

Relatório de estágio

Farmácia Outeiro do Linho

Dubosc Mathilde

Relatório de Estágio conducente ao Grau de
Mestre em Ciências farmacêuticas (ciclo integrado)

Gandra, 31 de julho de 2023

Dubosc Mathilde

**Relatório de Estágio conducente ao Grau de
Mestre em Ciências farmacêuticas**

Relatório de estágio
Farmácia Outeiro Do Linho

**Realizado sob a Orientação de Prof. Doutor
Joaquim António Faria Monteiro**

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE

Eu, Dubosc Mathilde, declaro ter atuado com absoluta integridade na elaboração deste trabalho, confirmo que em todo o trabalho conducente à sua elaboração não recorreu 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.

Em Gandra, o 31 de julho 2023,

Dubosc Mathilde

AGRADECIMENTO

Caros membros do júri, colegas, amigos e família,

Em primeiro lugar, quero agradecer ao meu supervisor de estágio, o Doutor Joaquim António Faria Monteiro, pela sua orientação especializada e paciência ao longo deste projeto. A sua experiência foi uma fonte constante de inspiração para mim.

Quero manifestar a minha sincera apreciação à Dra Débora Marques de Costa Vinha pela oportunidade que me foi concedida para realizar o meu estágio nas instalações da sua farmácia. Foi uma experiência excecional e enriquecedora, e estou grata por ter tido a sorte de trabalhar com uma equipa tão incrível. Guardo esta experiência em alta estima e estou grata por ter tido a oportunidade de trabalhar convosco, a todos.

Meus queridos pais amados,

Quero expressar minha profunda gratidão por tudo o que vocês fizeram por mim ao longo deste incrível curso académico. O seu apoio inabalável, amor incondicional e os sacrifícios que fizeram para que eu pudesse ter sucesso nunca serão esquecidos.

O meu relatório não teria sido possível sem o seu constante encorajamento. Os seus estímulos me incentivaram a buscar a excelência e a perseverar, mesmo quando os desafios pareciam insuperáveis. O seu comprometimento foi uma fonte de inspiração para mim. Vocês ensinaram-me a importância do trabalho árduo, da perseverança e da determinação. Todos os dias, esforcei-me para dar o meu melhor, sabendo que queria orgulhar os pais que deram tudo para que eu pudesse realizar meus sonhos. A sua confiança em mim permitiu-me acreditar em mim mesmo e nas minhas habilidades. Vocês mostraram-me que nada é impossível quando se tem o apoio das pessoas que nos amam.

Hoje, quando olho para meu relatório e tudo o que realizei, sei que isso se deve em grande parte a vocês. O seu amor e dedicação são o alicerce sobre o qual repousa o meu sucesso. Obrigada do fundo do meu coração por tudo o que vocês sacrificaram e deram por mim. Este relatório é tão de vocês quanto meu, pois testemunha a nossa jornada juntos.

Minha querida avó,

O teu apoio infalível tem sido uma luz brilhante no meu caminho e não posso agradecer o suficiente. Desde o início dos meus estudos, tu tens sido uma fonte constante de encorajamento e confiança. Quando os desafios pareciam insuperáveis, estavas lá para me lembrar de que eu conseguia. A tua fé nas minhas capacidades deu-me a força para perseverar, aprender e crescer. As lições de vida que me transmitiste são preciosas e ajudaram-me a tornar na pessoa que sou hoje.

A tua convicção de que eu podia alcançar os meus sonhos foi uma motivação constante. Cada sucesso que obtive é em parte graças a ti e ao teu amor incondicional. Muito obrigada, avózinha, amo-te.

Ilan, meu amor

Quero aproveitar um momento para expressar minha gratidão profunda e sincera pelo teu apoio inabalável ao longo de nossos estudos. O teu amor e apoio têm sido a força motriz por trás de cada sucesso que alcancei e não poderia ter desejado um companheiro de vida mais incrível. Desde o momento em que nossos caminhos se cruzaram durante os nossos estudos, tu te tornaste muito mais do que um simples parceiro. A tua presença ao meu lado transformou cada desafio numa oportunidade de crescimento e de alcançar novas cimeiras. O teu encorajamento constante impulsionou-me a apontar cada vez mais alto.

Seja em noites de revisão prolongadas, momentos de dúvida ou celebrações de sucesso, tu estiveste lá, e o teu sorriso e amor iluminaram cada etapa desta aventura. O teu apoio deu-me a força para acreditar em mim, nas minhas capacidades e no nosso futuro juntos. Cada página do meu relatório carrega a marca do nosso amor e cumplicidade. É um testemunho do que podemos realizar quando estamos juntos, de mãos dadas.

Obrigada, do fundo do meu coração, por tudo o que fizeste e sacrificaste por mim. Sinto-me honrada por ter-te na minha vida e o meu sucesso traz a tua marca indelével.

RESUMO

O Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas (MICF) do Instituto Universitário das Ciências da Saúde tem a duração de cinco anos de estudos. Para concluir minha formação académica nessa área, tive a oportunidade de realizar meu estágio de fim de curso, que ocorreu de 1 de março a 31 de julho, na Farmácia Outeiro do Linho. Neste trabalho, abordaremos primeiramente a organização geral dessa farmácia, começando por uma apresentação minuciosa de suas instalações e funcionamento. Em seguida, detalharemos todo o circuito do medicamento, desde o fornecedor até a venda final na farmácia. Por fim, na última parte do relatório de estágio, abordaremos os diferentes serviços oferecidos pela farmácia Outeiro do Linho aos seus doentes, ressaltando seu compromisso com o bem-estar dos doentes.

Este estágio foi uma experiência extremamente enriquecedora que me permitiu mergulhar no cerne da realidade da profissão farmacêutica numa farmácia comunitária. Graças a essa imersão profissional, pude colocar em prática os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo dos meus quatro anos e meio de estudos.

Além do aspeto técnico, este estágio também me permitiu desenvolver competências essenciais para a prática profissional, como gerenciamento do stress, tomada de decisões rápidas e comunicação eficaz com os doentes. Pude lidar com situações reais, aprender a lidar com emergências e encontrar soluções adequadas às necessidades específicas de cada paciente.

Em resumo, este estágio trouxe-me uma compreensão real da profissão farmacêutica e permitiu-me consolidar os meus conhecimentos académicos ao colocá-los em prática. Isso fortaleceu a minha motivação para seguir uma carreira nesta área e deu-me uma visão concreta do meu futuro papel como profissional de saúde.

INDICE

1	Lista de acrónimos.....	1
2	Índice de figuras	2
3	Índice de tabelas.....	3
4	Introdução.....	4
5	Apresentação da farmácia.....	4
5.1	Localização geográfica e horário de funcionamento.....	4
5.2	Espaços físicos	5
5.3	Recursos humanos	8
6	Qualidade	9
6.1	Normas de qualidade e boas práticas de farmácia	9
6.2	Sistema de gestão de qualidade da farmácia	9
7	Biblioteca e fonte de informação	11
7.1	Publicações de existência obrigatória	11
8	Encomendas e aprovisionamento	11
8.1	Sifarma®2000	11
8.2	Realização das encomendas.....	12
8.3	Receção e conferência de encomendas	12
8.4	Marcação dos preços	13
8.5	Condições de armazenamento.....	14
8.6	Prazos de validade.....	14
8.7	Devolução, nota de crédito e quebras	15
8.8	Gestão de stock e aprovisionamento	15
9	Dispensa de medicamentos e outros produtos farmacêuticos.....	17
9.1	Medicamento sujeitos a receita medica	17
9.2	Medicamento não sujeitos a receita medica	26
9.3	Suplementos alimentares.....	27
9.4	Produtos cosméticos e de higiene corporal	28
9.5	Produtos fitoterapêuticos	28
9.6	Produtos de puericultura	29
9.7	Medicamentos e produtos veterinários	29
9.8	Dispositivos médicos	30
9.9	Medicamentos manipulados	31
10	Serviços farmacêuticos.....	34
10.1	Determinação de parâmetros antropométricos, bioquímicos e fisiológicos	35

10.2	Injeções de medicamentos/vacinas por via intramuscular ou sob cutâneo	39
10.3	Projeto Valormed	39
11	Conclusão.....	39
12	Referencias bibliográficas.....	41
13	Anexos.....	46

1 Lista de acrónimos

ANF: Associação Nacional das Farmácias

BPF: Boas Práticas da Farmácia

DCI: Denominação Comum Internacional

DM: Dispositivos Médicos

DM2: Diabetes mellitus tipo 2

Dr: Doutor

Dr^a: Doutora

FC: Farmácia(s) Comunitária(s)

FEFO: *First to expire-First out*

FF: Formas Farmacêuticas

FOL: Farmácia Outeiro do Linho

GAP: Gabinete de Atendimento Personalizado

IMC: Índice de Massa Corporal

IVA: Imposto sobre o Valor Acrescentado

MM: Medicamentos Manipulados

MNSRM: Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica

MSRM: Medicamentos Sujeitos a Receita Médica

PDE: Prescrição Desmaterializadas Eletrónica

PME: Prescrição Médica Eletrónica

PMED: Prescrição Médica Eletrónica Desmaterializadas

PMEM: Prescrição Médica Eletrónica Materializada

PV: Prazo de Validade

PVF: Preço de Venda à Farmácia

PVP: Preços de Venda ao Público

RECM: Regime Especial de Comparticipação de Medicamento

RM: Receita Médica

RMEM: Receitas Médicas Eletrónicas Materializadas

SGQF: Sistema de Gestão da Qualidade da Farmácia

SNS: Serviço Nacional de Saúde

2 Índice de figuras

Figura 1: Exterior da Farmácia Outeiro do Linho	5
Figura 2: Sala de atendimento da Farmácia Outeiro do Linho.....	6
Figura 3: Armazém da Farmácia Outeiro do Linho	7
Figura 4: Gabinete de atendimento personalizado da Farmácia Outeiro do Linho	7
Figura 5: Laboratório da Farmácia Outeiro do Linho	8
Figura 6: Organigrama da Farmácia Outeiro do Linho	8
Figura 7: Arquitetura dos processos da Farmácia, sua sequência e interceção.....	10
Figura 8: Gavetas da Farmácia Outeiro do Linho onde se encontram guardados os medicamentos sujeitos a receita medica	16
Figura 9 Medicamentos e produtos de saúde em venda livre.....	16
Figura 10: Grupos e categorias de suplementos alimentares	28
Figura 11 Valores da circunferência abdominal em função do risco de complicações metabólicas	36
Figura 12 Categorias de tolerância à glicose	53
Figura 13 Esquema terapêutico do Diabetes mellitus tipo 2.....	57
Figura 14 Diagrama representativo da idade dos doentes questionados.....	61
Figura 15 Diagrama representativo do sexo dos doentes questionados	61
Figura 16 Diagrama representativo do índice de massa corporal dos doentes questionados.....	62
Figura 17 Diagrama representativo do perímetro abdominal dos homens questionados.....	62
Figura 18 Diagrama representativo do perímetro abdominal das mulheres questionadas.....	62
Figura 19 Diagrama representativo dos tratamentos dos doentes questionados	63
Figura 20 Diagrama representativo da satisfação dos doentes questionados relativamente a comparticipação do Estado nos seus tratamentos.....	64

3 Índice de tabelas

Tabela 1 Horário de funcionamento da Farmácia Outeiro do Linho.....	5
Tabela 2 Caracterização dos processos.....	10
Tabela 3: Verificação técnica da receita médica eletrónica.....	18
Tabela 4: Validação das prescrições eletrónica	19
Tabela 5: Validação da prescrição manual	21
Tabela 6 Regime Geral de Participação	23
Tabela 7: Verificação na conferência de receituário das receitas materializadas.....	24
Tabela 8: Tipos de lote relacionados aos diferentes códigos associados e ao diferente organismo do Serviço Nacional da Saúde	26
Tabela 9 Classificação do índice de massa corporal segundo a Organização Mundial da Saúde.	35
Tabela 10 Valores de referência da glicemia.....	37
Tabela 11 Classificação e valores de referência da pressão arterial.....	38
Tabela 12 Objetivos glicémicos de acordo com o perfil do doente.....	55
Tabela 13: Indicações da automonitorização glicémica para o Diabetes mellitus tipo 2.....	59

4 Introdução

Este documento apresenta o meu relatório de estágio de fim de curso realizado na prestigiosa Farmácia Outeiro do Linho (FOL). Durante o período de 1 de março a 31 de julho, tive a oportunidade de realizar de perto o trabalho farmacêutico numa farmácia comunitária, colocando em prática os conhecimentos adquiridos ao longo dos meus cinco anos de estudos em ciências farmacêuticas.

