



FARMÁCIA PINTO DE CAMPOS
PALÁCIO DO GELO SHOPPING, VISEU



Farmácia Pinto de Campos



Sara Raquel Almeida Ferreira

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

Relatório de Estágio realizado no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, orientado pela Dra. Vânia Fernandes e apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Setembro 2016



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Sara Raquel Almeida Ferreira

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

Relatório de Estágio realizado no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, orientado pela
Dra. Vânia Fernandes e apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Setembro 2016



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Eu, Sara Raquel Almeida Ferreira, estudante do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, com o nº 2011167860, declaro assumir toda a responsabilidade pelo conteúdo do Relatório de Estágio apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, no âmbito da unidade de Estágio Curricular.

Mais declaro que este é um trabalho original e que toda e qualquer afirmação ou expressão, por mim utilizada, está referenciada na Bibliografia deste Relatório de Estágio, segundo os critérios bibliográficos legalmente estabelecidos, salvaguardando sempre os Direitos de Autor, à exceção das minhas opiniões pessoais.

Coimbra, 7 de setembro de 2016.

(Sara Raquel Almeida Ferreira)

A tutora de estágio,

(Dra. Vânia Fernandes)

AGRADECIMENTOS

Não posso deixar de agradecer a todas as pessoas que, de uma forma ou de outra, me apoiaram, deram força e me acompanharam durante este percurso.

Por isso, deixo um sincero agradecimento,

À Dra. Mónica Couto, por me ter dado a oportunidade de efetuar o estágio curricular na Farmácia Pinto de Campos e por toda a disponibilidade que desde o início me mostrou.

Ao Dr. Graciano Couto, D. Dulce Couto e Dr. Gustavo Couto pelas palavras de incentivo, boa disposição constante e enorme generosidade.

À Dra. Vânia Fernandes, pela orientação e transmissão de conhecimentos, pela paciência, serenidade, boa vontade e empatia que sempre revelou para comigo.

A toda a restante equipa da Farmácia Pinto de Campos pela excelente disposição, pela prontidão em ajudar, em tirar todas as minhas dúvidas e por me fazerem sentir em casa: Dra. Isabel Ferreira, Dra. Marlene Assunção, Dra. Ana Catarina Rodrigues, Dra. Ana Maria Pinto, Dra. Joana Pousa, Dra. Ana Margarida Nunes, Dra. Joana Branquinho, Dr. Filipe Gonçalves, Dra. Maria Coelho, Dr. Hugo, Sr. João Gomes, Bárbara Mouro e Carla Loureiro. Muito obrigada, por tudo.

Às minhas amigas e colegas de estágio, Leonor Quintal e Alexandra Santos pelo espírito de equipa, entreaduda e pelos bons momentos partilhados.

A todos os meus amigos que, desde início, participaram e complementaram o meu percurso enquanto estudante e fizeram sempre parte do meu crescimento enquanto pessoa. Levo daqui amizades para a vida.

Aos meus pais e à minha irmã Mónica, por estarem sempre presentes e me apoiarem incondicionalmente.

Ao meu namorado Sérgio, pela constante e alegre presença, carinho, auxílio e motivação, apoiando-me sempre nos momentos de maior dificuldade.

Índice

Abreviaturas	5
Introdução	6
Contextualização da Farmácia Pinto de Campos	7
A equipa da Farmácia Pinto de Campos	8
Análise SWOT	9
PONTOS FORTES	10
1. Elevado número de Farmacêuticos.....	10
2. Instalações e Localização da Farmácia.....	10
3. Equipa Técnica de Excelência (Ambiente de Trabalho, Plano de Estágio e Pró-atividade).....	12
4. Serviço especializado de Dermocosmética.....	14
5. Formação contínua.....	14
6. Preparação de Medicamentos Manipulados.....	15
7. Atendimento ao público e aconselhamento farmacêutico.....	16
8. Receita eletrónica.....	17
9. Produtos de Marca original (“Ozam”).....	18
10. Formação académica – Unidades Curriculares.....	19
PONTOS FRACOS	19
OPORTUNIDADES	20
AMEAÇAS	21
CASOS CLÍNICOS	24
Conclusão	27
Bibliografia	29
ANEXOS	30

Abreviaturas

MICF – Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas

MSRM – Medicamento sujeito a receita médica

MNSRM – Medicamento não sujeito a receita médica

PVP – Preço de venda ao público

RAM – Reação adversa a medicamento

CE – Contraceção de emergência

Introdução

O estágio curricular em Farmácia Comunitária constitui uma obrigatoriedade legal que obedece aos Critérios definidos nas Normas Orientadoras do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas (MICF), integrando a última etapa a ultrapassar para a conclusão da formação académica do futuro Farmacêutico, sendo também o primeiro grande contacto com o mercado de trabalho desta que constitui uma das principais áreas dentro do vasto sector farmacêutico. Reveste-se de uma elevadíssima importância no sentido de proporcionar uma excelente oportunidade para a consolidação dos conhecimentos que foram adquiridos ao longo de 5 anos de formação teórica e prática, dado que é um período de aprendizagem intensiva e de contacto com uma realidade que exige do farmacêutico, como especialista do medicamento e agente de saúde pública, constante concentração, empenho e atualização de conhecimentos para os poder transmitir diariamente à sociedade, denotando-se aqui o papel único do farmacêutico como o profissional de saúde na primeira linha de contacto com os problemas da população geral.

De forma gradualmente crescente, a Farmácia Comunitária exige dinamização na forma de atividades que demonstrem o valor da profissão farmacêutica na promoção da saúde e bem-estar ao invés da ideia de um espaço unicamente destinado à dispensa de medicamentos. É assim diariamente exigido ao Farmacêutico, a adoção de uma atitude pró-ativa, de autonomia, de independência e iniciativa, oferecendo alternativas em termos de serviços que antes não existiam. Nesse sentido, a Farmácia Pinto de Campos ultrapassa todas as expectativas. Uma farmácia de excelência com qualidades infindáveis, desde o surpreendente espírito de equipa, uma organização fantástica, grande dinamismo e reconhecimento junto do público que me mostrou ao longo de todo o período de Estágio que realmente não poderia ter escolhido melhor entidade.

Este relatório adota a forma de análise SWOT (do inglês: *Strengths, Weaknesses, Opportunities and Threats*), uma ferramenta de análise que permite identificar os pontos fortes e fracos, as oportunidades e as ameaças, realçando, de um ponto de vista crítico e principalmente pessoal, a dinâmica e funcionamento da Farmácia Comunitária consoante as circunstâncias que foram surgindo, avaliando assim a transição do conhecimento teórico adquirido para o que é exigido na prática profissional diária.

Contextualização da Farmácia Pinto de Campos

A Farmácia Pinto de Campos encontra-se no Piso 0 do Palácio de Gelo Shopping, situado em Ranhados, Viseu. Estando enquadrada num centro comercial que se encontra inserido numa grande zona habitacional, escolar e também bastante próxima do Hospital São Teotónio e Hospital Cuf, apresenta uma localização privilegiada contando com grande afluência de utentes. Esta afluência é também justificada pelo horário de funcionamento alargado (aberta todos os dias, das 09:00h às 23:00h, incluindo feriados). Não obstante, realiza periodicamente serviço permanente, permitindo uma resposta constante durante 24h a qualquer situação de emergência, de acordo com o descrito no Decreto-Lei n.º 7/2011, de 10 de janeiro. A Farmácia conta com 18 profissionais de saúde jovens, dinâmicos e extremamente versáteis, capazes de se adaptarem a qualquer situação e ajudar a resolvê-la do modo mais favorável possível, com um profissionalismo de excelência. A responsabilidade da direção técnica cabe à Dr.ª Mónica Couto.



