



IPG

**Politécnico
|da|Guarda**
Polytechnic
of Guarda

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Farmácia

Relatório Profissional II

Teresa Fátima Afonso Patusco Brás

junho | 2015



ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE
INSTITUTO POLITÉCNICO DA GUARDA

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

PROFISSIONAL II

Teresa de Fátima Afonso Patusco Brás

CURSO DE FARMÁCIA – 1º CICLO

Junho|2015



ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE
INSTITUTO POLITÉCNICO DA GUARDA

CURSO DE FARMÁCIA – 1º CICLO

4º ANO / 2º SEMESTRE

RELATÓRIO DE ESTÁGIO
PROFISSIONAL II

ESTÁGIO EM FARMÁCIA COMUNITÁRIA

TERESA DE FÁTIMA AFONSO PATUSCO BRÁS

SUPERVISOR: SARA DO VALE

ORIENTADOR: ANDRÉ ARAÚJO PEREIRA

Junho|2015

SIGLAS

AIM – Autorização de Introdução no Mercado

ANF – Associação Nacional de Farmácias

ARS – Administração Regional de Saúde

CCF – Centro de Conferência de Faturas

CNP – Código Nacional do Produto

DCI – Denominação Comum Internacional

DM – Dispositivos Médicos FEFO – First Expired First OutFIFO – First In First Out

IMC – Índice de Massa Corporal

INFARMED - Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde, IP

IVA – Imposto sobre o Valor Acrescentado

MNSRM – Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica

MSRM – Medicamentos Sujeitos a Receita Médica

MSRM – E – Medicamentos Sujeitos a Receita Médica Especial

PIC – Preço Inscrito na Cartonagem

PRM – Problemas relacionados com os Medicamentos

PV – Prazo de Validade

PVF - Preço de Venda à Farmácia

PVP - Preço de Venda ao Público

RAM – Reação Adversa ao Medicamento

SNS – Serviço Nacional de Saúde

TF – Técnico de Farmácia

UC – Unidade Curricular

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar gostaria de agradecer à Farmácia Gomes me ter proporcionado a oportunidade de realizar o estágio nas suas instalações e ao Instituto Politécnico da Guarda por me ter conceder a oportunidade de, mais uma vez, ter um contacto direto com o mundo laboral.

Agradeço a todas as pessoas que me acompanharam direta ou indiretamente ao longo do estágio. Um muito obrigado ao professor coordenador André Araújo Pereira e em especial á minha supervisora no local de estágio, Dr.^a Sara do Vale.

A toda a equipa de profissionais da Farmácia Gomes, um especial obrigado por toda a partilha de conhecimento e pelo bom ambiente de trabalho que me proporcionou no decorrer do estágio.

Gostaria também de agradecer á minha família e amigos por me terem acompanhado nesta etapa.

A todos, um sincero agradecimento!

PENSAMENTO

“A coisa mais indispensável a um homem é reconhecer o uso que deve fazer do seu próprio conhecimento.”

Platão

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	7
1. FARMÁCIA GOMES	8
1.1. HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO	8
1.2. RECURSOS HUMANOS	9
1.3. ESTRUTURA FÍSICA	10
1.3.1. Espaço exterior	10
1.3.2. Espaço interior	10
1.4. SISTEMA INFORMÁTICO	13
2. CIRCUITO DO MEDICAMENTO	14
2.1. SELEÇÃO E AQUISIÇÃO	14
2.2. ELABORAÇÃO DE ENCOMENDAS	15
2.3. RECEÇÃO DE ENCOMENDAS	16
2.3.1. Psicotrópicos, Benzodiazepinas e estupefacientes	18
2.4. DEVOLUÇÕES	18
2.5. ARMAZENAMENTO	19
2.5.1. Prazos de Validade	20
2.6. DISPENSA DE MEDICAMENTOS	21
2.6.1. Medicamentos Sujeitos a Receita Médica	21
2.6.2. Medicamentos Sujeitos a Receita Médica Especial (MSRM – E)	25
2.6.3. Dispensa e preparação de medicamentos manipulados	26
2.6.4. Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica	27
2.6.5. Processamento e faturação do receituário	29
2.7. ACONSELHAMENTO E DISPENSA DE OUTROS PRODUTOS DE SAÚDE	30
2.7.1. Produtos Cosméticos e de Higiene Corporal	30
2.7.2. Produtos dietéticos e produtos de alimentação especial	30
2.7.3. Produtos fitoterápicos	31
2.7.4. Produtos homeopáticos	32

2.7.5. Dispositivos Médicos (DM)	32
2.7.6. Produtos e medicamentos de uso veterinário	33
3. OUTROS CUIDADOS DE SAÚDE PRESTADOS NA FARMÁCIA	34
3.1. PESO, ALTURA E IMC	34
3.2. PRESSÃO ARTERIAL.....	35
3.3. GLICÉMIA, COLESTEROL E TRIGLICÉRIDOS	36
3.3.1. Glicémia	36
3.3.2. Colesterol e triglicéridos	37
4. FARMACOVIGILÂNCIA	38
5. VALORMED	39
VALIDAÇÃO DE PICTOGRAMAS NA POPULAÇÃO IDOSA	40
REFLEXÃO CRÍTICA	43
CONCLUSÃO	45
BIBLIOGRAFIA	46
ANEXOS	49

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1- Horário de funcionamento da farmácia Gomes.....	8
Tabela 2 - Valores de IMC em indivíduos adultos.....	34
Tabela 3- Valores de referência da pressão arterial.....	35
Tabela 4 - Valores de referência da glicémia	36
Tabela 5 - Valores de referência do colesterol e triglicéridos	37

INTRODUÇÃO

No âmbito da Unidade Curricular (UC) Estágio Profissional II do curso de Farmácia – 1º Ciclo do 4º ano/2º semestre da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico da Guarda, foi facultada a oportunidade de realizar um estágio em farmácia comunitária. Este estágio decorreu na Farmácia Gomes, localizada em Esposende e teve a duração de 15 semanas e um total de 500 horas, realizadas no período de 23 de fevereiro a 12 de junho de 2015.

A coordenação do estágio foi da competência do Prof. André Araújo Pereira e a supervisão no local de estágio foi da responsabilidade da Dr.^a Sara do Vale.

“A farmácia comunitária, dada a sua acessibilidade à população, é uma das portas de entrada no Sistema de Saúde” (1). Sendo a farmácia comunitária, para muito utentes, o primeiro recurso para obter aconselhamento, esta é reconhecida como um espaço de saúde de grande importância.

O estágio tem como grande objetivo proporcionar ao aluno um campo de experiência que o possibilite assimilar conceitos entre a teoria e a prática, conhecer e identificar a farmácia como entidade prestadora de cuidados de saúde e a sua caracterização em termos de espaço e equipamentos, participar ativamente no circuito do medicamento realizando funções como a receção de medicamentos, armazenamento e gestão de *stocks*, preparação de manipulados, dispensa e aconselhamento de medicamentos e outros produtos de saúde e realizar determinações de parâmetros bioquímicos, devendo executar todas as tarefas com rigor e autonomia, desenvolvendo assim competências e atitudes pertinentes e necessárias para a aquisição de competências profissionais.

A principal responsabilidade do Técnico de Farmácia (TF) é dirigida para a saúde e bem-estar dos utentes e cidadãos em geral. Desta forma, torna-se essencial o aconselhamento sobre o uso racional de medicamentos e a monitorização dos doentes, promovendo o direito a um tratamento com qualidade, eficácia e segurança. Assim, o TF deve assumir um nível de competência adequado à prestação de uma prática eficiente, mantendo-se informado a nível científico, ético e legal.

O presente relatório é resultado de um assilar de conhecimentos entre a teoria e a prática, pretendendo com ele descrever e partilhar novos conhecimentos desenvolvidos durante o estágio, juntamente com os conceitos que já antes eram conhecidos e que foram aprofundados.

1. FARMÁCIA GOMES

A Farmácia Gomes localiza-se na cidade de Esposende, a sua boa localização e fácil acesso fazem com que seja procurada por uma grande variedade de utentes diariamente.

“A Farmácia é um espaço que se caracteriza pela prestação de cuidados de saúde de elevada diferenciação técnico-científica, que tenta servir a comunidade sempre com a maior qualidade” (1), desta forma a Farmácia Gomes tem como objetivo diário aconselhar e servir a comunidade de forma profissional, desenvolvendo “atividades que contribuem para a salvaguarda da Saúde Pública da comunidade no âmbito da promoção da saúde” (2).

1.1. HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

A Farmácia Gomes apresenta o horário de funcionamento descrito na tabela 1, sendo este o horário realizado nas semanas em que a farmácia não está de serviço. Neste caso, quando a farmácia se encontra encerrada é colocada na porta a informação sobre as Farmácias do concelho que se encontram em regime de serviço permanente e a sua localização.

Nas semanas em que a Farmácia se encontra de serviço realiza horário contínuo, sendo o atendimento normal realizado das 9.00h às 24.00h. Depois desta hora e até à manhã seguinte o atendimento é realizado através de um postigo de atendimento. O horário é afixado na farmácia, de forma visível e “o INFARMED e a Administração Regional de Saúde (ARS) divulgam, nas suas páginas eletrónicas, o horário de funcionamento das farmácias de oficina” (3).

O horário da Farmácia Gomes encontra-se assim de acordo com o decreto-lei nº172/2012 de 1 de Agosto, que regula o horário de funcionamento das farmácias de oficina.

	Segunda – feira a sexta - feira	Sábados	Domingos e feriados
Manhã	9.00h às 13.00h	9.00h às 13.00h	Encerrado
Tarde	14.30h às 19.30h	Encerrado	

Tabela 1- Horário de funcionamento da farmácia Gomes

1.2. RECURSOS HUMANOS

Os recursos humanos são o conjunto de colaboradores de uma empresa, sendo estes necessários para o bom funcionamento, boa gestão da empresa e para conseguir alcançar os objetivos desejados.

A Farmácia Gomes conta com um equipa completa e jovem que desempenha as suas funções com competência, garantindo uma prestação de serviços com qualidade e eficácia. Esta “dispõe de profissionais com conhecimentos especializados na área da informação sobre a segurança e eficácia dos medicamentos dispensados ao utente e promoção do uso racional do medicamento” (2). A equipa apresenta não só ótimos conhecimentos técnico-científicos, como também ótimo relacionamento entre os elementos, o que proporciona um ótimo ambiente de trabalho.

A Farmácia Gomes conta com uma farmacêutica substituta, um farmacêutico e quatro TF. A cada elemento estão definidas funções e responsabilidades, que cada um deve desenvolver com a máxima competência para que o risco de ocorrência de erros seja mínimo.

É da responsabilidade da farmacêutica responsável “assumir a responsabilidade pelos atos farmacêuticos praticados na farmácia; garantir a prestação de esclarecimentos aos utentes sobre o modo de utilização dos medicamentos; promover o uso racional do medicamento; assegurar que os Medicamentos Sujeitos a Receita Médica (MSRM) são dispensados aos utentes que a não apresentam em casos de força maior, devidamente justificados; garantir que os medicamentos e demais produtos são fornecidos em bom estado de conservação; garantir que a farmácia se encontra em condições de adequada higiene e segurança; assegurar que a farmácia dispõe de um aprovisionamento suficiente de medicamentos; zelar para que o pessoal que trabalha na farmácia mantenha, em permanência, o asseio e higiene; verificar o cumprimento das regras deontológicas da atividade farmacêutica; assegurar o cumprimento dos princípios e deveres previstos na demais legislação reguladora da atividade farmacêutica” (4).

É da responsabilidade do TF o “desenvolvimento de atividades no circuito do medicamento, tais como análises e ensaios farmacológicos, interpretação de prescrição terapêutica e de fórmulas farmacêuticas, sua preparação, identificação e distribuição, controlo de conservação, distribuição e *stocks* de medicamentos e outros produtos; informação e aconselhamento sobre o uso do medicamento” (5).

