

Farmácia Rainha Santa

425

Josiane Patrícia Lopes Dias Marques

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

Relatório de Estágio realizado no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, orientado pela
Dr.ª Ana Margarida Videira e apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Setembro 2016



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Josiane Patrícia Lopes Dias Marques

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

Relatório de Estágio realizado no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, orientado pela
Dr.^a Ana Margarida Videira e apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Setembro 2016



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Declaração de Integridade

Eu, Josiane Patrícia Lopes Dias Marques, estudante do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, com o nº 2011188289, declaro assumir toda a responsabilidade pelo conteúdo do Relatório de Estágio apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, no âmbito da unidade Estágio Curricular.

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

Coimbra, 14 de setembro de 2016.

Agradecimentos

Quero agradecer em primeiro lugar a toda a equipa da farmácia Rainha Santa que me receberam de braços abertos e de uma forma acolhedora, pela amabilidade, pelo profissionalismo, pela disponibilidade, pela paciência, pelo apoio que sempre me deram, em procurar as melhores soluções e por todas as experiências e ensinamentos que me proporcionaram ao longo deste estágio.

Agradeço à minha família pelos conselhos, ideias, pela paciência, disponibilidade e amizade com que sempre me auxiliaram durante este percurso.

Agradeço também os professores do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas pelos ensinamentos transmitidos.

Aos amigos e todos que de certa forma me acompanharam e me ensinaram que não se deve medir esforços para alcançar os meus objetivos.

Lista de Abreviaturas

- ADM – Assistência na Doença Militar
- DCI – Denominação Comum Internacional
- FFUC – Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra
- MICF – Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas
- MNSRM – Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica
- PUV – Preparações de Uso Veterinário
- SAMS-SBC – Serviço de Assistência Médico-Social do Sindicato dos Bancários do Centro
- SNS – Serviço Nacional de Saúde
- SSCGD – Serviços Sociais da Caixa Geral de Depósitos

I. Introdução

O presente relatório de estágio foi elaborado no âmbito da unidade de Estágio Curricular, que integra o plano de estudos do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas (MICF) da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra. O estágio decorreu na farmácia Rainha Santa, em Coimbra, sob a orientação da Dr.^a Ana Margarida Videiras, no período de 11 de janeiro a 31 de maio de 2016.

O estágio em farmácia comunitária constitui o primeiro contato com a vida profissional, permitindo a aquisição de novas ferramentas de trabalho indispensáveis no futuro profissional. Este estágio revelou-se uma oportunidade única para relembrar, consolidar e colocar em prática todos os ensinamentos e conhecimentos adquiridos ao longo dos últimos anos académicos e sobretudo, permite uma modelação das ações e atitudes assegurando-me assim, uma maior confiança e segurança no contato com o doente.

O presente relatório apresenta-se sob a forma de análise **SWOT** (*Strenghts, Weaknesses, Opportunities, Threats*), na qual será feita uma análise do ambiente interno, onde estão incluídos os pontos fortes e fracos, e a análise do ambiente externo, onde serão identificadas as ameaças e oportunidades. Assim, este relatório será uma análise crítica ao estágio e da sua integração no plano curricular do curso, sem deixar de ter em conta as atividades desenvolvidas na farmácia.

2. Pontos fortes (*Strengths*)

2.1. Ambiente profissional e integração na equipa de trabalho

O pilar da farmácia é a sua equipa técnica. A equipa de trabalho da farmácia Rainha Santa é constituída por cinco pessoas, dois farmacêuticos e três técnicos de farmácia. Dentro desta equipa cada elemento desempenha uma função bem delineada que reflete na organização das tarefas realizadas. Contudo, sempre reinou o espírito de entreaajuda entre os funcionários, não havendo uma competitividade entre eles. Por serem amigos uns dos outros e por serem uma família, fez com que eu desde o primeiro dia, me sentisse parte integrante desta equipa, tendo um total à vontade e confiança para expor as minhas dúvidas e dar sugestões. Durante o meu período de estágio prevaleceu sempre a disponibilidade e a amabilidade desta equipa que é fundamental não só para o bom ambiente profissional, mas também para o acolhimento dos estagiários e futuros colegas de profissão.