Fig. 1 Entrada e montra da Farmácia Pinto de Campos

A equipa da Farmácia Pinto de Campos



DIREÇÃO TÉCNICA
SÓCIO/GERENTE
DR.ª MÓNICA COUTO



SÓCIO/GERENTE
DR. GRACIANO COUTO



SÓCIO/GERENTE
DR.ª DULCE COUTO



SÓCIO
DR. GUSTAVO COUTO



FARMACÊUTICA
DR.ª ISABEL FERREIRA



FARMACÊUTICA
DR.ª MARLENE ASSUNÇÃO



FARMACÊUTICA
DR.ª ANA CATARINA
RODRIGUES



FARMACÊUTICA
DR.ª VÂNIA FERNANDES



FARMACÊUTICA
DR.ª ANA MARIA PINTO



TÉC. FARMÁCIA
DR. HUGO OLIVEIRA



TÉC. FARMÁCIA
DR.ª ANA MARGARIDA
NUNES



TÉC. FARMÁCIA
DR.ª JOANA
BRANQUINHO



TÉC. FARMÁCIA
SR. JOÃO GOMES



TÉC. FARMÁCIA
DR.ª MARIA
COELHO



TÉC. FARMÁCIA
DR. FILIPE
GONÇALVES



TÉC. FARMÁCIA
DR.ª JOANA
POUSA



DERMOCOSMÉTICA
BÁRBARA MOURO



DERMOCOSMÉTICA
CARLA LOUREIRO

É de destacar que, para além da cedência de medicamentos, sujeitos ou não a receita médica, a Farmácia Pinto de Campos é, também, muito procurada por outros produtos de saúde, citando-se a título de exemplo, suplementos alimentares, dispositivos médicos, produtos de puericultura, veterinária e principalmente os produtos de Dermocosmética, daí a necessidade de existirem duas profissionais especialistas dessa mesma área, proporcionando um atendimento personalizado a cada tipo de cliente com o maior profissionalismo e simpatia. Fornece também serviços de medição de parâmetros fisiológicos e bioquímicos (nomeadamente medição da tensão arterial e pulso, peso, glicémia, colesterol total), cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e administração de vacinas e injetáveis. Participa também na recolha de medicamentos fora de uso em colaboração com a VALORMED.

Análise SWOT

Este relatório baseia-se na avaliação de duas dimensões como supracitado, encontrando-se focalizado na abordagem destas dimensões de uma forma pessoal e crítica relativamente aos aspetos positivos e negativos do meu estágio, assumindo como objeto de estudo interno a minha opinião enquanto estagiária e a relação entre a minha formação teórica e a sua aplicação durante a prática profissional e como objeto de estudo externo o estágio em farmácia comunitária, compreendendo as oportunidades que a farmácia me concedeu e as ameaças que foram surgindo.

Dimensão Interna	
Pontos Fortes (Strengths)	Pontos Fracos (Weaknesses)
<ul style="list-style-type: none"> - Elevado nº de farmacêuticos - Instalações e localização da farmácia - Equipa Técnica de excelência (Ambiente de trabalho, Plano de Estágio e Pró-atividade) - Serviço especializado de Dermocosmética - Formação contínua - Preparação de Medicamentos Manipulados - Atendimento ao público e aconselhamento farmacêutico - Receita Eletrónica - Produtos de Marca Original (“Ozam”) - Formação académica (unidades curriculares) 	<ul style="list-style-type: none"> - Plano de Estudos do MICEF

Dimensão externa	
Oportunidades (Opportunities)	Ameaças (Threats)
- Horário de Funcionamento alargado	- Venda de MNSRM nas superfícies comerciais e parafarmácias
- Integração, adaptação e independência profissional e pessoal	- Medicamentos Homeopáticos
- Contacto com população diversificada	- Impacto da conjuntura económica atual para o desempenho da farmácia comunitária
- Oferta de emprego	

PONTOS FORTES

1. Elevado número de Farmacêuticos

A Farmácia Pinto de Campos conta com seis Farmacêuticos que todos os dias se encontram disponíveis para um atendimento personalizado e uma intervenção profissional e eficaz no sentido de promover o uso racional do medicamento. É de destacar a importância do Farmacêutico na sociedade como profissional de Saúde apto para qualquer esclarecimento e aconselhamento, desde as interações medicamentosas, contraindicações e reações adversas à seleção do fármaco mais adequado.

2. Instalações e Localização da Farmácia

A Farmácia encontra-se localizada numa grande superfície comercial (Palácio do Gelo), perto de uma zona habitacional, de várias Clínicas com diversas especialidades e também apresenta grande proximidade aos dois hospitais de Viseu: o Hospital de São Teotónio e o Hospital da Cuf, que foi inaugurado recentemente. É sem dúvida uma localização estratégica e privilegiada que torna a farmácia uma das mais conhecidas da cidade de Viseu e arredores e lhe proporciona uma elevada afluência e heterogeneidade de utentes. Toda essa popularidade obriga também a que todos os colaboradores permaneçam em constante renovação de conhecimentos em todas as áreas do sector farmacêutico para que possam sempre responder às necessidades dos utentes de uma forma rápida, discreta, eficaz e profissional.

As instalações de uma farmácia e a forma como estão expostos os produtos são de extrema importância para fornecer ao utente um primeiro contacto com a farmácia e, de uma forma estratégica, chamar a sua atenção para os produtos existentes, contribuindo assim para um aumento das vendas. Existe na farmácia uma divisão para as instalações sanitárias, um gabinete para a diretora técnica, um laboratório de preparação de medicamentos manipulados, um lugar de receção e conferência de encomendas, um armazém com o stock existente de

medicamentos e outros produtos, um espaço principal de atendimento ao público com 6 balcões de atendimento e com os diversos lineares e gôndolas onde se encontram expostos todos os produtos de forma estratégica, um postigo de atendimento noturno e um gabinete de atendimento personalizado.



Fig.2 Espaço destinado ao atendimento ao público

3. Equipa Técnica de Excelência (Ambiente de Trabalho, Plano de Estágio e Pró-atividade)

Os colaboradores da Farmácia Pinto de Campos, em conjunto, formam uma equipa versátil, dinâmica, organizada e crucial para assegurar o bom funcionamento da farmácia no seu todo, desde a logística de gestão de *stocks*, validades, controlo de temperaturas e informação individual de cada produto, ao procedimento de encomendas diretas, contacto com fornecedores e também encomendas aos principais armazenistas com quem trabalham. Individualmente, são profissionais de excelência onde o conhecimento, a simpatia, a disponibilidade e o gosto pelo que fazem é transparente no atendimento e aconselhamento. Desde o início do meu percurso como estagiária que todos se mostraram disponíveis para me ajudar, me ensinar e me apoiar incondicionalmente, tornando a minha integração no seio da equipa um processo simples e extremamente amistoso. Todos, sem exceção, se mostraram prontamente disponíveis no esclarecimento de dúvidas e na resolução de problemas. Foram-me incutidos diversos aspetos que se tornaram fundamentais na minha evolução profissional, como a responsabilização pelos meus erros, a capacidade de continuamente estruturar de forma lógica um raciocínio que me permitisse ir de encontro à resolução das questões dos utentes, agir com tranquilidade e estabelecer um diálogo com o utente de forma concreta e objetiva. Também me ajudaram muito a lidar com a ansiedade e o nervosismo natural de que todos os estagiários são alvo quando não sabem como fazer ou reagir a determinadas situações.

Algo que me surpreendeu bastante foi o ambiente de trabalho entre todos, o bom relacionamento com os patrões, o espírito de alegria e boa disposição constante que rapidamente me transmitiram.

Pude contar com um plano de estágio bem definido desde o início, onde comecei pela arrumação dos medicamentos e contextualização com os locais estipulados para o seu armazenamento, receção e conferência de encomendas, observação ao balcão e medição de parâmetros bioquímicos e fisiológicos, preparação de medicamentos manipulados, conferência de receituário e por fim atendimento ao público. Durante a conferência do receituário, para além de estudar os organismos de comparticipação, as normas relativas à receita com e sem papel e verificar os parâmetros corretos para a validação da receita (dosagem, forma farmacêutica, tamanho de embalagem, número de embalagens por receita, validade, assinatura do médico, organismo de comparticipação), tive também a função de, olhando para os medicamentos prescritos, interpretar e perceber qual a patologia subjacente.

O sistema informático utilizado pela Farmácia Pinto de Campos é o “Sifarma 2000”, desenvolvido pela Associação Nacional das Farmácias (ANF). O Sifarma é bastante prático em vários aspetos e de fácil utilização. A disponibilização de informação científica é uma das mais úteis possibilidades do Sifarma, visto que permite proceder ao esclarecimento de dúvidas pontuais relativas a medicamentos sujeitos a receita médica (MSRM), medicamentos não sujeitos a receita médica (MNSRM) e outros produtos de saúde. A observação ao balcão foi muito importante pois permitiu a minha adaptação ao sistema, que já conhecia anteriormente devido a um estágio de verão que realizei no 2º ano do MICF e a uma formação introdutória ao sistema realizada pela Faculdade de Farmácia no 1º semestre do 5º ano, mas que não sabia utilizar devidamente. Após observação do aconselhamento ao balcão durante algumas semanas, comecei a realizar os atendimentos de forma individual, contando sempre com a equipa para me ajudar a contornar qualquer obstáculo e esclarecer qualquer dúvida.

