o e-mail deve ser enviado, conforme instrução de trabalho em anexo.

Com os melhores cumprimentos,

A DIRECÇÃO


Anexo:
- Instrução de trabalho Sifarma

Figura 7: Registo psicotrópicos e estupefacientes

7. Dispensação de medicamentos e/ou outros produtos de saúde

O farmacêutico é o profissional responsável pela saúde e o bem-estar do doente e do cidadão em geral, promovendo o direito a um tratamento com qualidade, efectividade e segurança. [11]

O aconselhamento sobre o uso racional e responsável dos medicamentos, e o acompanhamento dos doentes, entre outras actividades, são responsabilidades assumidas pelos farmacêuticos.

A Dispensa de medicamentos corresponde à cedência de medicamentos ou substâncias medicamentosas aos doentes, na farmácia, mediante receita ou em regime de indicação farmacêutica, com o respectivo aconselhamento e toda a informação indispensável à relação positiva de benefício/custo. [12]

A dispensa de medicamentos e produtos nas farmácias é um processo essencial e complexo que requer uma atenção especial para garantir a segurança e o bem-estar dos doentes.

Na FCSJ, o software SIFARMA permite o acesso à informações científicas sobre os efeitos adversos e as interações de certos medicamentos o que permite aos farmacêuticos dispensar de forma mais segura.

A dispensa de medicamentos e outros produtos de saúde é sujeita à regras que as farmácias devem respeitar; desde os registos de vendas até o respeito da confidencialidade dos utentes.

Outro aspeto muito importante no atendimento, é a comunicação.

Ao comunicarem eficazmente com os doentes, os farmacêuticos podem garantir cuidados de qualidade, promover a segurança dos doentes e manter boas relações profissionais.

É importante adotar uma comunicação clara, assertiva e respeitosa considerando o ponto de vista do outro, utilizando mensagens curtas e objetivas, com tom de voz calmo e olhar seguro.

Quando os doentes entram numa farmácia, podem estar confusos ou preocupados com os seus medicamentos, os seus efeitos secundários ou as interações com outros medicamentos.

Os farmacêuticos devem ser capazes de ouvir atentamente e fazer perguntas pertinentes. abertas e fechadas (neutras e orientadas) para compreender plenamente os problemas dos utentes.

Além disso, podem surgir alguns desafios inesperados. Por exemplo, durante o meu estágio o problema foi o esgotamento de certos medicamentos.

De facto, por vezes, os medicamentos vitais podem estar em rutura de stock, o que pode comprometer a saúde dos doentes. Os farmacêuticos têm então de trabalhar em colaboração com os profissionais de saúde para encontrar soluções/alternativas adequadas.

Foi o que aconteceu com o medicamento Ozempic (Semaglutide) e posteriormente com o Trulicity (Dulaglutide) dois antidiabéticos injectáveis utilizados no tratamento da Diabetes mellitus de tipo 2 nos adultos.

Actuam ligando-se aos receptores da hormona peptídeo-1 semelhante ao glucagon (GLP-1), que desempenha um papel no controlo dos níveis de açúcar no sangue. Estimula a libertação de insulina quando os níveis de glucose no sangue são elevados. Além disso, atrasa o esvaziamento do estômago e reduz a secreção de glucagon. A sua ação prolongada significa que só é necessário injetar uma vez por semana. [13] [14]

Na FCSJ, uma farmacêutica foi designada como responsável para a gestão destes doentes tendo sido elaborada uma mapa terapêutica para cada doente, com a dosagem e posologia e o dia de administração do medicamento, de forma a avaliar as necessidades de cada um e encontrar a melhor solução.

7.1 Dispensação de medicamentos sujeitos à receita médica

Estão sujeitos a receita médica os medicamentos que preenchem uma das seguintes condições:

- a) Possam constituir um risco para a saúde do doente, directa ou indirectamente, mesmo quando usados para o fim a que se destinam, caso sejam utilizados sem vigilância médica;
- b) Possam constituir um risco, directo ou indirecto, para a saúde, quando sejam utilizados com frequência em quantidades consideráveis para fins diferentes daquele a que se destinam;
- c) Contenham substâncias, ou preparações à base dessas substâncias, cuja actividade ou reacções adversas seja indispensável aprofundar;
- d) Destinem-se a ser administrados por via parentérica. [15]

7.1.1 Formas, Modelos e Validação de uma Receita Médica

Tipos de Receita Médica:

Existem 3 tipos de receita médica:

- Receita manual (RM)
- Receita eletrónica materializada (REM)
- Receita eletrónica desmaterializada (RED)

A Portaria n.º 224/2015, de 27 de julho estabelece o regime jurídico a que obedecem as regras de prescrição e dispensa de medicamentos e produtos de saúde e define as obrigações de informação a prestar aos utentes.

Prescrição por via eletrónica corresponde à prescrição de medicamentos resultante da utilização de soluções ou equipamentos informáticos. [16]

Prescrição por via manual corresponde à prescrição de medicamentos efetuada em documento pré-impresso. [16]

Receita Médica N.º

REPÚBLICA PORTUGUESA 40 SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

Utilizador: [Redacted]
N.º de Utilizador: [Redacted] Telefone: [Redacted]
Entidade Responsável: SACS R.O.: R0
N.º de Beneficiário: [Redacted]

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

Medicamento: [Redacted] Especialidade: Medicina Geral e Interna Vinhetas: [Redacted]
Local de Prescrição: [Redacted]

R	DCI / Nome, ou designação, comercial, farmacêutica, embalagem	N.º	Extensão
1	EFEEXOR 150mg cp. 2.3. gel		1 un
2	Concor 5mg cp. gel.		1 un
3	ESPIRONOLACTONA 25mg 60 cp.		1 un
4	Hydrocortisona Roussel 10mg		1 un

Posologia: 1 id

Validade: 30 dias
Data: 30-07-2023

FARMÁCIA CAMPUS S. JOÃO - PORTO
Dir. Tec.: Dra. Ana Sofia Carvalho Marques Pinto
Res. C.R.T.: 51327680
CAPITAL SOCIAL: 150.000,00 Euro
N.º de Contribuinte: [Redacted]
DOCUMENTO PARA FISCALIZAÇÃO
01 - R/A/S:25/2/199
Res.: [Redacted]
Ben.: [Redacted]

R02PubarkF58 - VENDA - 830654 (72) 30/07/23

Prod	PUP	PRef	Qt	Comp	Utente	PV4	Incentivo
1)	44273181*	- Efezor XR, 150 mg x 30 cáps lib prot	17,27	8,62	1	3,26	14,01 8,51 0,00
2)	48776476*	- Concor, 5 mg x 28 comp rev	5,06	1,85	1	1,28	3,78 1,91 0,00
3)	45256987*	- Espironolactona Alter NG, 25 mg x 60	4,51	4,51	1	3,11	1,40 5,69 0,00
4)	4558507*	- Hidrocortisona Roussel, 10 mg Blista	6,68	0,00	1	2,47	4,21 0,00 0,00
T:	33,52		4	10,12		23,40	0,00

Declaro que: Me foram dispensadas as 4 embalagens de medicamentos constantes na receita e prestados os conselhos sobre a sua utilização.
Direito de opção:
1.2 Exerci o direito de opção para o medicamento com preço superior ao 5.º preço mais barato.
3 Não exerci direito de opção.

Ass. do Utente: [Redacted]

Farmácia Campus S. João - Nomination Moment, Lda.
NIPC: 513 527 680
Dir. Tec.: Dra. Ana Sofia Carvalho Marques Pinto
Morada: Campus S. João, Loja 103/104, R. Dr. Plácido da Costa, 410 e R. Dr. António Bernardino de Almeida 676, 4200-450 Porto
Tel: 226 002 245

30.07.2023
[Redacted]

Figura 8: Receita manual e respetiva informação no verso

Utente: [REDACTED] RN

Telefone: [REDACTED] R.C.: [REDACTED]

Entidade Responsável: SEM PARTICIPAÇÃO P/ SNS

N.º de Beneficiário: [REDACTED]

Barcode: *M47440*

Especialidade: ANATOMIA PATOLÓGICA

Telefone: [REDACTED] Barcode: *U137050*

R	DCI / nome, dosagem, forma farmacêutica, embalagem, posologia	N.º	Extensão	Identificação Ótica
1	Ibuprofeno, 600 mg, Comprimido revestido por película, Blister - 20 unidade(s) Posologia: Durante 5 dias, 8/8h.	1	Uma	Barcode: *50004301*
2	Paracetamol, 1000 mg, Comprimido, Blister - 18 unidade(s) Posologia: Durante 5 dias, 8/8h.	1	Uma	Barcode: *50036432*

Validade: 12 meses

Data: 2023-07-30

[REDACTED]
(Assinatura do Médico Prescritor)

FARMACIA CAMPUS S. JOÃO
NOMINATION MOMENT UNIP. LDA.
CC CAMPUS S. JOÃO, LOJAS 103 E 104
4200-450 PORTO

NIF: 513527680
DRA. ANA SOFIA CARVALHO MARQUES PINTO
Tel.: 226002245 Chamada rede fixa nacio
Capital Soc.: 150.000,00 Euros

FATURA-RECIBO N.: FR U004/54998
Data: 30-07-2023 13:57:14
Venda n.: 836605 (Margarida Rodrigues)

Contribuinte n.: [REDACTED]

Produto

PVP	PRef	Qt	Comp	Líquido	IVA
Ibuprofeno Generis MG, 600 mg x 20 comp	2,98	2,48	1	0,00	2,98 6%
Paracetamol Mylan MG, 1000 mg Blister 2	1,59	1,95	1	0,00	1,59 6%

Total(Euros): 4,57
Totais de IVA:

Taxa	Valor	Valor IVA	Líquido
6%	4,31	0,26	4,57

Importância Liquidada

(12947)
olyZ-Processado por programa certificado
n.º 432/AT

ATCUD: JF2C6NP9-54998

Figura 9: Receita eletrónica e respetivo talão da prestação

Regras de prescrição:

A prescrição de um medicamento inclui obrigatoriamente :

- a respetiva denominação comum internacional (DCI) da substância ativa
- a forma farmacêutica
- a dosagem
- a apresentação
- a quantidade
- a posologia [16]

Em cada receita electrónica materializada

deve constar a referência ao tipo de receita, de acordo com a lista seguinte:

RN – prescrição de medicamentos

RE – prescrição de psicotrópicos e estupefacientes sujeitos a controlo

MM – prescrição de medicamentos manipulados

MA – prescrição de medicamentos alergénios destinados a um doente específico

UE – prescrição de medicamentos para aquisição noutro Estado-membro

MDT – prescrição de produtos dietéticos

MDB – prescrição de produtos para autocontrolo da diabetes mellitus

CE - prescrição de câmaras expansoras

OST – prescrição de produtos de ostomia/incontinência/retenção urinária

PA – prescrição de produtos de apoio

OUT – prescrição de outros produtos [17]

Número de embalagens:

Relativamente ao número de embalagens de medicamentos ou produtos prescritos, isto depende do tipo de receita :

- No caso de receita materializada ou por via manual, até quatro medicamentos ou produtos de saúde distintos, em receitas distintas não podendo, em caso algum, o número total de embalagens prescritas ultrapassar o limite de duas por medicamento ou produto, nem o total de quatro embalagens.

- No caso de receita desmaterializada, más em linhas de prescrição distintas, produtos de saúde e medicamentos distintos, sendo que cada linha de prescrição só pode incluir um produto de saúde ou um medicamento, até um máximo de duas embalagens de cada.
- [16]

EXCEÇÃO :

No caso de um medicamento com embalagem unitária até quatro embalagens do mesmo medicamento podem ser prescritas numa receita. [16]

Além disso, a presente portaria define nos artigos 6 e 7 as regras de prescrição específicas para os medicamentos participados e não participados respetivamente.