O objetivo principal deste estágio foi familiarizar-me com a organização e o funcionamento de uma farmácia, bem como desenvolver as competências necessárias para a prática profissional como farmacêutico. Tive a oportunidade de participar ativamente em todas as etapas do circuito do medicamento, desde a receção dos produtos provenientes dos distribuidores até à dispensação final na farmácia.

Neste relatório, irei apresentar inicialmente a organização geral da farmácia, descrevendo as instalações e explicando o funcionamento da FOL. Em seguida, irei detalhar o circuito do medicamento, destacando as diferentes etapas da cadeia de abastecimento e da dispensação na farmácia. Por fim, irei evidenciar os serviços farmacêuticos sugerido pela farmácia outeiro do linho aos seus clientes, enfatizando o seu compromisso com a saúde e o bem-estar dos pacientes.

Eu tive a oportunidade de realizar o meu estágio na Farmácia Outeiro do Linho (FOL) que se encontra sob a propriedade e direção técnica da Dr^a. Débora Marques da Costa Vinha.

5 Apresentação da farmácia

5.1 Localização geográfica e horário de funcionamento

A FOL localiza-se na Travessa Vasco da Gama, n^o21, 4440-762, Valongo, sendo assim uma área com proximidade a espaços residenciais e comércio. O seu acesso está facilitado pela sua proximidade a vias rodoviárias centrais. O horário de funcionamento em vigor está definido na Tabela 1.

Tabela 1 Horário de funcionamento da Farmácia Outeiro do Linho

<u>DIAS</u>	<u>HORAS</u>
Segunda-feira a Sexta-feira	9h00 – 22h00
Sábado	9h00 – 19h00
Domingo e feriados	Fechado

5.2 Espaços físicos

5.2.1 Espaço exterior

O exterior da FOL é facilmente identificável pela presença do vocábulo «farmácia» e da cruz verde iluminada durante o dia e a noite quando a FOL estiver de serviço. A montra da FOL divulga de forma visível: ¹

- O nome da diretora técnica
- O horário de funcionamento
- Uma placa exterior com o “nome “Farmácia Outeiro do Linho” e Direção técnica – Dr^a Débora Marques da Costa Vinha.
- As escalas de turnos das farmácias do município
- Os serviços farmacêuticos que prestam e os respetivos preços



Figura 1: Exterior da Farmácia Outeiro do Linho

5.2.2 Espaço interior

A FOL esta dividida em duas áreas principais, *front office e back office*, que garantem um ambiente adequado à prestação de cuidados de saúde, estando de acordo com o DL n.º75/2016, de 8 de novembro e as Boas Práticas da Farmácia (BPF).¹

A FOL dispõe de instalações adequadas para garantir a segurança, conservação e preparação dos medicamentos, mas também garantir a acessibilidade, comodidade e privacidade dos utentes e do respetivo pessoal. Na FOL existe divisões obrigatórias como:²

- Uma sala de atendimento ao público apresentada na figura 2
- Um armazém apresentado na figura 3
- Um laboratório apresentado na figura 5
- Instalações sanitárias

A FOL dispõe ainda de divisões facultativas:²

- Um gabinete de atendimento personalizado (GAP) apresentado na figura 4
 - ➔ Permite garantir um atendimento de qualidade com comodidade e privacidade
- Uma sala de repouso
- Um gabinete da direção técnica



Figura 2: Sala de atendimento da Farmácia Outeiro do Linho



Figura 3: Armazém da Farmácia Outeiro do Linho



Figura 4: Gabinete de atendimento personalizado da Farmácia Outeiro do Linho



Figura 5: Laboratório da Farmácia Outeiro do Linho

5.3 Recursos humanos

Os recursos humanos da FOL integram cinco farmacêuticos, um técnico de farmácia e uma empregada da limpeza. A figura 6 apresenta os recursos humanos da FOL, com um organigrama detalhado.

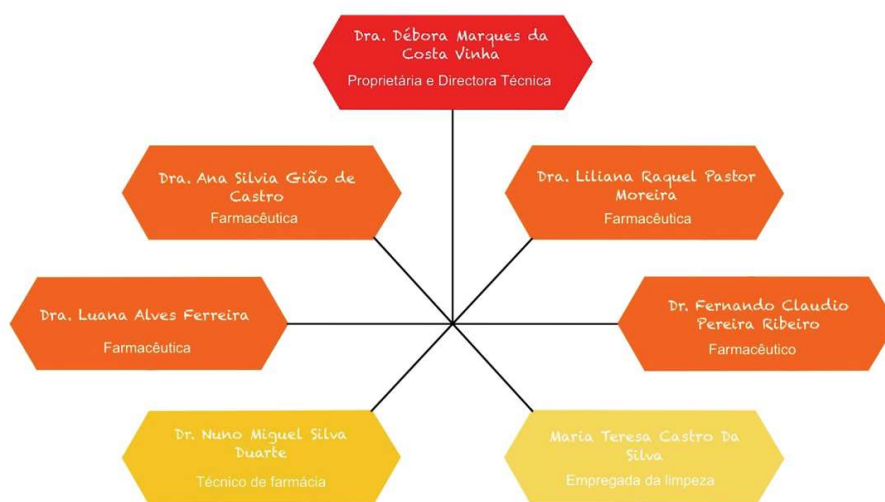


Figura 6: Organigrama da Farmácia Outeiro do Linho

6 Qualidade

6.1 Normas de qualidade e boas práticas de farmácia

A qualidade é um processo contínuo de melhoria para diferentes objetivos como:

- Organização
- Gestão
- Prevenção
- Satisfação e normalização de procedimentos

As BPF têm o intuito de estabelecer padrões de qualidade dos serviços prestados aos utentes. Este manual é constituído por 8 linhas de orientação e 28 requisitos de qualidade. ¹

6.2 Sistema de gestão de qualidade da farmácia

O Sistema de Gestão da Qualidade da Farmácia (SGQF) é um parâmetro de avaliação da qualidade dos serviços farmacêuticos prestados, devendo implementar um sistema dinâmico e contínuo da gestão da qualidade, baseado em procedimentos documentados.

Os processos necessários ao SGQF e à sua aplicação a toda a farmácia são os seguintes: ^{3,4}

- Identificação dos processos de suporte
 - ❖ Gestão das compras e das formações
- Identificação dos processos técnicos
 - ❖ Dispensa de Medicamentos e Produtos de Saúde sem Receita
 - ❖ Dispensa de Medicamentos e Produtos de Saúde com Receita
 - ❖ Preparação de Medicamentos Manipulados
 - ❖ Determinação de Parâmetros Bioquímicos, Fisiológicos e Antropométricos
 - ❖ Intervenção Comunitária

Tabela 2 Caracterização dos processos

	Entradas	Saídas
Dispensa de Medicamentos e Produtos de Saúde sem Receita	Pedido do doente/utente ou indicação dos sintomas	Medicamentos e produtos de saúde dispensados. Aconselhamento farmacêutico em automedicação.
Dispensa de Medicamentos e Produtos de Saúde com Receita	Receita	Medicamentos e produtos de saúde dispensados e aconselhamento.
Preparação de Medicamentos Manipulados (MM)	Pedido do doente/utente com ou sem receita	Medicamento manipulado embalado.
Determinação de Parâmetros Bioquímicos, Fisiológicos e Físicos	Pedido do doente/utente relativo ao parâmetro	Resultados de medição e aconselhamento.
Intervenção Comunitária	Solicitação de entidades externas Actividade da farmácia	Intervenção realizada. Resultados dos programas.
Gestão das Compras	Necessidade de compra Produto recebido	Encomenda ao fornecedor Produto verificado e fornecedor qualificado.
Gestão da Formação	Necessidade de formação	Registos da formação e da avaliação da eficácia.

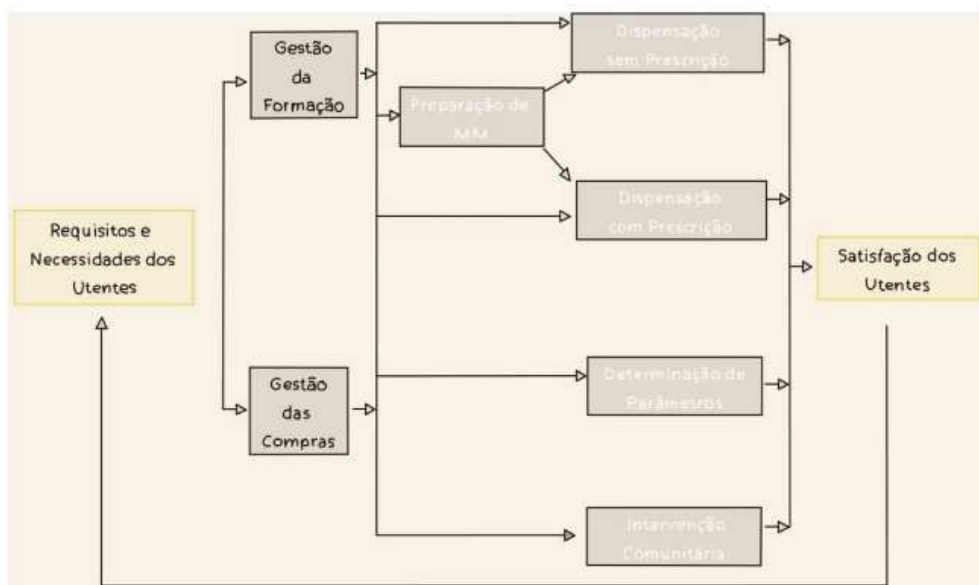


Figura 7: Arquitetura dos processos da Farmácia, sua sequência e interceção

7 Biblioteca e fonte de informação

7.1 Publicações de existência obrigatória

A FOL possui uma biblioteca continuamente atualizada e organizada. Pode ser utilizado o recurso a fontes de informação para uso clínico de forma digitalizada. De acordo com as BPF para a Farmácia Comunitária, as fontes consideradas de acesso importantes no momento da dispensação de medicamentos são as seguintes: ¹

- Farmacopeia Portuguesa 9.8
- Formulário Galénico Português
- Prontuário Terapêutico
- Resumo das Características dos Medicamentos

Fontes complementares recomendadas para consulta em farmacoterapia: ¹

- British National Formulary
- Epocrates online
- Martindale, The Extra Pharmacopeia;

Os profissionais de saúde da FOL utilizam também o Infomed disponível *online*.