Durante este percurso toda a equipa me lançou desafios diariamente e todas as semanas aprofundava os meus conhecimentos numa área diferente da farmacologia, o que me permitiu conhecer várias abordagens possíveis para com o utente e assim realizar um aconselhamento adequado e personalizado consoante a patologia.

Todos os anos a farmácia realiza diversas atividades de forma a promover a saúde e bem-estar perante a sociedade. Tive a oportunidade de participar no rastreio para avaliação do risco cardiovascular, programa que marcou o mês de maio como mês do coração. Centenas de pessoas foram avaliadas durante o dia e muitas tiveram a oportunidade de aprender com o Dr. Pedro Monteiro, cardiologista dos Hospitais da Universidade de Coimbra, que proporcionou uma palestra excelente sobre as patologias mais comuns na atualidade tais como Hipercolesterolemia, Diabetes Mellitus e Hipertensão arterial e os cuidados necessários para o seu controlo.

Outro evento que marcou o meu percurso nesta farmácia foi a “IV Caminhada – Indo eu, indo eu...”, uma atividade realizada todos os anos e que promove o exercício físico como um fator crucial para uma vida saudável. Este ano contamos com cerca de 300 pessoas das mais diversas faixas etárias para caminhar connosco, número que marcou o sucesso deste evento.

Tudo isto mostra o dinamismo, a energia e dedicação de toda a equipa, que todos os dias trabalha para manter o bom nome da Farmácia Pinto de Campos e que me recebeu prontamente com profissionalismo mas também amizade.

4. Serviço especializado de Dermocosmética

A área da Dermocosmética é uma das mais procuradas pelos clientes e das que mais contribui a nível de faturação. Surge, daí, a necessidade da existência de profissionais exclusivos para esta vasta área. A farmácia colabora com várias marcas, desde a Galénic[®], Filorga[®], Bioderma[®], Uriage[®], Avene[®], Caudalíe[®], La Roche-Posay[®], Vichy[®], Lierac[®], Isdin[®], A-derma[®], Elancyl[®], entre outras, especializadas nos diferentes tipos de cuidados de saúde e beleza da pele, desde o cuidado básico de limpeza e hidratação até ao anti-envelhecimento, consoante o tipo de pele. A nível de cuidados capilares específicos a farmácia trabalha com marcas como a Phyto[®], Rene[®] Furterer, Klorane[®] e Vichy[®]. Posta a heterogeneidade de produtos e tratamentos específicos, considero a existência de duas especialistas nesta área um enorme ponto forte para a farmácia pois permite um atendimento próximo com o cliente e personalizado consoante as suas necessidades. Tive a oportunidade de ser orientada nesta área pelas duas especialistas, o que foi uma mais-valia para mim pois, inicialmente, não conhecia os produtos existentes na farmácia nem a sua função, tinha apenas uma noção de alguns deles. Com o decorrer do tempo, a dermocosmética mostrou ser para mim uma área muito mais completa e heterogénea do que alguma vez pensei, tornando-se numa das áreas que mais interesse me suscita e que hoje, a nível de aconselhamento, me sinto completamente à vontade.

5. Formação contínua

A coerência entre a formação universitária adquirida e o exercício profissional, aliada à formação contínua permanente, estatutariamente definida pelo Estatuto da Ordem dos Farmacêuticos, constituem a qualidade no desempenho e os alicerces da profissão farmacêutica. Com o avanço da investigação científica bem como a constante inovação e criação de novas abordagens terapêuticas, é fundamental a permanente renovação de conhecimentos para que se possa dar uma resposta atual, correta e fidedigna aos utentes que, cada vez mais informados, se tornam também mais rigorosos no serviço que lhes é prestado. Tive a oportunidade de assistir a duas formações fora da farmácia, uma da Generis[®] Farmacêutica, atualmente uma das empresas farmacêuticas com maior notoriedade em Portugal, onde foi discutido o estado atual da empresa na relação com a farmácia comunitária e perspetivas futuras, e outra da ISDIN[®], onde foi apresentada uma nova linha de bucodentários e também de produtos de proteção solar. Dentro da farmácia assisti a formações da Galénic[®], LIERAC[®] e Bioderma[®] onde, para além da apresentação dos seus novos produtos, me foi explicada toda a linha de cosmética e também os produtos normalmente prescritos por dermatologistas.

Em conjunto com outra colega estagiária, realizámos um folheto informativo acerca dos produtos Jointcare[®], o que nos permitiu aprofundar o nosso conhecimento a nível de problemas ósseos e musculares, avaliar diversos tipos de tratamentos disponíveis e aplicar esses conhecimentos no aconselhamento farmacêutico ao balcão (**ANEXO I**).

6. Preparação de Medicamentos Manipulados

Considera-se que um Medicamento Manipulado é *qualquer fórmula magistral ou preparado oficial preparado e dispensado sob a responsabilidade de um farmacêutico, em que uma Fórmula magistral é um medicamento preparado em farmácia de oficina ou nos serviços farmacêuticos hospitalares segundo receita que especifica o doente a quem o medicamento se destina, enquanto um Preparado oficial é qualquer medicamento preparado segundo as indicações compendiais, de uma farmacopeia ou de um formulário, em farmácia de oficina ou nos serviços farmacêuticos hospitalares, destinado a ser dispensado diretamente aos doentes assistidos por essa farmácia ou serviço*. A Portaria n.º 594/2004, de 2 de junho aprova as boas práticas a observar na preparação de medicamentos manipulados em farmácia de oficina e hospitalares, quais representam um conjunto de medidas cujo objetivo é assegurar a qualidade através da criação de padrões de qualidade apropriados para o uso pretendido e requerido na prescrição.

A preparação de Medicamentos Manipulados é uma forma de personalização e adaptação da terapêutica a um doente em especial, ajudando a resolver algumas situações de necessidade de uma forma farmacêutica alternativa ou associação de substâncias não disponível no mercado, ou mesmo a adaptação para uso pediátrico de um medicamento cuja forma farmacêutica e/ou dose não seja adequada, e ainda casos em que as condições de administração ou de farmacocinética se encontrem alteradas e, portanto, é realizada segundo as características individuais de cada doente (Barbosa C.M, 2009). Durante o meu estágio tive a oportunidade de observar e participar na preparação de alguns manipulados como, por exemplo, suspensão oral de trimetoprim a 1% (**ANEXO II**).

A Portaria n.º 769/2004 de 1 de julho estabelece que o cálculo do preço de venda ao público (PVP) dos medicamentos manipulados por parte das farmácias é efetuado com base no valor dos honorários da preparação, no valor das matérias-primas e no valor dos materiais de embalagem segundo a fórmula:

$$\text{PVP} = (\text{VALOR DOS HONORÁRIOS} + \text{VALOR DAS MATÉRIAS-PRIMAS} + \text{VALOR DA EMBALAGEM}) \times 1,3 + \text{IVA (6\%)}$$

O cálculo do valor dos honorários é feito recorrendo a um fator F, de valor fixo e definido anualmente, que é multiplicado em função da fórmula farmacêutica e da quantidade preparada. Os valores das matérias-primas e dos materiais de embalagem são determinados

consoante o respetivo valor de aquisição. Ao longo do estágio tive também a oportunidade de realizar preparações extemporâneas de antibióticos para uso pediátrico, reconstituindo a preparação com a quantidade de água necessária. O reforço do “agitar sempre antes de utilizar” na dispensa destes medicamentos foi uma constante, dado tratarem-se de suspensões. Estas têm uma estabilidade reduzida e destinam-se a serem utilizadas num curto período de tempo, dado o facto de serem preparações aquosas e por isso terem um maior risco de degradação e possibilidade de contaminação. Assim, considero a preparação de medicamentos manipulados como um serviço crucial na resposta às necessidades especiais dos utentes e um importante ponto forte do meu estágio pois consegui lembrar algumas das técnicas de preparação e manipulação que há muito não executava, as matérias-primas necessárias para a manipulação e também perceber a forma como é feito o cálculo do PVP destas preparações.