A prescrição de medicamentos é feita por via eletrónica, sem prejuízo e pode, excecionalmente, realizar-se por via manual nas seguintes situações :

- a) Falência do sistema informático
- b) Prescrição ao domicílio
- c) Outras situações até um máximo de 40 receitas médicas por mês. [16]

Validação:

Um dos aspectos mais importantes do papel do farmacêutico é a verificação e validação da prescrição médica. Quando um doente se dirige à farmácia com uma receita médica, o farmacêutico deve certificar-se de que esta é válida e está em conformidade com a regulamentação em vigor. O controlo da receita é essencial para evitar erros de medicação e para garantir que o doente recebe o tratamento adequado.

Tabela 2: Elementos necessários para validação da prescrição [16]

<p>RECEITA MANUAL</p> <p>Validade: 30 dias</p>	<p>RECEITA ELETRÓNICA MATERIALIZADA</p> <p>Validade: 30 dias (1 via) Até 6 meses (dividido em 3 vias)</p>	<p>RECEITA ELETRÓNICA DESMATERIALIZADA</p> <p>Validade: De 60 dias a 12 meses</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Se aplicável, vinheta identificativa do local de prescrição - Vinheta identificativa do médico prescriptor - Identificação da especialidade médica, se aplicável, e contacto telefónico do prescriptor - Identificação da exceção - Nome e número de utente - Entidade financeira responsável e número de beneficiário, acordo internacional e sigla do país, quando aplicável - Se aplicável, referência ao regime especial de comparticipação de medicamentos 	<ul style="list-style-type: none"> - Número da receita - Local de prescrição ou respetivo código - Identificação do médico prescriptor, incluindo o número de cédula profissional e, se for o caso, a especialidade - Nome e número de utente - Entidade financeira responsável e número de beneficiário, acordo internacional e sigla do país, quando aplicável - Se aplicável, referência ao regime especial de comparticipação de medicamentos - Denominação comum internacional da substância ativa 	<ul style="list-style-type: none"> - Número da receita - Local de prescrição ou respetivo código - Identificação do médico prescriptor, incluindo o número de cédula profissional e, se for o caso, a especialidade - Nome e número de utente - Entidade financeira responsável e número de beneficiário, acordo internacional e sigla do país, quando aplicável - Se aplicável, referência ao regime especial de comparticipação de medicamentos - Hora da prescrição - As linhas de prescrição, que incluem: - Menção do tipo de linha

<ul style="list-style-type: none"> - Denominação comum internacional da substância ativa - Dosagem, forma farmacêutica, dimensão da embalagem, número de embalagens - Se aplicável, denominação comercial do medicamento - Se e consoante aplicável as seguintes menções: «Reação adversa prévia» «Continuidade de tratamento superior a 28 dias» - Assinatura autógrafa do prescriptor <p>Não é admitida mais do que uma via da receita manual.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Dosagem, forma farmacêutica, dimensão da embalagem, número de embalagens - Se aplicável, denominação comercial do medicamento - Se e consoante aplicável as seguintes menções: «Reação adversa prévia» «Continuidade de tratamento superior a 28 dias» - Código nacional de prescrição eletrónica de medicamentos (CNPEM) ou outro código oficial identificador do produto, se aplicável - Data de prescrição - Assinatura autógrafa do prescriptor 	<ul style="list-style-type: none"> - Número da linha, identificada univocamente e constituída pelo número da prescrição e pelo número de ordem da linha de prescrição - Tipo de medicamento ou produto de saúde prescrito - Data do termo da vigência da linha de prescrição - Denominação comum internacional da substância ativa - Dosagem, forma farmacêutica, dimensão da embalagem, número de embalagens - Se aplicável, denominação comercial do medicamento - Se e consoante aplicável as seguintes menções: «Reação adversa prévia» «Continuidade de tratamento superior a 28 dias» - Código nacional de prescrição eletrónica de medicamentos (CNPEM) ou outro código oficial identificador do produto, se aplicável - Data de prescrição
--	--	---

O utente pode adquirir medicamentos ou produtos prescritos em diferentes linhas de prescrição da mesma receita desmaterializada em farmácias diferentes ou em momentos diferentes. [16]

As farmácias devem ter disponíveis para venda, no mínimo, três medicamentos com a mesma substância ativa, forma farmacêutica e dosagem, de entre os que correspondam aos cinco preços mais baixos de cada grupo homogêneo. [16]

Quando o utente apresenta-se com uma receita desmaterializada, para ter acesso à receita no sistema e fazer a dispensa dos medicamentos, o farmacêutico precisa do código de acesso. E se o utente quer exercer o seu direito de opção para alguma linha de prescrição, deve indicar o respetivo código de opção.

Guia de tratamento

Uma REM pode ser acompanhada por um guia de tratamento.

O Guia de tratamento é um documento pessoal e intransmissível, que pertence ao utente

E contém a seguinte informação:

- Número da receita, em numeração e código de barras
- Informação relativa ao prescriptor e local de prescrição, incluindo nome e contacto telefónico
- Data de Prescrição
- Informação relativa ao utente – Nome
- Código de Acesso e Dispensa
- Código de Direito de Opção - código pessoal, a utilizar pelo utente no momento de dispensa quando exerce o direito de opção por linha de prescrição/ medicamento.
- Informação relativa a cada medicamento prescrito: DCI/nome do medicamento, dosagem, forma farmacêutica e tamanho de embalagem, justificação técnica se aplicável
- Posologia

- Informação sobre os encargos do utente

- Diploma de comparticipação especial, caso aplicável
- Informação sobre os encargos do utente, de acordo com as condições de prescrição realizadas, e no caso de a comparticipação estar a cargo do Sistema Nacional de Saúde (SNS) [17]

Dispensa de substâncias estupefacientes ou psicotrópicas

Enquanto farmacêutico, a dispensa de medicamentos psicotrópicos é uma responsabilidade essencial que requer uma atenção especial.

Os farmacêuticos devem igualmente respeitar a regulamentação específica que rege a distribuição deste tipo de medicamentos. Isto implica avaliação exaustiva da receita e verificação da identidade/legitimidade do doente.

Além disso, devem estar vigilantes na deteção de sinais de abuso ou dependência nos doentes e, se necessário, encaminhá-los para especialistas para um acompanhamento especializado.

A prescrição de medicamentos contendo uma substância classificada como estupefaciente ou psicotrópica, compreendida nas tabelas I a II anexas ao Decreto-Lei n.º 15/93, de 22 de janeiro, ou qualquer das substâncias referidas no n.º 1 do artigo 86 do Decreto Regulamentar n.º 61/94, de 12 de outubro, não pode constar de receita materializada ou por via manual, onde sejam prescritos outros medicamentos ou produtos de saúde.

Durante a dispensa destas substâncias, o farmacêutico deve registar no SI a seguinte informação :

- a) Identidade do utente ou do seu representante, (nome, data de nascimento, número e data do bilhete de identidade ou da carta de condução, ou o nome e número do cartão de cidadão, ou, no caso de estrangeiros, do passaporte)
- b) Identificação da prescrição através do número de prescrição
- c) Identificação da farmácia, nomeadamente o nome e número de conferência de faturas

d) Identificação do medicamento, nomeadamente o número de registo e a quantidade dispensada

e) Data de dispensa.

Se se trata de uma receita manual ou materializada, o utente ou o seu representante deve assinar o verso da receita de forma legível para comprovar a dispensa efetuada.

No fim da dispensa, sai sempre o documento de psicotrópicos com a data, a designação do medicamento (nome, dosagem, quantidade), o nome do médico prescriptor e toda a informação sobre o doente e o adquirente.

7.1.2 Faturação

As regras de processamento e faturação constam do MANUAL DE RELACIONAMENTO DAS FARMÁCIAS COM O CENTRO DE CONTROLO E MONITORIZAÇÃO DO SNS.

A informação enviada pela Farmácia para o CENTRO DE CONTROLO E MONITORIZAÇÃO DO SNS (CCMSNS), para efeitos de faturação é composta por:

- **Fatura**
- **Notas de débito/crédito**
- **Relação resumo de lotes**
- **Receitas médicas**

As receitas médicas têm de ser entregues organizadas em lotes, contendo cada lote no máximo 30 receitas, agrupadas de acordo com o tipo a que pertencem, sendo que são aceites os seguintes tipos:

Tabela 3: Tipo de lote das receitas
[18]

Código	Tipo de Lote
23	3º Protocolo de Diabetes SNS ³
30	Pensionistas da Indústria dos Lanifícios
40	Produtos De Ostomia e Produtos de Retenção / Incontinência Urinária
50	Câmaras Expansoras
70	Asilo/ Refugiados
80	Estatuto de Vítima dos Incêndios
96	Receitas sem papel sem sucesso na validação, com erros
97	Receitas sem papel com sucesso na validação, sem erros
98	Receitas materializadas sem sucesso na validação, com erros
99	Receitas materializadas com sucesso na validação, sem erros

Código	Tipo de Lote
10	Normal
11	Doenças Profissionais
12	Paramiloidose
13	Lúpus, Hemofilia, Talassemia e Depranocitose
15	Pensionistas
16	Pensionistas com regulamentação própria
17	Convenções bilaterais/Acordos internacionais
18	Normal e Convenções bilaterais/Acordos internacionais com regulamentação própria
19	Manipulados e Produtos Dietéticos (normais, pensionistas e Convenções bilaterais/Acordos internacionais)

A atual legislação prevê a possibilidade de comparticipação de medicamentos através de um regime geral e de um regime especial, o qual se aplica a situações específicas que abrangem determinadas patologias ou grupos de doentes. [17]

No regime geral de comparticipação, o Estado paga uma percentagem do preço de venda ao público dos medicamentos de acordo com os seguintes escalões:

Escalão A – 90%

Escalão B – 69%

Escalão C – 37%

Escalão D – 15% consoante a sua classificação farmacoterapêutica. [17]

No Regime especial de comparticipação, a comparticipação pode ser efetuada em função de:

a) Beneficiários

A comparticipação do Estado no preço de medicamentos integrados no escalão A é de 95%, nos escalões B (84%), C (52%) e D (30%) para os pensionistas do regime especial. [17]

b) Patologias ou grupos especiais de utentes [17]

c) Cidadãos estrangeiros com estatuto de refugiados ou com direito de asilo em Portugal [17]

Além da comparticipação pelo SNS os utentes podem beneficiar da comparticipação de sistemas complementares como por exemplo: Instituto de Ação Social das Forças Armadas (IASFA), Medis CTT, Multicare, Serviços de Assistência Médico-Social (SAMS).

Nesta situação, durante o atendimento é selecionado no Sifarma o plano da entidade ou seguro de saúde em questão, sendo exigido pelo SI a leitura do cartão de beneficiário do utente, para justificar a comparticipação.

No final da dispensa é emitido um documento de faturação que deve ser assinado pelo utente, de modo a ficar arquivado na farmácia e posteriormente enviado ao organismo.

7.2 Dispensação de medicamentos não sujeitos à receita médica

Segundo o Decreto-Lei nº 20/2013, de 14 de Fevereiro, que surge de uma alteração do Decreto-Lei nº 176/2006, de 30 de agosto, os medicamentos não sujeitos a receita médica são aqueles que não cumprem as condições definidas para os medicamentos sujeitos a receita médica, descritos no artigo 114 do mesmo DL.

Nesta situação, várias opções apresentam-se.

O utente pode procurar estes medicamentos por automedicação ou então por apresentação dos sintomas.

A automedicação responsável é definida como a utilização de MNSRM de forma responsável, sempre que se destine ao alívio e tratamento de queixas de saúde passageiras e sem gravidade, com a assistência ou aconselhamento opcional de um profissional de saúde. [19]

A utilização de MNSRM é uma prática integrante do sistema de saúde; contudo a automedicação deverá estar limitada a situações clínicas bem definidas e efetuar-se de acordo com as especificações estabelecidas para aqueles medicamentos. [19]

Relativamente à indicação farmacêutica, esta é definida como o ato profissional pelo qual o farmacêutico se responsabiliza pela seleção de um MNSRM ou de um produto de saúde, e/ou indicação de medidas não farmacológicas, com o objetivo de tratar um problema de saúde considerado como uma afeção menor, entendido como problema de saúde de carácter não grave, autolimitado, de curta duração, que não apresente relação com manifestações clínicas de outros problemas de saúde do utente, após avaliação clínica pelo farmacêutico. [20]

Os farmacêuticos têm acesso a um protocolo geral de indicação farmacêutica (Figura 10) e a vários fluxogramas para patologias específicas.