8 Encomendas e aprovisionamento

8.1 Sifarma@2000

O Sifarma@2000 é o software utilizado na FOL, é um sistema operativo desenvolvido pela empresa Glintt®, especificamente projetado para ser utilizado em farmácias.

Uma das principais vantagens do Sifarma@2000 é a sua capacidade de facilitar a gestão de compras e vendas. O sistema permite um controlo mais preciso dos produtos em stock, auxiliando na identificação de necessidades de reposição e evitando a falta ou excesso de medicamentos. Isso resulta num melhor controlo financeiro, evitando perdas e maximizando a rentabilidade da farmácia. Além disso, o Sifarma@2000 também oferece recursos para a gestão de utentes da farmácia. Ele permite o registo e o acompanhamento dos dados dos pacientes, como histórico de compras, prescrições médicas e alergias. Essas informações são essenciais para a prestação de um serviço personalizado e de qualidade, além de contribuir para a segurança do doente.

Em resumo, o Sifarma®2000 é uma ferramenta essencial para a gestão eficiente de uma farmácia. Ele oferece benefícios como controlo de stocke, gestão de utentes, automação de tarefas e análises detalhadas, contribuindo para o bom funcionamento e sucesso do estabelecimento farmacêutico.

Todos os computadores da FOL possuem o sistema operacional Sifarma®2000.

8.2 Realização das encomendas

A FOL realiza vários tipos de encomendas:

- Encomenda Diária: Trata-se de uma proposta gerada automaticamente, com base na gestão por níveis de "stock" previamente definidos para cada produto.
- Encomenda Instantânea: Estas podem ser geradas no momento do atendimento, para satisfazer as necessidades do utente. (OCP e Cooprofar)
- Encomenda Manual: Dependem totalmente do utilizador, sendo, normalmente, geradas a partir de uma nota de encomenda, para a correta receção da encomenda no "software".
- Encomenda Direta: Encomenda realizada diretamente aos laboratórios.
- Encomenda de Produtos Esgotados: É um tipo de encomenda semelhante à encomenda Diária, distinguindo-se pelo facto de apenas incluir produtos esgotados, isto é, produtos que, após a receção de uma encomenda, tenham sido marcados como esgotados, por se encontrarem em falta.
- Encomenda de reforço de stock: Estes tipos de encomendas baseiam-se na gestão por previsão do consumo esperado.

8.3 Receção e conferência de encomendas

Quando rececionamos as encomendas, obrigatoriamente elas são acompanhadas de uma fatura, que é um documento essencial para o processo de receção no sistema Sifarma®2000. Após a receção, as faturas são organizadas e arquivadas na farmácia. Cada fatura contém informações como: [Anexo 1]

- Número de identificação
- Lista dos produtos encomendados código do produto
- Denominação Comum Internacional (DCI) e/ou nome comercial
- Quantidades pedidas e enviadas
- Preço unitário
- Preço de venda à farmácia (PVF)

- Descontos obtidos
- Imposto sobre valor acrescentado (IVA) de cada produto
- Valor total da encomenda

Em algumas situações, quando os medicamentos encomendados não são enviados, a fatura pode conter justificativas como "esgotado", "em falta", "descontinuado" ou "retirado do mercado". No final, é feita a confirmação de que o número de unidades recebidas corresponde ao faturado, que o valor contabilístico coincide com o valor total da fatura e que as embalagens estão em bom estado físico. Se algum produto estiver faturado, mas não estiver presente na encomenda, é feito um pedido para a emissão de uma nota de crédito aos grossistas correspondente (OCP ou Cooprofar). Se um produto estiver danificado ou tiver um prazo de validade excessivamente curto, é feita uma nota de devolução.

Resumindo, no processo de receção no Sifarma®2000, as faturas são verificadas, os produtos são contados e validados, os prazos de validade são atualizados, e é confirmada a conformidade entre as unidades recebidas e faturadas, bem como o estado das embalagens. Em caso de discrepâncias, são solicitadas notas de crédito ou realizadas devoluções.

8.4 Marcação dos preços

Os medicamentos de uso humano sujeitos a receita médica obedecem ao regime de preços máximos, que são os Preços de Venda ao Público (PVP), devidamente autorizados pelo Infarmed ou, no caso de medicamentos comparticipados, os definidos em sede de comparticipação. O regime de preços aplicável a estes medicamentos encontra-se definido no DL n.º97/2015, de 1 de junho.

O PVP do medicamento é fixado pelo conselho diretivo do INFARMED. O PVP do medicamento é composto:

- Pelo preço de venda ao armazenista
- Pela margem de comercialização do distribuidor grossista/armazenista
- Pela margem de comercialização da farmácia
- Pelo imposto sobre o valor acrescentado (IVA)

Na FOL, os profissionais de saúde não marcam os preços aos Medicamentos Sujeitos a Receita Médica (MSRM), porque já vem marcados, mediante as margens de comercialização definidas por lei. Os MNSRM não são comparticipados pelo Serviço Nacional de Saúde (SNS), o preço não é definido por lei e por isso os preços são marcados pelos profissionais de saúde na FOL.

8.5 Condições de armazenamento

As condições de iluminação, temperatura, humidade e ventilação das zonas de armazenamento devem respeitar as exigências específicas dos medicamentos, de outros produtos farmacêuticos, químicos, matérias-primas e materiais de embalagem para garantir a manutenção da estabilidade e da qualidade até ao momento da venda. Na FOL é feito um registo da temperatura e da humidade relativa quinzenalmente, através do *datalogger*, nos espaços de atendimento, armazenamento e laboratório. Esta temperatura deve estar compreendida entre 15°C e 25°C, e a humidade relativa deve estar entre 40 e 60% e a temperatura do frigorífico deve estar entre 2°C e 8°C (medida semanal).⁵ Isso é feito usando termohigrómetros. Esses aparelhos registam automaticamente os dados de temperatura e humidade, que são posteriormente transferidos para um computador. Os dados recolhidos são apresentados em forma de gráficos, que mostram os intervalos de temperatura e humidade analisados ao longo do período de medição. Esses gráficos são arquivados na farmácia e são apresentados durante inspeções regulatórias [Anexo 2 e 3]. Dessa forma, a farmácia pode demonstrar que está cumprindo os requisitos ideais de temperatura e humidade no armazenamento de medicamentos e produtos, garantindo a qualidade e a eficácia dos mesmos.

8.6 Prazos de validade

O Prazo de Validade (PV) pode definir-se pelo período de tempo durante o qual o efeito terapêutico do produto é eficaz e seguro. O PV deve ser verificado no momento da receção das encomendas e quando o produto é dispensado. O controlo do PV é indispensável para garantir a qualidade dos produtos e a sua segurança, por isso, o inventário dos PV é feito através da plataforma Sifarma2000®, no início de todos os meses e visa identificar os produtos que se encontrem na situação de prazo de expiração inferior a 4 meses. Os produtos identificados através da lista são segregados e é processada a sua devolução. Por fim, atualiza-se os PV no sistema informático.

8.7 Devolução, nota de crédito e quebras

A devolução de medicamentos ou produtos pode ser necessária por diversos motivos, como a expiração do prazo de validade, a entrega de um produto diferente do solicitado, uma embalagem incompleta ou danificada, a troca de produto ou um erro no pedido. A nota de crédito da devolução é emitida, indicando o distribuidor responsável pela encomenda do produto a ser devolvido, o motivo da devolução, o prazo de validade do produto e a data da devolução. São impressas três guias da nota de devolução, sendo que duas delas acompanham o produto a ser devolvido e a terceira é arquivada na farmácia. A devolução é considerada regularizada quando o fornecedor emite uma nota de crédito ou envia um novo produto que corresponda ao solicitado. Caso o fornecedor rejeite a nota de devolução, os produtos devolvidos são enviados de volta para a farmácia e são considerados como quebra de stocke, resultando em prejuízo.

8.8 Gestão de stock e aprovisionamento

Uma gestão eficiente de stock é indispensável para o correto funcionamento da farmácia e para a satisfação dos utentes. O stock não deve ser muito elevado para evitar gastos financeiros excessivos, uma perda de rotatividade de produtos e número de produtos com prazo de validade expirado muito elevado. Da mesma forma, o stock não deve ser demasiado baixo para garantir a satisfação das necessidades dos utentes. É essencial de conhecer a entrada e saída dos produtos, os custos associados para assim precisar um stock mínimo e um stock máximo o que evita as ruturas de stock. Os critérios fundamentais para a gestão das quantidades de stock são a rotatividade dos produtos, o prazo de validade, a sazonalidade e as campanhas promocionais. O Sifarma2000® é uma ferramenta útil que permite fazer o inventário dos produtos, consultar o histórico de vendas, definir as quantidades mínimas e máximas dos produtos, gerando encomendas automaticamente e diariamente para fornecedores pré-estabelecidos.

Após a receção das encomendas, os medicamentos são armazenados manualmente e respeitando a organização para cada um deles. Na sala de atendimento, alguns medicamentos e produtos de saúde de venda livre são separados entre eles, de acordo com sua aplicação e segundo a regra First to expire-First out (FEFO).

Os medicamentos sujeitos a receita médica estão armazenados nos armários de gavetas, organizados de acordo com o nome comercial ou a Denominação Comum Internacional (DCI), em ordem alfabética e também classificados em ordem crescente de dose conforme mostrado na Figura 8. Além disso, os medicamentos estão separados com base em sua apresentação em várias

categorias, incluindo comprimidos/cápsulas, colírios, preparações auriculares, preparações buco-orais, preparações ginecológicas, preparações retais, pomadas e cremes, produtos do protocolo de diabetes, soluções tópicas, xaropes. Uma das gavetas contém os medicamentos psicotrópicos.