2.2. Diversidade de produtos e a qualidade dos serviços prestados

A farmácia Rainha Santa ao longo dos seus anos de existência, apostou sempre na qualidade dos serviços prestados ao público. Normalmente as pessoas que se dirigem ao estabelecimento vão à procura de medicamentos e outros produtos de saúde. Uma grande parcela de pessoas que frequentam a farmácia são utentes fidelizados há muitos anos que estabelecem uma relação de confiança com a equipe. Uma outra parcela é constituída por utentes que frequentam pela primeira vez ou utentes não fidelizados que se dirigem à farmácia à procura de medicamentos e produtos de saúde, nomeadamente produtos ortopédicos. A área ortopédica permite que a farmácia Rainha Santa se distinga das outras, tendo assim uma melhor oferta. A farmácia possui uma grande diversidade de produtos ortopédicos que abrange categorias como: mobilidade (andarilhos, cadeiras de rodas, canadianas), quarto (camas articuladas, colchões, mesa de apoio), higiene e casa de banho (bacias, cadeira de duche, tábuas de banho), conforto e descanso (cochins, almofadas ortopédicas), cintas, meias elásticas, meias de compressão entre outros vários. Existe também uma parceria entre a farmácia Rainha Santa com a Ortopedia Universal do Porto, que permite a realização de consultas periódicas para avaliação e ajuste das próteses na própria farmácia, que permite melhorar a qualidade de vida dos utentes, uma vez que evita deslocamento de Coimbra/Porto e os possíveis custos para os utentes. Assim sendo, tive a oportunidade de contactar com diferentes produtos, conhecendo-os melhor e permitindo assim um melhor aconselhamento e satisfação dos utentes.

2.3. Acordos existente com o subsistema de saúde e outras entidades

O estabelecimento de parcerias é fundamental no mercado de trabalho. A Farmácia Rainha Santa através das parceiras e acordos com outras farmácias, com os fornecedores e outras entidades, assegura mais e melhores serviços aos seus utentes. Acordos entre a Farmácia com os subsistemas de saúde, quer público ou privado permite complementar os cuidados de saúde prestados aos seus beneficiários. Durante o meu estágio tive a oportunidade de contactar com diferentes entidades complementares de participação nomeadamente, Serviços Sociais da Caixa Geral de Depósitos (SSCGD), Serviços de Assistência Médico-Social do Sindicato dos Bancários (SAMS), Assistência na Doença aos Militares (ADM) entre outros. Como um exemplo prático da importância dessas cooperativas, é o caso de determinados produtos ortopédicos que são individualizados, feitos à medida para um determinado utente. Caso a farmácia não disponha de medidas ideais para o utente em causa, é contactado o fornecedor e assim o produto estará disponível

o mais rapidamente possível para o utente. Um outro caso-exemplo é a procura de medicamentos que não possuem *stock* na farmácia que, pela existência de acordos, permite a realização de encomendas “rápidas”, servindo assim mais rapidamente o utente.

2.4. Fidelização dos utentes

A fidelização dos utentes constitui um processo fundamental para qualquer empresa. A Farmácia Rainha Santa aposta na fidelização dos seus utentes, pois os utentes fidelizados são utentes satisfeitos. São vários os processos que a farmácia aborda para fidelizar os seus utentes: um bom atendimento/aconselhamento, um talão de desconto, a facilidade de se poder arranjar um produto específico para o utente o mais rapidamente possível, a variedade dos serviços prestados, fornecer amostras de produtos cosméticos, entre outros. O facto de haver uma grande fidelização dos doentes possibilitou-me um melhor atendimento, uma vez que existia uma relação mais próxima, o que foi crucial para um melhor acompanhamento e aconselhamento farmacêutico.