7. Atendimento ao público e aconselhamento farmacêutico

O exercício da atividade farmacêutica tem como objetivo essencial a pessoa do doente. Quer como profissional liberal quer como trabalhador por conta de outrem, o farmacêutico exerce as suas funções com inteira autonomia técnica e científica. Por este motivo, e porque o Farmacêutico não é meramente um técnico do medicamento mas sim um agente de saúde pública, deve ter sempre presente o elevado grau de responsabilidade dos seus atos, assim como exercer a sua profissão com a maior diligência, zelo e competência e deve contribuir para a realização dos objetivos da política da saúde. Deve colocar o utente à frente dos seus interesses pessoais e comerciais e promover o direito de acesso a um tratamento com qualidade, eficácia e segurança.

Cada atendimento ao balcão é um momento único, em que é necessário saber moldar a nossa atitude ao tipo de utente com quem estamos a lidar. No balcão, pode aparecer de tudo: utentes bem-dispostos, simpáticos, intolerantes, irritados, stressados, apressados, idosos, com dificuldades de perceção. É função do Farmacêutico transmitir disponibilidade e interesse em auxiliar o utente, promovendo sempre uma correta aderência à terapêutica, assim como assegurar o uso racional e seguro dos medicamentos e, para além das suas competências na área da saúde, desenvolver competências sociais, onde a postura e a forma de comunicação (clara, compreensível, objetiva) assumem um lugar de importância extrema perante cada situação. É muito importante criar empatia com o utente, de modo a que ele se sinta à vontade para expor as suas dúvidas e problemas. Não é apenas fundamental ao utente compreender o farmacêutico, mas também ao farmacêutico compreender o utente. Algumas pessoas têm dificuldade em exprimir-se de uma forma clara, dificultando o entendimento por parte do profissional. Esta foi sem dúvida uma das barreiras mais visíveis para mim durante o

estágio, e que, com a experiência, fui ultrapassando rapidamente. A gestão de conflitos é, também, um requisito para o sucesso da interação Farmacêutico-Utente. Devemos sempre colocar-nos na posição deste e tentar compreender a situação, mas também fazendo-o entender quando a sua atitude não é correta e coerente. Por isso considero que cada atendimento é importante, de carácter educativo e contributivo para a minha formação profissional, desde o dispensar de um simples *Ben-U-Ron*[®] ou *Minigeste*[®], aos atendimentos onde era necessário aviar receitas de maior complexidade e esclarecer dúvidas aos utentes, ou simplesmente esclarecer o utente de como tomar um medicamento.

O Farmacêutico é o profissional de saúde mais acessível aos utentes, e muitas vezes é a ele que são pedidas opiniões, conselhos e os primeiros a ouvir as queixas dos utentes. É neste sentido que é necessário ser vigilante e desconfiado e, dada a terapêutica instituída, estar atento a possíveis Reações Adversas a Medicamentos (RAM).

Apesar de algumas situações menos boas, considero muito gratificante o contacto com os utentes, principalmente quando, ao finalizar o atendimento, recebemos um “obrigada pela atenção e simpatia” ou mesmo apenas um sorriso. Lembro-me de um utente me dizer que, para ele, só existe uma farmácia em Viseu, a Farmácia Pinto de Campos onde, citando as suas palavras, “todos, sem exceção, são de uma enorme simpatia no atendimento, extremamente profissionais e é isso que me faz vir sempre aqui. Não vou a mais nenhuma.” Assim, considero o aconselhamento farmacêutico o ponto forte de maior relevo e com maior impacto efetivo durante todo o meu estágio pois, para mim, constitui o aspeto mais importante de diferenciação do Farmacêutico perante todos os outros profissionais de saúde.

8. Receita eletrónica

A receita eletrónica surge de uma forma inovadora, prática e sustentável com enormes benefícios para a farmácia comunitária no sentido de minimização de erros a nível da dispensa de medicamentos, visto que, a deteção a nível informático impede a dispensa de medicamentos errados e também minimiza falhas a nível de participação. A conferência do receituário torna-se muito mais fácil e rápida. No entanto, para alguns utentes, este novo sistema com guias de tratamento em papel e o envio dos códigos de acesso à receita por mensagem de texto para telemóvel (receita sem papel), torna-se confuso e de difícil habituação. Também aqui se consagram as funções do farmacêutico no sentido de prestar o devido esclarecimento acerca do funcionamento deste sistema e das vantagens que traz não só para a farmácia mas também para o utente.

9. Produtos de Marca original (“Ozam[®]”)

A Farmácia Pinto de Campos criou uma linha de suplementos alimentares que, sendo mais abrangente, possibilita dar resposta a diversos tipos de necessidades. Desde o momento da sua criação que os produtos “Ozam” possuem elevada compra por parte dos utentes e se tornaram mais um fator de sucesso para a farmácia. Durante o meu estágio tive a oportunidade de aconselhar diversos destes produtos e perceber a quantidade de utentes que já os utilizam regularmente. O produto **memOzam[®]**, com componentes como o magnésio, vitamina B2, B6, B12 e vitamina C, contribui



Fig.3 Produtos da linha “Ozam”.

para a redução do cansaço e fadiga e atua também reforçando a concentração e memória. O produto **ginkgOzam[®]** contribui para manter a vitalidade mental devido à ação vasodilatadora da planta Ginkgo Biloba, que estimula a circulação no cérebro, ouvidos e outras partes do corpo. Sendo um poderoso antioxidante, protege as células nervosas do stress oxidativo. O **magnOzam[®]** que, como o próprio nome indica, possui magnésio como componente principal, trazendo benefícios a nível da contração muscular, diminuição do risco de doença coronária, manutenção de uma densidade óssea adequada, regulação dos níveis de açúcar e manutenção da saúde mental e nervosa. O **geleiarealOzam[®]**, onde a geleia real contribui para melhorar os estados de fraqueza geral, stress e cansaço mostrando benefícios para a pele, unhas e cabelo, sendo também utilizado em casos de deficiência dietética. A nível de emagrecimento, os produtos **desportOzam[®]** como complemento à prática de exercício físico intenso, contribuem para combater os depósitos de gordura no organismo aumentando os níveis de energia e força muscular e os produtos **magrOzam[®]** e **c.l.a.Ozam[®]** que contribuem para o emagrecimento eliminando gorduras e facilitando a drenagem. O produto **lecitinOzam[®]** intervém no controlo do colesterol, nos sintomas da menopausa e contribui para o bom funcionamento do sistema nervoso graças à presença de colina, uma hormona importante presente na lecitina de soja. Por fim, o produto **glucOzam[®]** que contém glucosamina e condroitina, fundamentais para evitar o desgaste da cartilagem das articulações controlando a inflamação e dores.

10. Formação académica – Unidades Curriculares

É de notar o vasto Plano Curricular do MICF que me deu a oportunidade de enriquecer conhecimentos nas várias áreas da saúde e que adequadamente me preparou para o futuro profissional. A unidade curricular de Intervenção Farmacêutica e Auto-Cuidados de saúde proporcionou-me uma preparação fundamental no aconselhamento farmacêutico em patologias respiratórias, digestivas e de diagnóstico de afeções dermatológicas. A Fitoterapia foi também muito importante no aconselhamento de suplementos alimentares à base de plantas, sendo mais frequente a dispensa de suplementos à base de Arando Vermelho como complemento ao tratamento de infeções urinárias e mesmo na sua prevenção. Quero destacar as unidades curriculares de Farmacologia I e II que me proporcionaram os conhecimentos fundamentais respeitantes à indicação farmacêutica, mecanismo de ação, contraindicações e efeitos secundários que foram consolidados durante este estágio e que, durante o atendimento, me permitiram detetar diversas situações de causa-efeito e também responder e esclarecer a maior parte das dúvidas dos utentes.

PONTOS FRACOS

Apesar do vasto plano curricular do MICF, durante o curso senti que ao longo do ano a carga de trabalho era relativamente diminuta e, chegada a altura dos exames, a sobrecarga era imensa. O 5º ano está, na minha opinião, exagerado a nível de unidades curriculares, onde aquelas que deveriam ser obrigatórias são opcionais (a título de exemplo, a Avaliação Farmacoterapêutica em Cuidados Primários de Saúde), e outras que, outrora individuais, se encontram fundidas resultante do novo plano curricular, como é o caso de Intervenção Farmacêutica nos Auto-Cuidados de Saúde e Fitoterapia, o que fez com que fosse reduzido o tempo letivo para cada uma delas e que, assuntos tão importantes como perturbações a nível oftálmico, do ouvido, da boca e puericultura não fossem abordados. Estas são áreas sensíveis contudo, frequentemente procuradas pelos utentes, pelo que devemos estar permanentemente atualizados e a par dos produtos existentes e do seu respetivo aconselhamento.