As principais etapas do processo são:

APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA PELO UTENTE

ENTREVISTA AO UTENTE

INTERVENÇÃO FARMACÊUTICA

AVALIAÇÃO DOS RESULTADOS CLÍNICOS

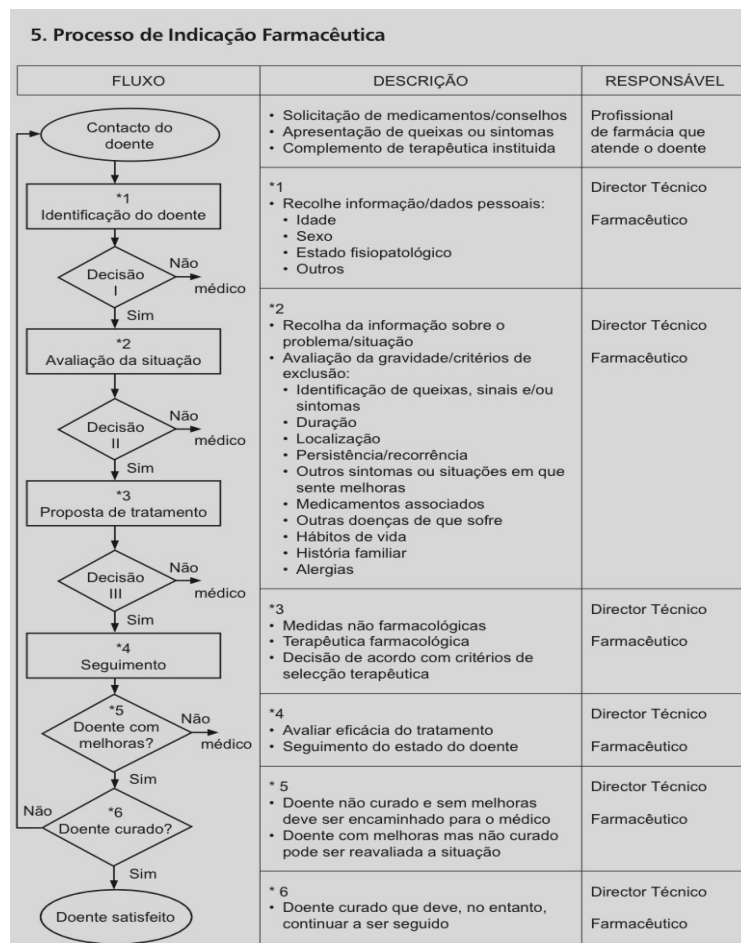


Figura 10: Processo de indicação farmacêutica

[12]

Durante o meu estágio, tive de lidar com muitos pedidos de MNSRMs e é crucial analisar a situação antes de os dispensar.

É muito importante comunicar com o doente e fazer todas as perguntas necessárias para lhe sugerir o medicamento correto.

O farmacêutico deve estar bem informado sobre os medicamentos de venda livre disponíveis, as suas indicações, dosagens e potenciais efeitos secundários. Deve ter em conta a história clínica do doente, os medicamentos que já está a tomar e quaisquer condições médicas pré-existentes que possam influenciar a escolha do medicamento adequado.

O farmacêutico deve ser capaz de identificar potenciais interações entre estes diferentes produtos e aconselhar os doentes sobre as precauções a tomar para evitar efeitos adversos.

O farmacêutico pode também explicar os sinais e sintomas de uma reação adversa e dar instruções sobre o que fazer se necessário.

Os MNSRM mais frequentemente dispensados na FCSJ são os anti-histamínicos, os analgésicos (especialmente Ben-U-R-ON[®]), os anti-inflamatórios (Brufen[®]), as pastilhas para a garganta (Strepsil[®]) e os xaropes para a tosse.

7.3 Dispensação de produtos e medicamentos de uso veterinário

Durante o meu estágio, fui confrontada com uma série de pedidos de medicamentos veterinários, nomeadamente de antiparasitários internos e externos por exemplo da marca Frontline[®]

Durante o atendimento, é importante notar que os medicamentos veterinários são especificamente formulados para animais e muitas vezes diferem significativamente dos medicamentos humanos. Os animais podem reagir de forma diferente aos medicamentos devido ao seu metabolismo, peso corporal e espécie.

Quando o proprietário de um animal se dirige à farmácia com uma receita veterinária, o farmacêutico deve examinar cuidadosamente a receita para garantir que é correcta e adequada para o animal. Verifica também se existem potenciais interacções medicamentosas com outros medicamentos que o animal possa estar a tomar.

Os farmacêuticos podem também aconselhar e informar os donos dos animais sobre a administração correcta dos medicamentos. Explicam as dosagens adequadas, os métodos de administração e os efeitos secundários a ter em conta. Isto é particularmente importante quando os medicamentos devem ser administrados em casa.

7.4 Dispensação de dispositivos médicos

Os dispositivos médicos desempenham um papel crucial no tratamento, gestão e prevenção de muitas doenças.

Alguns exemplos comuns de dispositivos médicos são os medidores de glucose, os inaladores, teste, as próteses e os equipamentos que permitem a monitorização da pressão arterial.

No momento da dispensa, o farmacêutico deve explicar ao doente como utilizar correctamente o dispositivo, incluindo as instruções de montagem, utilização, manutenção e limpeza. É essencial que o doente compreenda estas instruções para garantir uma utilização segura e eficaz do dispositivo.

7.5 Dispensação de produtos de dermocosmética e de higiene

A FCSJ oferece uma vasta gama de marcas e produtos de higiene e cosmética, tanto para a pele como para o cabelo.

Tive a oportunidade de assistir e aconselhar os pacientes na seleção dos produtos mais adequados às suas necessidades individuais.

Na FCSJ, os produtos estão organizados por marca e por categoria de uso.

Relativamente aos produtos de rosto e corpo, existem produtos específicos para peles com tendência acneica, atópica ou com rosácea.

7.6 Dispensação de suplementos alimentares e de produtos alimentação especial

A FCSJ oferece várias gamas de suplementos alimentares, seja para controlo do peso, do sono ou da concentração.

Existe também uma forte procura de produtos dietéticos especiais, (Fortimel[®], Fresubin[®]) nomeadamente para os doentes oncológicos, que provêm maioritariamente do IPO.

CADA DOENTE MALNUTRIDO É ÚNICO, CONHEÇA AS NOSSAS SOLUÇÕES ADAPTADAS A CADA UM*

PERDA DE MASSA MUSCULAR E FORÇA	NECESSIDADE EXTRA DE ENERGIA E PROTEÍNA	ALTERAÇÕES NA DIGESTÃO E ABSORÇÃO INERENTES AO ENVELHECIMENTO	DIFICULDADE EM TOLERAR GRANDES VOLUMES	DIFICULDADE DE ADESAO AOS SUPLEMENTOS NUTRICIONAIS GRANIS
<p>FORTIMEL ADVANCED</p> <p>Especialmente formulado com uma combinação única patentada de nutrientes específicos que atuam na estimulação da síntese muscular proteica.^{1,2}</p> <ul style="list-style-type: none"> • 100 kcal • Proteína 24% VET • Teor residual de lactose: 0,4g por garrafa <p>EVIDÊNCIA CIENTÍFICA NA RECUPERAÇÃO FUNCIONAL^{3,4}</p> <p>100% lactose (1g) (100 kcal)</p>	<p>FORTIMEL EXTRA 2KCAL</p> <p>Especialmente formulado com alto teor energético e alto teor proteico para a gestão nutricional da malnutrição ou risco de malnutrição.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 200 kcal • Proteína 20% VET • 10 g de açúcar de lactose (2g por garrafa) • Teor residual de lactose: 0,4g por garrafa <p>Fortimel Extra 2Kcal sabor café é o sabor preferido dos doentes na categoria 2kcal⁵</p>	<p>FORTIMEL</p> <p>Especialmente formulado com uma mistura única de 4 tipos de proteína para um esvaziamento gástrico mais eficaz.⁶⁻⁸</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reduz o risco de náusea/vómito • Boa digestibilidade • Manutenção da massa muscular <p>4 Proteínas</p>	<p>FORTIMEL COMPACT PROTEIN</p> <p>Especialmente formulado com alto teor energético e alto teor proteico num baixo volume.⁹</p> <ul style="list-style-type: none"> • 120 ml • 2,4 kcal/ml • Proteína 24% VET • Teor residual de lactose: 0,4g por garrafa <p>Exemplos de Receitas com Fortimel Compact Protein</p>	<p>FORTIMEL POWDER</p> <p>Especialmente formulado para ser versátil, com sabor neutro e possibilidade de ser adicionado a preparações líquidas e sólidas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 120 ml • Proteína 20% VET • Teor residual de lactose: 0,4g por dose (40g de produto) <p>Exemplos de Receitas com Fortimel Powder</p>

Figura 11: Produtos Fortimel

De facto, a doença e o tratamento podem aumentar as necessidades de proteínas e de energia dos doentes oncológicos. Além disso, a alimentação pode ser difícil, porque o cancro e os

tratamentos que lhe estão associados são frequentemente acompanhados de efeitos secundários (alterações do paladar ou a perda de apetite) que podem limitar a alimentação.

É por isso que, muitas vezes, a alimentação normal deixa de ser suficiente para cobrir as necessidades, o que leva a uma perda de peso involuntária.

O farmacêutico deve então ser capaz de avaliar a composição nutricional destes produtos, a fim de recomendar opções que satisfaçam as necessidades dietéticas específicas de cada doente, tendo em conta eventuais interações medicamentosas ou alergias.

Além disso, o farmacêutico pode aconselhar sobre a dosagem, a frequência de utilização e a forma de incorporar estes produtos na dieta diária do doente.

8. Casos clínicos

8.1 Dispensa de Medicamento solicitado pelo utente

No início da primavera, um utente chegou à farmácia, e pediu um Aerius[®]

(Desloratadina) 5 miligramas em comprimidos, só que não tinha receita médica.

A desloratadina é um antagonista da histamina de acção prolongada, não sedativo, com actividade antagonista, selectiva para os receptores da histamina H1 periféricos. [21]

indicado para o alívio dos sintomas associados a:

- rinite alérgica
- urticária crónica idiopática

O utente não tem necessariamente conhecimento de que este medicamento está sujeito a receita médica. Por conseguinte, é importante informá-lo.

Quando comecei a falar com ele, apercebi-me de que a sua farmácia habitual lhe fornecia estes comprimidos sem receita médica.

Expliquei-lhe que isso não era legal e que a farmácia tinha de cumprir as regras de dispensa assegurando-lhe que está prática existe para garantir a sua segurança e a utilização correta dos medicamentos.

De seguida, fiz-lhe algumas perguntas, para avaliar a situação tais como:

Quais são os sintomas? há quanto tempo? Qual é a frequência ?

Se já tomou qualquer medicamento para alívio dos sintomas?

Porque quer tomar o Aerius[®] especificamente?

Se tem algum problema de saúde, alguma alergia conhecida e se toma alguma medicação.

Isto porque, alguns medicamentos podem estar na origem dos sintomas tais como: Anti-inflamatórios não esteroides (exemplo : Ibuprofeno), Agonistas dos recetores alfa-adrenérgicos (exemplo : descongestionante nasal).

O doente referiu então sintomas como rinorreia e espirros desde 2 dias mais acentuados de manhã e à noite, sem outros sintomas nem outros problemas de saúde. O que corresponde provavelmente à uma rinite alérgica.

Neste caso um anti-histaminico oral pode ser uma opção de tratamento adequada.

Sabendo que existem vários anti-histamínicos não sujeitos à receita médica , sugeri-lhe um, que era o Telfast[®] 120 mg sob a forma de comprimidos.