2.5. Processo de aprendizagem

Ao longo do período de estágio fui desempenhando tarefas que foram bastante úteis na aquisição de novos conhecimentos. Todo o processo de aprendizagem foi contínuo e gradual. Inicialmente como estagiária, comecei por aprender como se faz a receção das encomendas. Este processo constituiu o meu primeiro contato direto com o medicamento e não só, permitiu-me ter uma noção dos preços e margens de cada medicamento, mas também, distinguir os que são de venda livre. Em seguida, procedi à arrumação dos medicamentos que à primeira vista esta tarefa parece ser de pouca importância, mas muito pelo contrário, esta é fundamental no processo de atendimento ao balcão, pois cada medicamento tem o seu espaço específico na farmácia. Através destes dois processos pode contactar com o sistema informático da farmácia, aprendi a estabelecer a associação princípio ativo/denominação comercial e a familiarizar-me com os nomes comerciais.

O atendimento ao público acaba por ser uma das últimas tarefas exercidas. Esta é extremamente influenciada pelo trabalho realizado à *priori*. Nesta etapa foi-me permitido desenvolver competências e capacidades em termos de aconselhamento farmacêutico, sempre devidamente acompanhada até ter autonomia e confiança no atendimento. Com a realização dessas tarefas, permitiu-me compreender toda a cadeia do medicamento que decorre mesmo antes da sua chegada à farmácia até à sua venda.

2.6. Localização da Farmácia Rainha Santa

A Farmácia Rainha Santa situa-se no centro de Coimbra, na avenida Fernão de Magalhães, uma das avenidas muito movimentada da cidade. Devido a sua localização tem um público muito heterogéneo. Os utentes são de todas as idades, com diferentes graus de instrução e sensibilidade fato que me permitiu adotar métodos de abordagem específicos para o mesmo assunto consoante o utente.

3. Pontos fracos (*Weakness*)

3.1. Não preparação de medicamentos manipulados

Na Farmácia Rainha Santa não se preparam medicamentos manipulados, devido ao reduzido número de prescrições deste tipo de medicamentos. Quando, esporadicamente, havia prescrições deste tipo, por vezes não se justificava a sua preparação, uma vez que não se justifica os custos da matéria prima.

3.2. Grande diversidade de regimes de comparticipação

O Decreto-Lei n.º48-A/2010, de 13 de Maio, alterado pelo Decreto-Lei n.º 106-A/2010, de 1 de Outubro aprova o regime de comparticipação geral e o regime de comparticipação especial dos medicamentos[1]. A comparticipação do estado no preço dos medicamentos está dividida em escalões, onde o estado paga parte do preço do medicamento. Assim sendo, dependendo do escalão pelo qual o medicamento é comparticipado, o utente paga apenas o preço do valor remanescente do medicamento. No início do estágio não tinha noção da diversidade de regimes de comparticipação existentes. Isto fez com que durante o processo de adaptação, cometesse alguns erros na introdução deste no sistema.

3.3. Limitações no aconselhamento de produtos de dermocosmética e saúde oral

Ao longo do período de estágio, deparei-me com utentes que me abordavam sobre produtos dermocosméticos e de saúde e higiene oral. No início sentia uma insegurança no aconselhamento, devido a falta de conhecimento nesta área, mas, no entanto, recorria à equipa de trabalho que me auxiliava na resolução da situação. Estas limitações evidenciam

que de certa forma, existem lacunas no plano de estudos do MICF no que diz respeito a estas áreas.

3.4. Associação entre nomes comerciais á denominação comum internacional (DCI)

No dia-a-dia na farmácia somos abordados com nomes comerciais dos medicamentos. No meu caso em particular e de certa forma de um modo geral, os estagiários abordam o medicamento através da Denominação Comum Internacional (DCI). Assim sendo, inicialmente, não tinha a destreza de fazer a associação entre o nome comercial à denominação comum internacional, visto que durante o percurso académico não temos qualquer familiaridade com os nomes comerciais.