Figura 8: Gavetas da Farmácia Outeiro do Linho onde se encontram guardados os medicamentos sujeitos a receita médica



Figura 9 Medicamentos e produtos de saúde em venda livre

9 Dispensa de medicamentos e outros produtos farmacêuticos

9.1 Medicamento sujeitos a receita medica

O primeiro sítio onde os doentes se dirigem quando têm dúvidas sobre a sua saúde é à farmácia comunitária. Na realidade é um estabelecimento de saúde regulamentado onde os farmacêuticos dispensam medicamentos sujeitos a receita médica e de venda livre, aconselham sobre a utilização adequada dos medicamentos e prestam serviços de saúde à comunidade local. Estas farmácias desempenham um papel essencial no sistema de saúde português, oferecendo serviços de proximidade acessíveis aos residentes. O procedimento de dispensa de medicamentos e produtos de saúde torna-se um dos atos farmacêuticos mais relevantes na farmácia comunitária. Com efeito, deve ser realizada com total competência, fornecendo todas as informações essenciais para o uso adequado do produto, garantindo assim a qualidade, segurança do mesmo.⁶

9.1.1 Prescrição médica eletrónica

Existe duas formas de prescrição médica eletrónica (PME), a primeira corresponde a prescrição médica eletrónica materializada (PMEM). Isto significa que as receitas médicas eletrónicas materializadas (RMEM) são as únicas que podem ser impressas, e que a faturação é feita diretamente sobre o verso da receita. A segunda PME é de tipo desmaterializada, designada como receita sem papel (RSP).

É possível para dispositivos eletrónicos de aceder e compreender essa receita, ou seja, quando se faz uma prescrição, os programas informáticos devem verificar e registar a prescrição no sistema central de prescrições, e a faturação é realizada de forma digital. Esta última é uma receita de tipo não renovável, enquanto a RMEM pode ser renovável ou não renovável. Para o efeito, dispõe de um máximo de 3 vias, e a via correspondente deve ser impressa juntamente com as instruções. Estas receitas só podem conter medicamentos destinados a tratamentos de longa duração.⁷

9.1.1.1 Validação da prescrição médica eletrónica

Os farmacêuticos têm de seguir procedimentos específicos para validar uma receita, garantindo assim a segurança e o bem-estar dos doentes e respeitando os regulamentos e as normas em vigor. A verificação técnica de uma receita é uma etapa crucial no processo de

validação de uma receita pelo farmacêutico. Esta verificação técnica envolve várias ações-chave enumeradas na tabela.⁷

Tabela 3: Verificação técnica da receita médica eletrónica

Campos da prescrição eletrónica	<u>Detalhes</u>
Numeração	Número da receita atribuído pela Base de Dados Nacional de Prescrições BDNP
Local de prescrição ou respetivo código	Obrigatório para as receitas desmaterializadas
Identificação do médico prescritor	Nome clínico, especialidade, contacto telefónico, endereço de correio eletrónico e número da cédula profissional
Identificação do utente	Nome, número nacional de utente
Entidade financeira responsável e número de beneficiário	Para PMEM: Entidade financeira responsável e número de beneficiário Para PMED: Identificação da entidade financeira responsável
Identificação do medicamento	Denominação Comum Internacional (DCI) ou nome da substância ativa, Forma farmacêutica, Dosagem, Apresentação (dimensão da embalagem), Número de embalagens, CNPEM (para PED)
Posologia e duração do tratamento	A dose de medicamento, a frequência da administração e a duração do tratamento
Comparticipações especiais	Se aplicáveis
Data da prescrição	O software preenche automaticamente sob a forma aaaa-mm-dd
Assinatura do médico prescritor	Para PMEM: Manuscrita Para PMED: Digital

Existem algumas diferenças entre os dois tipos de receita eletrónica, que são descritas na tabela seguinte.⁷

Tabela 4: Validação das prescrições eletrónica

<u>Especificidades da prescrição eletrónica</u>	<u>Prescrição Materializada</u>	<u>Prescrição Desmaterializada</u>
Tipos de prescrição e Tipos de linhas de prescrição	<p>RN – prescrição de medicamentos;</p> <p>RE – prescrição de psicotrópicos e estupefacientes sujeitos a controlo;</p> <p>MM – prescrição de medicamentos manipulados;</p> <p>MA – prescrição de medicamentos alergénios destinados a um doente específico;</p> <p>UE – prescrição de medicamentos para aquisição noutra Estado-membro;</p> <p>MDT – prescrição de produtos dietéticos;</p> <p>MDB – prescrição de produtos para autocontrolo da diabetes mellitus;</p> <p>CE – prescrição de câmaras expansoras;</p> <p>OST – prescrição de produtos de ostomia/incontinência/retenção urinária;</p> <p>PA – prescrição de produtos de apoio;</p> <p>OUT – prescrição de outros produtos (ex. produtos cosméticos, suplementos alimentares, etc.).</p>	<p>LN - Linha de prescrição de medicamentos;</p> <p>LE - Linha de prescrição de psicotrópicos e estupefacientes sujeitos a controlo;</p> <p>LMM - Linha de prescrição de medicamentos manipulados;</p> <p>LMA - Linha de prescrição de medicamentos alergénios destinados a um doente específico;</p> <p>LMDT - Linha de prescrição de produtos dietéticos;</p> <p>LMDB - Linha de prescrição de produtos para autocontrolo da diabetes mellitus;</p> <p>LCE - Linha de prescrição de câmaras expansoras;</p> <p>LOST – Linha de prescrição de produtos de ostomia/incontinência/retenção urinária;</p> <p>LPA – Linha de prescrição de produtos de apoio;</p> <p>LOUT - Linha de prescrição de outros produtos.</p>
Via da receita	Renovável	x
Validade da prescrição e número de embalagens	<ul style="list-style-type: none"> • Validade de 12 meses. • Máximo 4 medicamentos distintos, e com 4 embalagens máximo por receita. • Máximo 2 embalagens por medicamento. • Máximo 4 embalagens para o medicamento sob a forma de embalagem individual, ou até 12 embalagens no caso 	<ul style="list-style-type: none"> • Validade de 12 meses. • Máximo 2 embalagens por medicamento. • Máximo 6 embalagens por medicamento, nos tratamentos de longa duração. • Máximo 4 embalagens para o medicamento sob a forma de embalagem individual, ou até 12

	de medicamentos de longa duração.	embalagens no caso de medicamentos de longa duração. <ul style="list-style-type: none"> • O número de embalagem pode ultrapassar aos limites previstos em caso excecional.
<u>Hora da prescrição</u>	X	hh:mm
<u>Assinatura do médico prescriptor</u>	Manuscrita	Digital

Este processo de validação envolve também a validação terapêutica da receita, que se refere à avaliação efetuada por um farmacêutico para garantir que os medicamentos prescritos na receita são terapêuticamente adequados para o doente. Esta etapa é essencial para garantir que o tratamento medicamentoso é seguro e eficaz. ⁷

9.1.2 Prescrição médica manual

Uma prescrição médica manual, também conhecida como "receita em papel" ou "receita manuscrita", é uma receita médica física escrita à mão por um médico. Embora as receitas eletrónicas sejam cada vez mais comuns em muitos países, as receitas manuais continuam a ser um método tradicional e muito utilizado de prescrição médica. ⁷

9.1.2.1 Validação da prescrição Manual

Os médicos podem optar por passar receitas manuais em casos excecionais definidos em legislação própria, sendo que só é possível quando ocorre falência informática, inadaptação do prescriptor, prescrição ao domicílio ou prescrição de até 40 receitas por mês. Este tipo de receita contém igualmente elementos obrigatórios para a validação da receita, tais como descrito na tabela seguinte. ⁷

Tabela 5: Validação da prescrição manual

Campos obrigatórios da prescrição manual	Especificidades da prescrição manual
Nome e número nacional do utente	PMM deve ser escrita com uma caneta da mesma cor para toda a receita, e não com um lápis, sem rasuras e com a mesma caligrafia.
Entidade financeira responsável e o número de beneficiário	A quantidade total de embalagens prescritas deve ser escrita em cardinal e por extenso.
Motivo de exceção legal assinalado com uma cruz	A validade da prescrição é de 12 meses.
Vinheta de identificação do médico prescriptor	Posição da Vinheta do local de prescrição se aplicável.
DCI da SA	Informações complementares sobre o médico prescriptor.
Formas Farmacêuticas	Não pode ser renovável.
Dosagem	Representação do regime especial de comparticipação com «R» e ou «O», se aplicável.
Apresentação (Dimensão da embalagem)	
Quantidade de embalagens	
Data da prescrição	
Assinatura do médico prescriptor	

Numa receita pode ser prescrito um máximo de 4 medicamentos diferentes e com uma quantidade de embalagens total de 4. Podem ser prescritas, no máximo, 2 embalagens para cada medicamento. No caso de medicamentos com embalagens individuais, a quantidade máxima é de 4 embalagens. ⁷

9.1.3 Dispensa de medicamento estupefaciente e psicotrópico

Estas substâncias, listadas nas tabelas I e II do Decreto-Lei n.º 15/93, datado de 22 de janeiro, têm a capacidade de afetar o sistema nervoso central e oferecem benefícios terapêuticos em várias circunstâncias médicas. No entanto, o seu uso inadequado pode facilmente levar ao desenvolvimento de tolerância, dependência física e psicológica, além de sérias consequências, razão pela qual estão sujeitas a um controlo extremamente rigoroso. No ato de dispensa destes medicamentos o farmacêutico deve inserir no sistema informático (Sifarma@2000) as informações do utente (nome, morada) mas também registar as informações do adquirente (nome, número de um documento de identificação válido, data de nascimento, morada) que pode

ser o próprio doente ou outra pessoa. Além das informações mencionadas, também são registados os detalhes da prescrição, do médico que fez a prescrição, da farmácia, do medicamento, da quantidade dispensada e da data da dispensa. No final da venda um talão de dispensa de MPE é impresso com o seu duplicado que devem ser mantidos em arquivo na farmácia durante 3 anos. No contexto de PM ou PMEM, é necessário que esses medicamentos sejam prescritos de forma independente, o que significa que a receita médica não pode incluir outros medicamentos. O utente ou a pessoa que adquire o medicamento assina no verso da cópia da receita. No caso de PM ou PMEM, os dados são impressos no verso da receita original, com o carimbo da farmácia e a assinatura do farmacêutico. No caso das PMED, apenas é impresso o talão e o seu duplicado.^{8,9,10}

Todos os meses, na FOL o farmacêutico responsável pela preparação e emissão das listas de entradas e saídas de psicotrópicos e estupefacientes da farmácia, envia ao INFARMED I.P. (Instituto Nacional de Farmácia e do Medicamento Instituto Nacional de Farmácia e do Medicamento Instituto Público) a lista de saídas de psicotrópicos e estupefacientes, após verificar se o número de sequência de psicotrópico corresponde ao mesmo número nos talões.

9.1.4 Venda suspensa

A venda suspensa permite que os utentes adquirirem medicamentos específicos que requerem receita médica e, posteriormente, trazerem a prescrição. Desta forma, o utente deve efetuar o pagamento integral sem comparticipação e depois quando traz a receita, o farmacêutico faz a regularização da receita. Isso é feito em circunstâncias excecionais, quando os utentes não podem interromper um tratamento crónico e não conseguiram obter uma prescrição médica a tempo. Nestas situações, recusar o medicamento aos utentes seria considerado antiético, mas é fundamental que o farmacêutico avalie minuciosamente qualquer solicitação de venda suspensa, considerando se o tratamento é habitual.