Na Farmácia Gomes, todos os profissionais que desempenham as funções de atendimento ao público se encontram devidamente identificados com o uso de um cartão que contém o nome e o título profissional.

1.3. ESTRUTURA FÍSICA

“Na farmácia comunitária realizam-se atividades dirigidas para o medicamento e atividades dirigidas para o doente. Para que se possam realizar estas atividades é necessário instalações, equipamentos e fontes de informação apropriadas, ou seja, é necessário que a farmácia possua a estrutura adequada para o cumprimento das suas funções” (1).

Desta forma, sendo um espaço que se caracteriza pela prestação de cuidados de saúde e para que estes sejam prestados com qualidade, segurança e eficácia, a farmácia deve apresentar uma boa organização do seu espaço e apresentar um local específico para cada tarefa.

1.3.1. Espaço exterior

A Farmácia Gomes apresenta um aspeto exterior facilmente visível e identificável, não só pela sua localização, mas também pela cruz verde luminosa que se encontra no exterior da farmácia e que se encontra iluminada quando a farmácia está de serviço permanente.

A Farmácia Gomes apresenta uma montra que se encontra sempre com informações publicitárias de determinados produtos. Assim, consoante a estação do ano e/ou chegada de novos produtos, a montra é renovada, tendo como objetivo contemplar informações e cativar a atenção do público.

A Farmácia Gomes é composta apenas por uma entrada principal, sendo esta de fácil acesso a todos os utentes, mesmo a portadores de deficiência motora, pois encontra-se ao nível da rua.

A Farmácia Gomes possui ainda um postigo de atendimento que é utilizado durante o período de atendimento noturno, o que é importante para a segurança dos profissionais.

Na porta principal podemos encontrar informações como o nome da diretora técnica, horário de funcionamento da farmácia e a informação sobre a farmácia que se encontra de serviço.

1.3.2. Espaço interior

“As farmácias devem dispor de condições adequadas a garantir a segurança, conservação e preparação de medicamentos; a acessibilidade, comodidade e privacidade dos utentes e do respetivo pessoal. As farmácias devem ainda dispor, designadamente, das seguintes divisões: sala de atendimento ao público; armazém; laboratório e instalações sanitárias” (6).

A Farmácia Gomes apresenta um ambiente profissional e está bem ventilada e iluminada, criando as condições para estabelecer uma boa comunicação com os utentes. A

farmácia é composta por uma sala de atendimento ao público, uma zona de receção de encomendas, um gabinete, um laboratório, armazém e instalações sanitárias.

A sala de atendimento tem um ambiente calmo e adequado, pois garante a confidencialidade e privacidade dos utentes durante o atendimento.

Merchandising pode ser definido como “qualquer técnica ou ação usado no ponto de venda que proporcione informação e visibilidade dos produtos, marcas ou serviços, com o propósito de motivar e influenciar a decisão de compra dos consumidores” (7). Esta técnica traz vários benefícios à farmácia como: “o aumento das vendas por impulso; o reforço da imagem da farmácia, da sua promoção e identificação; atração da atenção do consumidor; aumento do número de consumidores e da sua fidelização e aumento dos lucros” (7). Desta forma, a sala de atendimento é também utilizada para expor diversos produtos a que o público tem acesso, estando os lineares organizados por marca, como produtos de cosmética e higiene corporal (Avène®, La Roche Posay®, Vichy®, Eucerin®, Lierac®), produtos capilares (Klorane®) e produtos de puericultura (Chico®, Mustela®). A maneira como os produtos estão organizados vai influenciar e determinar o interesse do público. Assim, na zona de atendimento a disposição dos produtos deve ser feita tendo em conta a circulação dos utentes, devendo este espaço ser aproveitado para expor os produtos que a farmácia tem mais interesse em vender, como produtos sazonais, produtos de cosmética e higiene corporal e/ou produtos sem rotação (esta zona é designada de zona quente, pois é um local que está mais exposto ao utente e que este tem obrigatoriamente de passar). Existem ainda produtos a que o público tem acesso, mas que estão colocados em zonas a que o público não se dirige de forma espontânea. Aqui, devem ser colocados os produtos mais solicitados, isto é produtos sem necessidade de grande exposição (a esta zona designamos de zona fria).

Na sala de atendimento, existe ainda uma balança que é disponibilizada ao público, esta fornece informações sobre a altura, peso e Índice de Massa Corporal (IMC).

O balcão é composto por quatro postos de atendimento com uma separação física, estando colocado entre cada um dos posto pequenos expositores com as promoções de produtos sazonais. Cada um dos postos encontra-se devidamente equipado com computador, leitor ótico, impressora, carimbo e caixa registadora.

Atrás do balcão podemos encontrar os Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica (MNSRM), dispositivos médicos e produtos de higiene oral, que apesar de estarem expostos, encontram-se fora do alcance dos utentes. Ainda atrás da zona de atendimento, podemos ainda encontrar armazenados em gavetas deslizantes, os comprimidos e cápsulas, xaropes, soluções e suspensões orais, injetáveis, pós, cremes e pomadas, produtos ginecológicos, ampolas bebíveis, carteiras, gotas e aerossóis, colírios e pomadas oftálmicas, óvulos e supositórios.

Apenas as cápsulas e comprimidos se encontram por ordem alfabética de Denominação Comum Internacional (DCI) e dosagem. As restantes formas farmacêuticas encontram-se armazenadas por ordem alfabética de nome comercial e dosagem. Os suplementos alimentares, produtos à base de plantas, material de penso, dispositivos abrangidos pelo protocolo da Diabetes Mellitus, desinfetantes, soros e produtos veterinários encontram-se armazenados em gavetas destinadas para o efeito.

Junto à zona de atendimento, encontramos o armazém da farmácia, sendo este composto por armários onde estão armazenados os produtos pertencentes ao *stock* ativo da farmácia. Estes produtos são aqueles que têm de ser encomendados em grandes quantidades, pois têm elevada movimentação de *stock*.

A zona de elaboração e receção de encomendas encontra-se na parte interior da farmácia e está devidamente equipada com computador, leitor ótico e impressora. Aqui, as principais tarefas desenvolvidas são o envio, receção e conferência de encomendas. Nesta zona existem prateleiras com *dossiers*, gavetas e armários para arrumação de diversos documentos. Este espaço é também utilizado para fazer a conferência de receituário.

Na zona de receção de encomendas existe um armário onde contém os medicamentos psicotrópicos, estando este sempre fechado com chave.

Junto à zona de receção de encomendas está colocado o frigorífico, aqui ficam armazenados, por ordem alfabética de nome comercial, os medicamentos termolábeis (exigem temperatura de conservação entre 2°C e 8°C).

A Farmácia Gomes é ainda composta por um laboratório que está devidamente equipado para a preparação de medicamentos manipulados, no entanto na Farmácia Gomes não se realizam preparações.

A Farmácia Gomes realiza a determinação de parâmetros bioquímicos e fisiológicos, desta forma existe uma sala devidamente equipada com um tensiómetro para avaliação de tensão arterial, aparelhos e material necessário para a avaliação de glicémia, triglicéridos e colesterol total e recipientes para os resíduos.

A Farmácia Gomes é ainda composta pelo gabinete do Diretor Técnico que se encontra devidamente equipado, copa e casa de banho.

No gabinete podemos encontrar diversos documentos como Prontuário Terapêutico, Farmacopeia Portuguesa, resumo das características do medicamento, entre outros. Assim, os profissionais têm ao seu dispor fontes de informação sobre os medicamentos.

1.4. SISTEMA INFORMÁTICO

O sistema informático utilizado na Farmácia Gomes é o 4DigitalCare®. Este programa é especialmente desenvolvido para a gestão diária em farmácia, permitindo fazer a gestão dos produtos desde a sua entrada até à sua saída e facilitar o atendimento ao público. Este sistema torna possível desenvolver atividades como a gestão e receção de encomendas, consulta de movimentos de produtos, gestão de devoluções e respetiva regularização em *stock*, organização de receitas em lotes, controlar prazos de validade, consultar a listagem de inventários, organização e acesso a fichas de clientes, dispensa de medicamentos, entre outras funções. O programa 4DigitalCare®, durante o atendimento permite consultar interações possíveis entre os medicamentos, posologia e indicações terapêuticas.

Desta forma, torna a gestão de *stocks* e a qualidade do serviço farmacêutico um processo mais simples e eficaz.

2. CIRCUITO DO MEDICAMENTO

O “medicamento é toda a substância ou associação de substâncias apresentada como possuindo propriedades curativas ou preventivas de doenças em seres humanos ou dos seus sintomas ou que possa ser utilizada ou administrada no ser humano com vista a estabelecer um diagnóstico médico ou, exercendo uma ação farmacológica, imunológica ou metabólica, a restaurar, corrigir ou modificar funções fisiológicas” (8).

“O Medicamento de Uso Humano está sujeito a padrões de qualidade, segurança e eficácia, alicerçados na atuação conjunta dos responsáveis pela sua colocação no mercado, das autoridades competentes nacionais e comunitárias. Os diferentes intervenientes (Fabricantes, Distribuidores, Prescritores, Farmácias, outros locais de venda e Utilizadores) estão sujeitos a um conjunto de obrigações e procedimentos competindo ao INFARMED acompanhar e garantir a sua aplicação” (9).

Desta forma, o circuito do medicamento é um processo bem definido e que deve ser rigorosamente controlado em farmácia comunitária.

2.1. SELEÇÃO E AQUISIÇÃO

“A farmácia comunitária é preferencialmente um espaço de saúde, não deixando, no entanto, de ser uma atividade comercial que se pretende financeiramente sustentável” (10).

Atualmente existe no mercado uma grande variedade de produtos, conferindo alguma complexidade à gestão de *stocks* em farmácia comunitária, devendo por isso sempre ter-se um conhecimento atualizado dos produtos que estão disponíveis no mercado.

A gestão e atualização de *stocks* deve ser realizada regularmente, em períodos de tempo curtos e tendo em conta diversos fatores como a sazonalidade de diversos produtos, população em que a farmácia se insere, prescrições médicas, produtos sensíveis a ação de marketing, entre outros fatores. Alguns destes critérios podem ser consultados no sistema informático, pois este permite visualizar o histórico de vendas de cada produto.

A seleção e aquisição de medicamentos, dispositivos médicos e produtos de cosmética e higiene corporal pode ser realizada a entidades como laboratórios farmacêuticos e armazenistas.

A seleção do fornecedor é importante, pois este deve ser escolhido de acordo com as suas condições comerciais, descontos, bonificações, melhor qualidade de serviço, melhor

gestão no tempo de entrega, melhores condições de produtos, rápida resolução de problemas e maior disponibilidade.

A Farmácia Gomes trabalha diariamente com dois fornecedores: OCP Portugal e Alliance HealthCare. Desta forma não assegura a dependência de um só fornecedor, podendo usufruir das vantagens oferecidas por cada um deles.

No caso de certos produtos, são realizadas encomendas diretas ao laboratório, sendo estas realizadas com menor frequência, mas em maiores quantidades. Neste tipo de encomendas é necessário ter em conta essencialmente a sazonalidade dos produtos, o tipo de entrega e as vantagens que essa compra vai trazer à farmácia em termos de preços e bonificações.

Assim, “o conhecimento atualizado dos clientes da farmácia e dos principais prescritores torna-se importante. A proximidade geográfica e a relação da equipa com os clientes determinam a sua satisfação. É fundamental conhecer os clientes habituais, bem como os seus gostos e preferências de modo a se poderem adotar estratégias de satisfação” (10).

2.2. ELABORAÇÃO DE ENCOMENDAS

O processo de elaboração de encomendas é um processo complexo e importante, pois dele dependem a satisfação das necessidades dos utentes em tempo útil.