Relativamente à unidade curricular de Dermofarmácia e Cosmética, denoto na mesma uma vertente tecnológica exagerada e reduzido aconselhamento farmacêutico neste setor. Inicialmente, dada a existência de imensos produtos no mercado, a carência de informação acerca dos mesmos era elevada, pelo que esta unidade curricular deveria ser reformulada e direcionada um pouco mais neste sentido. Aqui, as formações promovidas pelo NEF/AAC

ajudaram um pouco mais na perceção dos diferentes produtos adequados aos diferentes tipos de pele e a sua forma de utilização.

O contacto prévio com o mercado de trabalho é algo que falha neste plano curricular. Penso que, para além de autonomamente procurarmos estágios de verão de forma a nos enriquecer numa constante atualização de conhecimentos, deveríamos ter mais estágios de carácter obrigatório em cada ano letivo, de modo a nos proporcionar uma experiência profissional em todas as áreas do sector farmacêutico e uma melhor preparação para o estágio curricular.

OPORTUNIDADES

Como acima referido, a Farmácia Pinto de Campos encontra-se aberta todos os dias das 09:00h às 23:00h incluindo domingos e feriados, o que constitui uma vantagem enorme para a farmácia a nível lucrativo visto que fins-de-semana e feriados são os dias de maior movimento com elevada prevalência de turistas, estrangeiros e outros utentes que para além de medicamentos procuram principalmente produtos de Dermocosmética e Puericultura. O horário de funcionamento é dividido em dois turnos, sendo o primeiro das 09:00h às 16:00h e o segundo das 16:00h às 23:00h, onde cada equipa pertence a um turno específico que troca de horário de semana a semana. Este horário revelou ser para mim uma enorme oportunidade, uma vez que durante o meu período de estágio trabalhei a maior parte dos Sábados e tive a oportunidade de contactar com uma população imensamente diversificada e de todas as faixas etárias, o que me proporcionou constantes desafios em todas as áreas de aconselhamento farmacêutico e me permitiu aprender e gerir diariamente situações diferentes.

As oportunidades e desafios que surgiram diariamente, muito devido ao facto de a farmácia estar bem localizada e ter uma enorme afluência de utentes, permitiram que eu crescesse não só numa perspetiva profissional mas também a nível pessoal, pois desenvolvi a minha capacidade de comunicação, tornei-me numa pessoa muito mais dinâmica, confiante e independente em todos os sentidos, sempre com vontade de aprender cada vez mais.

Relativamente à oferta de emprego, com a elevada formação de Mestres em Ciências Farmacêuticas anualmente e a crescente dificuldade a nível económico dentro deste sector profissional, a procura de farmacêuticos torna-se cada vez menor, optando-se frequentemente pelos técnicos de farmácia que, na minha opinião, para além de uma formação prática superior a nível de farmácia comunitária são também menos remunerados. No entanto, a qualidade do meu estágio permitiu-me destaque e, deste modo, a obtenção de uma proposta laboral após final do estágio, o que para mim constitui uma oportunidade enorme e incutiu um sentimento

de ânsia em ser parte integrante do círculo laboral, podendo assim provar que todo o esforço de 5 anos de árduo trabalho será recompensado condignamente.

AMEAÇAS

- **Venda de Medicamentos não sujeitos a receita médica (MNSRM) nas superfícies comerciais e parafarmácias**

Uma das grandes ameaças, não só à Farmácia Comunitária como também à profissão Farmacêutica em si, é a venda de MNSRM noutros estabelecimentos que não a Farmácia Comunitária. Extrema indignação senti, quando um dia me dirigi a um supermercado e me deparei com um espaço destinado à venda de MNSRM. A forma como se torna banal a dispensa destes medicamentos ao público é sem dúvida o ridicularizar do ato farmacêutico no seu todo, como especialista do medicamento e agente de saúde pública que durante todo o seu percurso académico e profissional se manteve em constante formação para poder responder de forma coerente e fidedigna a todas as necessidades da população e não simplesmente vender um determinado produto que se sabe ter determinada ação terapêutica sem a mínima preocupação acerca do estado de saúde do utente ou o mínimo aconselhamento na venda. As farmácias abertas ao público garantem, através do desempenho profissional do farmacêutico, legalmente habilitado, a eficácia e a qualidade da distribuição de medicamentos para uso humano e veterinário e estão inseridas em sociedade com um papel cada vez mais notório na adesão à terapêutica e na prevenção das reações adversas resultantes da polimedicação, fatores que não são assegurados aquando a sua venda neste tipo de estabelecimentos.

- **Medicamentos Homeopáticos**

Confundindo-se de modo extremamente frequente com a medicina tradicional chinesa, a recém-surgida terapia homeopática preconiza, contrariamente à implementada, bem estruturada e cientificamente apoiada terapia alopática, a utilização de medicamentos em cuja sua formulação se tenha por base extratos vegetais sujeitos a posteriores (e quase infindáveis) números de diluições. Após estes procedimentos - que produzem menos que uma molécula de qualquer substância ativa em solução – obtêm-se soluções cujas moléculas de água que as constituem retêm (segundo os eruditos nesta particular matéria) “memória” da mesma substância com supostas propriedades medicinais.

Constituiu-se assim um mercado em ascensão notável que ilustra aos cidadãos uma vertente completamente distinta da até então utilizada pela medicina moderna: a medicina do Sara Raquel Almeida Ferreira

natural, do produto “sem químicos”, do xarope doce que tudo cura e que a todos vale. Após inúmeros feitos no campo da biologia e da medicina com tremendos esforços concretizados por milhões de seres humanos na área da investigação científica, tentam retornar aos séculos passados a condição de tratamento.

Neste mercado em ascensão deparamo-nos com defensores convictos destas terapias que, em centenas de ensaios clínicos a que já foram submetidas as formulações que a estas dizem respeito, nunca demonstraram efeitos terapêuticos. Contudo, e mesmo após as evidências, os mercados e o comércio farmacêuticos baseiam a sua competitividade na produção destes produtos cujo carácter medicinal é – em jeito de desespero de quem o tenta justificar – “efeito placebo”. Certo está que as substâncias em comercialização se regem por legislação bem definida e que obriga a demonstração do carácter farmacológico, modulador imunológico, metabólico ou ainda com efeito imagiológico das substâncias consoante o pretendido para registo. Assim, e sem aplicação de qualquer uma destas vertentes, encontramos-nos numa circunstância diária em que utentes se direccionam à farmácia e solicitam produtos que têm por base uma carência de informação esmagadoramente marcada, mas que acreditam piamente no seu efeito terapêutico. Tive alguma dificuldade em compreender e aceitar este conceito, mas a verdade é que a farmácia os comercializa e a procura é cada vez maior. No entanto, considero este tipo de produtos uma ameaça a todos aqueles que realmente podem ajudar o utente a resolver o seu problema. Assim, cabe ao farmacêutico dominar este conceito para o aconselhar devidamente e também desaconselhar quando necessário.

- **Impacto da conjuntura económica atual no desempenho da Farmácia Comunitária**

A Farmácia Comunitária consagra-se como um local de prestação de serviços de saúde à comunidade civil. Não obstante, concentra também em si a indubitável característica de estabelecimento comercial. Assim, é certamente influenciável pelas flutuações dos preços dos medicamentos que comercializa enquanto bens de carácter essencial para o seu funcionamento. A atual definição dos mercados nacionais e internacionais farmacêuticos interpõe à faceta do Estado uma necessidade acrescida de regulação das vendas de produtos desta categoria no que respeita à comparticipação pelo mesmo. A diminuição progressiva da entrada de novos fármacos no mercado por um período superior a duas décadas tem paralelamente sido acompanhada por um acréscimo significativo nos medicamentos genéricos em dispensa.