9.1.5 Sistemas de comparticipação

O Estado tem a capacidade de comparticipar alguns medicamentos por meio de dois tipos de regimes, o regime normal e o regime especial. O valor de comparticipação dos medicamentos estabelecida pelo Estado para aos beneficiários do SNS e dos outros sistemas públicos de saúde é uma percentagem calculada sobre o sistema de preços de referência.^{7,11}

Tabela 6 Regime Geral de Participação

<u>Regime Geral de Participação</u>	<u>Participação do Estado (em %)</u>
Escalão A	90 % do PVP dos medicamentos
Escalão B	69 % do PVP dos medicamentos
Escalão C	37 % do PVP dos medicamentos
Escalão D	15 % do PVP dos medicamentos

O escalão D pode incluir medicamentos cujo participação seja adaptada conforme acordada no contrato, medicamentos recém-introduzidos ou medicamentos em processo de avaliação que façam parte de um sistema de participação temporário.^{7,11}

O Regime Especial de Participação de Medicamentos (RECM) apresenta duas modalidades de participação:

- Com base nos beneficiários

A participação em relação aos beneficiários é determinada pelos rendimentos, conforme estabelecido no artigo 19.º, n.º1 do Decreto-Lei n.º 48-A/2010, de 13 de maio. Este decreto especifica que a contribuição do Estado para o preço dos medicamentos do escalão A é aumentada em 5%, e nos escalões B, C e D é aumentada em 15% para os pensionistas cujo rendimento total anual não exceda 14 vezes o salário mínimo mensal estabelecido no ano civil anterior. O rendimento total é calculado dividindo o rendimento do agregado familiar pelo número de membros desse agregado, de acordo com as diretrizes estabelecidas no Decreto-Lei n.º 70/2010, de 16 de junho.

9.1.6 Faturação e conferência de receituário

O objetivo do processo da conferência de receituário é de assegurar que os medicamentos foram dispensados de acordo com as indicações do médico prescriptor, e identificar eventuais erros na dispensa. Na maior parte dos casos, os medicamentos são prescritos eletronicamente, o que torna mais simples a conferência de receituário. Na FOL um farmacêutico é responsável pela conferência das receitas médicas (RM) e das RMEM, ele verifica se todas as informações importantes estão presentes e na forma correta.

Tabela 7: Verificação na conferência de receituário das receitas materializadas

<u>Campos a verificar na conferência de receituário das receitas materializadas</u>
Nome e número nacional do utente
Entidade financeira responsável
Motivo de exceção legal assinalado com uma cruz para as PM
Vinheta de identificação do médico prescriptor
Correspondência entre o medicamento prescrito e o medicamento dispensado (FF, dosagem, dimensão da embalagem, quantidade de embalagens)
Data da prescrição (validade)
Assinatura do médico prescriptor
Impressão no verso da receita da faturação com as informações referentes ao que foi dispensado
Assinatura do utente
Carimbo da farmácia
Data da dispensa
Assinatura do profissional de saúde que dispensou os medicamentos

Durante o mês, as RM e RMEM são organizadas por organismos de participação, tornando isso possível devido à impressão no verso da receita, de informações como número da receita, de lote e de série, juntamente com o código do organismo de participação correspondente. A tabela 8 apresenta os tipos de lotes e os códigos associados, que figuram nos documentos de faturação, e a correspondência com determinados organismos de participação. Os lotes são compostos por um máximo de 30 receitas organizadas por ordem crescente do mesmo lote, e são reconhecidos através de verbetes de identificação de lotes emitidos após fechada dos lotes. Para as RMED o lote é constituído por um número indefinido de receitas, e a faturação é enviada por via online. No final do mês são emitidos os verbetes de identificação de lotes, a relação resumo de lotes e a fatura mensal emitida em triplicado e enviada de forma eletrónica.^{12,13}

- ❖ O verbete de identificação de lotes é utilizado para identificar e rastrear lotes específicos de receitas médicas. Permite manter um registo organizado das receitas médicas agrupadas por lote, facilitando a gestão, a contabilidade e a conformidade com as

regulamentações relacionadas com a faturação e a prescrição de medicamentos. [Anexo 3]

- ❖ A relação resumo de lotes resume as informações-chave sobre vários lotes de receitas médicas. É uma parte importante do processo de gestão de receitas em farmácias, permitindo uma visão geral das transações e receitas agrupadas em diferentes lotes. [Anexo 4]
- ❖ A fatura mensal é um documento contabilístico e financeiro que resume todas as transações realizadas ao longo de um mês específico. Geralmente é utilizada para registar e documentar todas as vendas de medicamentos e outros produtos farmacêuticos realizadas durante esse período. [Anexo 5]

Estes documentos são parte do processo de faturação de receitas em farmácias e são essenciais para manter registos precisos, cumprir obrigações fiscais e garantir a conformidade com as regulamentações. Os documentos relacionados à faturação de receitas devem ser enviados para entidades específicas, dependendo do contexto e das regulamentações aplicáveis. No contexto de entidades que fazem parte do Serviço Nacional de Saúde (SNS), o receituário do mês é enviado ao centro de conferência de faturas até ao dia 5 de cada mês. Relativamente aos outros organismos, são remetidos através dos Correios de Portugal S.A. (CTT) ao Serviço de Faturação de Entidades da Associação Nacional das Farmácias (ANF) até ao dia 10. ^{13,14}

Tabela 8: Tipos de lote relacionados aos diferentes códigos associados e ao diferente organismo do Serviço Nacional da Saúde

<u>Código</u>	<u>Tipo de lote</u>	<u>Serviço Nacional de Saúde</u>
10	Normal	01 - Regime Normal
11	Doenças Profissionais	41 - Doenças Profissionais
12	Paramiloidose	42 - Paramiloidose
13	Lúpus, Hemofilia, Talassemia, Depranocitose	67 - Lúpus, Hemofilia, Talassemia, Depranocitose
15	Pensionistas	48 - Pensionistas
16	Pensionistas com regulamentação própria	49 - Pensionistas com regulamentação própria
17	Convenções bilaterais / Acordos internacionais	
18	Normal e Convenções bilaterais / Acordos internacionais com regulamentação própria	45 - Normal e Convenções bilaterais / Acordos internacionais com regulamentação própria
19	Manipulados e Produtos Dietéticos	47 - Manipulados e Produtos Dietéticos
23	3º Protocolo de Diabetes SNS	
96	Receitas sem papel sem sucesso na validação, com erros	96 - Receitas sem papel sem sucesso na validação, com erros
97	Receitas sem papel com sucesso na validação, sem erros	97 - Receitas sem papel com sucesso na validação, sem erros
98	Receitas materializadas sem sucesso na validação, com erros	98 - Receitas materializadas sem sucesso na validação, com erros
99	Receitas materializadas com sucesso na validação, sem erros	99 - Receitas materializadas com sucesso na validação, sem erros

9.2 Medicamento não sujeitos a receita medica

Os Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica (MNSRM) são aqueles que podem ser adquiridos sem a necessidade de uma prescrição médica, estando disponíveis para compra em farmácias e outros estabelecimentos autorizados. Esses medicamentos devem ter sido submetidos a estudos abrangentes de segurança e são frequentemente associados a situações de automedicação. Os MNSRM geralmente não estão sujeitos a comparticipações e os preços de venda ao público (PVP) são determinados pelas farmácias. De acordo com o Artigo nº115 do DL nº76/2006, de 30 de agosto, os medicamentos que não preenchem qualquer das condições

previstas no artigo anterior não estão sujeitos a receita médica. Os MNSRM são maioritariamente usados para aliviar os sintomas menores, por isso o papel do farmacêutico é muito importante no aconselhamento farmacêutico e na automedicação. O farmacêutico deve garantir uma utilização segura e eficaz, prestando toda informação necessária para o seu uso.¹⁵

9.3 Suplementos alimentares

Os suplementos alimentares são usados para fornecer nutrientes adicionais quando a ingestão dietética regular é insuficiente ou quando há necessidades específicas, como em casos de deficiências nutricionais, dietas restritas, atividade física intensa, ou situações médicas que exigem suplementação. A figura 10 apresenta alguns exemplos de suplementos alimentares.¹⁶

Existem diferentes tipos de suplementos alimentares, incluindo:¹⁶

1. Vitaminas e Minerais: Suplementos que fornecem vitaminas individuais, como vitamina C ou vitamina D, ou minerais como ferro ou cálcio.
2. Suplementos de Proteína: Geralmente na forma de pós, eles contêm proteínas derivadas de fontes como soro de leite, soja ou caseína, e são usados por atletas e pessoas que desejam aumentar sua ingestão proteica.
3. Suplementos de plantas e extratos botânicos: Estes incluem extratos de plantas e ervas que são usados para diversos fins, como melhorar a saúde geral, promover o relaxamento ou apoiar funções específicas do corpo.
4. Suplementos de Ácidos gordos: Normalmente incluem ácidos gordos ômega-3 e ômega-6, são consumidos para beneficiar a saúde cardiovascular e cerebral.
5. Suplementos Específicos: Além dessas categorias, existem muitos outros suplementos no mercado, incluindo probióticos, enzimas digestivas e suplementos nutricionais (hiperproteicos e hipercalóricos).

É importante notar que os suplementos alimentares não devem ser usados como substitutos de uma dieta equilibrada e variada. Eles são destinados a complementar a dieta quando necessário.

Antes de iniciar qualquer suplementação, é aconselhável consultar um profissional de saúde para determinar se é apropriado e para garantir que não haja interações com medicamentos ou

condições de saúde existentes. Na FOL, estão disponíveis alguns suplementos alimentares que são frequentemente solicitados pelos doentes (Primus ®, Centrum ®, Magnesium-ok®, etc....)

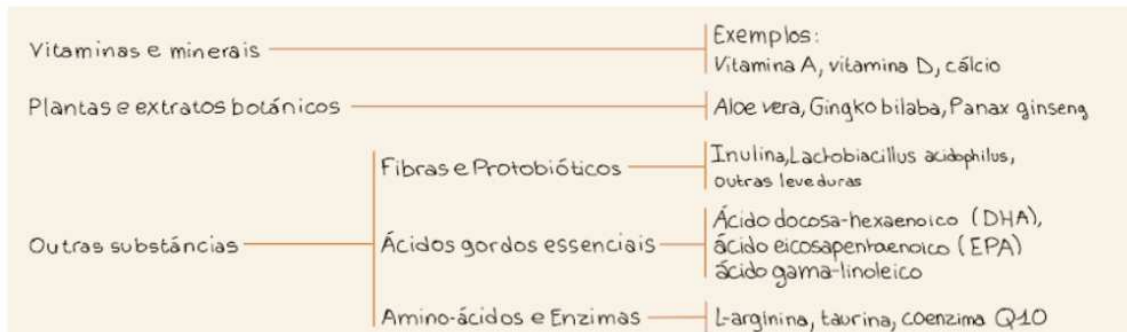


Figura 10: Grupos e categorias de suplementos alimentares

9.4 Produtos cosméticos e de higiene corporal

Os cosméticos englobam uma ampla variedade de produtos em diversas categorias, abrangendo desde produtos de higiene corporal, como sabonetes, geles de banho, champôs, desodorizantes e pastas dentífricas, até produtos de beleza, como tintas capilares, vernizes e maquilhagem.