A realização de encomendas é bastante facilitada pela utilização do programa informático 4DigitalCare® que gera automaticamente a encomenda diária.

No sistema informático, a cada produto está atribuída uma ficha com informações relativas a esse produto, estando a ele associado um *stock* mínimo e máximo que é previamente definido de acordo com as necessidades da farmácia, podendo ser alterados sempre que considerado necessário. O *stock* mínimo é a quantidade mínima de produto que pode existir na farmácia para que o sistema coloque o produto na proposta de encomenda. Este é importante para que não haja rutura de *stock* do produto, devendo este ser suficiente para manter as necessidades dos utentes até que a próxima encomenda chegue à farmácia. O *stock* máximo é a quantidade máxima de produto que pode existir na farmácia e no qual o sistema não coloca o produto na proposta de encomenda. Este faz com que não hajam grandes quantidades de capitais imobilizados. Desta forma, um produto com grande saída deverá ter um *stock* mínimo maior do que um produto com pouca saída.

Durante o dia, à medida que os produtos são vendidos, o sistema informático vai atualizando o seu *stock*. Desta forma, todos os produtos que atingem o seu ponto de encomenda

são colocados automaticamente na proposta de encomenda numa quantidade que satisfaça o *stock* máximo.

A proposta de encomenda é posteriormente analisada pelo responsável de encomendas, podendo ser retirados ou colocados produtos consoante as necessidades, sendo também possível escolher o armazenista que se pretende.

Nos casos em que há necessidade de um produto que não existe no *stock* da farmácia ou que é urgente, pode ser realizada uma encomenda telefónica. Esta tem a vantagem de se ficar a saber se o produto está ou não disponível no fornecedor, o seu preço e o tempo que irá demorar a sua entrega, sendo assim possível transmitir essas informações ao utente.

As encomendas que se efetuam ao longo do dia têm horário definido para ser realizadas e têm como objetivo repor os produtos vendidos ao longo do dia e produtos que já foram anteriormente pedidos e que se encontravam esgotados. Neste grupo inserem-se maioritariamente os MSRM.

No caso das encomendas realizadas diretamente ao laboratório, inserem-se maioritariamente produtos de puericultura, produtos ortopédicos, produtos de higiene oral e produtos de cosmética e higiene corporal, Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica (MNSRM) e produtos sazonais. Normalmente, este tipo de encomendas é realizada através de delegados de informação médica que fazem visitas periódicas à farmácia. A encomenda é feita pelo preenchimento de uma nota de encomenda manual, ficando na farmácia uma cópia desta para posterior confirmação no momento da receção da encomenda.

Os armazenistas são os principais fornecedores da Farmácia Gomes, pois apresentam vantagens em relação aos laboratórios, como a entrega diária de produtos, não necessidade de adquirir produtos em grandes quantidades e fácil contacto para realização de pedidos.

2.3. RECEÇÃO DE ENCOMENDAS

Após o envio das encomendas, estas ficam disponíveis no sistema informático na zona de “receção de encomendas”, ficando desta forma a aguardar a receção.

A encomenda é entregue na farmácia pelo respetivo fornecedor consoante os horários definidos, devendo os produtos chegar à farmácia devidamente acondicionados. Os produtos são transportados em contentores de plástico que são posteriormente devolvidos ao fornecedor. No caso dos produtos termolábeis, estes devem ser transportados em recipientes com placas refrigeradas e devem ser os primeiros a ser retirados do recipiente de transporte e colocados no

frigorífico a aguardar receção. Todos os contentores vêm devidamente identificados e acompanhados da respetiva fatura em duplicado (ANEXO 1).

Antes de iniciar a receção da encomenda deve-se verificar se esta realmente se destina, neste caso à Farmácia Gomes.

As faturas que acompanham as encomendas devem ter informações como a identificação do fornecedor e do destino, número de fatura, nome comercial ou DCI dos produtos, forma farmacêutica, dosagem, tamanho da embalagem, código nacional do produto (CNP), quantidade encomendada e fornecida, preço de venda ao público (PVP), preço de venda à farmácia (PVF), imposto sobre o valor acrescentado (IVA), total de embalagens recebido, total de produtos e custo total para a farmácia.

Inicialmente, para dar entrada dos produtos no sistema informática deve verificar-se se a encomenda foi realizada via telefone ou se faz parte da encomenda diária. No caso de a encomenda ter sido realizada por telefone é necessário criar uma encomenda manual. Quando se trata da encomenda diária, esta já se encontra no sistema pronta para rececionar.

Para receber as encomendas, procede-se à leitura ótica de cada um dos produtos, tendo-se sempre em atenção se a embalagem se encontra em boas condições. Durante o processo de receção é também necessário ter em atenção o prazo de validade (PV) do produto. Este apenas deve ser alterado no sistema quando o *stock* do produto na farmácia se encontra a zero ou o PV do produto recebido é inferior ao que já se encontra em stock. No caso dos produtos sem preço inscrito na cartonagem (PIC), deve ser realizada a marcação na farmácia (chamados produtos NETT). O preço dos produtos NETT é calculado com base no PVF e no IVA a que o produto está sujeito (6% ou 23%), sendo necessário ter em atenção a margem de comercialização permitida para o produto em questão. Desta forma, o PVP é frequentemente alterado pois o preço de custo varia consoante os fornecedores.

A receção das matérias-primas é realizada de igual forma, no entanto é obrigatório que estas se façam acompanhar pelo respetivo certificado de análise que atesta e respeita as exigências na monografia da matéria-prima. No certificado constam informações como o nome da matéria-prima, lote, validade, data de fabrico e PV, características organoléticas, microbiológicas e físico-químicas e orientações de conservação.

Ao longo da receção da encomenda, quando existem “produtos reservados”, o computador emite um alerta que indica que existe reserva desse produto e a respetiva quantidade, sendo esses produtos colocados de parte.

Posto isto, deve analisar-se na fatura informações como a quantidade de produtos pedidos e rececionados, se todos os produtos faturados forem recebidos, o PVF (no caso de não se encontrar de acordo com o do sistema informático deve-se alterar no computador) e PIC.

Este deve ser atualizado no sistema informático, caso não se encontre de acordo com a embalagem. Por fim, verifica-se se o custo total e o número de embalagens/produtos que obtivemos no sistema informático corresponde ao debitado pelo fornecedor. Caso se verifique alguma não conformidade, devemos tentar encontrar o erro e corrigir; caso o erro seja do fornecedor deve ser realizada uma reclamação.

No caso de tudo estar correto, procede-se à validação da receção e insere-se o número da fatura correspondente, sendo que a fatura fica anexada num *dossier* destinado para o efeito.

Após terminar a receção caso existam produtos esgotados, aparece um alerta com a lista desses produtos, ficando a nosso critério a sua transferência novamente para a proposta de encomenda ou não. Pode ainda surgir alertas para impressão de etiquetas dos produtos NETT. No caso de existirem produtos reservados, surge um quadro onde é possível satisfazer as reservas. Após finalizar este processo são impressos talões com o respetivo nome do produto, quantidade e nome do cliente que fez a reserva. Esse talão é colocado junto com o produto numa gaveta destinada para as reservas.

A receção de produtos encomendados diretamente ao laboratório inicia-se com a conferência dos produtos recebidos pela nota de encomenda, devendo-se ter em atenção se o que foi faturado está de acordo com o que foi pedido e acordado (produtos, quantidades, descontos, bonificações, etc.). De seguida é necessário criar uma encomenda manual e rececionar de acordo com o descrito anteriormente.

2.3.1. Psicotrópicos, Benzodiazepinas e estupefacientes

Os medicamentos psicotrópicos, benzodiazepinas e estupefacientes, são rececionados de igual forma aos restantes medicamentos. No entanto, apesar de também estarem descritos na fatura, também se fazem acompanhar de um documento em duplicado, que é emitido pelo distribuidor em nome da farmácia, (ANEXO 2) “Requisição de substâncias e suas preparações compreendidas nas tabelas I, II, III e IV, com exceção da II-A, anexas ao decreto-lei nº 15/93 de 22 de Janeiro, com retificação a 20 de fevereiro” (11). Este documento deve ser assinado, datado e carimbado pelo farmacêutico responsável. O duplicado é posteriormente enviado ao fornecedor e o original é arquivado na farmácia por um período mínimo de três anos.

2.4. DEVOLUÇÕES

As devoluções são uma tarefa frequentemente realizada em farmácia comunitária e têm como grande objetivo reduzir os custos associados a perdas.

A devolução de produtos pode ser feita por diversos motivos, tais como embalagem danificada, produto pedido/enviado por engano, PV muito curtos, preços faturados não correspondentes ao produto, circulares emitidas pelo INFARMED, entre outros.

Em qualquer um dos casos, é necessário efetuar o mais rápido possível a devolução, já que cada fornecedor estabelece prazos limite para aceitar a devolução.

No sistema informático é possível emitir a nota de devolução do produto. Nesta, devem constar dados como identificação da farmácia e do destino, motivo de devolução, número da fatura do medicamento/produto que se pretende devolver, designação do produto, quantidade, validade e preço de custo. A nota de devolução deve ser impressa em triplicado, o original e duplicado são devidamente carimbadas e assinadas e entregues juntamente com o produto e o triplicado fica arquivado na farmácia (ANEXO 3). Ao emitir a nota de devolução, o sistema informático atualiza automaticamente o seu *stock*.

A entidade responsável deve posteriormente regularizar a situação com uma nota de crédito, devolução em produto ou débito do valor em causa. Esta situação deve posteriormente ser regularizada no sistema informático. Nos casos em que o fornecedor não aceita a devolução, deve justificar o motivo da sua decisão, sendo necessário dar quebra dos produtos, o que resulta em prejuízo para a farmácia.

2.5. ARMAZENAMENTO

Após finalizar a receção da encomenda, os produtos passam a fazer parte do *stock* da farmácia, podendo proceder-se à sua arrumação. Para que tal seja realizado de forma a garantir a qualidade, segurança e eficácia dos medicamentos e produtos de saúde, “devem ser criadas as condições necessárias de armazenamento de modo a garantir uma correta conservação” (1). “As condições de iluminação, temperatura, humidade e ventilação das zonas de armazenamento devem respeitar as exigências específicas dos medicamentos, de outros produtos farmacêuticos, químicos, matérias-primas e materiais de embalagem” (1).

Para realizar um correto armazenamento é necessário verificar o tipo de produto, dosagem e forma farmacêutica, assim como as suas condições de conservação, devendo garantir que o produto se encontra em condições adequadas de luz (alguns produtos devem ser armazenados na ausência de luz), temperatura (entre 18°C e 25°C) e humidade (inferior a 60%). No caso dos produtos termolábeis, estes devem ser armazenados no frigorífico a uma temperatura entre 2°C e 8°C.

Na Farmácia Gomes, tal como referido anteriormente, apenas as cápsulas e comprimidos se encontram por ordem alfabética de DCI. As restantes formas farmacêuticas encontram-se armazenadas por ordem alfabética de nome comercial.

Durante o armazenamento, é necessário ter em atenção o PV dos produtos. Estes devem ser organizados segundo o conceito *First Expired, First Out* (FEFO), isto é, os produtos com PV mais curto são os primeiros a sair, devendo desta forma ser arrumados por cima, para que sejam os primeiros a ser dispensados. No caso dos produtos que não apresentam PV devem ser organizados segundo o conceito *First In, First Out* (FIFO), ou seja os primeiros a entrar são os primeiros a sair.

Os produtos com *stock* elevado são arrumados no armazém.

Assim, o correto armazenamento de todos os produtos é um ponto importante, já que assegura um acesso fácil e rápido aos mesmos, permitindo diminuir os erros de dispensa e otimizar o trabalho desenvolvido.