Este medicamento contém cloridrato de fexofenadina, um anti-histamínico H1. É indicado para o tratamento dos sintomas da rinite alérgica sazonal em adultos e crianças com mais de 12 anos de idade. [22]

A posologia é de 1 comprimido por dia.

Também, é importante informar o utente sobre os possíveis efeitos secundários da toma deste medicamento, tais como náuseas, dores de cabeça e tonturas.

Além disso, falei sobre as medidas não farmacológicas como fazer a lavagem nasal com soro fisiológico ou solução salina, fazer limpeza regular da roupa de cama, diminuir o contacto com animais ou fumo de tabaco.

Se os sintomas persistem ou piorem o utente deve ser encaminhado para o médico.



Figura 12: Embalagem Telfast[®]

8.2 Dispensa de Medicamento por apresentação de sintomas

Um utente de 19 anos chegou ao balcão pedindo ajuda porque reparou aparecimento de erupção cutânea localizada nas duas pernas.

Mais precisamente com prurido, vermelhidão e dor ligeira quando pressão.

A erupção apareceu há 3 dias e o utente não apresenta sinais de reação anafilática (erupção cutânea generalizada, dificuldade em respirar ou em deglutir, tonturas).

O utente não se lembra de ter sido picado por um inseto e não viajou para países onde o risco de doenças transmitidas por insectos é elevado.

Usou Viltopic[®] em gel más a situação não melhorou.

Depois de a observar cuidadosamente e de lhe fazer todas as perguntas necessárias, sugeri-lhe

um creme de hidrocortisona 10 miligramas por grama que me pareceu ser a melhor forma de tratar a inflamação e de reduzir o prurido.



Figura 13: Embalagem Hidrocortisona

Este creme é geralmente bem tolerado, mas se surgirem sinais de sensibilização, tais como sensação de queimadura, irritação ou secura da pele deve-se suspender as aplicações e consultar o médico. [23]

Além do tratamento farmacológico, o utente deve limpar a zona afetada com água morna e sabão neutro, evitando substâncias irritantes. Pode aplicar compressas de água fria ou gelo na zona afetada para reduzir a inflamação, o edema e o prurido.

O utente deve evitar coçar as zonas afetadas e manter as unhas curtas e limadas para evitar possíveis lesões ou infeções.

Para prevenir as picadas, pode usar repelente, de preferência com dietiltoluamida (DEET) na composição. Se tem animais, estes devem ser vacinados e sem pulgas ou carraças.

Reparei também que o rapaz estava a usar calças bastante justas à nível das pernas, por isso, aconselhei-o a usar vestuário mais largo ou mais curto

Informei que se após 7 dias, não há melhoria ou se os sintomas piorarem, será necessário consultar o médico ou dermatologista.

8.3 Dispensa por apresentação de Receita Médica

Uma mulher de 30 anos chegou à farmácia com uma receita contendo Ibuprofeno 600 miligramas em comprimidos que foi prescrito para a sua tendinite, só que, estava preocupada porque tinha asma. Portanto, veio para ter a opinião de um farmacêutico e ver se existem alguma alternativa que será mais adequada.

Como farmacêutico, é importante ter em conta as preocupações do doente e atuar com prudência para garantir a sua segurança. É essencial colocar a segurança e o bem-estar do doente em primeiro lugar ao gerir esta situação.

O farmacêutico pode recorrer aos seus conhecimentos e procurar aconselhamento adicional, se necessário.

A primeira coisa que eu fiz foi ouvir atentamente as suas preocupações e depois fui à ficha do medicamento no Sifarma, mais especificamente, na categoria das "Contra-indicações", para ter a certeza da informação transmitida.

O Ibuprofeno é um anti-inflamatório não esteroide que bloqueia a formação de prostaglandinas a curto prazo, é utilizado para tratar a inflamação das articulações, como a tendinite

A tendinite, ou tendinopatia, é uma doença dolorosa dos tendões. A dor pode ser intensa, ao ponto de interferir com as actividades diárias. A tendinite é causada principalmente por movimentos repetitivos que colocam uma tensão excessiva nos tendões. [24]

De facto, a toma de Ibuprofeno 600 miligramas, apareceu no sistema como contra-indicado nos doentes asmáticos e pode, por vezes, agravar os sintomas da asma em algumas pessoas.

Dependendo da gravidade da asma, o Ibuprofeno pode ser prescrito com precaução.

Neste caso, pode ser necessário contactar o profissional de saúde que receitou o medicamento ou então oferecer ao doente alternativas mais seguras como por exemplo outros anti-inflamatórios que podem ser tópicos ou ainda, o paracetamol, analgésico geralmente bem tolerado.

No entanto, sugeri que consulte o médico para saber se trata de um erro de prescrição ou para obter uma receita diferente que não apresente os mesmos riscos potenciais.

8.4 Acne e cross-selling

Uma mulher de 20 anos dirigiu-se ao balcão de atendimento para levar a sua medicação oral para a acne.

A acne é uma doença crónica da pele que ocorre com as alterações hormonais, sobretudo durante a adolescência. Afecta as glândulas que segregam sebo nas raízes dos pêlos, conhecidas como folículos pilossebáceos. [25]

A acne pode afetar a autoconfiança e a qualidade de vida das pessoas.

Para os doentes que estão a fazer tratamento oral para a acne, é importante que seguem uma boa rotina de cuidado da pele e com produtos de higiene e cosméticos adequados.

Durante o atendimento, falei sobre os possíveis efeitos adversos deste tipo de tratamento, nomeadamente a pele seca e sublinhei a importância de uma boa rotina:

- Limpar a pele diariamente de manhã e à noite com produtos suaves e não irritantes e evitando os produtos agressivos, como adstringentes alcoólicos ou esfoliantes abrasivos, que podem irritar a pele e agravar a acne.

- Hidratar a pele com hidratantes não comedogênicos para evitar o agravamento das erupções cutâneas.
- Proteger a pele do sol diariamente, sobretudo porque alguns tratamentos podem aumentar a sensibilidade da pele ao sol.

Perguntei-lhe sobre a sua rotina e os produtos que utilizava, se tinha alguma alergia e quais eram as suas preferências pessoais.

Já estava a usar um hidratante adequado prescrito pelo seu dermatologista, bem como um protetor solar. No entanto, reparei que ela estava a usar maquilhagem, confirmou que utilizava produtos de maquilhagem adequados para pele acneica, mas não utilizava produtos de limpeza facial.

Sugeri-lhe então a água micelar SVR sebiaclear para pele sensível acneica para remover a maquilhagem e eliminar as impurezas da pele sem a irritar ou secar.

É igualmente importante recordar-lhe que deve seguir as instruções do dermatologista e de ficar disponível se ela tem problemas persistentes ou se quer experimentar novos produtos.

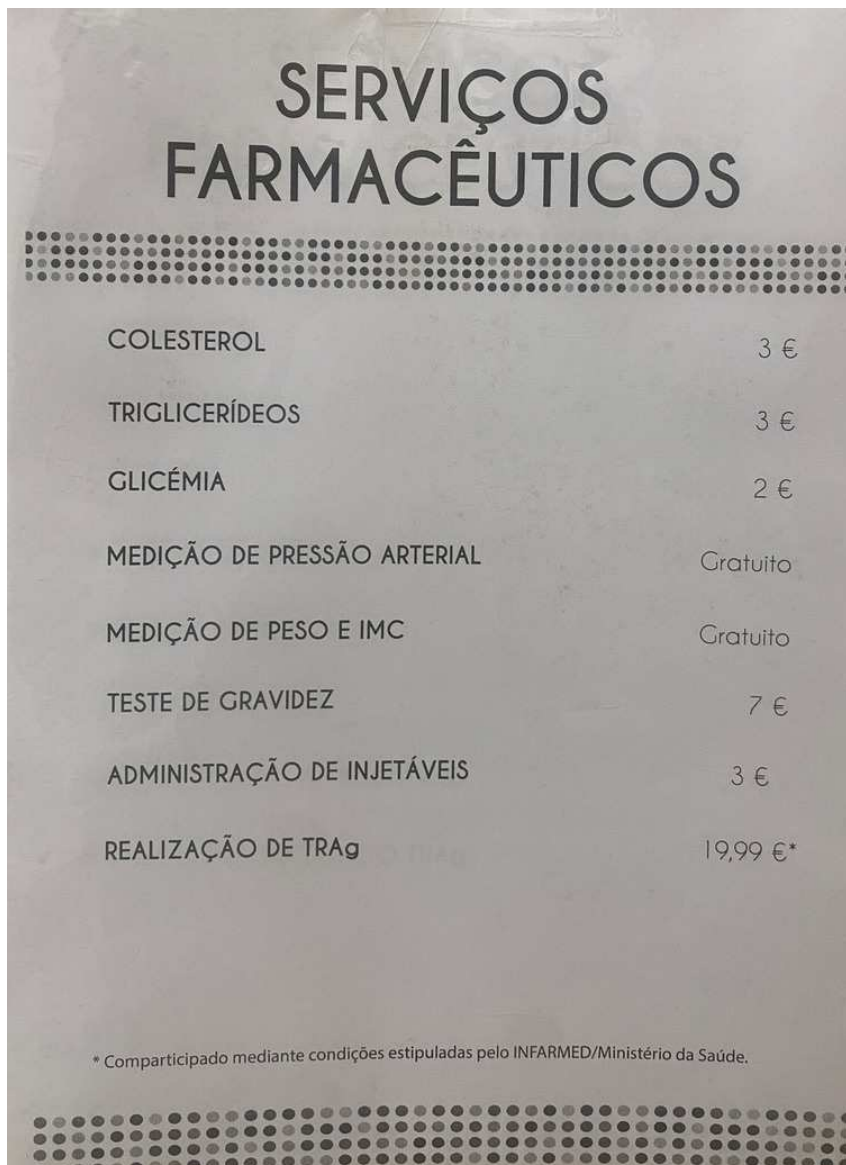


Figura 14: Água Micelar SVR

9. Serviços Farmacêuticos

A Portaria n° 1429/2007, de 2 de Novembro alterada pela Portaria n° 97/2018 de 9 de abril Define os serviços farmacêuticos que podem ser prestados pelas farmácias [26]

Os serviços prestados pela FCSJ são apresentados na figura seguinte:



SERVIÇOS FARMACÊUTICOS	
COLESTEROL	3 €
TRIGLICERÍDEOS	3 €
GLICÉMIA	2 €
MEDIÇÃO DE PRESSÃO ARTERIAL	Gratuito
MEDIÇÃO DE PESO E IMC	Gratuito
TESTE DE GRAVIDEZ	7 €
ADMINISTRAÇÃO DE INJETÁVEIS	3 €
REALIZAÇÃO DE TRAg	19,99 €*

* Comparticipado mediante condições estipuladas pelo INFARMED/Ministério da Saúde.

Figura 15: Serviços Farmacêuticos e respetivo preço

9.1 Determinação de parâmetros bioquímicos, fisiológicos e antropométricos

Para a determinação de parâmetros bioquímicos, fisiológicos e antropométricos, os farmacêuticos devem seguir as seguintes fases:

- **Acolhimento do utente**
- **Fase pré-analítica** para identificar o motivo do utente, perceber a sua expectativa, verificar se o utente reúne as condições para a determinação, avaliar a história clínica do utente, tomar conhecimento de medições/resultados anteriores, preparar todo o material, fazer a calibração do equipamento.
- **Fase analítica** durante a qual realiza-se a determinação
- **Fase pós-analítica** onde o farmacêutico regista e interpreta os resultados obtidos, transmite a informação e aconselha o utente
- **Despedida**

9.1.1 Colesterol

O colesterol é um tipo de lípido produzido naturalmente pelo organismo e que podemos encontrar também na alimentação.

É essencial para o funcionamento do nosso organismo, nomeadamente, para a produção de membranas (paredes) celulares, hormonas, vitamina D e ácidos biliares, que ajudam a digerir os alimentos. [27]

No entanto, uma pequena quantidade de colesterol é suficiente para satisfazer as necessidades do nosso organismo.