3.5. Período de estágio

Este estágio proporcionou o meu primeiro contato com a realidade da farmácia comunitária. De facto, permitiu-me pôr em prática os conhecimentos já adquiridos, desenvolver novas competências e ganhar experiências fundamentais no desenvolvimento da carreira. No entanto, o tempo de estágio face a necessidade de aprendizagem, compreensão e consolidação dos novos conhecimentos adquiridos demonstrou ser curto.

3.6. Ser estagiária

A maioria dos utentes sentem uma insegurança quando são atendidos pela estagiária. Muitos deles são utentes que já tem uma forte ligação com a equipa de trabalho e por vezes preferem ser atendidos pela equipa do que pela estagiária. Os estagiários muitas vezes são menosprezados a vista dos utentes. Assim, facto de ser uma estagiária e pela minha idade, provocava uma certa desconfiança do meu conhecimento por parte dos utentes. Perante estas situações, o estagiário inicialmente acaba por se reprimir sentindo-se desconfortável com a situação.

4. Oportunidades (*Opportunities*)

4.1. Contacto com o sistema informático SPharm

De acordo com as boas práticas de farmácia [2] uma farmácia deve estar equipada com meios informáticos adequados, constituindo uma ferramenta que facilita uma melhor prestação de serviços. A Farmácia Rainha Santa utiliza o SPharm, um *software* de gestão de farmácia desenvolvido pela SoftReis, que visa a prestação individualizada e personalizada dos serviços e direciona a intervenção farmacêutica para o aconselhamento e a segurança na dispensa de medicamentos. O SPharm é um programa que proporciona uma maior produtividade dos colaboradores, uma redução do tempo de trabalho, facilitando assim as tarefas rotineiras. Este possui informação sobre o mecanismo de ação, posologia e também armazena dados sobre cada utente (tais como o histórico da medicação e outras informações relevantes). Armazena também toda a informação acerca da entrada e saída de todos os produtos existentes na farmácia, permite a realização do controlo de prazos e validades, atualizações de preços, processamento mensal do receituário dos diferentes organismos entre outras funcionalidades.

O conhecer deste sistema informático foi um ponto de diversificação pois, já tinha conhecido um outro sistema informático de gestão de farmácia, o Sifarma 2000® que é o programa informático mais utilizado pela maioria das farmácias nacionais. Esta oportunidade de conhecer um novo sistema certamente será vantajosa no futuro.

4.2. Interação farmacêutico/doente

O farmacêutico desempenha um papel fundamental como intermediário entre o médico e o doente. Este papel ganha cada vez mais importância com o passar dos anos devido as reformas no Sistema Nacional de Saúde (SNS) e a situação económica do país que se traduz num aumento de taxas das consultas, fazendo com que as pessoas preferenciam em primeiro lugar o aconselhamento farmacêutico do que uma consulta médica. Assim ao fim de muitos atendimentos, ganhei uma maior aproximação e confiança com o público que me permitiu perceber melhor as suas necessidades e exigências de modo a prestar o melhor aconselhamento possível. E face a heterogeneidade dos utentes tive de adaptar o diálogo e o comportamento perante cada utente e aprendi a ser um bom ouvinte pois a maioria dos utentes são idosos e esses carecem de uma atenção especial.