2.5.1. Prazos de Validade

“O prazo de validade de um medicamento é o período de tempo durante o qual as características físicas, químicas, microbiológicas, galénicas, terapêuticas e toxicológicas não se alteram ou sofrem modificações dentro de limites aceitáveis e bem definidos” (12).

Na Farmácia Gomes, existe um TF responsável pelo controlo de PV que mensalmente, através do sistema informático, emite uma lista com os produtos que se encontram em *stock* e cujo PV irá expirar nos três meses seguintes. No entanto, para que esta lista esteja atualizada, é necessário, como referido anteriormente, controlar os PV durante a receção e armazenamento dos produtos.

A lista obtida deve ser devidamente conferida, devendo verificar-se quais os produtos que realmente se encontram com o PV a expirar. Caso se confirme, esses produtos devem ser colocados de parte; caso contrário o PV deve ser atualizado no sistema informático.

Após colocar os produtos de parte, deve ser emitida uma nota de devolução ao fornecedor. É também necessário atualizar no sistema informático o PV dos produtos, colocando sempre o PV mais baixo.

O controlo dos PV é um procedimento que permite não só garantir que não existem perdas por expiração de PV, mas também que é fornecido ao utente um medicamento/produto farmacêutico com um PV passível de ser utilizado.

2.6. DISPENSA DE MEDICAMENTOS

A dispensa de medicamentos é o “ato em que o profissional de farmácia, após avaliação da medicação, cede medicamentos ou substâncias medicamentosas aos doentes mediante prescrição médica ou em regime de automedicação ou indicação farmacêutica, acompanhada de toda a informação indispensável para o correto uso dos medicamentos. Na cedência de medicamentos o profissional de farmácia avalia a medicação dispensada, com o objetivo de identificar e resolver problemas relacionados com os medicamentos (PRM), protegendo o doente de possíveis resultados negativos associados à medicação” (1).

“Os medicamentos são classificados, quanto à dispensa ao público, em MSRM e MNSRM. Os MSRM podem ainda ser classificados em medicamentos de receita médica renovável, medicamentos de receita médica especial e medicamentos de receita médica restrita” (13).

A cedência de medicamentos tem como base as necessidades dos utentes, a sua dispensa através da prescrição médica ou dispensa por parte do profissional de saúde deve basear-se no respeito pelo princípio do uso racional do medicamento. Desta forma, é da responsabilidade do profissional de farmácia, transmitir ao utente todas as informações consideradas importantes para a utilização segura dos medicamentos/produtos. Esse aconselhamento deve incluir informações como o efeito terapêutico, efeitos secundários, posologia e via de administração, duração do tratamento, entre outras informações consideradas pertinentes.

2.6.1. Medicamentos Sujeitos a Receita Médica

Segundo o Decreto-Lei nº 176/2006, de 30 de agosto (13), receita médica é o “documento através do qual são prescritos, por um médico ou, nos casos previstos em legislação especial, por um médico dentista ou por um odontologista, um ou mais medicamentos determinados.”

Estão sujeitos a receita médica os medicamentos que preenchem uma das seguintes condições (13):

- a) Possam constituir um risco para a saúde do doente, direta ou indiretamente, mesmo quando usados para o fim a que se destinam, caso sejam utilizados sem vigilância médica;
- b) Possam constituir um risco, direto ou indireto, para a saúde, quando sejam utilizados com frequência em quantidades consideráveis para fins diferentes daquele a que se destinam;
- c) Contenham substâncias, ou preparações à base dessas substâncias, cuja atividade ou reações adversas seja indispensável aprofundar;
- d) Destinem-se a ser administrados por via parentérica.

Desta forma, os MSRM apenas podem ser dispensados mediante a apresentação de receita médica prescrita por um profissional habilitado e após a verificação da conformidade da receita segundo a legislação.

De forma a aumentar a segurança da dispensa de medicamentos e facilitar a comunicação entre profissionais de saúde, a prescrição de medicamentos deve ser realizada de forma eletrónica.

As receitas médicas eletrónicas podem ser “receitas renováveis”, “sendo passíveis de receita médica renovável os medicamentos sujeitos a receita médica que se destinem a determinadas doenças ou a tratamentos prolongados e possam, no respeito pela segurança da sua utilização, ser adquiridos mais de uma vez, sem necessidade de nova prescrição médica” (13). Este tipo de receitas pode conter até 3 vias, cada uma com 6 meses de validade a contar a partir da data de prescrição, devendo estar devidamente identificadas com o número da via (1ª via, 2ª via, 3ª via). As receitas médicas não renováveis são compostas apenas por 1 via (ANEXO 4).

Existem os seguintes tipos de receita (14):

- RN – receita de medicamentos;
- RE – receita especial (psicotrópicos e estupefacientes);
- MM – receita de medicamentos manipulados;
- MD – receita de produtos dietéticos;
- MDB – receita de produtos para o autocontrolo da diabetes *mellitus*;
- OUT – receita de outros produtos (ex. produtos cosméticos, fraldas, sacos de ostomia, etc.).

A receita médica eletrónica deve conter algumas informações que confirmam a autenticidade da receita e que devem ser analisadas pelo profissional de farmácia, tais como: número da receita, identificação do local de prescrição, identificação do prescritor, identificação do utente e regime de comparticipação, entidade financeira responsável, identificação do medicamento por DCI ou marca antecipada de DCI, dosagem, forma farmacêutica, dimensão da embalagem, posologia e número de embalagens, data de prescrição, validade e assinatura do prescritor (14).

Salvo algumas exceções previstas na portaria nº 198/2011 de 18 de maio, a receita médica poderá ser prescrita manualmente, devendo a justificação estar assinalada na receita, em local destinado para o efeito (14):

- a) Prescrição ao domicílio;

- b) Em caso de falência do sistema informático;
- c) Profissionais com volume de prescrição igual ou inferior a 40 receitas por mês;
- d) Outras situações excepcionais de inadaptação do prescritor previamente comprovada.

As receitas manuais não podem conter rasuras, estar escritas a canetas diferentes e não é permitida mais do que 1 via por receita (ANEXO 5).

O profissional de farmácia, para que possa aceitar uma receita manual, deve verificar a existência de alguns elementos, como: “identificação do prescritor e do local de prescrição ou respetiva vinheta, exceção, dados do utente, identificação do medicamento, participações, data de prescrição e assinatura do prescritor” (14).

As receitas podem ainda conter exceções à prescrição por DCI, devendo estas ser respeitadas no momento da dispensa. Nestes casos, o que aparece na receita é “Exceção a) do n.º 3 do art. 6.º - Margem ou índice terapêutico estreito”; “Exceção b) do n.º 3 do art. 6.º - Reação adversa prévia”, perante as exceções anteriores apenas pode ser dispensado o que consta na receita. “Exceção c) do n.º 3 do art. 6.º - continuidade de tratamento superior a 28 dias” (14), sendo que aqui o utente pode optar por outro medicamento equivalente ao prescrito, desde que esse seja de preço inferior. Quando nenhuma destas exceções está presente, deverá ser dispensado um medicamento que obedece à DCI e da opção do utente.

Cada receita pode incluir até quatro medicamentos diferentes, num total de quatro embalagens por receita. No máximo, podem ser prescritas duas embalagens por medicamento. No caso dos medicamentos prescritos se apresentarem em embalagem unitária podem ser prescritas até quatro embalagens do mesmo medicamento. No caso dos produtos destinados ao autocontrolo da diabetes *mellitus*, estes têm de ser prescritos isoladamente (14).

No momento do atendimento, o profissional de saúde deve verificar se a receita se encontra em conformidade com os modelos em vigor. Caso isso não se verifique, pode ser recusado o seu aviamento, devendo ser explicados os motivos ao utente, devolver a receita e se necessário dar os conselhos necessários para resolver a situação. Caso existam dúvidas na interpretação da prescrição, estas devem ser esclarecidas com a ajuda de um colega e se necessário deverá contactar-se o prescritor. O profissional de saúde deverá ainda ter uma atitude crítica perante a prescrição e avaliar a sua adequação ao utente em termos de contraindicações e interações e em termos de dose, frequência e duração do tratamento.

Depois de verificar que a receita se encontra em conformidade com os modelos em vigor, o profissional de farmácia pode então proceder à dispensa dos medicamentos, sendo importante ter em atenção aquilo que está prescrito em termos de substância ativa, dosagem e forma farmacêutica, isto para que não ocorram erros. Nos casos em que a receita não indica a

dosagem e/ou dimensão da embalagem, deve ser dispensada a embalagem com tamanho e dosagem mais baixa.

No momento da dispensa o utente deve estar informado dos medicamentos disponíveis na farmácia com a mesma substância ativa, dosagem e forma farmacêutica dos medicamentos prescritos, assim como os que são comparticipados pelo Serviço Nacional de Saúde (SNS) e com preço mais baixo (13). As farmácias devem ter em *stock*, no mínimo, três medicamentos de cada grupo homogéneo (mesma substância ativa, forma farmacêutica e dosagem) de entre os cinco medicamentos com preço mais baixo.

Após reunir toda a medicação, deve confirmar-se se os medicamentos estão corretos, assim como o número de embalagens. Seguidamente, é importante explicar ao utente o modo como deve tomar a medicação e a duração do tratamento, sendo habitual escrever essa informação nas caixas dos medicamentos.

No sistema informático 4DigitalCare®, depois de entrar na opção “Atendimento”, procede-se à leitura ótica dos medicamentos, verificando se estes correspondem aos prescritos. Seguidamente é selecionado o plano de comparticipação, sendo automaticamente assumido o valor da respetiva comparticipação. Seguidamente, são colocados no computador os dados do utente para que seja emitida a fatura/recibo.

De seguida, com o leitor ótico, lemos o código do número da receita e o número de beneficiário. Posteriormente, procedemos à impressão da documentação de faturação no verso da receita (ANEXO 6), onde o utente deve assinar se concordar com o que está impresso. No verso da receita são impressas informações como identificação da farmácia, número de beneficiário do utente, data, organismo que comparticipa, código do operador responsável pela venda, designação do(s) produto(s) (incluindo CNP, dosagem e tamanho da embalagem), quantidade, PVP de cada produto e total, preço de referência, valor da comparticipação, valor pago pelo utente e declaração que deve ser assinada pelo utente.

Relativamente às entidades comparticipadoras, todos os cidadãos possuem assistência suportada por um determinado organismo de forma a usufruírem de descontos na aquisição de medicamentos, sendo o mais comum o SNS. No entanto, existem ainda outros subsistemas de comparticipação, sendo estes uma complementaridade à comparticipação do SNS. Neste caso, no momento da dispensa o utente deve apresentar o documento que comprova que é abrangido por determinada entidade, sendo necessário tirar cópia desse documento para se seja anexado a uma cópia da receita original. Neste caso a documentação da faturação é impresso 2 vezes, sendo uma na receita original, que vai para o SNS e outra na cópia da receita, que juntamente com a cópia do documento, é enviada para a respetiva entidade para que esta possa, posteriormente, pagar à farmácia o valor que o utente não pagou.

Nos casos em que a receita se destina a um utente abrangido por um regime especial em função da patologia, por baixo do medicamento prescrito consta o despacho/decreto-lei que abrange esse medicamento/doença, sendo desta forma alterada a comparticipação consoante esse despacho/decreto-lei.

Assim, o valor pago pelo utente depende do organismo em causa e do tipo de medicamento.

Na Farmácia Gomes, por vezes recorre-se à dispensa de MSRM em venda suspensa, isto é, a farmácia dispensa o medicamento e o utente compromete-se a trazer depois a receita, sendo depois esta situação regularizada aquando da sua entrega. Neste caso, o utente paga o medicamento na totalidade e depois é reembolsado o dinheiro da comparticipação. Esta situação é útil para o utente, pois permite-lhe não interromper o tratamento em caso de impossibilidade de obter a receita no momento.