Atendendo a estes aspetos depreende-se que as margens de lucro destes estabelecimentos se encontram em decréscimo veiculando a perdas significativas que despoletam consequencialmente despedimentos, insolvências e contribuindo assim para o aumento do défice económico orçamental português bem como para o incremento da taxa de desemprego. A própria capitação por farmácia e a ausência de controlo oficial (leia-se vistorias) por parte das autoridades regulamentares constitui um fator de extrema importância nos rendimentos destes espaços; a diminuição do PIB *per capita* decresce o poder comercial da população e, assim, induz quebras nos consumos. Por sua vez a falta de adesão à terapêutica por motivos de carência económica traduz-se num ciclo vicioso em que o utente não adquire por não ter capacidade para tal refletindo-se de forma subsequente a incapacidade de atingir os resultados terapêuticos adequados, podendo estes inúmeras vezes serem agravados e, assim, recorrendo os utentes ao Serviço Nacional de Saúde (por forma maioritária) estabelece-se um conjunto de despesas impróprias, indevidas e formalmente injustificadas que, num conjunto de uma população como a portuguesa, decretam gastos não necessários e que induzem rombos de proporções preocupantes e incapacidades na gestão financeira de uma Nação. Refletem-se assim posteriormente estas inconformidades na capacidade económica dos empregadores e pagadores e, deste modo, na capacidade de compra dos utentes.

Durante o meu estágio deparei-me com três situações: medicamentos que se encontram esgotados, constante mudança de preços e *stock* insuficiente. *Stocks* mínimos são garantidos conforme a rotação de medicamentos e outros produtos de saúde dentro da farmácia. Não obstante, mesmo com uma gestão de *stocks* eficiente, existem sempre saídas imprevisíveis, o que leva a que, por vezes, o *stock* seja insuficiente. Isto implica a criação de uma reserva e compromete o utente a passar mais tarde ou no dia seguinte, aquando da chegada do seu produto. Muitas outras vezes, vários produtos se encontraram esgotados a nível nacional (a título de exemplo, a vacina **Bexsero**[®]), deixando a farmácia sem qualquer previsão de chegada do produto e inúmeros utentes em lista de espera. Outro grande problema que causa algum transtorno, insatisfação e desconfiança da parte dos utentes é a constante mudança de preço dos produtos que, ao se aperceberem que não pagam o mesmo pela medicação habitual, muitas vezes retornam à farmácia exigindo a conferência da fatura, ou mesmo no momento se queixam do diferente valor, obrigando-nos, assim, a explicar o porquê dessa mudança de preço que se encontra fora do nosso alcance.

Surge, assim, a necessidade inolvidável de um compromisso de gestão mais abrangente e mais eficaz das farmácias e que possa suprir os requisitos que se encontram na essência da

sua existência. Cabe aos atuais e futuros profissionais farmacêuticos a constante capacidade de atualização e inovação com vista a dinamizar este setor de tão crucial importância.

CASOS CLÍNICOS

I- Picadas de Insetos

MF, 40 anos, chega à farmácia e queixa-se que foi mordido por mosquitos, estando a zona afetada muito vermelha, quente e inchada. O senhor queixa-se também de muita comichão, tanta que algumas das mordidelas se apresentavam em ferida e pede algo que lhe alivie os sintomas rapidamente. Em conversa o senhor refere que todos os anos lhe acontece a mesma coisa cada vez que vai de férias para a casa de campo. Posto isto, foi aconselhado a colocar a pomada **Pandermil**[®] (Hidrocortisona 10mg/g) 2x por dia (de manhã e à noite) nas zonas afetadas que não se encontravam em ferida, para desinflamar e diminuir a vermelhidão e o inchaço. Aconselhou-se também a toma do anti-histamínico oral **Telfast**[®] (cloridrato de fexofenadina) para alívio dos sintomas da comichão. Nas zonas que se encontravam em ferida, foi aconselhada a aplicação do creme **Avene**[®] **Cicalfate** como reparador, regenerador e potenciador da cicatrização da pele. Como o senhor sabia que isto acontecia principalmente quando se dirigia para a sua casa de campo, foi também aconselhada a utilização do repelente de insetos **Previpiq**[®] **Roll-on** para prevenir que o mesmo volte a acontecer, alertando-o para não colocar o repelente no rosto, evitar o contacto com os olhos e as mucosas e não colocar nas zonas da pele ferida ou irritada.

II- Tratamento e prevenção de infeções urinárias

SL, 28 anos, dirige-se à farmácia para aviar uma receita de Fosfomicina 3000 mg (Monuril[®]), 2 saquetas. Em conversa com a utente, esta revela que as infeções urinárias têm sido muito recorrentes, que não é a primeira vez que toma o antibiótico e que não sabe o que fazer. Como na altura não se lembrou de perguntar ao médico de família medicamentos que possam ajudar na prevenção da ocorrência deste tipo de infeção, recorreu ao aconselhamento farmacêutico. Comecei por referir à utente a importância das medidas não farmacológicas, nomeadamente: beber 1.5L de água ou até mais por dia para ajudar na limpeza das vias urinárias para expulsão da bactéria responsável, diminuindo assim o risco de infeção; ir regularmente à casa de banho, não retendo a urina durante demasiado tempo, limpando-se sempre de frente para trás, ou até mesmo lavando-se, de modo a evitar a entrada de microrganismos nocivos na uretra; urinar após as relações sexuais para, dessa forma, expulsar algumas bactérias que

estejam presentes na uretra; evitar humidade e calor usando roupa íntima cómoda que favoreça a evaporação e a transpiração e utilizar produtos de higiene íntima específicos que respeitem a flora vaginal. Posto isto, dispensei o antibiótico prescrito à utente (**Monuril**[®]) alertando para a sua posologia (2 saquetas, 1 por dia à mesma hora. Dissolver 1 saqueta em meio copo de água e tomar 1h antes ou 2h depois das refeições para uma melhor absorção) e aconselhei a utente a tomar **Velastisa**[®] **Cistitis** da **ISDIN**, um dispositivo médico à base de proantocianidinas tipo A derivadas do arando vermelho que auxilia na prevenção e tratamento de infeções do trato urinário/cistites. Uma cápsula por dia durante 28 dias é a posologia indicada para a prevenção de recorrências. Aconselhei também uma loção de higiene íntima diária ideal para mucosas sensíveis, a loção **GYN-PHY da Uriage**[®] que limpa em suavidade e garante uma eficácia anti irritações mantendo o equilíbrio da flora íntima.

III- Emagrecimento

JP, 53 anos, dirige-se à farmácia pedindo algo que a ajudasse a emagrecer. Refere também que desde que começou a praticar exercício físico mais intensamente começou a ter dores nos músculos das pernas e nos joelhos, pedindo algo para lhe aliviar os sintomas. Após algumas questões acerca dos seus hábitos alimentares, a senhora acrescentou que sofre de retenção de líquidos e que tem muita celulite, procurando algo que também a ajudasse a resolver este problema. Foi aconselhada a toma do suplemento alimentar **magrOzam**[®] como complemento ao exercício físico para favorecer a eliminação de gorduras e facilitar a drenagem, eliminando também de forma natural as toxinas do organismo. Devem ser tomados 2 comprimidos depois do pequeno-almoço e 2 comprimidos 20 minutos antes do almoço e do jantar, com um copo de água ou chá. Na questão da celulite foi aconselhada a utilização dos produtos da gama **ELLANCYL**[®] **cellu slim**, nomeadamente o cuidado **ACTIV' MASSAGE** de alisamento da pele com ação adelgaçante, drenante e anti-celulite seguido do creme **CELLU SLIM NUIT** como cuidado adelgaçante intensivo de noite com GP4G, uma molécula obtida por Biotecnologia marinha que favorece a ativação celular para estimular o metabolismo durante a noite, aconselhando o método de massagem para melhores resultados. Foi reforçada a importância de manter uma dieta saudável como um dos principais fatores para a perda de peso. Em relação às dores musculares e nos joelhos, foi aconselhado o suplemento alimentar **glucOzam**[®] onde os componentes principais (glucosamina e condroitina) contribuem para evitar o desgaste da cartilagem das articulações controlando a inflamação e dores. Este deve ser tomado 3x ao dia, 1 cápsula antes de cada refeição. A toma de um anti-inflamatório oral foi aconselhada no caso de dor mais intensa nos joelhos.