4.3. Formações

A farmácia Rainha Santa aposta na formação de todos os seus funcionários de forma a melhorar os serviços prestados. Essas formações constituem uma forma muito eficaz de atualização dos conhecimentos da equipa de trabalho. As formações eram maioritariamente externas, sendo da responsabilidade de indústrias que envia fichas de inscrições às farmácias e permitia assim a participação dos interessados. Por vezes também ocorriam formações na própria farmácia sobre um determinado produto afim de relembrar alguns conceitos importantes ou de divulgar novos benefícios desses para os utentes e para a farmácia. Durante o meu estágio tive a oportunidade de participar em diversas formações, muitos deles introduziram-me novos e melhores conceitos a cerca de determinada área das quais tinha menos conhecimento. Uma das áreas exploradas foi da dermocosmética, realizada pela Matiderma sobre avaliação do tipo de pele e os cuidados específicos para cada tipo de pele. A dermocosmética é uma importante área a ser explorada pelas farmácias, visto que há uma grande procura de aconselhamento por parte dos utentes. Outra área explorada através dessas formações foi o da higiene e saúde oral da gama Pierre Fabre Oral Care, formação desenvolvida pela Pierre Fabre. Dessa formação aprendi muito como proceder no aconselhamento de produtos para higiene e saúde oral, uma categoria em que não tinha um conhecimento consolidado.

4.4. Introdução da receita eletrónica

Inicialmente ainda tive a possibilidade de contactar com o sistema antigo de dispensa de medicamento através da receita manual e/ou receita informatizada aviada por via manual. Contudo a meados do estágio ocorreu a introdução de um novo sistema, onde a receita informatizada pode ser aviada por via eletrónica de acordo com a legislação. Este sistema tem como objetivo ser prático, inovador e sustentável, uma vez que num futuro próximo espera-se que o uso de receitas em papel seja cada vez menor.

Neste sistema, faz-se uso do cartão de cidadão, que tem, na sua base de informação, os medicamentos a dispensar. Segundo este novo método, a margem para erros é significativamente menor pois não há o risco de o funcionário ler mal a prescrição, para além de permitir a verificação dos medicamentos dispensados antes da conclusão do aviamento. Outra vantagem deste sistema é o fato de não ser necessário conferir novamente as receitas pois já obtiveram validação logo após a dispensa dos medicamentos, rentabilizando-se assim o tempo.

4.5. Prestação de serviços farmacêuticos

Ao longo do estágio tive oportunidade de realizar vários testes bioquímicos como as medições da glicemia, colesterol e pressão arterial. A frequência de determinadas unidades curriculares como bioquímica clínica e bioquímica II, demonstrou-se ser muito importante pois, auxiliou-me a executar de melhor forma este teste, recorrendo aos conhecimentos adquiridos através dessas unidades curriculares. De certa forma é de realçar a importância da existência de determinadas unidades curriculares no plano de estudos do MICF que despertam memórias importantes para a realização de determinadas tarefas. Refiro também a importância da Farmacologia, da Intervenção Farmacêutica em Auto-cuidados de Saúde e Fitoterapia, bem como da Preparações de Uso Veterinário (PUV).

5. Ameaças (*Threats*)

5.1. Existência de locais de venda de MNSRM

Os Medicamentos Não Sujeitos a receita Médica (MNSRM) são medicamento de venda livre, que possuem uma baixa toxicidade, larga janela terapêutica e de baixo risco de reações adversas. Quando administrados de forma errada, poderão levar a situações graves, como o agravamento de uma condição médica devido a um tratamento indevido. Os MNSRM têm-se vulgarizado nestes últimos anos devido a publicidade. A abertura de novos postos de venda de MNSRM tem conduzido a venda dos mesmos sem o devido aconselhamento farmacêutico. Por causa dessa banalização do medicamento, hoje em dia há cada vez mais crise no setor farmacêutico levando por vezes a suspeita da importância da profissão Farmacêutica. De uma forma direta, estes estabelecimentos são uma ameaça para as farmácias e para os futuros farmacêuticos.

5.2. Alterações de preços e comparticipação de medicamentos

Os preços e comparticipações de medicamentos estão em constante mudança, o que levava a desconfiança por parte do utente. O sistema de preços de referência (SPR), um subsistema do sistema de comparticipação, inclui os medicamentos comparticipados para os quais já existem medicamentos genéricos autorizados, comercializados e comparticipados. Estabelece um valor máximo a ser comparticipado, tendo como base os escalões

correspondentes ou o regime de comparticipação aplicável. Muitas vezes fui questionada o porquê de numa situação não pagar um medicamento genérico e mais tarde o mesmo não acontecer, gerando assim muitas dúvidas no utente que por vezes colocava a hipótese de ser a própria farmácia a fazer a alteração dos preços. Esta situação obrigava a uma explicação clara e precisa de que os preços dos medicamentos são revistos de três em três meses e que o estado e não a farmácia estipula o preço de medicamentos sujeitos a receita médica.