As receitas podem ser dispensadas na sua totalidade ou parcialmente, podendo ser por opção do utente ou por rutura de *stock*. Em caso de rutura de *stock* a receita é guardada num local destinado às receitas pendentes, ficando a aguardar que o medicamento em falta esteja disponível. Neste caso devemos anexar a fatura de venda à receita para que, posteriormente, se verifique quais os medicamentos que já foram dispensados.

Na Farmácia Gomes é também comum, em casos de rutura de *stock*, o utente deixar uma reserva do medicamento.

2.6.2. Medicamentos Sujeitos a Receita Médica Especial (MSRM – E)

“Os psicotrópicos e estupefacientes são substâncias extremamente importantes para a medicina e as suas propriedades, desde que usadas de forma correta, podem trazer benefícios terapêuticos a um número alargado de situações de doença. Apesar das suas propriedades benéficas estas substâncias apresentam alguns riscos, podendo induzir habituação, e até dependência, quer física quer psíquica. Por esta razão, é fundamental que sejam utilizadas no âmbito clínico e de acordo com indicações médicas. Uma vez que estes produtos estão associados a atos ilícitos são alvo de muita atenção por parte das autoridades competentes” (15).

Estão sujeitos a receita médica especial os medicamentos que preencham uma das seguintes condições (13):

- a) Contenham, em dose sujeita a receita médica, uma substância classificada como estupefaciente ou psicotrópico, nos termos da legislação aplicável;
- b) Possam, em caso de utilização anormal, dar origem a riscos importantes de abuso medicamentoso, criar toxicod dependência ou ser utilizados para fins ilegais;

c) Contendam uma substância que, pela sua novidade ou propriedades, se considere, por precaução, dever ser incluída nas situações previstas na alínea anterior.

Desta forma, a dispensa de medicamentos que contêm substâncias ativas classificadas como estupefacientes ou psicotrópicos (contidas nas tabelas I e II do Decreto-Lei n.º 15/93, de 22 de janeiro, e n.º 1 do artigo 86.º do Decreto-Regulamentar n.º 61/94, de 12 de outubro) é sujeita a um controlo rigoroso e a sua dispensa obedece a normas mais rígidas do que a dispensa de qualquer outro MSRM.

As receitas de psicotrópicos e estupefacientes são semelhantes às receitas dos restantes medicamentos, seguindo as regras de prescrição referidas anteriormente. No entanto, este tipo de medicamentos tem de ser prescrito isoladamente, ou seja a receita médica não pode conter outros medicamentos. A receita deverá ainda identificar que se trata de uma receita especial, devendo constar a sigla «RE» (ANEXO 7).

Os procedimentos para a dispensa de psicotrópicos e estupefacientes são os mesmos dos restantes medicamentos. No entanto, neste caso é necessário registar no sistema informático os dados do utente (nome e morada), do adquirente (nome, morada, número de documento de identificação, idade) e nome do médico. É também necessário tirar uma cópia da receita, sendo a original enviada à entidade que participa e a cópia arquivada na farmácia, juntamente com o talão emitido pelo sistema informático, para comprovar a saída do medicamento.

Todos os documentos envolvidos no processamento dos medicamentos psicotrópicos e estupefacientes são obrigatoriamente enviados ao INFARMED. Trimestralmente são enviados o registo de entradas e saídas e, anualmente, é enviado o balanço anual de movimentos deste tipo de medicamentos. Todas as listagens devem ser impressas em duplicado para que fiquem arquivadas na farmácia.

Todos os documentos devem permanecer na farmácia por um período mínimo de 3 anos.

2.6.3. Dispensa e preparação de medicamentos manipulados

Segundo o decreto-lei n.º 95/2004, de 22 de Abril (16), medicamento manipulado é “qualquer fórmula magistral ou preparado oficial preparado e dispensado sob a responsabilidade de um farmacêutico.” Ainda acordo com o referido decreto, entende-se como fórmula magistral “o medicamento preparado em farmácia de oficina ou nos serviços farmacêuticos hospitalares segundo receita médica que especifica o doente a quem o medicamento se destina”, e preparado oficial “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” (16)

Atualmente, apesar da indústria farmacêutica estar muito desenvolvida, nem sempre consegue responder às necessidades específicas de cada doente. Desta forma, a preparação de medicamentos manipulados apresenta um papel importante na adaptação de medicamentos ao perfil fisiopatológico dos doentes.

A Farmácia Gomes possui um laboratório apropriado para preparação de manipulados, no entanto a farmácia não realiza a sua preparação. Nos casos em que é solicitado um medicamento manipulado a Farmácia Gomes solicita a sua preparação a uma das farmácias do grupo, a Farmácia Alvim, localizada em Braga, sendo esta a responsável pelo fornecimento de medicamentos manipulados à Farmácia Gomes.

No que diz respeito à dispensa de medicamentos manipulados, os procedimentos são os mesmo que os MSRM, tendo apenas algumas particularidades no que diz respeito à receita médica: não pode constar na receita outros medicamentos e a receita deve ter a indicação que se trata de um medicamento manipulado - «MM».

2.6.4. Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica

Os MNSRM são medicamentos que, tal como o nome indica, não necessitam de receita médica para serem dispensados numa farmácia. Segundo o decreto-lei 176/2006, de 30 de agosto (13) são considerados MNSRM qualquer medicamento que não preencha as condições dos MSRM, sendo que “os MNSRM não são participáveis, salvo nos casos previstos na legislação que define o regime de participação do Estado no preço dos medicamentos” (13).

“A automedicação é a utilização de MNSRM de forma responsável, sempre que se destine ao alívio e tratamento de queixas de saúde passageiras e sem gravidade, com a assistência ou aconselhamento opcional de um profissional de saúde” (17). Sendo a utilização de MNSRM uma prática cada vez mais integrante no sistema de saúde, é também da responsabilidade do TF apelar ao uso racional do medicamento e aplicar a sua dispensa em situações clínicas bem definidas, pois o uso dos MNSRM pode estar a camuflar os sintomas de outras patologias mais graves.

Na Farmácia Gomes, é comum a solicitação de aconselhamento para determinados problemas de saúde, assim como a solicitação direta de determinados medicamentos. Esta última é cada vez mais usual, sendo uma consequência da publicidade ou aconselhamento não profissional. Nestes casos, é também da responsabilidade do TF questionar o utente sobre os motivos que o levam a solicitar esse medicamento e verificar se esse é realmente o mais adequado à situação.

As situações que levam a população a recorrer aos MNSRM são diversas, sendo as mais comuns situações de tosse, estados febris, cefaleias, alívio de rinites alérgicas sazonais, queimaduras, situações de dor ligeira, acne, tratamentos sintomático conjuntivite alérgica, entre outros.

Em qualquer uma das situações em que é solicitado um MNSRM é importante a intervenção do TF, sendo necessário questionar o utente para obter informações precisas sobre o seu estado de saúde.

Assim, para que o TF possa fazer um correto aconselhamento deve questionar o utente:

- Qual o problema de saúde e/ou motivo da procura de determinado medicamento?
- Quais os sintomas?
- Há quanto tempo persistem os sintomas?
- Tem alguma patologia diagnosticada?
- Toma/Tomou alguma medicação para esse ou outro problema de saúde?

Após a identificação do problema de saúde o TF pode intervir. Caso este entenda que os sintomas podem estar associados a uma patologia grave ou que necessite de intervenção médica e, caso se considere que o problema não se trata de transtornos menores, o utente deve ser aconselhado a recorrer ao médico. Caso contrário, o TF deve dar informação adequada ao utente e, só em caso de manifesta necessidade, deverão ser dispensados medicamentos. No caso de certos utentes como idosos, grávidas, crianças e doentes crónicos é necessário ter uma atenção especial no momento do aconselhamento.

Se realmente se verificar que é necessário a dispensa de um medicamento, o TF deve transmitir ao utente todas as informações que considere pertinentes como: ação do medicamento, modo de administração, posologia, contraindicações e duração do tratamento. Assim, o TF “deve orientar a utilização ou não do medicamento solicitado pelo doente, contribuindo para que a automedicação se realize sob uma indicação adequada e segundo o uso racional do medicamento” (1).

É também importante o TF sensibilizar o utente para as medidas não farmacológicas a adotar, pois estas são também importantes para a melhoria dos sintomas.

Desta forma, o TF “responsabiliza-se pela seleção de um MNSRM ou de eventual tratamento não farmacológico com o objetivo de aliviar ou resolver um problema de saúde considerado como um transtorno menor ou sintoma menor, entendido como problema de saúde de carácter não grave, de curta duração, que não apresente relação com manifestações clínicas de outros problemas de saúde do doente” (1).

2.6.5. Processamento e faturação do receituário

Na Farmácia Gomes, a conferência de receitas é um processo realizado diariamente e que deve ser feito com a máxima atenção. O processamento de receituário é uma das atividades que se reveste de grande importância para a farmácia, pois a ocorrência de erros implica o não pagamento da participação pelas respetivas entidades.

Como referido anteriormente, durante o atendimento é impresso no verso da receita a documentação de faturação. Posteriormente, deve ser efetuada uma verificação à receita, pois no momento do atendimento podem ter ocorrido erros. Assim, para minimizar a ocorrência de erros na verificação das receitas, na Farmácia Gomes, cada profissional corrige as receitas aviadas por outro colega, isto é, ninguém corrige as suas próprias receitas. Durante a verificação é necessário averiguar se a receita se encontra de acordo com os modelos em vigor, devendo-se ter em conta, essencialmente, a validade da receita, assinatura do prescriptor, comparar com o verso da receita a correspondência entre o medicamento prescrito e o dispensado, verificar se o organismo de participação foi bem aplicado e assinatura do utente no verso. Se algum erro for detetado, deve proceder-se à sua correção em tempo útil. Qualquer correção deve ser devidamente justificada no verso da receita. Após a verificação a receita deve ser carimbada, assinada e datada.

Posteriormente, as receitas são separadas por entidades participadoras e agrupados por lotes de 30 receitas. Em alguns casos os lotes não ficam completos, como é o caso do último lote de cada organismo e lotes de organismo menos comuns.

Para cada grupo de 30 receitas é emitido o verbete de identificação do lote onde consta a identificação da farmácia, data, número do lote, organismo e valor total do lote correspondente ao PVP, ao utente e ao organismo. Este documento deve ser devidamente carimbado e anexado ao respetivo lote de receitas.

No final do mês é realizado o fecho da faturação e são emitidos dois documentos: relação resumo de lotes e fatura mensal. A relação resumo de lotes é o documento onde consta a identificação de todos os lotes de um organismo. Na fatura mensal consta a toda informação do respetivo organismo. Todos os documentos devem ser devidamente carimbados e assinados pelo Diretor Técnico.

O envio do receituário deve ser realizada até ao dia 10 de cada mês, juntamente com a respetiva documentação. Os documentos referentes ao SNS são enviados para o Centro de Conferência de Faturas (CCF), sendo o envio realizado pelos CTT.

Os restantes organismos são enviados para a Associação Nacional de Farmácias (ANF), juntamente com os respetivos documentos. A ANF funciona como um intermediário entre os diferentes organismo e a farmácia.

As receitas não conformes são devolvidas à farmácia acompanhadas de um documento com o detalhe de erros. Posteriormente, estas devem ser corrigidas e novamente enviadas à respetiva entidade.

A ANF é responsável por efetuar o pagamento à farmácia do montante relativo às participações das receitas.

2.7. ACONSELHAMENTO E DISPENSA DE OUTROS PRODUTOS DE SAÚDE

2.7.1. Produtos Cosméticos e de Higiene Corporal

Segundo o decreto-lei nº 296/98, de 25 de setembro, Produto cosmético e de higiene corporal é “qualquer substância ou preparação destinada a ser posta em contacto com as diversas partes superficiais do corpo humano, designadamente epiderme, sistemas piloso e capilar, unhas, lábios e órgãos genitais externos, ou com os dentes e as mucosas bucais, com a finalidade de, exclusiva ou principalmente, os limpar, perfumar, modificar o seu aspeto e ou proteger ou os manter em bom estado e ou de corrigir os odores corporais” (18).