Um produto cosmético é qualquer substância ou mistura destinada a entrar em contacto com as partes externas do corpo humano incluindo epiderme, sistemas piloso e capilar, unhas, lábios e órgãos genitais externos, bem como os dentes e as mucosas bucais. Esses produtos têm como objetivo principal de limpar, perfumar, modificar o aspeto, proteger, manter em bom estado ou corrigir os odores corporais. Na FOL, estes produtos estavam presentes, mas não eram muito solicitados pelos utentes.^{17,18}

9.5 Produtos fitoterapêuticos

Os produtos fitoterapêuticos são produtos de origem vegetal que são utilizados para prevenir, aliviar ou tratar doenças ou sintomas. Eles são derivados de plantas medicinais ou de suas partes, como folhas, raízes, cascas, flores ou extratos. Os produtos fitoterapêuticos incluem chás de plantas como o chá diet de Bioarga® presente na FOL, cápsulas de suplementos contendo

extratos de plantas, pomadas, óleos essenciais e outros preparados que contêm componentes ativos de plantas. Cada planta medicinal pode ter propriedades específicas que a tornam adequada para tratar uma variedade de condições de saúde. É importante notar que, embora muitos produtos fitoterapêuticos sejam considerados naturais, eles podem ter efeitos colaterais e interações medicamentosas, assim como medicamentos convencionais. Portanto, o uso de produtos fitoterapêuticos deve ser feito com atenção e sob a orientação de um profissional de saúde qualificado, especialmente se estiver sendo usado em conjunto com outros medicamentos ou tratamentos médicos.¹⁹ Como afirmou Paracelsus “Todas as substâncias são venenos; não há nenhuma que não seja um veneno. A dose certa diferencia um remédio e um veneno.”

9.6 Produtos de puericultura

São produtos relacionados à saúde e ao bem-estar de bebês e crianças pequenas e podemos encontrá-los na FOL num espaço de livre acesso. Estes produtos incluem artigos como medicamentos pediátricos, leites, vitaminas específicas para crianças, produtos de higiene infantil, fraldas, chupetas, mamadeiras, produtos para cuidados com a pele do bebê, entre outros. Eles são projetados para atender às necessidades únicas de bebês e crianças em termos de saúde e cuidados pessoais.²⁰

9.7 Medicamentos e produtos veterinários

De acordo com o Artigo 2º, Capítulo I do Decreto-Lei nº184/97, de 26 de julho e alterado em 2005, um produto de uso veterinário pode ser definido como uma substância ou combinação de substâncias formuladas tanto para tratar e prevenir doenças em animais, promover a gestão adequada, melhorar o bem-estar e a saúde, ajustar funções orgânicas, diagnosticar condições médicas, quanto para uso em instalações de animais, ambientes ou atividades associadas relacionadas a eles ou a produtos de origem animal. Com efeito, são substâncias ou produtos desenvolvidos especificamente para uso em animais, sejam eles de estimação, de criação ou selvagens. Eles desempenham um papel fundamental na promoção da saúde, prevenção e tratamento de doenças em animais.

Existem várias categorias de medicamentos e produtos veterinários, incluindo medicamentos farmacêuticos, vacinas, suplementos nutricionais, produtos de higiene e cuidados.

A venda e dispensação de medicamentos e produtos veterinários em farmácias é regulamentada para garantir a segurança dos animais e a qualidade dos produtos. Com efeito, muitos medicamentos veterinários são de prescrição obrigatória. Isso significa que apenas um veterinário pode prescrevê-los e, em seguida, a farmácia pode dispensá-los com base na receita veterinária. Alguns produtos veterinários, como suplementos nutricionais, produtos de higiene e cuidados básicos, podem ser vendidos sem prescrição e não precisam necessariamente ser adquiridos em farmácias veterinárias. Atualmente, os animais de companhia, como os cães e os gatos, são considerados membros de pleno direito da família. E os proprietários destes animais vão às farmácias para comprar medicamentos e produtos veterinários, tal como fariam para tratar um membro da família. Daí a importância de estar qualificado e formado para prestar os melhores conselhos a estes novos clientes, que contribuem para o crescimento da farmácia. ²

9.8 Dispositivos médicos

São produtos destinados para serem usados em diagnóstico, prevenção, monitorização, previsão, prognóstico, tratamento ou alívio de doenças ou condições de saúde em seres humanos. Na FOL, podemos encontrar uma variedade de dispositivos médicos que são disponibilizados para ajudar os clientes a cuidar de sua saúde e bem-estar. Alguns exemplos comuns de dispositivos médicos encontrados incluem: Medidores de Tensão Arterial, Termômetros, Medidores de Glicose no Sangue, Tiras de Teste, Inaladores, Tiras de Teste de Gravidez, Ortopedia e Suportes, Produtos de Primeiros Socorros entre outros. Geralmente são destinados ao uso sem prescrição médica, mas é essencial seguir as instruções do fabricante e buscar orientação de um profissional de saúde, se necessário, para garantir o uso adequado desses dispositivos. Além disso, dispositivos médicos mais complexos ou específicos podem requerer uma prescrição médica. ²²

Os dispositivos médicos (DM) são categorizados em diferentes classes com base em seu risco potencial para o paciente e a eficácia do dispositivo. No geral, os DM podem ser divididos em 3 categorias distintas: ²³

- Dispositivos médicos, que constituem cerca de 80% do total, incluindo *software* médico
- Dispositivos médicos para diagnóstico in vitro (DIV)
- Dispositivos médicos implantáveis ativos (DMIA)

Os dispositivos médicos principais são classificados em três categorias fundamentais: ²³

- Classe I: Dispositivos de Classe I são considerados de baixo risco e geralmente não requerem regulamentação rigorosa. Isso pode incluir dispositivos simples, como termômetros, luvas médicas e bandagens.
- Classe II: Dispositivos de Classe II são considerados de risco moderado e podem incluir dispositivos mais complexos, como medidores de pressão arterial, aparelhos de raio-X e alguns produtos ortopédicos. Eles geralmente requerem regulamentação mais rigorosa em comparação com dispositivos de Classe I.
- Classe III: Dispositivos de Classe III são de alto risco e geralmente incluem dispositivos que sustentam ou mantêm a vida, como estimuladores cardíacos, próteses e implantes médicos. Eles estão sujeitos a regulamentação rigorosa para garantir sua segurança e eficácia.

Além dessas classes principais, alguns sistemas de regulamentação também têm classes intermediárias, como Classe IIa e Classe IIb, que se aplicam a dispositivos de risco moderado a alto. As classificações de dispositivos médicos são importantes para determinar os requisitos regulatórios, como testes clínicos, documentação e marcação CE (Conformidade Europeia). Essas classificações ajudam a garantir que dispositivos médicos sejam fabricados, rotulados e usados de maneira segura e eficaz, de acordo com as necessidades e riscos associados a cada categoria.

9.9 Medicamentos manipulados

Os medicamentos manipulados (MM) são medicamentos preparados segundo fórmulas magistrais ou oficinais, que são da responsabilidade direta de farmacêuticos e podem ser produzidos em farmácias de oficina ou serviços farmacêuticos hospitalares. Esses medicamentos podem ser apresentados de duas formas: ²⁴

- Formulações magistrais, são medicamentos produzidos em farmácias ou serviços farmacêuticos hospitalares de forma conforme indicado em uma prescrição médica que identifica o doente para o qual o medicamento é destinado.
- Preparações oficinais, são medicamentos feitos de acordo com as diretrizes de uma farmacopeia ou formulário específico.

9.9.1 Prescrição de medicamentos manipulados e sua preparação

Quando um médico prescreve uma Fórmula Magistral, é fundamental assegurar tanto a sua segurança quanto eficácia, examinando cuidadosamente a possibilidade de interações que possam comprometer a ação do medicamento ou a segurança do doente. A responsabilidade de avaliar a segurança do medicamento manipulado prescrito recai sobre o farmacêutico encarregado de sua preparação. Qualquer incerteza relacionada à prescrição, composição e interpretação de uma Fórmula Magistral deve ser discutida diretamente entre o farmacêutico e o médico que fez a prescrição. Com o objetivo de estabelecer altos padrões de qualidade para os medicamentos manipulados produzidos em farmácias officinais e serviços farmacêuticos hospitalares, a Portaria nº 594/2004, datada de 2 de junho, aprovou diretrizes para garantir a excelência na preparação desses medicamentos. Essas diretrizes abrangem oito áreas fundamentais, que incluem pessoal, instalações e equipamentos, documentação, matérias-primas, materiais de embalagem, processo de manipulação, controlo de qualidade e rotulagem.

A Unidade de Inspeção é responsável por verificar a aplicação desses princípios de boas práticas durante o processo de preparação de medicamentos manipulados, tanto em farmácias de oficina quanto em serviços farmacêuticos hospitalares.²⁵

9.9.2 Rastreabilidade dos medicamentos manipulados

Dentre as diretrizes de boas práticas farmacêuticas que são seguidas, um destaque vai para a prática de registrar todas as preparações, preencher fichas de manipulação e documentar cada etapa do processo de manipulação. Além disso, os resultados dos testes recomendados pelo formulário farmacêutico português são registados para o produto final. Esses registos específicos permitem rastrear todas as preparações feitas na Farmácia de Oficina Local, o que é uma característica de extrema importância na manipulação de medicamentos. Esse registo é armazenado em um arquivo dedicado, com uma estrutura que inclui a identificação do lote do medicamento manipulado. Isso permite, se preciso, rastrear mais tarde a produção de qualquer medicamento manipulado produzido na FOL. Adicionalmente, a ficha de preparação de medicamentos manipulados é arquivada depois de ser revisada pelo supervisor, a diretora técnica da farmácia.

9.9.3 Preço e participação

Segundo os critérios definidos na Portaria n° 769/2004, de 1 de julho, o preço de venda ao público dos MM em farmácia de oficina é calculado em função do preço das matérias-primas, do valor dos honorários de manipulação e do preço do material de embalagem. Quanto ao cálculo dos honorários, foi escolhido um fator F de valor constante, que será multiplicado com base na forma farmacêutica e na quantidade dos medicamentos manipulados. Este fator é atualizado anualmente de acordo com o aumento do índice de preços ao consumidor divulgado pelo Instituto Nacional de Estatística (INE) no ano anterior. Atualmente o valor do fator F é de 5,52€. O preço das matérias-primas é calculado multiplicando o preço de aquisição de uma dada quantidade unitária (sem IVA) pelo fator apropriado, dependendo da maior unidade em que são utilizadas ou dispensadas. O preço do material de embalagem é calculado em função do preço de aquisição (sem IVA) multiplicado pela quantidade de embalagem usada e pelo fator multiplicativo 1,2.²⁶ Então, o preço pelo qual os medicamentos manipulados são vendidos ao público é calculado usando a seguinte fórmula:

$(\text{Valor dos honorários} + \text{Valor das matérias-primas} + \text{Valor dos materiais de embalagem}) \times 1,3 + \text{IVA}$

Tive a oportunidade de preparar uma pomada de enxofre para um doente que sofria de sarna. A pomada de enxofre tem sido tradicionalmente usada como um tratamento tópico para a sarna (escabiose). O enxofre é conhecido por suas propriedades antimicrobianas e antiparasitárias, que podem ajudar no combate aos ácaros que causam a sarna. No entanto, é importante ressaltar que a eficácia da pomada de enxofre pode variar de pessoa para pessoa, e seu uso pode estar associado a alguns inconvenientes, como o cheiro característico de enxofre e possíveis irritações na pele.