Quando os níveis de colesterol (Low Density Lipoproteins) são demasiado altos, isto pode favorecer o depósito à nível da parede arterial e assim aumentar o risco de doenças cardiovasculares (enfarte, Acidente Vascular Cerebral).

As sociedades científicas europeias recomendam, como valores normais um colesterol inferior a 190 miligramas/decilitro quando se trata da população em geral.

A determinação de colesterol total é realizada por punção capilar e podem ser efectuadas a qualquer hora do dia. Se necessário, a determinação pode ser feita em jejum.

Medir regularmente os níveis de colesterol no sangue, permite monitorizar a saúde cardiovascular e tomar medidas para reduzir o risco de doenças cardiovasculares.

Para além da medicação, há também mudanças no estilo de vida que podem ajudar a baixar os níveis de colesterol, tais como:

1. Fazer uma dieta saudável e equilibrada, rica em legumes, verduras e frutas evitando alimentos ricos em gorduras saturadas e colesterol
2. Praticar exercício físico regularmente
3. Deixar de fumar, se for fumador
4. Manter um peso saudável
5. Reduzir o consumo de álcool se costuma beber

O farmacêutico pode também aconselhar suplementos que podem ajudar a baixar o colesterol, mas é importante utilizá-los em conjunto com um estilo de vida saudável e sob a supervisão do médico.

Tabela 4: Valores de referência colesterol [28]

Parâmetros	Valores de referência mg/dL
Colesterol total	< 190
Colesterol HDL	Homens > 40 Mulheres > 46
Colesterol LDL	< 115

9.1.2 Triglicérideos

Os triglicérideos são gorduras produzidas pelo fígado mas que provêm também dos alimentos. Encontram-se no sangue e no tecido adiposo e constituem uma importante reserva energética. Níveis elevados de triglicéridos podem aumentar o risco de doença cardiovascular. Ao monitorizar regularmente os níveis de triglicéridos no sangue, os utentes podem tomar medidas para melhorar a sua saúde cardiovascular.

A determinação de triglicérideos é realizada por punção capilar e para a correta medição deste parâmetro, é necessário um jejum de pelo menos 12h. [28]

De uma forma geral, podemos considerar os seguintes valores como de referência:

Normal: abaixo de 150 miligramas/decilitro

Elevado: entre 150 e 200 miligramas/decilitro

Muito alto (hipertrigliceridemia): acima de 200 miligramas/decilitro [29]

9.1.3 Glicémia

A medição da glicemia permite diagnosticar a Diabetes mellitus e controlar os níveis de glicose no sangue nas pessoas diabéticas para que possam tomar medidas e prevenir complicações a longo prazo.

A determinação da glicemia, na farmácia, é efectuada a partir de uma amostra de sangue capilar total, obtida facilmente por picada no dedo e a interpretação do resultado dependerá de se o utente é diabético ou não. [28]

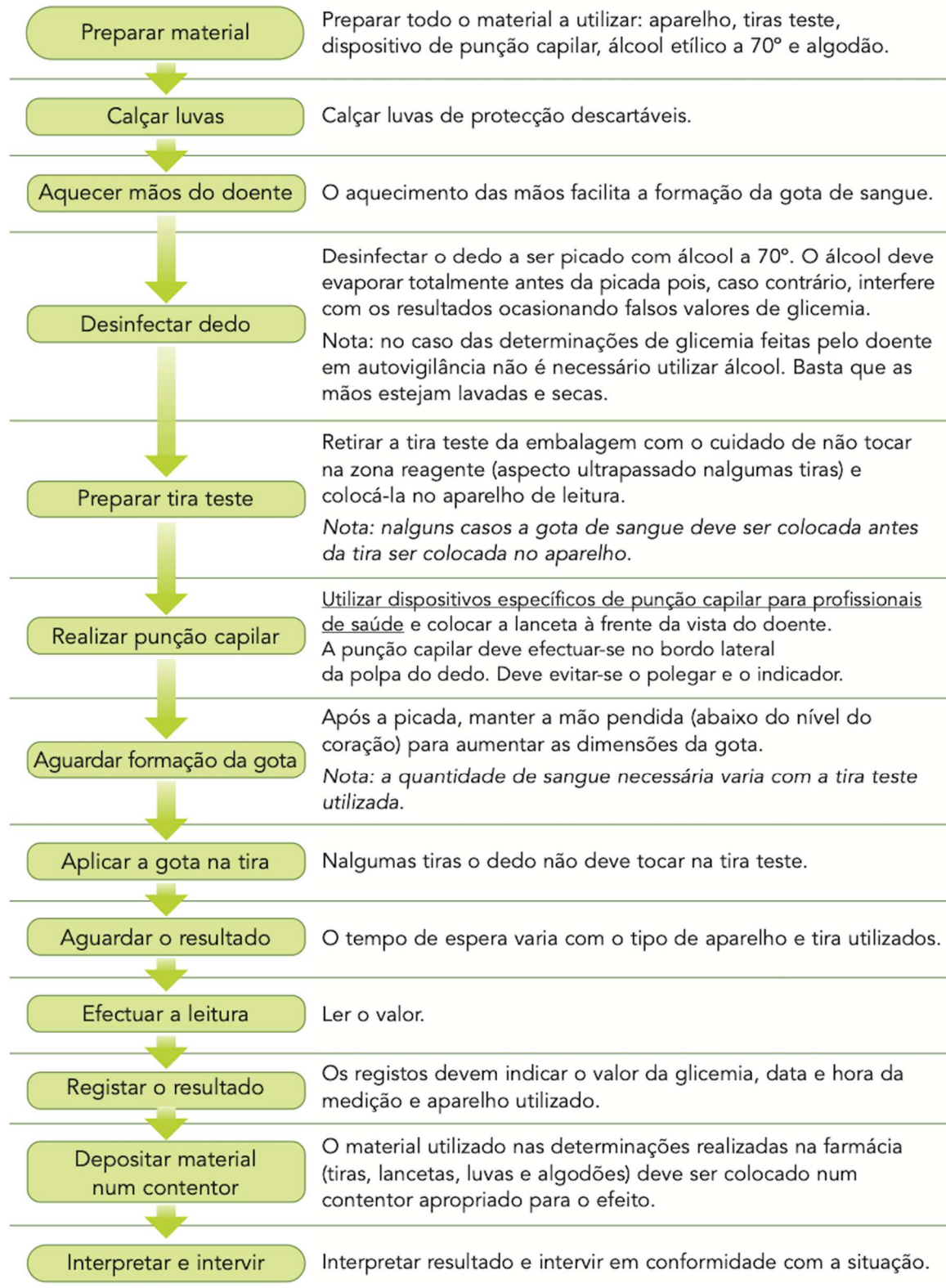


Figura 16: Fluxograma para a determinação da glicemia [28]

É importante perceber se o utente está a efetuar por rotina, se é doente crónico ou se apresenta sintomas que possam ser alvo de uma alteração da glicemia.

Antes de se efetuar qualquer tipo de medição, deve-se ter em conta se o utente se encontra em jejum visto que existem parâmetros específicos para pessoas que se encontrem em jejum ou não.

Nos doentes diabéticos, para além da medicação, existem mudanças de estilo de vida que podem ajudar a baixar os níveis de açúcar no sangue como por exemplo:

Adotar uma alimentação saudável e equilibrada evitando alimentos ricos em açúcar

Manter-se suficientemente hidratado.

Praticar atividade física regular

Evitar beber álcool ou beber com moderação

Monitorizar cuidadosamente os níveis de glucose no sangue

Tabela 5: Critérios Diabetes
[28]

Diabetes	Sintomas de diabetes + Glicemia Ocasional ¹ 200 mg/dL ou Glicemia de Jejum ² 126 mg/dL ou Glicemia 200 mg/dL às 2h após a PTGO ³
Tolerância Diminuída à Glucose	Glicemia de Jejum ² < 126 mg/dL e Glicemia 140 e < 200 mg/dL às 2h após a PTGO ³
Anomalia da Glicemia de Jejum	Glicemia de Jejum 110 e < 126 mg/dL

A Pressão Arterial (PA) é a força ou tensão que o sangue exerce contra as paredes dos vasos. É um dos parâmetros medidos com maior frequência na FCSJ e que eu tive oportunidade realizar varias vezes.

Este tipo de medição permite detetar precocemente a Hipertensão Arterial (HTA) e orientar o doente para prevenir ou atrasar as complicações da doença.

A HTA define-se clinicamente como a elevação persistente da Pressão Arterial (PA) acima dos limites considerados como normais.

Tal como para a glicemia, existe um fluxograma de intervenção farmacêutica para a hipertensão arterial que permite orientar os farmacêuticos na medição e interpretação dos resultados.

Antes de tudo, é muito importante fazer as perguntas essenciais ao utente, perceber se se trata ou não de um indivíduo já diagnosticado que realiza regularmente controlo da PA.

É importante avaliar se o utente se encontra nas devidas condições de efetuar a medição.

Caso o utente tenha vindo a pé ou feito algum exercício antes, é solicitado que aguarde uns minutos em repouso.

Se os valores estiverem fora dos níveis normais, é importante avaliar se o doente toma ou não medicação, e se toma se a faz corretamente.

Neste caso, será possível avaliar o efeito da terapêutica, se for necessário, o farmacêutico deve promover a adesão à terapêutica explicando todas as vantagens e esclarecer qualquer dúvida que o utente apresente.

A medição é realizada através de um tensiómetro no GAP, Este tipo de aparelho apresenta os valores da PA sistólica, diastólica e as pulsações.

É importante ter em consideração que um valor aumentado de pressão arterial, num indivíduo sem diagnóstico de HTA, deve ser sempre confirmado. [28]

Durante as medições que efectuei, pude recomendar várias medidas não farmacológicas aos utentes tais como :

Reduzir o consumo de sal, gorduras saturadas e aumentar o consumo de frutas e vegetais

Reduzir o consumo de álcool e tabaco (se for o caso)

Praticar atividade física

Medir regularmente a PA

Se não houver mudança com estas medidas, o doente deve ser encaminhado para uma consulta médica pois poderá ser necessária a instituição de uma terapêutica farmacológica.

Tabela 6: Valores Pressão arterial
[28]

Categoria	Pressão Arterial Sistólica (mmHg)		Pressão Arterial Diastólica (mmHg)
Ideal	<120	e	<80
Normal	120 - 129	e/ou	80 - 84
Normal Alto	130 - 139	e/ou	85 - 89
Hipertensão Estádio 1	140 - 159	e/ou	90 - 99
Hipertensão Estádio 2	≥ 160	e/ou	≥ 100

FLUXOGRAMA DE INTERVENÇÃO FARMACÊUTICA NA HIPERTENSÃO ARTERIAL

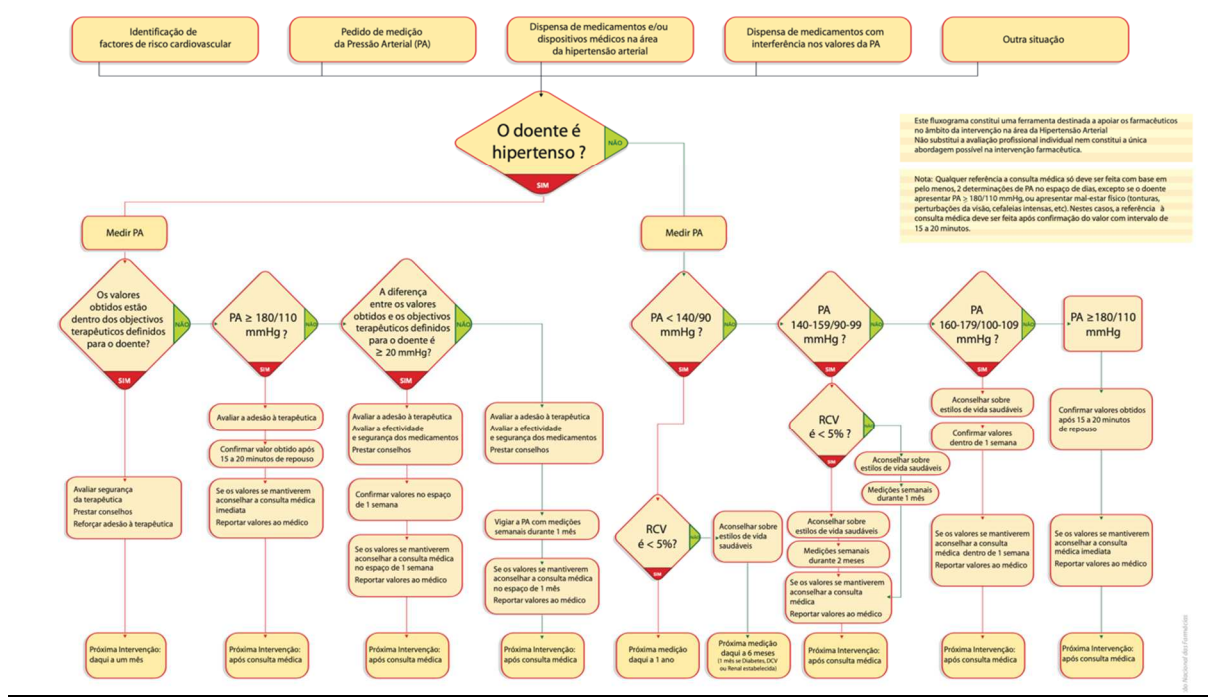


Figura 18: Fluxograma de intervenção farmacêutica na hipertensão arterial [28]

9.1.5 Peso e Índice de massa corporal

A medição do peso e do Índice de massa corporal (IMC) é importante porque ajuda a determinar se uma pessoa tem peso a mais ou a menos, o que pode ter um impacto na sua saúde.