No mercado existe uma gama variada de produtos de cosmética e higiene corporal adequados a diversas situações, sendo estes procurados principalmente por pessoas que têm maior preocupação com a imagem.

A influência da publicidade pode levar à compra de determinados produtos que, por vezes, não são os mais indicados para determinadas pessoas. Desta forma, o profissional de farmácia deve ter uma atitude crítica no aconselhamento deste tipo de produtos, devendo por isso estar informado de forma a poder aconselhar quando solicitado ou quando considerado necessário.

No momento do aconselhamento o profissional de saúde deve informar o utente do tipo de produto, modo de aplicação, efeitos adversos, entre outras informações consideradas pertinentes.

Na Farmácia Gomes, como referido anteriormente, existe uma variada gama de produtos de cosmética e higiene corporal, sendo os mais solicitados os cosméticos antirrugas, bases e protetores solares.

2.7.2. Produtos dietéticos e produtos de alimentação especial

Segundo o decreto-lei nº 227/99, de 22 de junho, entende-se como “géneros alimentícios destinados a uma alimentação especial, os produtos alimentares que, devido à sua composição

ou a processos especiais de fabrico, se distinguem claramente dos géneros alimentícios de consumo corrente, são adequados ao objetivo nutricional pretendido e são comercializados com a indicação de que correspondem a esse objetivo” (19).

Ainda segundo o mesmo decreto, consideram-se os produtos dietéticos adequados a situações “cujo processo de assimilação ou cujo metabolismo se encontra perturbado” ou àquelas que se “encontram em condições fisiológicas especiais e que podem retirar particulares benefícios da ingestão controlada de certas substâncias contidas nos alimentos” (19). Assim, os produtos dietéticos para fins medicinais podem ajudar a gerir intolerância alimentares, melhorar o estado nutricional, reduzir a perda de peso durante determinados tratamentos, entre outros.

Assim, este tipo de produtos pode ser destinado a crianças ou latentes em bom estado de saúde, pessoas com condições fisiológicas especiais ou com metabolismo perturbado.

Segundo o mesmo decreto-lei, os géneros alimentícios destinado a alimentação especial podem ser divididos nas seguintes categorias (19):

- Preparados para lactentes;
- Leites de transição e outros alimentos de complemento;
- Alimentos para bebés;
- Géneros alimentícios, com valor energético baixo ou reduzido, destinados ao controlo de peso;
- Alimentos dietéticos destinados a fins medicinais específicos;
- Alimentos pobres em sódio;
- Alimentos sem glúten;
- Alimentos adaptados a esforços musculares intensos, sobretudo para os desportistas;
- Alimentos destinados a pessoas que sofrem de perturbações do metabolismo dos glúcidos (diabéticos).

No momento da dispensa deste tipo de produtos, devem ser dadas ao utente todas as informações relativas ao produto acerca do seu uso e correto acondicionamento, devendo promover o seu consumo de forma equilibrada e segura.

2.7.3. Produtos fitoterápicos

Segundo o decreto-lei 176/2006, de 30 de agosto entende-se como medicamento à base de plantas, “qualquer medicamento que tenha exclusivamente como substâncias ativas uma ou mais substâncias derivadas de plantas, uma ou mais preparações à base de plantas ou uma ou mais substâncias derivadas de plantas em associação com uma ou mais preparações à base de

plantas” (13). Assim, os produtos fitoterápicos têm como base a ação natural das plantas e dos seus constituintes.

Na Farmácia Gomes existem diversos produtos deste tipo, sendo os mais requisitados os produtos de emagrecimento, problemas circulatórios e cansaço físico e psicológico.

Os produtos fitoterápicos são cada vez mais procurados e, apesar de serem produtos naturais, estão longe de ser completamente inofensivos. Desta forma, cabe ao profissional de saúde avaliar a relação benefício-risco deste tipo de produto para o utente.

No momento da dispensa devem ser fornecidas ao utente todas as informações consideradas pertinentes, como efeitos terapêuticos e secundários, interações, posologia, entre outras.

2.7.4. Produtos homeopáticos

Segundo o decreto-lei n.º 94/95 de 9 de maio “são considerados produtos homeopáticos aqueles que, contendo uma ou mais substâncias, sejam obtidos a partir de produtos ou composições denominados «matérias-primas homeopáticas», de acordo com o processo de fabrico homeopático descrito na Farmacopeia Europeia ou, quando dela não conste, nas farmacopeias de qualquer Estado membro da União Europeia” (20).

A homeopatia baseia-se essencialmente na lei dos semelhantes, isto é, as substâncias têm a capacidade de curar os mesmos sintomas que são capazes de produzir. Assim, quando preparada homeopaticamente, uma determinada substância em doses baixas é utilizada para tratar sintomas causados por essa mesma substância em doses mais elevadas.

Na Farmácia Gomes, os produtos homeopáticos mais dispensados são o Stodal® (alívio da tosse) e Homeovox® (rouquidão).

2.7.5. Dispositivos Médicos (DM)

Segundo o decreto-lei 273/95, de 23 de outubro (21) entende-se por dispositivo médico “qualquer instrumento, aparelho, equipamento, material ou artigo utilizado isoladamente ou combinado, incluindo os suportes lógicos necessários para o seu bom funcionamento, cujo principal efeito pretendido no corpo humano não seja alcançado por meios farmacológicos, imunológicos ou metabólicos, embora a sua função possa ser apoiada por esses meios e seja destinado pelo fabricante a ser utilizado em seres humanos para fins de diagnóstico, prevenção, controlo, tratamento ou atenuação de uma doença, de uma lesão ou de uma deficiência, estudo, substituição ou alteração da anatomia ou de um processo fisiológico e controlo da concepção”.

Desta forma, enquadram-se nos dispositivos médicos produtos como sacos coletores de urinas, fraldas, material de penso, produtos ortopédicos, produtos de uso parentérico, entre outros.

2.7.6. Produtos e medicamentos de uso veterinário

Os medicamentos veterinários são consideradas um bem público, constituindo um recurso não só para a defesa da saúde do animal, mas também para a proteção da saúde pública.

Segundo o decreto-lei nº 148/2008 de 29 de julho, medicamento veterinário é “toda a substância, ou associação de substâncias, apresentada como possuindo propriedades curativas ou preventivas de doenças em animais ou dos seus sintomas, ou que possa ser utilizada ou administrada no animal com vista a estabelecer um diagnóstico médico - veterinário ou, exercendo uma ação farmacológica, imunológica ou metabólica, a restaurar, corrigir ou modificar funções fisiológicas” (22).

No momento da dispensa deste tipo de medicamentos, o profissional de farmácia deve ter em atenção a espécie animal a que o medicamento se destina, assim como o seu porte. No que diz respeito ao aconselhamento, devem ser dadas indicações sobre os efeitos terapêuticos e possíveis efeitos secundários e explicar o modo de administração e conservação.

Na Farmácia Gomes os medicamentos veterinários são arrumados num armário à parte dos restantes medicamentos, sendo este de uso exclusivo para esses medicamentos.

3. OUTROS CUIDADOS DE SAÚDE PRESTADOS NA FARMÁCIA

“A determinação dos parâmetros bioquímicos e fisiológicos permite a medição de indicadores para avaliação do estado de saúde do doente. Enquanto espaço de saúde, a farmácia pode oferecer serviços de determinação dos parâmetros bioquímicos e fisiológicos dos utentes” (1). A determinação destes parâmetros é também importante para realizar seguimento farmacoterapêutico, pois a informação dos parâmetros bioquímicos e fisiológicos ajuda a determinar a seguridade de alguns medicamentos.

Na Farmácia Gomes é possível realizar as seguintes determinações: peso, altura, IMC, Pressão Arterial, Colesterol, Triglicéridos e Glicémia.

Sempre que é solicitada a realização de alguma determinação, o TF deve aproveitar para promover um estilo de vida saudável e aconselhar o utente sobre medidas não farmacológicas que podem ser tomadas de maneira a controlar os valores.

3.1. PESO, ALTURA E IMC

O IMC é um dos principais métodos de avaliação das condições de peso de um indivíduo. Este calcula-se dividindo o peso (em kg), pelo quadrado da altura (em metros). No entanto este método tem algumas limitações, já que não considera a idade, sexo e estrutura corporal.

Consoante o resultado, o estado de nutrição do indivíduo adulto pode ser avaliado tendo em conta os seguintes valores (23):

Classificação (adultos)	IMC (Kg/m ²)
Baixo peso	<18.5
Eutrofia	18.5 – 24.9
Pré – obesidade	25 – 29.9
Obesidade grau I	30 – 34.9
Obesidade grau II	35 – 39.9
Obesidade mórbida	≥ 40

Tabela 2 - Valores de IMC em indivíduos adultos

Na Farmácia Gomes existe uma balança que determina o peso, IMC e altura com emissão de um talão.

Sempre que possível o profissional de saúde deve intervir e aconselhar medidas não farmacológicas a tomar de forma a controlar os valores de IMC, devendo promover um estilo de vida saudável e incentivar a prática de exercício físico.

3.2. PRESSÃO ARTERIAL

A pressão arterial é a força exercida pelo sangue em circulação nas paredes arteriais. A pressão arterial é mais elevada quando o coração bombeia o sangue e diminui quando o coração relaxa entre batimentos. Assim se explica a existência de um valor máximo e de um mínimo. Os valores ótimos são de 120 mmHg para a pressão sistólica (máxima) e de 80 mmHg para a pressão diastólica (mínima). A forma como geralmente é representada é 120/80 mmHg (24).

Na Farmácia Gomes, a medição da pressão arterial é um dos serviços mais requisitados. Este é efetuado recorrendo a um aparelho automático.

Durante o dia, a pressão arterial sofre várias variações que podem ser consideradas normais, uma vez que permitem a adaptação do organismo às diversas situações como o repouso e exercício físico. Desta forma, no momento da medição o utente deve estar em repouso e relaxado. Depois da medição, o valor deve ser comparado com os valores de referência, estando estes apresentados na tabela a seguir (24) :

Classificação	Pressão arterial sistólica (mmHg)	Pressão arterial diastólica (mmHg)
Normal	120 – 129	80 – 84
Normal alta	130 – 139	85 – 89
Hipertensão de grau 1	140 – 159	90 – 99
Hipertensão de grau 2	160 – 179	100 – 109
Hipertensão de grau 3	≥ 180	≥ 110

Tabela 3- Valores de referência da pressão arterial

A intervenção do profissional de saúde é importante, devendo recomendar ao utente medidas não farmacológicas para manter a pressão arterial dentro dos valores normais. Assim, deve-se aconselhar o utente a adotar um estilo de vida saudável e fisicamente ativo e adotar

uma dieta com poucas gorduras e pouco sal. É também necessário reduzir o consumo de álcool e abandonar o uso de tabaco.

3.3. GLICÉMIA, COLESTEROL E TRIGLICÉRIDOS

A Farmácia Gomes realiza teste de glicémia colesterol e triglicéridos, sendo estes realizados numa sala destinada para o efeito.

A medição é realizada através de uma amostra de sangue, que é obtida através de uma punção capilar feita ao utente com uma lanceta descartável, sendo o sangue recolhido para um capilar. De seguida, o sangue é colocado numa tira de medição que é introduzida no aparelho. As tiras utilizadas variam consoante o teste a realizar, estando estas devidamente identificadas.

Depois de colocada a tira no aparelho, aguarda-se alguns segundos e o resultado é mostrado no ecrã.

3.3.1. Glicémia

A glicémia é a concentração de glicose no sangue e a determinação do seu valor permite verificar se este se encontra dentro do normal, se está aumentado (hiperglicémia) ou diminuído (hipoglicémia).