9.9.4 Material de laboratório

A FOL dispor de todos os equipamentos necessários. Os equipamentos de laboratório obrigatório são:

- Alcoómetro
- Almofarizes de vidro e de porcelana
- Balança de precisão sensível ao miligrama
- Banho de água termostaticado

- Cápsulas de porcelana
- Copos de várias capacidades
- Espátulas metálicas e não metálicas
- Funis de vidro
- Matrases de várias capacidades
- Papel de filtro
- Papel indicador pH universal
- Pedra para a preparação de pomadas
- Pipetas graduadas de várias capacidades
- Provetas graduadas de várias capacidades
- Tamises FpVII, com abertura de malha 180 µm e 355 µm
- Termómetro (escala mínima até 100°C)
- Vidros de relógio

9.9.5 Boletins de análises

O boletim de análise das matérias-primas é um documento que fornece informações detalhadas sobre as propriedades e qualidade das matérias-primas utilizadas na preparação de medicamentos manipulados. Esse documento é essencial para garantir a qualidade, segurança e eficácia dos medicamentos manipulados. Quando se acompanha as matérias-primas, é necessário solicitar um documento de análise que demonstre que elas atendem aos requisitos mínimos estabelecidos. Esse documento deve conter várias informações cruciais, incluindo o número do lote da matéria-prima. Além disso, todas as embalagens originais e aquelas para as quais a matéria-prima foi transferida devem conter um rótulo. É essencial manter um arquivo que contenha os boletins de análise e registos fornecidos pelos fornecedores para todas as matérias-primas adquiridas pela farmácia.²⁷

10 Serviços farmacêuticos

O regime jurídico das Farmácias Comunitárias (FC), conforme estabelecido pelo Decreto-Lei n° 307/2007 e suas alterações, autoriza essas farmácias a oferecer serviços farmacêuticos e promover a saúde dos doentes. A lista de serviços inclui apoio domiciliário, administração de primeiros socorros, administração de medicamentos, utilização de meios auxiliares de diagnóstico

e terapêutica, administração de vacinas não incluídas no plano nacional de vacinação, programas de cuidados farmacêuticos, consultas de nutrição, programas de adesão à terapia, reconciliação de terapêutica e preparação personalizada de medicamentos, educação sobre dispositivos médicos, testes rápidos para deteção de certas infeções, serviços de enfermagem básica e cuidados de nível I para prevenção e tratamento do pé diabético, de acordo com as orientações da Direção-Geral da Saúde. Essas farmácias também podem realizar campanhas e programas de educação em saúde, prevenção de doenças e promoção de estilos de vida saudáveis. As FCs têm a obrigação de comunicar ao INFARMED os serviços que oferecem e devem exibir claramente em suas instalações a lista de serviços e os preços correspondentes.²⁸

10.1 Determinação de parâmetros antropométricos, bioquímicos e fisiológicos

Os parâmetros antropométricos são medidas físicas do corpo humano, como peso, altura, circunferência da cintura, entre outros. Essas medidas podem ajudar a avaliar a composição corporal, o estado nutricional e o risco de certas condições de saúde.

- Na FOL, os clientes têm acesso a uma balança com estadiómetro. Essa balança permite a medição da do peso, da altura e o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). Normalmente, os clientes podem utilizar a balança de forma autónoma. No entanto, a equipa da FOL está sempre pronta para prestar assistência quando solicitada, seja para auxiliar na obtenção dos dados ou na interpretação dos resultados.²⁹

Tabela 9 Classificação do índice de massa corporal segundo a Organização Mundial da Saúde

<u>Valores de referências</u>	<u>IMC (Kg/m²)</u>
Baixo Peso	≤ 18,5
Peso Normal	18,5 – 24,9
Pré-obesidade	25 – 29,9
Obesidade de Grau I	30 – 34,9
Obesidade de Grau II	35 – 39,9
Obesidade de Grau III	≥ 40

- Altura : Os valores de referência para altura também podem variar, mas geralmente estão relacionados à idade e ao sexo. Por exemplo, para adultos do sexo masculino, uma altura média pode ser de cerca de 1,70 a 1,80 metros.
- Perímetro da cintura : Valores de referência para a circunferência da cintura também variam, mas um valor acima de 94 cm para homens e 80 cm para mulheres pode indicar um maior risco de doenças cardiovasculares e metabólicas.³⁰

Risco de complicações metabólicas	Circunferência Abdominal	
	Homem	Mulher
Baixo risco	< 94 cm	< 80 cm
Risco aumentado	94 a 101 cm	80 a 87 cm
Risco muito aumentado	102 cm ou mais	88 cm ou mais

Figura 11 Valores da circunferência abdominal em função do risco de complicações metabólicas

Os parâmetros bioquímicos são análises laboratoriais do sangue, urina ou outros fluidos corporais que fornecem informações sobre a função e o equilíbrio químico no organismo:

- A medição do colesterol total nas farmácias desempenha um papel crucial na promoção da saúde cardiovascular. O colesterol é uma gordura presente em todas as células do corpo, desempenhando funções vitais. No entanto, níveis elevados de colesterol no sangue podem aumentar significativamente o risco de doenças cardiovasculares, como ataques cardíacos e Acidente Vascular Cerebral (AVC). Valores normais do colesterol total geralmente variam de 140 a 200 mg/dL. Ela ajuda a identificar distúrbios lipídicos e riscos cardiovasculares, permitindo intervenções precoces, como mudanças na dieta e medicamentos quando necessário. Além disso, fornece aconselhamento precioso para

manter a saúde do coração. Isso coloca o controlo da saúde nas mãos dos pacientes de forma conveniente.³¹

- Glicemia : A glicemia refere-se aos níveis de açúcar no sangue e um desequilíbrio pode indicar problemas como diabetes ou hipoglicemia. Os valores de referência para glicemia em jejum podem variar, são considerados normais quando estão entre 70 e 100 mg/dL. A medição da glicose capilar nas farmácias desempenha um papel fundamental na promoção da saúde, no diagnóstico precoce e na gestão eficaz da diabetes, proporcionando às pessoas um melhor controle sobre sua saúde e qualidade de vida. Existem legislações específicas, como a Norma nº002/2011 da Direção-Geral de Saúde (DGS), que estabelece diretrizes para o diagnóstico da diabetes com base em valores de glicemia em jejum iguais ou superiores a 126 mg/dL ou sintomas clássicos com glicemia ocasional superior a 200 mg/dL. ^{31a}

Tabela 10 Valores de referência da glicemia

<u>Valores de referências</u>	<u>Glicemia em jejum (mg/dL)</u>	<u>2h pós-prandial (mg/dL)</u>
Glicémia Normal	70 - 110	< 140
Hiperglicemia Intermédia	110 - 126	140 -200
Diabetes (provável)	≥ 126	≥ 200

32

- Acido úrico : é um produto final do metabolismo das purinas, que são encontradas em certos alimentos (carne vermelhos por exemplo) e também são produzidas pelo próprio organismo. A elevação dos níveis de ácido úrico no sangue pode estar associada a condições como gota e doença renal. Os valores de referência para o ácido úrico podem variar dependendo do laboratório e das unidades de medida utilizadas. No entanto, em geral, os valores de referência para adultos saudáveis são: ³³

- ❖ Homens: entre 3,4 e 7,0 mg/dL
- ❖ Mulheres: entre 2,4 e 6,0 mg/dL

Os Parâmetros fisiológicos são parâmetros envolvem medidas das funções vitais do corpo, como frequência cardíaca, pressão arterial :

- Frequência cardíaca em repouso : é o número de vezes que o coração bate num minuto. É uma medida da rapidez com que o coração está bombeando sangue pelo corpo e pode variar de acordo com a atividade física, emoções e condições de saúde. Valores de referência geralmente variam entre 60 e 100 batimentos por minuto em repouso.^{34,35}
- Pressão arterial : é a força exercida pelo sangue contra as paredes das artérias quando o coração bombeia o sangue para o corpo. É medida através de dois valores: pressão sistólica (quando o coração se contrai) e pressão diastólica (quando o coração relaxa). Os valores de referência para pressão arterial podem variar, mas geralmente são considerados normais quando estão de 120/80 mmHg.³⁴

Tabela 11 Classificação e valores de referência da pressão arterial

Valores de referências	Sistólica (mmHg)	Diastólica (mmHg)
Ótima	< 120	< 80
Normal	120 - 129	80 - 84
Normal - alta	130 - 139	85 - 89
Hipertensão de Grau I	140 - 159	90 - 99
Hipertensão de Grau II	160 - 179	100 - 109
Hipertensão de Grau III	≥ 180	≥ 110
Hipertensão Sistólica Isolada	≥ 140	< 90

Durante o meu estágio na FOL, tive a oportunidade de medir todos esses parâmetros com precisão e cuidado, fornecendo informações preciosas sobre a saúde dos indivíduos.

10.2 Injeções de medicamentos/vacinas por via intramuscular ou sob cutâneo

Na FOL, é possível receber a administração de injeções e vacinas que não fazem parte do Plano Nacional de Vacinação (PNV), desde que haja prescrição médica. Este serviço é realizado exclusivamente por farmacêuticos devidamente qualificados. Durante o procedimento, é necessário preencher uma ficha e registar detalhadamente todas as informações no sistema informático, incluindo dados do paciente, medicamento, método de administração e profissional responsável. Isso garante a administração segura e controlada de medicamentos na FOL. ^{31a}

10.3 Projeto Valormed

O serviço de ValorMed nas farmácias tem como objetivo a recolha e gestão adequada de resíduos de medicamentos. O objetivo principal é garantir a correta eliminação de medicamentos não utilizados, expirados ou danificados, de forma a evitar a sua contaminação do meio ambiente e minimizar os riscos à saúde pública. A FOL recolhe os medicamentos dos utentes. Depois o ValorMed, que é uma entidade responsável pela recolha, cuida de tratar e destruir adequada desses resíduos. Dessa forma, promove-se a proteção do ambiente e a segurança na gestão dos medicamentos.

11 Conclusão

Para concluir, uma das áreas em que obtive um crescimento substancial foi na medição de parâmetros de saúde. Através do acompanhamento de profissionais experientes, pude aprofundar os meus conhecimentos neste campo e aprender técnicas precisas e eficazes de medição. Esta competência adquirida será fundamental para o meu papel como farmacêutica, permitindo-me oferecer um serviço de qualidade e garantir a precisão dos dados recolhidos.

Além disso, a minha experiência no balcão da farmácia foi extremamente preciosa. Através do contacto direto com os clientes, pude desenvolver habilidades de comunicação e atendimento ao utente. A minha confiança aumentou significativamente à medida que interagia com os utentes, respondendo às suas perguntas, fornecendo orientações e garantindo que as suas necessidades fossem atendidas de forma eficiente e profissional.