O IMC é um dos principais métodos de avaliação sobre as condições em termos de peso de um indivíduo e é obtido através da fórmula:

$$IMC = \text{Peso (Kilograma)} / \text{Altura (m}^2\text{)}$$

Segundo a OMS, é utilizado para classificar quantitativamente a obesidade.

Um IMC normal está compreendido entre 18,5 e 24,9.

Na FCSJ existe uma balança eletrónica para medir o peso e uma fita métrica para medir a altura que permite ao utente avaliar o seu IMC.

Durante a pesagem, o indivíduo deve estar de pé, estático, com os braços relaxados e estendidos ao longo do corpo e com o peso distribuído igualmente pelas 2 pernas.

Sempre que possível, as repetições da medição devem ser feitas à mesma hora, com o mesmo tipo de vestuário e calçado e com a bexiga vazia para que os resultados possam ser comparáveis.

Outros fatores podem também influenciar o peso e portanto o IMC, tais como o sexo, a idade e a estrutura corporal.

Avaliando os valores obtidos, o farmacêutico deve ser capaz aconselhar os utentes e promover a importância de adotar um estilo de vida saudável, incluindo actividade física regular e uma dieta equilibrada.

O farmacêutico pode também recomendar suplementos alimentares, como vitaminas e minerais, adaptados às suas necessidades específicas.

Tabela 7: Classificação Índice de Massa Corporal [28]

IMC (kg/m ²)	Classificação
< 18,5	Baixo Peso
18,5 - 24,9	Peso Normal ou Recomendável
25 - 29,9	Pré-obesidade
30 - 34,9	Obesidade de classe I
35 - 39,9	Obesidade de classe II
≥ 40	Obesidade de classe III

Excesso de peso

DIA DE RASTREIO

No dia 17 de Maio, tive a oportunidade realizar um dia de rastreio numa empresa industrial (ROQ) em Famalicão.

Fui acompanhada por a pessoa responsável para o marketing da farmácia, de uma farmacêutica e de outra estagiária.

Quando chegámos ao local, organizámos uma zona equipada com todo o material necessário para acolher os trabalhadores voluntários.

A primeira área estava equipada com uma balança e uma fita métrica para medir o peso, a altura e assim, deduzir o IMC.

Outra área estava dedicada à medição da pressão arterial e da glicemia.

O principal objetivo deste rastreio foi sensibilizar as pessoas para a importância da deteção precoce de problemas de saúde tais como a obesidade, a Diabetes mellitus e a hipertensão.

Ao longo do dia, com a ajuda da enfermeira da empresa, fizemos medições de glicemia para detetar a diabetes, medições da tensão arterial para identificar a hipertensão e avaliações do peso e do índice de massa corporal (IMC) para detetar a obesidade.

Depois de obter os resultados dos testes, falámos com cada pessoa individualmente para explicar os resultados e dar-lhes conselhos adaptados à sua situação.

É importante notar que o ambiente de trabalho, pode ser uma fonte de stress para algumas pessoas, e a hora do dia pode também ter um impacto considerável nos valores de pressão arterial e de glicemia.

Para os que tiveram resultados positivos, recomendámos que consultassem o seu médico para um acompanhamento posterior.

Também fornecemos informações sobre mudanças benéficas no estilo de vida, como a adoção de uma dieta equilibrada, o aumento da atividade física e a gestão do stress.

9.2 Outros serviços

9.2.1 Teste de gravidez

Os farmacêuticos são profissionais de confiança que podem fornecer informações, apoio e aconselhamento as mulheres que realizam os testes.

Estão bem informados sobre as diferentes opções disponíveis e podem recomendar testes de qualidade.

O teste de gravidez baseia-se na deteção da Hormona Gonadotrofina Coriónica humana (β -hCG) na urina. Através de um processo imunológico, certos anticorpos reagem na presença desta hormona.

A hormona beta-hCG é segregada pelo corpo lúteo logo que o óvulo se implanta, cerca de 7 dias após a fecundação.

Após alguns minutos, o resultado do teste aparece de diferentes formas,

- sob a forma de uma linha colorida que indica a presença de uma gravidez
- o símbolo "+"
- com a palavra "grávida"
- com a palavra "grávida" e o número de semanas desde a concepção ("1-2", "2-3" ou "3+")

É aconselhável esperar entre 3 e 8 dias após o primeiro dia de atraso da menstruação para evitar um falso negativo devido a um teste efectuado demasiado cedo porque Quanto mais a menstruação se atrasar, mais elevado e mais facilmente detetável será o nível de beta-hCG.

Além disso, o farmacêutico pode informar as mulheres sobre os diferentes métodos de contraceção e sobre as precauções a tomar em caso de resultado positivo ou negativo de um teste de gravidez.

Se os resultados forem ambíguos, o farmacêutico pode encaminhar a mulher para outros profissionais de saúde, como médicos ou ginecologistas, para um acompanhamento adequado.

9.2.2 Administração de injetáveis e Vacinas não incluídas no Plano Nacional de Vacinação

A administração de injetáveis e de vacinas não pertencentes ao Plano Nacional de Vacinação, é outro serviço disponibilizado pelas farmácias, desde que apresentada prescrição médica.

Antes de administrar o injetável, o farmacêutico deve preparar o ambiente e o equipamento necessário. O farmacêutico deve assegurar que todas as medidas de segurança estão em vigor para minimizar o risco de infeção e de contaminação cruzada.

Outra responsabilidade do farmacêutico é administrar o injetável de forma adequada. Isto inclui a utilização de técnicas de injeção estéreis, a seleção da via de administração adequada (intramuscular, subcutânea, intradérmica, etc.) e a observação cuidadosa do doente durante e após a administração.

A administração de vacinas nas farmácias de oficina é da responsabilidade do farmacêutico director técnico da farmácia de oficina e deve ser executada por farmacêuticos com formação adequada reconhecida pela Ordem dos Farmacêuticos ou por enfermeiros específica e exclusivamente contratados para esse efeito. [30]

A administração é feita no GAP, que deve conter todos os equipamentos e material definido nesta deliberação.

O farmacêutico deve ser capaz de reconhecer e gerir quaisquer reacções adversas ou complicações associadas à injeção.

Se após administração ocorre uma reacção anafiláctica, à farmácia tem de ser equipada por todos os meios necessários ao tratamento como por exemplo:

Adrenalina 1:1000 (1 mg/ml)

e Oxigénio com debitometro a 15 l/min

A seguinte informação deve ser registada pela farmácia à cada administração:

nome do utente

data de nascimento

nome da vacina

lote

via de administração

identificação profissional do farmacêutico que a administrou [31]

9.2.3 Realização de Testes Rápidos antigénio

A pandemia de COVID-19 teve um impacto considerável em todo o mundo.

Por este motivo, foram introduzidos testes de despistagem para combater a propagação do vírus.

Os testes rápidos de antigénio para a COVID-19 são uma forma acessível e eficaz de detetar o vírus, tendo sido introduzidos por muitas farmácias.

Os farmacêuticos inscritos na Ordem dos Farmacêuticos são profissionais de saúde habilitados e podem realizar os TRag.

Os profissionais de saúde habilitados e sem experiência podem efetuar formação específica para colheita de exsudado do trato respiratório e para a realização de TRAg. [32]

Os testes rápidos de antigénio são testes que detectam a presença do vírus no organismo através da deteção de proteínas específicas do vírus.

Para efetuar o teste, o farmacêutico recolhe uma amostra da mucosa nasal com uma zaragatoa.

Em comparação com os testes PCR, que requerem análises laboratoriais, estes testes dão um resultado muito mais rápido, em apenas alguns minutos.

Um resultado positivo indica a presença de antigénios virais mas a história clínica do indivíduo é necessária para determinar o estado da infeção. [33]

Neste caso, o farmacêutico deve informar o doente da necessidade de quarentena e de contactar as autoridades sanitárias locais para obter mais conselhos. Poderá também recomendar medidas específicas a adotar para limitar a transmissão do vírus a outros membros da família ou amigos do doente.

Se o resultado for negativo, o farmacêutico explica ao doente que um resultado negativo não garante necessariamente a ausência de COVID-19, nomeadamente se o teste for efectuado pouco tempo depois da exposição ao vírus. O utente tem de respeitar as medidas de prevenção, como o uso de máscara e o distanciamento social, mesmo que o resultado seja negativo.

9.2.4 Consulta de nutrição

As consultas de nutrição são serviços prestados por profissionais de saúde com formação em nutrição.

Estes profissionais, frequentemente nutricionistas, são habilitados a avaliar o estado nutricional de uma pessoa e a propor-lhe recomendações personalizadas de alimentação e de estilo de vida.

As consultas de nutrição nas farmácias tornam-se cada vez mais frequentes graças à acessibilidade das farmácias.

Ao contrário de alguns estabelecimentos de saúde, clínicas privadas ou consultórios de nutrição, as consultas nas farmácias são relativamente mais baratas.

Na FCSJ, as consultas de nutrição realizam-se às quinta-feiras de manhã, com marcação prévia. Ao recorrerem às farmácias para consultas de nutrição, os pacientes beneficiam de um acompanhamento regular e personalizado.

Durante uma consulta de nutrição numa farmácia, o profissional de saúde conversa com o utente para compreender melhor os seus hábitos alimentares, estilo de vida, objectivos e preocupações. Ele vai também fazer medições antropométricas (peso, altura, IMC) para avaliar com maior precisão o estado nutricional do doente.

O nutricionista pode ajudar os utentes a compreender os rótulos nutricionais dos alimentos, a escolher alimentos saudáveis e a planear refeições equilibradas.

Pode também fornecer informações sobre suplementos alimentares e vitaminas, assegurando que os doentes os utilizam corretamente e elaborar um plano personalizado que será adaptado em função da evolução das necessidades e dos objectivos do doente.

As consultas de nutrição nas farmácias não se limitam à perda de peso ou à gestão de doenças relacionadas com a alimentação. Podem também ser úteis para as pessoas que desejam adotar uma alimentação saudável e equilibrada para prevenir doenças crónicas tais como as doenças cardiovasculares, a diabete e alguns tipos de câncros.

9.2.5 Consulta de podologia

As consultas de podologia são cada vez mais frequentes nos dias de hoje.

Uma das principais vantagens das farmácias é o facto de serem acessíveis à todos.