A patologia mais comum relacionada com este parâmetro é a diabetes *mellitus*. O principal objetivo do tratamento da pessoa com diabetes é conseguir um ótimo controlo metabólico para que o doente possa ter uma boa qualidade de vida.

Para controlar a diabetes, associado à toma de medicamentos, o doente deve manter um estilo de vida saudável associado à prática de exercício físico.

Os valores de referência para a glicémia estão apresentados no quadro seguinte (25):

Glicémia	
Jejum	70 mg/dl – 100 mg/dL
Pós – prandial	< 140 mg/dL

Tabela 4 - Valores de referência da glicémia

3.3.2. Colesterol e triglicéridos

O colesterol e os triglicéridos são substâncias lipídicas encontradas naturalmente no nosso organismo, fundamentais para o seu funcionamento normal, no entanto quando em valores elevados tornam-se prejudiciais á saúde.

O colesterol que está disponível no sangue depende da quantidade sintetizada pelo organismo e pela quantidade de gordura saturada (provoca o aumento das lipoproteínas de baixa densidade (LDL) - prejudiciais) e insaturada (provoca o aumento das lipoproteínas de alta densidade (HDL) – efeito protetor) existente nos alimentos ingeridos. Desta forma, é aconselhável o controlo do consumo destas gorduras para que não ocorram descompensações exageradas. A medição dos triglicéridos é um parâmetro também importante e que complementa a medição do colesterol na determinação de um perfil lipídico. No caso do teste dos triglicéridos, para a sua realização é necessário um jejum de 12 horas.

Depois de realizar o teste, o valor obtido deve ser comparado com os valores de referência que estão representados na tabela seguinte (26):

	Colesterol total	Triglicéridos
Valores referência	< 190 mg/dL	< 150 mg/dL

Tabela 5 - Valores de referência do colesterol e triglicéridos

No caso de doentes com patologias coronárias, diabetes ou insuficiência renal, que são considerados doentes de risco, recomendam-se os valores de colesterol inferiores a 175 mg/dL.

É importante o profissional de saúde aconselhar o utente das medidas a tomar para controlar os seus níveis de colesterol e triglicéridos. No caso de caso de se tratar de um utente medicado, devemos sensibilizá-lo para a importância do cumprimento da terapêutica, assim como recomendar algumas medidas não farmacológicas. Também para os utentes não medicados é importante apelar a um estilo de vida saudável.

4. FARMACOVIGILÂNCIA

“A Farmacovigilância visa melhorar a qualidade e segurança dos medicamentos, em defesa do utente e da saúde pública, através da deteção, avaliação e prevenção de reações adversas a medicamentos. Uma reação adversa a medicamento (RAM) é uma resposta nociva e não intencional a um ou mais medicamentos” (27).

Antes de qualquer medicamento ser comercializado tem de obter Autorização de Introdução no Mercado (AIM), para isso é necessário passar por uma série de ensaios clínicos que comprovam a sua qualidade, segurança e eficácia.

No entanto, durante a fase de desenvolvimento não é possível recolher todas as informações relativas às reações adversas, podendo existir algumas reações adversas raras ou de efeito tardio. Desta forma, a informação recolhida através da notificação de RAM é essencial para manter a monitorização contínua dos medicamentos existentes no mercado.

Assim, é também da responsabilidade do TF e do utente enviar informações sobre possíveis RAM, existindo para isso de um documento próprio para fazer a sua notificação.

É também da responsabilidade do profissional de saúde fornecedor todas as informações consideradas importantes sobre os medicamentos/produtos que dispensa, pois isto contribui para que o utente utilize os medicamentos/produtos de forma segura, reduzido a insegurança na sua utilização.

As notificações de RAM's devem ser enviadas o mais rápido possível ao INFARMED, sendo esta a entidade responsável pelo acompanhamento e coordenação do sistema, nos termos previstos no decreto-lei nº 176/2006, de 30 de agosto (13).

5. VALORMED

“A VALORMED é uma sociedade sem fins lucrativos que tem a responsabilidade da gestão dos resíduos de embalagens vazias e medicamentos fora de uso. Resultou da colaboração entre a Indústria Farmacêutica, Distribuidores e Farmácias em face da sua consciencialização para a especificidade do medicamento enquanto resíduo” (28).

A VALORMED é a Sociedade Gestora de Resíduos e embalagens de medicamentos e tem como objetivo a recolha dos medicamentos fora de uso para que estes sejam conduzidos a processos de tratamento seguros, minimizando o impacto ambiental negativo que estes podem causar. Sendo este um tipo de resíduo especial, deve ser tratado da forma adequada.

Uma das missões da VALORMED passa por promover campanhas de sensibilização e comunicação junto da população, levando-as a entregar na farmácia os resíduos de medicamentos fora de uso e as respetivas embalagens. No entanto, é também da responsabilidade dos profissionais de saúde informar e consciencializar os utentes sobre este serviço, pois sendo o profissional de saúde a contactar com o utente, é o meio mais importante para obter adesão a este serviço. Uma boa forma, de sensibilizar o utente é aconselhando-o a verificar periodicamente os medicamentos que tem em casa e, caso algum se encontra fora do PV ou que já não use, pedir que este os entregue na farmácia.

A recolha de medicamentos é feita num contentor apropriado que é disponibilizado pela VALORMED de forma gratuita. Quando o utente entrega medicamentos para a VALORMED devemos verificar se tudo se encontra nas devidas condições, isto é, se apenas contém embalagens de medicamentos e não outro tipo de material, como por exemplo seringas.

Quando o contentor se encontra cheio é pesado, rotulado e selado. Cada contentor faz-se acompanhar de uma ficha própria que, no momento da entrega do contentor, deve ser devidamente preenchida com informações como nome da farmácia, peso do contentor, assinatura do responsável pelo seu fecho e assinatura do responsável pelo seu levantamento.

VALIDAÇÃO DE PICTOGRAMAS NA POPULAÇÃO IDOSA

A comunicação entre o profissional de saúde é um dos aspetos mais importantes a ter em conta na dispensa e aconselhamento de medicamentos, pois não basta um medicamento seguro, no seu sentido intrínseco, deve-se também garantir a sua correta utilização. Assim, as falhas na comunicação no momento do aconselhamento levam muitas vezes a agravamentos na saúde dos utentes, não por falta de qualidade e segurança dos medicamentos, mas pela sua incorreta utilização.

A dificuldade de comunicação entre o profissional de saúde e o utente pode ter diferentes motivos, sendo os mais comuns as diferenças entre a linguagem falada entre o utente e o profissional, problemas de saúde, a falta de escolaridade e a idade.

A comunicação não é inerente, logo pode recorrer-se ao uso de diversas técnicas comunicacionais que possam melhorar o contacto com o utente. Sendo os idosos uma faixa etária considerada com mais dificuldades de comunicação e no sentido de melhorar este aspeto, foi proposta a realização de um estudo que tem como objetivo determinar quais as imagens que melhor são compreendidas pelos doentes idosos com mais de 65 anos, o que irá ajudar a criar indicações ilustrativas no sentido de melhorar a comunicação e aumentar a segurança no uso de medicamentos.

As respostas obtidas no estudo foram obtidas através da apresentação das imagens e a adivinhação foi registada em virtude da informação transmitida pelo inquirido.

Grande parte dos inquiridos foram idosos que sabem ler e escrever, no entanto tive a possibilidade de questionar alguns sem qualificações. Assim, foi possível verificar que existe uma maior dificuldade de comunicação e reconhecimento das imagens nos idosos que não possuem qualquer tipo de escolaridade.

Através da recolha dos dados demográficos foi possível verificar que dos 10 idosos que tive a oportunidade de questionar, 3 deles não possuíam qualquer tipo de escolaridade, inclusive não sabiam ler ou escrever e, além de possuir muito desconhecimento acerca da sua medicação (não sabiam quantos comprimidos tomavam por dia, nem para quê), tiveram grande dificuldade no reconhecimento das imagens, tendo errado na interpretação da sua maioria. Foi ainda possível verificar que grande parte ainda distingue a medicação a tomar pela cor da caixa/comprimidos.

No grupo de idosos que possuem escolaridade foi notória uma maior capacidade de reconhecimento das imagens relativamente ao outro grupo, apesar de também ter sido verificada grande dificuldade.

Em ambos os grupos foi necessário incentivar à descrição da imagem pois por diversas vezes responderam “Não sei”.

Ao analisar os dados é possível verificar que existem imagens que são mais facilmente reconhecidas pelos idosos, sendo essas aquelas que à primeira vista são menos complexas, isto é contém menos informação. Estas foram as imagens 52, 60 e 71 – “Tomar x comprimidos/cápsulas”, a 39 – “Tomar ao deitar” e 55 – “Tomar medicamento com água.” Assim, as imagens em que se verificou maior reconhecimento foram as imagens relativas a indicações sobre a posologia, as restantes relativas ao modo de administração e efeitos secundários suscitaram grandes dúvidas na grande maioria dos inquiridos, tendo sido aquelas em que mais respostas erradas se verificou.

Relativamente, às sugestões qualitativas verificou-se que foram raros os momentos em que algum idoso verificou espírito crítico e capacidade de argumentação para apresentar melhorias para as imagens. Sendo também aqui obtida a resposta, “Não sei”, para praticamente todas as situações.

Assim, através da realização dos questionários foi possível verificar uma grande dificuldade de interpretação por parte dos idosos, assim como muito pouco sentido crítico relativamente às sugestões de melhoria.

A realização dos questionários apresentou várias limitações, nomeadamente no que diz respeito à quantidade de imagens. Sendo em grande número provocaram impaciência e saturação por parte dos inquiridos levando estes a dar respostas pouco ponderadas. Desta forma, seria mais viável diminuir o número de imagens por idoso e aumentar o número de questionários a realizar.

Na minha opinião houve dificuldade em interpretar algumas imagens, não pela falta de perceção, mas pelo desconhecimento do idoso de que se deve fazer algo em determinados medicamentos. Refiro-me por exemplo, à figura 62 – “Agitar antes de usar”, esta apesar de estar simplificada causou controvérsia em grande parte das respostas e, talvez uns dos motivos seja o desconhecimento que algumas formas farmacêuticas necessitam de agitação. Também a imagem 65 – “Administração por sonda gástrica”, 48 – “Via de administração subcutânea” e 42 – “Guardar no frigorífico”, se enquadram nestas condições.

Tal como referido anteriormente, grande parte dos idosos reconhece a medicação a tomar pela cor, desta forma e na minha opinião seria uma boa sugestão de melhoria, aplicar cor aos pictogramas, desta forma seria de esperar por parte do idoso, maior reconhecimento das imagens e mais capacidade de memorização das informações transmitidas no momento do aconselhamento.

Outro aspecto que considero importante melhorar é simplicidade da figuras. Quanto mais detalhes tiver a imagem mais difícil vai ser para o idoso interpretar, sendo mais difícil transmitir a informação pretendida, pois uma imagem com muito detalhe pode ser interpretada de diversas formas.

Na minha opinião é também necessário ter em conta, que a interpretação dos pictogramas ao ser apresentada ao idoso na realização do estudo é feita de uma forma descontextualizada, o que pode tornar a sua interpretação mais difícil. Isto é, no momento da dispensa de medicamentos o utente deve prestar atenção às indicações do profissional de saúde, sendo estas auxiliadas pelos pictogramas e, a associação dessas informações com a imagem pode fazer com que este associe a imagem ao contexto e entenda muito melhor o que esta representa.

Apesar de todas as dificuldades encontradas na realização deste estudo, considero a validação de pictogramas na população uma mais-valia para a população em geral, mas principalmente para a população idosa. Sendo este um método baseado em imagens, é uma maneira de facilitar a compreensão de diversas informações, o que poderá levar a um uso mais correto e seguro dos medicamentos e aumentar a adesão à terapêutica.