IV- Efeito secundário a medicamento

AC, 35 anos, diabética, dirige-se à farmácia e solicita um teste de gravidez. Em conversa, a utente revela que pensa estar grávida pois começou a “lactar” dos seios. Após perguntar o tipo de medicação que a utente toma e se recentemente começou a tomar nova medicação, a utente revelou que começou a tomar **SOCIAN**[®] (amissulprida) à relativamente pouco tempo. Este medicamento é um antipsicótico que está indicado no tratamento da distímia e tem como possível efeito secundário o aumento dos níveis de prolactina, o que explica os sintomas da utente. A utente foi esclarecida quanto a essa situação e foi também alertada para a monitorização dos níveis de prolactina regularmente, dado que é uma hormona em que os seus níveis elevados estão implicados no aparecimento tumores hipofisários e para o controlo apropriado e frequente dos níveis de glicémia que também podem ser alterados com a toma deste medicamento.

V- Pílula do dia seguinte

AL, 19 anos, dirige-se à farmácia e solicita a pílula do dia seguinte. Perguntei à utente se a relação sexual tinha ocorrido há mais de 72h, se atualmente toma a pílula contracetiva ou utiliza qualquer outro método de contraceção e se tem algum problema de saúde, ao que ela me respondeu que não às três questões. Teve relações sexuais desprotegidas e não sabia em que fase do ciclo menstrual se encontrava. Posto isto, a utente foi informada que existem, atualmente, duas abordagens terapêuticas diferentes: uma em que a contraceção de emergência (CE) pode ser feita até às 72h após relação sexual desprotegida ou inadequadamente protegida (**Norlevo**[®]-Levonorgestrel) e outra em que a eficácia da CE é comprovada até ao 5º dia, mais precisamente até 120h após relação sexual desprotegida ou inadequadamente protegida (**ellaOne**[®] – acetato de ulipristal). Visto que a utente não sabia a fase do ciclo menstrual em que se encontrava, aconselhei a toma de **ellaOne**[®] pela sua maior eficácia e segurança, pois consegue evitar a gravidez mesmo quando está prestes a ovular, que é quando o risco de engravidar é maior. Informe-i-a da sua toma única e que o fizesse o mais rápido possível. No final, alertei a utente para as perturbações menstruais, muito frequentes e que podem atrasar ou acelerar a menstruação seguinte. Acentuei também o facto de que a contraceção de emergência não é um método contracetivo de uso regular, mas sim um recurso, que a CE não previne a transmissão de doenças sexualmente transmissíveis e sugeri que a utente marcasse uma consulta com um Médico Ginecologista para discutir a possibilidade de iniciar a pílula contracetiva.

Conclusão

Está comprovado que o estágio curricular possui imensa relevância na vida futura de qualquer profissional. Este contacto com a profissão é essencial, e a sensação de pôr em prática os conhecimentos aprendidos ao longo destes anos de curso é fantástica. Por isso, fazendo uma retrospeção destes meses de estágio em Farmácia Comunitária, apenas posso afirmar que adorei. É uma profissão exigente, tanto a nível de conhecimentos, como a nível social, físico e psicológico, mas que considero muito bonita e gratificante. Atrevo-me a dizer que sou uma pessoa polivalente no que respeita ao gosto pelas várias áreas do sector farmacêutico, mas sinto que ainda tenho muito para aprender no que respeita à farmácia comunitária.

Queria realçar alguns dos aspetos que me deixaram um pouco triste e chocada, por não ter a perceção de uma realidade em que a frequência desses acontecimentos certamente se manifesta não só nesta farmácia, mas em todas as outras a nível global. Um desses aspetos é o elevado consumo de psicotrópicos, nomeadamente Metilfenidato pela faixa etária juvenil para a Perturbação de Hiperatividade/Défice de Atenção. São proporções que realmente me espantam e me fazem pensar no porquê destes pais estarem, muitas vezes desnecessariamente, a recorrer a este tipo de medicação quando muitas vezes o problema se pode resolver por outros métodos. Outro problema recorrente é o consumo exacerbado de benzodiazepinas, antidepressivos e antipsicóticos, algo que já tinha percecionado mas que nunca julguei de tamanha dimensão. Muitas vezes o aconselhamento farmacêutico é desvalorizado por pessoas que se julgam bem informadas por recorrerem à internet e aos meios de comunicação social, que muitas vezes proporcionam informação errada ou exagerada da realidade. Este é também um problema atual e crescente relativo à automedicação, propiciando a manifestação de reações adversas.

Apesar de todos estes aspetos negativos destaco a clara prevalência dos pontos fortes em detrimento dos pontos fracos, onde este estágio se revelou de extrema importância para o meu desenvolvimento profissional, dando-me a possibilidade de adquirir e potenciar os meus conhecimentos, desenvolver qualidades de relacionamento pessoal e profissional e, adicionalmente, perceber a ideologia desta tão nobre e distinta profissão. Como objetivos futuros e tal como me foi ensinado na Farmácia Pinto de Campos, determino-me a procurar sempre a excelência no que faço, manter atualizadas as minhas capacidades técnicas e científicas, melhorar e aperfeiçoar constantemente o meu desempenho e dedicar-me em pleno à arte de ser Farmacêutico.

Assim, e com um sentimento pequenino de nostalgia, dou por terminado o meu estágio curricular na Farmácia Pinto de Campos, local que ficará para sempre na minha memória e

onde pude iniciar o meu crescimento como futura Farmacêutica, sempre grata à equipa maravilhosa que me acompanhou durante todo este tempo.

Bibliografia

BARBOSA C. M., **Manipulação Clínica/Dispensação Clínica de Medicamentos Manipulados**, Revista Racine (Setembro/Outubro 2009), disponível em <<http://www.racine.com.br/manipulacao-magistral/portal-racine/farmacias-e-drogarias/manipulacao-magistral/manipulacao-clinica/dispensacao-clinica-de-medicamentos-manipulados>> [acedido em 20-07-2016];

Portaria no 594/2004, de 2 de Junho - **Diário da República, I.a série-B**. 129:2004) 3441–5

Portaria no 769/2004, de 1 de Julho - **Diário da República, I.a série-B**. 2004) 4–7

Estatuto da Ordem dos Farmacêuticos, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 288/2001, de 10 de novembro, **Ordem dos Farmacêuticos**;

AGUIAR, António Hipólito — **Gerir a farmácia do próximo milénio. Aumentar a competitividade**, 2ª ed., Lisboa, AJE, 2001.

AGUIAR, António Hipólito — **A gestão da farmácia. Ultrapassar os novos desafios**, Lisboa, AJE, 2007.

MESQUITA, Abel — **Direito Farmacêutico, anotado**, 2ª edição, Lisboa, Publicações Farmácia Portuguesa, 2000.

ANEXOS

I- Folheto informativo sobre os produtos JointCare e Elás



Tem dores nos ossos e articulações?

Aqui encontra a solução...

Com o passar do tempo, as articulações tornam-se mais frágeis e desgastadas devido a um esforço excessivo ou exercício físico intenso, resultando também em alterações ao nível dos músculos, dos ossos e das cartilagens o que pode causar dor ao caminhar, subir e descer escadas, ou mesmo sair de uma cadeira.

Para mais informações dirija-se à Farmácia Pinto de Campos onde temos uma equipa sempre disposta a ajudá-lo ou, se preferir, ligue para o 232423665 e exponha as suas dúvidas.

Há mais de 100 anos a cuidar de si!

Quer manter os seus ossos e cartilagens saudáveis?

Os seus ossos e cartilagens estão mais frágeis?

Para além de querer manter os ossos e cartilagens saudáveis também quer proteger os seus músculos?

Procura algo que o ajude a aliviar as dores após o exercício físico?

FARMÁCIA PINTO DE CAMPOS
PALLAÇO DO GELÓ SHOPPING, VISEU

Jointcare mov plus



Se quer manter os seus ossos e cartilagens saudáveis Jointcare Mov Plus é a solução!

Um dos componentes presentes é a glucosamina que é uma substância que participa na reconstrução diária dos tecidos conjuntivos que rodeiam as articulações, incluindo tendões, ligamentos e cartilagem.

Modo de utilização: Colocar o conteúdo de uma saqueta num copo com uma pequena quantidade de água, à temperatura ambiente. Misturar bem até obter uma massa líquida. Se preferir pode misturar o pó da saqueta num pouco de iogurte.