As consultas de podologia podem ajudar a prevenir problemas nos pés e melhorar a qualidade de vida dos doentes.

Que se trata de problemas comuns como calosidades más também de problemas mais específicos e mais complexos como infecções fúngicas ou verrugas plantares.

Na FCSJ as consultas de podologia são asseguradas por uma podologista qualificada e especializada portanto em condições de efetuar uma avaliação completa do estado dos pés do paciente e de sugerir tratamentos adequados e recomendações personalizadas.

Durante a consulta é avaliado o estado dos pés do doente, examinando a estrutura, a mobilidade, a postura e a marcha do doente, as articulações e a pele dos pés.

É importante ter em conta a história clínica do doente e fazer perguntas sobre os sintomas actuais e o estilo de vida do doente.

As consultas de podologia em farmácia também podem ser benéficas para os doentes com condições ou patologias específicas, como a diabetes.

De facto, os doentes com diabetes têm maior probabilidade de desenvolver problemas nos pés, como feridas, úlceras ou infecções.

Os farmacêuticos em colaboração com a podologista podem fornecer conselhos e cuidados para prevenir estas complicações e ajudar os doentes a manter os pés saudáveis.

Podem também dar aconselhamentos sobre produtos para o cuidado dos pés, tais como hidratantes, antitranspirantes e pensos especiais, sobre calçado adequado e órteses para apoiar a função locomotora afetada.

9.2.6 Valormed

A Valormed é uma sociedade sem fins lucrativos à qual está atribuída a responsabilidade da gestão dos resíduos de embalagens vazias e medicamentos fora de uso e de prazo de origem doméstica através do SIGREM (Sistema Integrado de Gestão de Resíduos de Embalagens e Medicamentos) [34]

Na FCSJ encontra-se instalado um contentor devidamente identificado.

Uma vez cheio, procede-se ao seu encerramento, à selagem e à recolha de dados do contentor através do sistema Sifarma, introduzindo o número de série (código de barras) e o distribuidor.

De seguida, um talão é imprimido e colocado no contentor.

A entidade responsável pela sua recolha é a Alliance Healthcare.

O distribuidor, transporta o contentor para as suas instalações e o conserva em contentores estanques.

Quando é atingida uma determinada quantidade de armazenagem, os contentores são transportados para um Centro de Triagem

E os resíduos são tratados das seguintes formas :

- Reciclagem do papel, cartão, plástico e vidro.
- Incineração segura com valorização energética dos restantes resíduos, nomeadamente, restos de medicamentos. [35]

Ao balcão, é importante encorajar os utentes a ter o melhor comportamento para proteger o nosso ambiente, entregando à farmácia, as embalagens ou medicamentos fora de uso.



Figura 19: O que deve/não deve depositar no contentor Valormed [34]

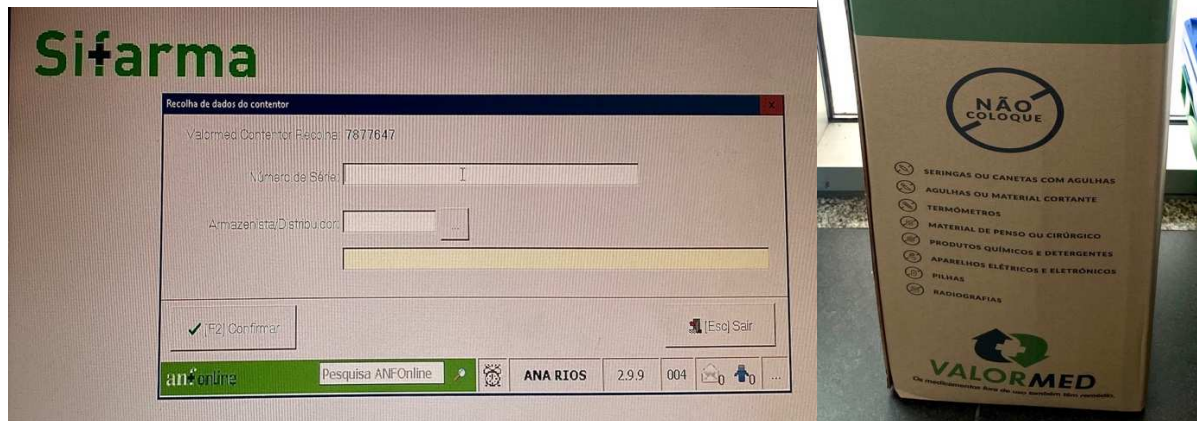


Figura 20: Contentor e recolha do contentor Valormed

10. Marketing e Merchandising

O marketing pode ser definido como o conjunto das acções destinadas a identificar, antecipar e, se necessário, estimular as necessidades dos consumidores em termos de bens e serviços, bem como adaptar a produção e a comercialização a essas necessidades. [36]

Uma estratégia de marketing bem pensada permite comunicar eficazmente com o público e criar uma imagem positiva da farmácia.

O merchandising é o conjunto das técnicas utilizadas para assegurar a melhor distribuição comercial possível dos produtos, adaptando-os aos desejos dos compradores e aos diferentes aspectos da estratégia comercial (embalagem, distribuição dos produtos nas zonas de venda). [37]

O marketing e o merchandising são dois aspectos importantes que permitem às farmácias diferenciarem-se no mercado e enfrentarem a concorrência.

Para atingir os seus objetivos de vendas, as farmácias podem adotar técnicas como:

- cross-selling ou venda cruzada consiste na recomendação de um produto complementar, no ato de compra. [38]

ou

- up-selling que consiste numa técnica de venda cujo objetivo é aumentar o valor de compra. Ou seja, incentivar o utente a adquirir um produto de nível superior, com funções mais satisfatórias para o mesmo fim, apresentando-lhe, para isso, vantagens. leva o utente a reconsiderar a sua decisão inicial, envolvendo um padrão de decisão e conseqüente reforço da relação de confiança com o farmacêutico. [38]

Campanhas publicitárias e promoções atrativas

Isto pode ser feito no ponto de venda más também online, através das redes sociais.

De facto, as redes sociais são uma ferramenta poderosa para interagir com os clientes, partilhar conselhos de saúde e promover produtos farmacêuticos.

A INFARMED define a publicidade de medicamentos como qualquer forma de informação, de prospeção ou de incentivo que tenha por objeto ou por efeito a promoção da prescrição, dispensa, venda, aquisição ou consumo, junto do público em geral, distribuidores por grosso e profissionais de saúde.

Está sujeita ao regime jurídico previsto no Estatuto do Medicamento, Decreto-Lei n.º 176/2006, de 30 de agosto, na redação que lhe foi dada pelo Decreto-Lei n.º 128/2013, de 5 de setembro, alterado pela Lei n.º 51/2014, de 25 de agosto, e, subsidiariamente, o disposto no Código da Publicidade (Decreto-Lei n.º 330/90, de 23 de outubro).

A publicidade ajuda a melhorar a imagem da farmácia e a atrair novos clientes.

As farmácias podem utilizar brochuras, vídeos/fotos educativos ou programas de sensibilização para informar o público sobre medicamentos e problemas de saúde.

Esta educação farmacêutica ajuda a esclarecer as dúvidas dos pacientes e facilita-lhes a tomada de decisões.


 **Farmácia Campus S. João** 22 jul. · 🌐

🌟 **Dia Mundial do Cérebro** 🌟

No dia 22 de julho comemora-se o Dia Mundial do Cérebro. Este dia tem como objetivo dar a conhecer questões ligadas com o conhecimento e à saúde do cérebro.

Para manter um cérebro saudável e ativo por um longo período de tempo siga alguns dos hábitos essenciais para continuar um cérebro jovem e sem problemas. 😊

Voir la traduction



22 julho

DIA MUNDIAL DO CÉREBRO

a saúde do seu cérebro
farmácia

8 HÁBITOS PARA UM CÉREBRO SAUDÁVEL

1. Praticar exercício físico aumenta o fluxo sanguíneo para a cabeça e estimula o desenvolvimento de novas células e a conexão entre elas.
2. Escolher os alimentos corretos ajuda a diminuir a demência e aumentar a capacidade mental.
3. Adotar técnicas para melhorar a memória, como por exemplo, a repetição.
4. Realizar atividades sociais auxilia no desenvolvimento cognitivo, pois uma vida social ativa está associada a uma menor taxa de declínio da memória.
5. Controlar o stress torna-se essencial, uma vez que este é um dos maiores inimigos do cérebro.
6. Cuidar do coração é essencial pois várias complicações podem prejudicar a memória.
7. Estimular a mente é uma mais valia pois ajuda na capacidade de processar informações.
8. A qualidade de sono ajuda no alicerce de um cérebro saudável. A privação de sono compromete a memória, a criatividade, as capacidades de aprendizagem, na resolução de problemas e pensamento crítico.

Win-Fit mc

Win-Fit é um suplemento alimentar e contempla ingredientes importantes para a função cerebral, memória e concentração. Estas cápsulas são ideais para momentos de maior stress e para quebras de fadiga intelectual.

Win-Fit mc
FUNÇÃO CEREBRAL
memória / concentração

Figura 21: Página Facebook "Dia Mundial do Cérebro"

O merchandising de farmácia refere-se à forma como os produtos são apresentados e dispostos na área de venda.

O design interior da farmácia, e o destaque dado às promoções/ofertas especiais podem influenciar significativamente as decisões de compra dos clientes e aumentar as vendas.

Uma disposição clara e atrativa dos produtos pode ajudar a aumentar as vendas e melhorar a experiência de compra do cliente. As farmácias também precisam de considerar a gestão de stocks, garantindo que os produtos mais procurados estão sempre disponíveis, minimizando o desperdício e o stock não vendido.



Figura 22: Gôndola com campanhas promocionais



Figura 23: Expositor de solares Bioderma

As farmácias podem destacar produtos como suplementos nutricionais, produtos de cuidados pessoais e dispositivos médicos, colocando-os estrategicamente perto dos balcões de vendas ou agrupando-os em categorias de uso.

Desta forma, é mais fácil para os clientes encontrarem e comprarem estes produtos.

Além disso, a procura de produtos pode variar consoante a estação do ano.

No verão, por exemplo, as pessoas procuram ativamente produtos de proteção solar porque passam mais tempo ao ar livre e estão mais expostas ao sol.

Nesta altura do ano, a promoção de protectores solares é, portanto, crucial para as farmácias.

Ao oferecer descontos, ofertas especiais ou pacotes promocionais, as farmácias incentivam os clientes a adotar bons hábitos de proteção solar.

É também importante sublinhar que as promoções de protectores solares não são apenas uma questão de vendas. Os farmacêuticos têm o papel de aconselhar e ajudar os clientes a escolher os produtos certos para o seu tipo de pele, a compreender os diferentes factores de proteção solar e a saber como aplicar o produto corretamente. Isto reforça a confiança do cliente na farmácia como uma fonte fiável de informação e de produtos de qualidade.



Figura 24: Cupão promoção Avène solares

O marketing e o merchandising das farmácias também podem contribuir para a fidelização dos clientes. As farmácias podem utilizar programas de fidelização, descontos exclusivos e promoções especiais para incentivar os clientes a regressar regularmente.

A fidelização de clientes pode ser feita à traves de

- Cartões de fidelidade
- Ficha de cliente, que permite acumular um certo número de pontos para ter direito à um desconto

Por último, na FCSJ são organizados dias com intervenção de especialistas em cosmética, o que permite aos utentes ter sessões de aconselhamento personalizado e promoções nos produtos. A conselheira fornece conhecimentos aprofundados e aconselha os utentes de forma profissional. Assim, os clientes que recebem aconselhamentos e recomendações adequadas têm maior probabilidade de comprar os produtos.

11. Formações

As formações desempenham um papel crucial na profissão de farmacêutico.

O sector da saúde, graças às investigações e às descobertas científicas, está em constante evolução. Como tal, o farmacêutico deverá manter-se atualizado.