Outro aspeto importante do estágio foi a oportunidade de me familiarizar com serviços essenciais no contexto da saúde pública, como a vacinação e a gestão adequada de medicamentos.

Estou extremamente grato por ter tido esta oportunidade de aprendizagem e crescimento. O meu estágio na FOL proporcionou-me uma base sólida para a minha futura carreira, equipando-me com as competências e conhecimentos necessários para enfrentar os desafios do setor da saúde. Estou confiante de que as experiências e aprendizagens adquiridas durante este estágio serão inestimáveis no meu percurso profissional.

Em conclusão, o meu estágio na FOL foi uma experiência extremamente enriquecedora que teve um impacto significativo no meu desenvolvimento profissional e pessoal. Durante este período, tive a oportunidade de adquirir um vasto leque de conhecimentos e competências que me serão úteis ao longo da minha carreira.

12 Referencias bibliográficas

[1]

Boas Práticas Farmacêuticas para a farmácia comunitária. 3ª Edição. 2009. Acessível em:
https://www.ordemfarmaceuticos.pt/fotos/documentos/boas_praticas_farmaceuticas_para_farmacia_comunitaria_2009_20853220715ab14785a01e8.pdf

[Acedido em 22 de março de 2023]

[2]

Infarmed. Deliberação n.º 78/CD/2014. Acessível em:

https://www.infarmed.pt/documents/15786/1219391/Areas_minimas.pdf/60b87b10-4f66-4181-b38b-ed75523c2f79

[Acedido em 25 de março de 2023]

[3] Logotipo da FARMACIA. Manual de Gestão da Qualidade da Farmácia. Edição 4. Acessível em:

<https://www.ordemfarmaceuticos.pt/pt/documentos/detalhes.php?id=271>

[Acedido em 30 de março de 2023]

[4]

Boas Práticas Farmacêuticas para a farmácia comunitária. 3ª Edição. 2009. Fonte de Informação. Acessível em:

https://www.ordemfarmaceuticos.pt/fotos/documentos/boas_praticas_farmaceuticas_para_a_farmacia_comunitaria_2009_20853220715ab14785a01e8.pdf

[Acedido em 30 de março de 2024]

[5]

Decreto-Lei n.º 176/2006, de 30 de agosto. Acessível em:

<https://www.infarmed.pt/documents/15786/1068535/Estatuto%2Bdo%2BMedicamento/1dc6ada4-f002-4a12-ab8d-ebaba772068e>

[Acedido em 24 de março de 2023]

[6]

ORDEM DOS FARMACEUTICOS. Farmácia comunitária. Acessível em:

<https://www.ordemfarmaceuticos.pt/pt/areas-profissionais/farmacia-comunitaria/>

[Acedido em 26 de março de 2023]

[7]

INFARMED. Normas relativas à prescrição de medicamentos e produtos de saúde. Acessível em:

https://www.infarmed.pt/documents/15786/17838/Normas_Prescriçao/bcd0b378-3b00-4ee0-9104-28d0db0b7872

[Acedido em 29 de março de 2023]

[8]

Saber mais sobre psicotrópicos e estupefaciente. Acessível em:

https://www.infarmed.pt/documents/15786/1228470/22_Psicotropicos_Estupefacientes.pdf

[Acedido em 29 de março de 2023]

[9]

SNS. Substâncias controladas. Acessível em:

<https://www.infarmed.pt/web/infarmed/substancias-controladas>

[Acedido em 3 de abril de 2023]

[10]

Infarmed. Circular Informativa. Acessível em:

<https://www.infarmed.pt/documents/15786/4183417/Circular+Informativa+n.%C2%BA+166+CD/e60290ca-ee74-56a0-674b-f3f3ed1bb654>

[Acedido em 10 de abril de 2023]

[11]

Decreto-Lei n.º 118/92, de 25 de junho. Regime de comparticipação do estado no preço dos medicamentos. Acessível em:

https://www.infarmed.pt/documents/15786/1072289/105-D_-DL_118_92_11ALT-REV_MOV.pdf

[Acedido em 15 de abril de 2023]

[12]

Ministério da saúde. Portaria n.º 195-D/2015, de 30 de junho. Acessível em:

<https://dre.pt/dre/detalhe/portaria/195-d-2015-67644327>

[Acedido em 25 de abril de 2023]

[13]

Decreto-Lei n.º 118/92, de 25 de Junho. Acessível em :

https://www.infarmed.pt/documents/15786/1072289/105-D_-DL_118_92_11ALTREV_MOV.pdf

[Acedido em 27 de abril de 2023]

[14]

SNS. COMPARTICIPAÇÃO DE MEDICAMENTOS. Acessível em:

<https://www.arsalgarve.min-saude.pt/comparticipacao-de-medicamentos/>

[Acedido em 29 de abril de 2023]

[15]

INFARMED. Locais de venda de medicamentos não sujeitos a receita médica. Acessível em:

<https://www.infarmed.pt/web/infarmed/entidades/licenciamentos/locais-de-venda-de-medicamentos-nao-sujeitos-a-receita-medica-lvmnsrm>

[Acedido em 5 de maio de 2023]

[16]

Farmaco Vigilancia. Suplementos alimentares: O que são e como notificar reações adversas. Acessível em:

<https://www.infarmed.pt/documents/15786/1983294/Boletim%2Bde%2BFarmacovigil%FF%FFncia%2C%2BVolume%2B21%2C%2Bn%FF%FF3%2C%2Bmar%FF%FFo%2Bde%2B2017/89d99edd-fb8c-4042-8a38-8d1bc5a555c7>

[Acedido em 10 de maio de 2023]

[17]

INFARMED. Cosméticos. Acessível em:

<https://www.infarmed.pt/web/infarmed/entidades/cosmeticos>

[Acedido em 12 de maio de 2023]

[18]

Candidatura ao Título de Especialista em Assuntos Regulamentares Ordem dos Farmacêuticos. PRODUTOS COSMÉTICOS E DE HIGIENE CORPORAL ENQUADRAMENTO REGULAMENTAR. Acessível em:

https://www.ordemfarmaceuticos.pt/fotos/editor2/Colegios_de_Especialidade/Titulo_Especialidade/Especialidade_AR/Especialistas_Anteriores/2013/2013_Ana_Luisa_Raimundo_dos_Santos.pdf#page5

[Acedido em 15 de maio de 2023]

[19]

INFARMED. Medicamentos à base de plantas. Acessível em:

https://www.infarmed.pt/web/infarmed/entidades/medicamentos-uso-humano/autorizacao-de-introducao-no-mercado/medicamentos_a_base_de_plantas

[Acedido em 17 de maio de 2023]

[20]

Legislação complicada farmacêutica. Decreto-Lei n.º 171/2012, de 1 de agosto
Acessível em:

https://www.infarmed.pt/documents/15786/1067254/022-A2_DL_171_2012.pdf

[Acedido em 20 de maio de 2023]

[21]

Legislação complicada farmacêutica. Decreto-Lei n.º 232/99, de 24 de junho. Acessível em:

https://www.infarmed.pt/documents/15786/1070774/decreto_lei_20232-99.pdf#page26

[Acedido em 23 de maio de 2023]

[22]

INFARMED. O que são dispositivos médicos. Acessível em:

<https://www.infarmed.pt/web/infarmed/perguntas-frequentes-area-transversal/dm>

[Acedido em 23 de maio de 2023]

[23]

Ordem dos farmacêuticos. Dispositivos Médicos: Enquadramento Regulamentar e Documentação Técnica

https://www.ordemfarmaceuticos.pt/fotos/editor2/Colegios_de_Especialidade/Titulo_Especialidade/Especialidade_AR/Especialistas_Anteriores/2014/2014_Ana_Silvia_Bento_Freitas.pdf

[Acedido em 26 de maio de 2023]

[24]

Saiba mais sobre. Medicamentos Manipulados. Acessível em:

https://www.infarmed.pt/documents/15786/1228470/31_Medicamentos_Manipulados.pdf/5ae18274-df2c-477b-ad80-100cd4ef8b18?version=1.0

[Acedido em 29 de maio de 2023]

[25]

Legislação Farmaceutica Compilada. Portaria n.º 594/2004, de 2 de junho. Acessível em:

https://www.infarmed.pt/documents/15786/17838/portaria_594-2004.pdf/d8b8cac3-3250-4d05-b44b-51c5f43b601a

[Acedido em 3 de junho de 2023]

[26]

Legislação complicada farmacêutica. Portaria n.º 594/2004, de 2 de junho. Acessível em:

https://www.infarmed.pt/documents/15786/17838/portaria_594-2004.pdf/d8b8cac3-3250-4d05-b44b-51c5f43b601a

[Acedido em 12 de junho de 2023]

[27]

INFARMED. Medicamentos manipulados. Acessível em:

<https://www.infarmed.pt/documents/15786/17838/manipulados.pdf/e97d7cfe-6ff5-4cba-929a-64c95364a7e1>

[Acedido em 16 de junho de 2023]

[28]

Deliberação n.º 1500/2004, 7 de Dezembro. Acessível em:

https://www.infarmed.pt/documents/15786/1070327/deliberacao_1500-2004.pdf

[Acedido em 24 de junho de 2023]

[29]

CEDIFI. IMC. Acessível em:

<https://www.cefidi.com.br/indice-de-massa-corporal-imc/>

[Acedido em 29 de junho de 2023]

[30] ANDREAI TORRES. Qual é a sua circunferência abdominal. Acessível em:

<https://andriatorres.com/blog/2018/04/20/medida-da-barriga>

[Acedido em 5 de julho de 2023]

[31]

Cholesterol Levels. Pubmed. Acessível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31194434/>

[Acedido em 10 de julho de 2023]

[31a]

Francisco Henrique Moura George. DGS. Diagnóstico e Classificação da Diabetes Mellitus. 14/01/2011. Acessível em:

<https://www.dgs.pt/programa-nacional-para-a-diabetes/circulares-normas-e-orientacoes/norma-da-direccao-geral-da-saude-n-0022011-de-14012011-pdf.aspx>

[Acedido em 11 de julho de 2023]

[32]

Definição e Diagnóstico de Diabetes Mellitus e Hiperglicemia Intermédia – Recomendações da OMS/IDF 2007. Acessível em:

<http://www.revportdiabetes.com/wp-content/uploads/2017/10/RPD-Vol-2-n%C2%BA-1-Mar%C3%A7o-2007-Recomenda%C3%A7%C3%B5es-p%C3%A1gs-33-37.pdf>

[Acedido em 13 de julho de 2023]

[33]

Uric Acid. Pubmed. Acessível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21250116/>

[Acedido em 19 de julho de 2023]

[34]

Blood Pressure Control and Associated Factors in a Real-World Team-Based Care Center. Pubmed. Acessível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32876180/>

[Acedido em 25 de julho de 2023]

[35]

Fondation de Recherche Médical. Tout savoir sur les troubles du rythme cardiaque. Acessível em:

<https://www.frm.org/recherches-maladies-cardiovasculaires/troubles-du-rythme-cardiaque/focus-sur-les-troubles-du-rythme-cardiaque>

[Acedido em 29 de julho de 2023]