Jointcare ativo plus



O suplemento alimentar **Jointcare Ativo Plus** aporta a máxima eficácia para pessoas que ambicionam continuar a fazer o que mais gostam nas diversas etapas da sua vida! Para além de manter ossos e cartilagens saudáveis também protege os seus músculos.

Tomar 1 cápsula de óleo de fígado de bacalhau e 1 comprimido de glucosamina por dia, durante a refeição com uma bebida fresca. A cápsula contém vitamina C que contribui para a normal formação de colagénio que é essencial para o funcionamento normal dos ossos e cartilagens. Para além disso contém também vitamina D que é essencial para a manutenção do normal funcionamento muscular.

Elás



O creme Elás é ideal para o alívio sintomático de contusões, dores pós-traumáticas e dores articulares.

Destaca-se por ter como substância ativa *Symphytum officinale* (consolida), uma planta medicinal que apresenta uma tradição que remonta à Antiguidade, no tratamento de dores musculares e articulares. O extrato da raiz da planta tem um efeito anti-inflamatório, analgésico e redutor de edema, bem como promotor da granulação e regeneração tecidual.

Aplicar o creme duas a quatro vezes por dia. Para queixas mais graves pode-se usar uma ligadura com o produto.

II. (A) Receita eletrónica; (B) Ficha de preparação; (C) Rotulagem da suspensão; (D) Folha de Cálculo do PVP

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE

Receita Médica

2011000028304791908

ente: [REDACTED] MM

efone: 968065110 R.C.: 269003926

idade Responsável: SNS

de Beneficiário:

43276

PATRICIA HORTA

Especialidade: CIRURGIA PEDIÁTRICA

Telefone: 232420500

C.H.T.V. H.VISEU-H.DIA

U187171

DCI / Nome, dosagem, forma farmacéutica, embalagem, posologia	N.º Extensão	Identificação Ótica
TRIMETOPRIM 1% suspensão oral, f.s.a.	1	Uma
Posologia:		

idade: 30 dias

ta: 2016-07-18

Patricia Horta
(assinatura do Médico Prescritor) (A)

(B)

FARMÁCIA PINTO DE CAMPOS
DR. MÓNICA A. COELHO, LDA.
 PALÁCIO DO BELLO PRADO, PINTO DE CAMPOS (PNEU)
 DIREÇÃO TÉCNICA
 D. RA MÓNICA ALCANTARA ALMEIDA COELHO
 TEL. 232 437 228 - Cx. 807, 805 918

FARMÁCIA PINTO DE CAMPOS
Suspensão Oral de Trimetoprim a 1% (m/v)
(FGP A.III.2.)
FICHA DE PREPARAÇÃO

Forma farmacéutica: Suspensão Data de preparação: 19/07/2016
 Número de Lote: 1/563 Quantidade a preparar: 40

Antes de iniciar a preparação do manipulado:

1. Verifique que a área laboratorial está limpa e desocupada;
2. Verifique se dispõe de todos os materiais laboratoriais, equipamentos e matérias-primas
3. Proceda à preparação do manipulado, respeitando as Boas Práticas de Preparação de Medicamentos Manipulados

MATERIAIS E EQUIPAMENTOS

Material de laboratório	Almofariz de porcelana; Pilão; Proveta rolhada; Espátula
Equipamento	Balança analítica

1. Avioamento de materiais para preparação de Suspensão Oral de Trimetoprim a 1% (m/v)

Matéria-prima	Nº de Lote	Origem (fornecedor)	Farmacopeia (boletim de análise)	Quantidade para 100g	Quantidade para 40 g	Operador
Trimetoprim	42015A	Acquaume	PhE	1,0g	0,4 g	AS
Solução aquosa de banana a 10%	20462 1003	J.M.G.S	PhE	1,0ml	0,4 mL	AS
Xarope comum	64760	Acquaume	PhE	q.b.p. 100ml	q.b.p. 40 mL	AS

Materiais	Nº de Lote	Origem (fornecedor)	Capacidade	Nº	Operador
Frasco de vidro âmbar, tipo III					

1

Farmácia Pinto de Campos Rubrica do Director Técnico  Data 19/7/2016

2. Preparação de suspensão Oral de Trimetoprim a 1%

	Operador
1. Verificar o estado de limpeza do material	✓
2. Pesar o trimetoprim e transferir para almofariz de porcelana	✓
3. Adicionar aos poucos o xarope simples e misturar de modo a obter uma mistura homogénea	✓
4. Transferir a mistura para uma proveta rolhada	✓
5. Lavar o almofariz com xarope e juntar à proveta	✓
6. Adicionar à suspensão a essência de banana, agitando vigorosamente	✓
7. Completar o volume com o xarope	✓
8. Agitar manualmente até à obtenção de uma suspensão com aspecto homogéneo	✓
9. Lavar e secar o material utilizado	✓

3. Verificação de Suspensão Oral de Trimetoprim a 1%

Ensaio	Especificação	Conforme	Não Conforme	Operador
Cor	Suspensão branca	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	AS
Odor	Suspensão com cheiro característico a banana	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	AS
Aspecto	Suspensão com aspecto homogéneo	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	AS

Aprovado Rejeitado
 Supervisor  19/7/2016

4. Acondicionamento e Rotulagem de Suspensão Oral de Trimetoprim a 1%

Embalagem	Operador
Acondicionar em frasco de vidro âmbar, tipo III (FPVIII), bem fechado e devidamente rotulado.	✓

2

Farmácia Pinto de Campos Rubrica do Director Técnico  Data 19/7/2016

5. Dados de identificação

Nome do Doente:	Juan Paulo Correia da Silva
Morada do Doente:	968065110
Prescritor:	Nome: Patrícia Moita
	Outros dados: 232420300

6. Anotações

Posologia: 1,2 mL à noite
 Prazo de utilização: 30 dias
 Conservar no frigorífico

Farmácia Pinto de Campos

Rubrica do Director Técnico  Data 19/7/2016

(C) Farmácia Pinto de Campos

Endereço: Palácio Do Gelo Shopping, Piso 0 3500-606 Viseu Telefone: 232437225

Dir. Técnico: Dra. Mónica A. Couto Médico: Patrícia Moita

Doente: _____

SUSPENSÃO ORAL DE TRIMETOPRIM A 1% (m/v)

Preparado em: 19/7/2016	Usar até: 19/8/2016	Lote: 1/503
Composição: 1g de Trimetoprim em 20ml de Essência de banana e Xarope Comum q.b.p.		Agitar antes de usar.
40ml. Contém sacarose.		
Conservar em ambiente refrigerado em frasco bem fechado. Manter fora do alcance das crianças.		
Posologia: 1,2 mL à noite		

(D)

CÁLCULO DO PREÇO DE VENDA SOLUÇÃO DE TRIMETOPRIM A 1% (ATÉ 100ML)

Data: 10-07-2016
Lote: 1/561

MATÉRIAS-PRIMAS

MP	Embalagem existente em armazém		Preço de aquisição de uma quantidade unitária (s/ IVA)		Qtd a usar	Fator multiplicativo	Preço da MP utilizada na preparação (€)
	Quantidade adquirida	Preço de aquisição (s/ IVA)	Quantidade unitária	Preço (€)			
Trimetoprim	100g	7,47	1g	0,0747 €	0,4	2,5	0,0747 €
Essência de banana	250g	11,09	1ml	0,0444 €	0,4	2,5	0,0444 €
Xarope simples	1000ml	18,31	1ml	0,0183 €	40	1,9	1,3908 €
Subtotal A							1,5099 €

HONORÁRIOS

	Forma Farmacêutica	Quantidade (ml)	F (€)	Fator multiplicativo	Valor
Valor referente à quantidade base	Suspensão	40	4,89	4,5	22,0050 €
Valor adicional		0	4,89	0,007	- €
Subtotal B					22,0050 €

MATERIAL DE EMBALAGEM

Material de embalagem	Preço de aquisição s/ IVA (€)	Quantidade	Fator multiplicativo	Valor (€)
Frasco de vidro ambar 30ml	0,70 €	0	1,2	- €
Frasco de vidro ambar 60ml	0,76 €	1	1,2	0,9120 €
Subtotal C				0,9120 €

PREÇO DO MEDICAMENTO MANIPULADO 31,7550 €
IVA 1,9053 €
PREÇO FINAL 33,66 €

Operador: _____

Supervisor: _____

Rúbrica do Director Técnico

Data

19/7/2016

Farmácia Pinto de Campos