Durante o meu estágio houve mudanças nos sistemas de comparticipação que causaram certa inquietação por parte dos utentes.

5.3. Diminuição das margens de lucro dos medicamentos

A diminuição dos preços dos medicamentos sujeitos a receita médica, teve e continua a ter efeitos prejudiciais nas farmácias comunitárias, que cada vez têm que trabalhar com margens e preços mais reduzidos. As baixas margens de lucro dos medicamentos têm tido consequências drásticas para o setor, tanto para a própria farmácia como para os farmacêuticos em termos salariais e de emprego. Isto exige que a farmácia remodele a sua gestão de uma forma mais ponderada e eficaz.

5.4. Situação económica e social do país

As dificuldades económicas do país e sobretudo das famílias eram bem evidentes aquando do atendimento ao balcão da farmácia. Tal era perceptível nas opções feitas pelos utentes, visto que muitas vezes só compravam o medicamento que era estritamente necessário ou em casos mais extremos não levavam porque era demasiado caro.

6. Alguns casos de intervenção farmacêutica

Ao longo do estágio curricular na Farmácia Isabelinha fui-me deparando com diversos casos clínicos. Antes de aconselhar qualquer medicamento, questionava o utente de forma a perceber para quem era a medicação, que sintomas apresentava, há quanto tempo os sentia, se tinha alguma patologia associada e se já tomava algum medicamento habitualmente. As medidas não farmacológicas devem ser sempre lembradas, pois podem ser uma mais-valia na terapêutica. Dentro dos diversos casos que foram surgindo, destaco:

Caso clínico 1: Uma rapariga na casa dos seus vinte e poucos anos, chegou a farmácia na segunda feira queixando-se de diarreia. Pediu um Imodium Rapid® (loperamida) para combater a diarreia. No decorrer do dialogo, ela mencionou que esta agora a realizar os exames da faculdade. Inicialmente possibilitei que a diarreia podia ser por causa do stress, o que lhe aconselhava um medicamento a base de plantas Valdispert® para tratar os sintomas da ansiedade. Mas como existem diferentes tipos de diarreia com diferentes causas, comecei a questionar há quanto tempo durava a diarreia, se viajou recentemente para algum país menos desenvolvido onde pudesse ter contato com agua contaminada e se mais alguém que vive com ela apresentava s mesmos sintomas. Ela respondeu-me que fora jantar fora com a sua colega de casa no sábado a noite e ambas sentem os mesmos sintomas. Cheguei a conclusão que se tratava de uma intoxicação alimentar e que o melhor a se fazer neste caso não é dispensar o Imodium, visto que este tipo de diarreia não deve ser aliviada, pois ela resulta de um mecanismo de defesa do organismo para eliminação das toxinas ingeridas. A aconselhei então a levar a UL-250® (*Saccharomyces Boulardii*) um normalizador da flora intestinal ou Dioralyte® um pó para solução oral de modo a fazer a correção da perda de água e de sais.

Caso clínico 2: Uma senhora idosa, queixava-se de uma constipação e queria comprar Ilvico®. Comecei por perguntar quais os sintomas que a senhora sentia e de fato pude confirmar que ela apresentava os sintomas gripais. Questionei-lhe sobre os seus valores da pressão arterial e a senhora me respondeu que costumam ser elevados, mas, que no momento se encontra controlada pois ela andava a fazer medicação. Assim tive de lhe explicar que pelo fato de ser hipertensa não era aconselhável a toma do Ilvico® pois este possui cafeina na sua composição. Como forma de tratamento a senhora poderia tomar o Cêgripe® desde que não tivesse patologias renais e hepáticos.