Isso, traduz-se pelo conceito de desenvolvimento profissional contínuo, definido como a responsabilidade individual dos farmacêuticos com a atualização permanente e o desenvolvimento sistemático de conhecimentos, competências e aptidões ao longo da sua vida ativa. [39]

À través das formações, cada farmacêutico, consegue adquirir novos conhecimentos e melhorar as suas competências a fim de exercer a sua profissão de forma segura e eficaz.

As formações permitem facilitar o aconselhamento e a comunicação com os utentes e oferecer um serviço farmacêutico de qualidade.

Além disso, as formações são momentos de partilha de experiências e conhecimentos que contribuem para a excelência da profissão de farmacêutico.

Na FCSJ são organizadas formações internas, realizadas na própria farmácia, com a intervenção de delegados comerciais, e outras formações em locais externos à farmácia ou online (às quais os colaboradores da farmácia podem inscrever-se antecipadamente)

As formações podem ser sobre medicamentos mas também sobre outros produtos disponíveis na farmácia, tais como, produtos cosméticos, suplementos alimentares ou dispositivos médicos. Como estagiária, as formações permitiram-me compreender as propriedades e as indicações dos diferentes produtos, conhecer a posologia, as precauções de utilização e as contra-indicações de modo a poder aconselhar eficazmente os pacientes.

Ao longo dos 5 meses de estágio, tive a oportunidade assistir à várias formações sejam internas ou externas

Tabela 8: Formações internas e externas

<u>Formações internas:</u>	<u>Formações externas:</u>
Psyllogel, indicações, posologia e precauções de utilização	Webinar Dercos (Academia Cosmética Activa Online)
Trifeduo, Magnorange, Aero-Om, resumo e indicação dos produtos	Webinar Cuidados Integrados SkinCeuticals aliados aos procedimentos estéticos (Academia Cosmética Activa Online)
Magnesium OK, Magnesium B e Magnesium K-active e Apresentação dos novos produtos Magnesium OK 50 + homem e mulher	MasterClass Multimarca: La Roche-Posay, Vichy e Cerave (Academia Cosmética Activa Online)
Cumlaude lab, apresentação do conceito da marca e dos produtos	Webinar Avançado La Roche Posay (Academia Cosmética Activa Online)
Coenzima Q10, Energia para o coração	Stress, ansiedade e a importância do sono Advancis Passival. (Academia Farmodiética)
Nestlé Health Science, Nutrição em Geriatria Meritene Força e Vitalidade, Ressource Protein, Diabete, Ultra	Isdintalks Online - Redness & Acniben (Love Isdin)
Nestlé soluções nutricionais para cicatrização de feridas/ulceras por pressão: Ressource Arginaid	Isdintalks Online - Bexident (Love Isdin)
Tilman, Flexofytol, Antimetil Gomas, Nasofytol, Stressfytol	Innovation Summit Fotoproteção 2023 (Love Isdin)
Contraceção de emergência Gedeo Richter Postinor Odis	WEBINAR AVANÇADO VICHY (Academia Cosmética Activa Online)
Jaba Recordati, Proctoglyvenol, Guronsan	Innovation Summit Isdinceutics (Love Isdin)
Curaprox: Gamas, Higiene Oral, Técnicas de escovagem, utilização, escovilhão	Webinar Anthelios LRP - "Inovação na Fotoproteção" (Academia Cosmética Activa Online)
Nestlé: Nutrição infantil, NAN e NAN Care, preparação biberão	Formação online Caudalie de marca completa
STS Obesidade, Leitura de rotulos	Curso Geral BIODERMA (Hotel AC by Marriot Porto)



Figura 25: Formação digital SVR

Trabalho de formação

Durante o estágio, realizei um trabalho de formação/informação apresentado no formato de poster sobre o tema:

Hipertensão arterial e papel do farmacêutico. [Anexo 1]

A hipertensão é um problema de saúde grave no mundo. Enquanto profissionais de saúde, os farmacêuticos estão diretamente envolvidos na gestão desta doença crónica.

A apresentação de um projeto de formação/informação sobre o tema da hipertensão é interessante para mim porque permite reforçar as competências na gestão da hipertensão, ou seja, melhorar a qualidade dos cuidados prestados aos utentes e sensibilizá-los para os riscos da hipertensão.

Desta forma, uma melhor gestão desta doença crónica pode ser implementada pelos colaboradores da farmácia.

12. Conclusão

Este estágio de 700 horas realizado na FCSJ, foi uma experiência enriquecedora , tanto a nível profissional como pessoal. Permitiu-me ter uma visão mais concreta da profissão de farmacêutico assim como uma melhor compreensão da organização e das tarefas realizadas na farmácia comunitária mais especificamente na parte do front-office. Consegui pôr em prática os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo do curso, e desenvolver as minhas competências à nível da comunicação da organização e da adaptação.

A maior dificuldade que encontrei durante o estágio foi devido à barreira da língua mas ao longo das semanas consegui ganhar confiança e melhorar.

O que apreciei particularmente durante este Estágio foi o ambiente de trabalho e a cooperação da equipa; quer a DT quer os outros profissionais estiveram sempre disponíveis para me ajudar e esclarecer as minhas dúvidas. Tudo isto ajudou-me reforçar a minha capacidade de trabalhar em equipa e de comunicar eficazmente com os outros.

Em conclusão, foi uma experiência fundamental que me permitiu sentir-me mais preparada para a minha futura profissão de farmacêutica.

13. Referências Bibliográficas

- [1] Boas Práticas De Farmácia Comunitária (BPF:2015), Norma Geral sobre o medicamento e produtos de saúde
- [2] Decreto-Lei nº 75/2016.
- [3] Decreto-Lei nº 128/2013.
- [4] Decreto-Lei nº 189/2008.
- [5] DGAV, “Suplementos Alimentares,” 09/05/2023. Disponível em:
<https://www.dgav.pt/alimentos/conteudo/generos-alimenticios/regras-especificas-por-tipo-de-alimentos/suplementos-alimentares/>. [Acedido em 20/05/2023].
- [6] Decreto-Lei nº 227/99.
- [7] Decreto-Lei nº 145/2009.
- [8] DGAV, «Medicamentos Veterinários,» Disponível em:
<https://www.dgav.pt/medicamentos/conteudo/medicamentos-veterinarios/>. [Acedido em 10/06/2023].
- [9] Deliberação Nº 1500/2004.
- [10] Farmácias Portuguesas, “Medicamentos Psicotrópicos,” Disponível em:
<https://www.farmaciasportuguesas.pt/blog/medicamentos-psicotropicos>. [Acedido em 20/06/2023].
- [11] Ordem dos Farmacêuticos, Boas Práticas De Farmácia Comunitária 2015 (BPF:2015), Norma Geral sobre o farmacêutico e pessoal de apoio.
- [12] Ordem dos Farmacêuticos, Linhas de Orientação, Indicação Farmacêutica.
- [13] VIDAL, “GAMME DE MÉDICAMENTS OZEMPIC,” 18/07/2023 Disponível em:
<https://www.vidal.fr/medicaments/gammes/ozempic-86313.html>. [Acedido em 20/07/2023].
- [14] VIDAL, “GAMME DE MÉDICAMENTS TRULICITY,” 18/07/2023 Disponível em:
<https://www.vidal.fr/medicaments/gammes/trulicity-68571.html>. [Acedido em 20/07/2023].
- [15] Decreto-Lei nº 176/2006.

- [16] Portaria n° 224/2015.
- [17] INFARMED, “Normas relativas à dispensa de medicamentos e produtos de saúde,” Disponível em: https://www.infarmed.pt/documents/15786/17838/Normas_Dispensa/4c1aea02-a266-4176-b3ee-a2983bdfe790. [Acedido em 10/05/2023].
- [18] Serviços Partilhados do Ministério da Saúde, “MANUAL DE RELACIONAMENTO DAS FARMÁCIAS COM O CENTRO DE CONTROLO E MONITORIZAÇÃO DO SNS,” Janeiro 2022 Disponível em: <https://ccmsns.min-saude.pt/wp-content/uploads/2022/01/Manual-de-Relacionamento-de-Farmácias-v1.32.pdf>. [Acedido em 20/08/2023]
- [19] Ordem dos farmacêuticos, “Automedicação,” Agosto 2023 Disponível em: <https://www.ordemfarmaceuticos.pt/pt/artigos/automedicacao/>. [Acedido em 20/08/2023].
- [20] Ordem dos farmacêuticos, “Boas Práticas de Farmácia Comunitária, Norma específica sobre indicação farmacêutica,” 10/05/2018. Disponível em: https://www.ordemfarmaceuticos.pt/fotos/documentos/of.c_n005_00_norma_especifica_sobre_indicacyayo_farmaceyutica_5541776765afd9c982f505.pdf. [Acedido em 20/07/2023].
- [21] EMA, «RESUMO DAS CARACTERÍSTICAS DO MEDICAMENTO, Aerius 5 mg comprimidos revestidos por película,» Disponível em: https://www.ema.europa.eu/en/documents/product-information/aerius-epar-product-information_pt.pdf. [Acedido em 12/08/2023].
- [22] Base de données publique des médicaments, “Resumé des Caractéristiques du Produit, TELFAST 120 mg, comprimé pelliculé,” Disponível em: <https://base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr/affichageDoc.php?specid=68712285&typedoc=R>. [Acedido em 15/08/2023].
- [23] edol, “Pandermil,” Disponível em: <https://edol.pt/produto/pandermil-creme-30g/>. [Acedido em 15/08/2023].
- [24] VIDAL, “Tendinopathies (Tendinites),” Disponível em: <https://www.vidal.fr/maladies/appareil-locomoteur/tendinite.html>. [Acedido em 15/08/2023].
- [25] Haute Autorité de Santé, “Acné: quand et comment la traiter?,” Disponível em: https://www.has-sante.fr/jcms/c_2574402/fr/acne-quand-et-comment-la-traiter. [Acedido em 15/08/2023].
- [26] Portaria n° 97/2018.
- [27] VIDAL, “Cholesterol (excès),” Disponível em: <https://www.vidal.fr/maladies/coeur-circulation-veines/cholesterol.html>. [Acedido em 05/08/2023].

- [28] CHECK SAÚDE GUIA PRÁTICO: Risco cardiovascular, 2a edição.
- [29] Saúdebemestar.pt, “Análise dos triglicérideos,” Disponível em: <https://www.saudebemestar.pt/pt/exame/analises-clinicas/triglicerideos/>. [Acedido em 05/08/2023].
- [30] Deliberação n° 145/CD/2010.
- [31] Deliberação n°139/CD/2010.
- [32] Infarmed, «Circular Informativa Conjunta Operacionalização da utilização dos Testes Rápidos de Antigénio (TRAg),»
- [33] Infarmed, “Teste Rápido de Detecção de Antigénio do SARS-CoV-2 (Auto-Teste) Folheto Informativo,” Disponível em: <https://www.infarmed.pt/documents/15786/3584301/Auto+-+testes+IFU+11853H+-%20+118A3H/6eb2c62e-dce6-31e0-d4c5-676cc773d3fe>. [Acedido em 05/08/2023].
- [34] Valormed, «Quem Somos,» Disponível em: <https://valormed.pt/quem-somos/>. [Acedido em 15/06/2023].
- [35] Valormed, “Como fazemos,” Disponível em: <https://valormed.pt/como-fazemos/processo/>. [Acedido em 15/06/2023].
- [36] LAROUSSE, “dictionnaire Marketing,” Disponível em: <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/marketing/49526>. [Acedido em 15/06/2023].
- [37] LAROUSSE, “dictionnaire Merchandising,” Disponível em: <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/merchandising/50582>. [Acedido em 20/06/2023].
- [38] medd, «Técnicas de marketing para farmácias,» Disponível em: <https://www.medd-design.com/pt/blog/tecnicas-marketing/>. [Acedido em 05/07/2023].
- [39] Ordem dos Farmacêuticos, «Desenvolvimento Profissional Contínuo,» Disponível em: <https://www.ordemfarmaceuticos.pt/pt/formacao-continua/desenvolvimento-profissional-continuo/>. [Acedido em 16/07/2023].