Caso clínico 3: Utente do sexo feminino de aproximadamente 30 anos dirige-se à farmácia. Diz sentir fortes dores no ventre e ardor ao urinar. Trata-se de uma infeção do trato urinário, provavelmente uma cistite. Como farmacêutica não tenho autoridade para dispensar antibióticos sem receita médica, por questões de saúde pública. Neste caso recomendo a toma de Urispás® usado no tratamento de cistite.

Caso clínico 4: Utente na casa dos 70 anos dirige-se à farmácia com uma receita para Structomax[®]. Queixa-se de dores nas articulações, principalmente quando anda. Admite ter pouco dinheiro para gastar e fica surpreendida ao ouvir o preço do suplemento. Primeiramente, acalmei a senhora explicando que o Structomax[®] assim como os suplementos semelhantes têm preços muito parecidos pelo que de nada adiantará trocá-lo por outro. No entanto, aconselhei-a a pedir ao seu médico (com o consentimento deste) a prescrição de glucosamina, o ingrediente que está na essência dos suplementos.

Caso clínico 5: Utente M. J de aproximadamente 70 anos dirige-se à farmácia com uma receita para meias elásticas tipo 2 para usar no verão. Procura sugestões quanto à forma e tamanho. Primeiramente, a receita deverá ser analisada. Trata-se de fato de umas meias elásticas tipo 2, as mais comuns. De seguida, procede-se à medição do perímetro do tornozelo, a base para a escolha das meias. Segue-se o questionamento do utente: até onde são as meias que deseja: *collants*, raiz da coxa ou joelho? As meias são com ou sem biqueira? De que cor? A partir daqui, é avaliada a altura da utente e de seguida, sugerir-se-ão meias adequadas.

7. Conclusão

O melhor caminho para ser um profissional bem preparado para o mercado de trabalho é o estágio. Este estágio proporcionou-me o primeiro contato com a realidade da farmácia comunitária, ela que desempenha um papel importante na sociedade, pois este é em muitos dos casos, o primeiro ponto de ajuda para uma determinada afeção. O grande objetivo sempre foi promover o bem-estar e saúde de cada utente e é muito gratificante o carinho e respeito com que pessoas nos retribuem pelo serviço prestado.

Foi uma experiência bastante enriquecedora tanto a nível profissional, pela consolidação dos conhecimentos adquirido ao longo deste percurso académico, pelos novos conhecimentos e experiências adquiridas, como a nível pessoa, pelos laços de amizade desenvolvidos com a equipe de trabalho. Apercebi-me que farmacêutico tem cada vez mais um papel interventivo nas diversas situações clínicas, sendo que se torna indispensável a constante atualização dos conhecimentos no sentido de melhorar o aconselhamento, promover a adesão e monitorização da terapêutica e no acompanhamento do doente.

Passados estes meses de estágio, concluo assim esta etapa rumo a profissão que escolhi. Espero sinceramente abraçar a profissão e honrar esta causa promovendo sempre a saúde e o bem-estar do próximo.

8. Referências

[1]- Infarmed- Medicamentos Comparticipados. [Acedido a 3 de agosto].

Disponível na internet:

http://www.infarmed.pt/portal/page/portal/INFARMED/MEDICAMENTOS_USO_HUMANO/AVALIACAO_ECONOMICA_E_COMPARTICIPACAO/MEDICAMENTOS_USO_AMBULATORIO/MEDICAMENTOS_COMPARTICIPADOS

[2]- Conselho Nacional da Qualidade - **Boas Práticas Farmacêuticas para a farmácia comunitária**. 3ª ed. Ordem dos Farmacêuticos. 2009. [Acedido a 3 de agosto].

Disponível na internet:

http://www.ordemfarmaceuticos.pt/xFiles/scContentDeployer_pt/docs/Doc3082.pdf