REFLEXÃO CRÍTICA

A realização do estágio na Farmácia Gomes foi sem dúvida, uma experiência que contribuiu para o aprofundar de conhecimentos e para adquirir uma melhor prática no que diz respeito à profissão do TF.

A Farmácia Gomes apresenta uma equipa jovem, constituída por profissionais competentes que me acolheram e me ajudaram ao longo de todo o estágio, estando sempre disponíveis para o esclarecimento de dúvidas. Isto contribui para que o estágio decorresse da melhor forma e permitiu sentir-me integrada na equipa.

A primeira semana de estágio foi aquela em que senti mais dificuldades, nomeadamente no que diz respeito à arrumação dos medicamentos/produtos.

A realização do estágio constitui na participação ativa das várias etapas do circuito do medicamento. As atividades em que participei durante o estágio foram a receção e conferência de encomendas, realização de devoluções, armazenamento, controlo de prazos de validade e controlo de *stocks* e atendimento ao público.

Nas primeiras semanas, apenas realizei receção e conferência de encomendas e armazenamentos, o que contribui para estabelecer um contato direto com os medicamentos e os seus locais de armazenamento. Posteriormente, depois de estar familiarizada com grande parte dos medicamentos e os seus locais, participei ativamente no atendimento ao público.

O primeiro contato com os utentes foi uma tarefa complicada devido ao desconhecimento de certos produtos e devido ao receio de não saber informar devidamente. No entanto, com o tempo essa tarefa foi-se tornando mais fácil e o atendimento ao balcão foi-se tornando uma atividade diária e de maior frequência.

Durante o atendimento ao balcão, diversas vezes foram solicitados MNSRM, o que me permitiu colocar à prova e pôr em prática os meus conhecimentos e capacidade de comunicação. Por vezes, apresentei dificuldades no aconselhamento e, neste caso, solicitei a ajuda de um dos profissionais da farmácia. Com o tempo foram surgido cada vez menos dúvidas.

No que diz respeito á preparação de manipulados, não realizei esta tarefa pois, como referido anteriormente, quando necessário a Farmácia Gomes solicita a sua preparação a uma das farmácias do grupo.

De uma forma geral, os equipamentos e restantes recursos disponibilizados na farmácia são adequados às atividades a realizar. No entanto, o facto das dimensões da farmácia serem um pouco reduzidas, faz com que exista alguma dificuldade de armazenamento de alguns produtos. Por vezes, a colocação de expositores é também condicionada devido á falta de espaço e isto faz com que muitas vezes a publicidade de alguns produtos seja limitada.

O profissionalismo e rigor na dispensa de medicamentos é, sem dúvida um grande ponto positivo da Farmácia Gomes. Aliado ao profissionalismo, é de realçar a relação entre o utente e os profissionais, esta é muito positiva e faz com que os utentes se sintam à vontade para colocar todas as suas dúvidas.

Ao longo do estágio foram-me solicitados a realização de um trabalho sobre suplementos alimentares (ANEXO 8) e outro sobre produtos de higiene oral (ANEXO 9).

A realização do trabalho dos suplementos alimentares baseou-se principalmente na descrição daqueles que estão disponíveis na Farmácia Gomes. Isto permitiu-me adquirir conhecimentos sobre a composição de vários suplementos alimentares, o que me proporcionou maior à vontade no seu aconselhamento ao balcão quando estes me eram solicitados.

O trabalho sobre os produtos de higiene oral foi também importante para adquirir conhecimento nesta área, o que também me facilitou o aconselhamento deste tipo de produtos.

Durante estágio foi-me ainda facultada a oportunidade de assistir a várias formações sobre produtos de dermocosmética, o que contribuiu para adquirir algum conhecimento acerca de vários produtos. A possibilidade de assistir a este tipo de formações foi sem dúvida importante pois, nos dias de hoje é cada vez mais comum, em farmácia comunitária, o pedido de aconselhamento sobre produtos de cosmética e higiene corporal.

Durante o estágio, tive ainda a oportunidade de participar no estudo de “validação de pictogramas na população idosa”.

Relativamente à minha prestação, considero que foi positiva, pois durante todo o estágio tentei realizar todas as tarefas com competência, empenho e autonomia, disponibilizando-me sempre para à execução de tarefas.

CONCLUSÃO

O TF é um profissional que participa ativamente no circuito do medicamento e na prestação de serviços de saúde aos utentes. Estes devem sempre ser realizados com a máxima eficácia, eficiência e segurança.

O circuito do medicamento é um processo bem definido em farmácia comunitária, pois para garantir que os medicamentos e produtos de saúde chegam ao utente em perfeitas condições, os diferentes intervenientes devem seguir um conjunto de normas e procedimentos, de maneira a manter os padrões de qualidade, segurança e eficácia dos medicamentos e produtos de saúde.

A seleção e aquisição de medicamentos e produtos de saúde é uma tarefa diária e que deve ser realizada com grande rigor e de acordo com as necessidades da farmácia, assim torna-se fundamental uma correta gestão e atualização de *stocks*.

A receção e conferência de encomendas deve ser realizada com grande rigor, isto para que os *stocks* no sistema informático estejam sempre corretos e atualizados, pois a sua incorreção pode levar à compra de produtos não necessários para a farmácia.

O armazenamento é também um ponto importante no circuito do medicamento, pois é necessário ter em conta as condições em que os medicamentos devem ser armazenados e também é importante que sejam arrumados nos locais corretos, diminuindo assim a probabilidade de ocorrerem erros durante a sua dispensa.

A dispensa de medicamentos deve ser feita com a máxima atenção, devendo sempre ser transmitidas ao utente as informações necessárias à sua utilização. Além de transmitir essas informações é também importante garantir que o utente as recebeu de forma clara e precisa, certificando que vai utilizar a medicação de forma correta e segura e irá tirar o máximo benefício da terapêutica. No caso da dispensa de MNSRM, esta deve ser realizada de forma consciente, isto é, apenas devem ser dispensados medicamentos caso se trate de transtornos menores e quando existe informação suficiente para o fazer.

A farmácia como entidade prestadora de cuidados de saúde pode oferecer serviços de determinação dos parâmetros bioquímicos e fisiológicos, devendo aconselhar o utente a adotar medidas não farmacológicas para controlar esses parâmetros e promover estilos de vida saudáveis.

Concluindo, a realização do estágio foi uma experiência enriquecedora que contribuiu para o aprofundar de conhecimentos, desenvolver capacidade de lidar com as mais variadas situações e para o desenvolvimento de competências técnicas importantes para o meu futuro enquanto profissional de saúde.

BIBLIOGRAFIA


1. **Santos, H. J., Cunha, I. N., Coelho, P. V., Cruz, P., Botelho, R., Faria, G., Marques, C. et al.** (2009), *Boas Práticas Farmacêuticas para a Farmácia Comunitária*, 3ª edição, Conselho Nacional da Qualidade
2. **INFARMED.** Serviços aos Utentes. *Licenciamento de entidades*. [Online] [Citação: 01 de Junho de 2015.] <http://www.infarmed.pt/>
3. **INFARMED.** Decreto-Lei n.º 172/2012, de 1 de agosto. *Procede à segunda alteração ao Decreto-Lei n.º 53/2007, de 8 de março, que regula o horário de funcionamento das farmácias de oficina*. 2012.
4. **INFARMED.** Decreto-Lei n.º 171/2012, de 1 de agosto. *Procede à segunda alteração ao Decreto-Lei n.º 307/2007, de 31 de agosto, que estabelece o regime jurídico das farmácias de oficina*. 2012.
5. **Ministério da Saúde.** Decreto-Lei n.º 564/99, de 21 de Dezembro. *Estabelece o estatuto legal da carreira de técnico de diagnóstico e terapêutica*. 1999.
6. **INFARMED.** Decreto-Lei n.º 307/2007, de 31 de Agosto. *Regime jurídico das farmácias de oficina*. Artigo 29.º - Instalações.
7. **Craveiro, Bruno.** Estratégias de marketing e merchandising aplicadas à Farmácia de oficina. *Universidade Fernando Pessoa*. 2010, Faculdade de Ciências da Saúde.
8. **INFARMED.** Decreto-Lei n.º 20/2013, de 14 de fevereiro. *Procede à sétima alteração ao Decreto-Lei n.º 176/2006, de 30 de agosto, que estabelece o regime jurídico dos medicamentos de uso humano*. 2010.
9. **INFARMED.** Medicamentos de Uso Humano. *Ministério da Saúde*. [Online] [Citação: 06 de Junho de 2015.] <http://www.infarmed.pt>
10. **Carvalho, Marta.** *A gestão em farmácia comunitária*. Lisboa : Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, 2013.
11. **INFARMED.** Decreto-Lei n.º 15/93, de 22 de Janeiro. *Regime jurídico do tráfico e consumo de estupefacientes e psicotrópicos*. 1993.

12. **Farinha, Ascensão, Tavares, Paula e Sacramento, Maria João.** Estabilidade dos medicamentos. *Estudo comparativo da qualidade dos medicamentos comercializados em Portugal*.
13. **INFARMED.** Decreto-Lei n.º 176/2006, de 30 de Agosto. *Estatuto do Medicamento*.
14. **Portaria n.º 198/2011, de 18 de maio.** *Regime jurídico a que obedecem as regras de prescrição eletrónica, bem como o regime transitório da receita manual de medicamentos*. 2011.
15. **INFARMED.** *Psicotrópicos e estupefacientes*. s.l. : Ministério da Saúde, 2010.
16. **INFARMED .** Decreto-Lei n.º 95/2004, de 22 de Abril. *Regula a prescrição e a preparação de medicamentos manipulados*.
17. **INFARMED.** Despacho n.º 17690/2007, de 23 de Julho. *Revoga o anexo ao despacho n.º 2245/2003, de 16 de Janeiro - Lista de situações de automedicação*.
18. **INFARMED.** Decreto-Lei n.º 296/98, de 25 de Setembro. *Regras que disciplinam o mercado de produtos cosméticos e de higiene corporal*.
19. **INFARMED.** Decreto-Lei n.º 227/99, de 22 de junho. *Regula o regime jurídico aplicável aos géneros alimentícios destinados a uma alimentação especial*. 1999.
20. **INFARMED.** Decreto-Lei n.º 94/95, de 9 de Maio. *Regime jurídico da introdução no mercado, do fabrico, da comercialização, da rotulagem e da publicidade dos produtos homeopáticos para uso humano*.
21. **INFARMED.** Decreto-Lei n.º 273/95, de 23 de Outubro. *Regras a que devem obedecer o fabrico, a comercialização e a entrada em serviço dos dispositivos médicos e respectivos acessórios*. Revogado pelo Decreto-Lei n.º 145/2009, de 17 de Junho.
22. **Ministério da agricultura, do desenvolvimento rural e das pescas.** Decreto-Lei n.º 148/2008 de 29 de Julho. 2008.
23. **Associação Portuguesa de dietistas .** Índice de Massa Corporal. *APD*. [Online] [Citação: 10 de 06 de 2015.] <http://www.apdietistas.pt/nutricao-saude/avaliar-o-seu-estado-nutricional/parametros-antropometricos/62-indice-de-massa-corporal>.
24. **Sociedade Portuguesa de hipertensão.** Guidelines de 2013 da ESH/ESC para o tratamento da hipertensão arterial. *Revista Portuguesa de hipertensão e risco cardiovascular*. 2014.

- 25. Marfil, R.,** *Enciclopédia familiar da Saúde, in Enciclopédia da Saúde, M. Editores, Editor.* 2005: Setúbal.
- 26. Ministério da Saúde.** Norma da direção geral de saúde. *Abordagem terapêutica das dislipidemias.* 2011.
- 27. INFARMED. Farmacovigilância.** *Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde .* [Online] [Citação: 11 de 06 de 2015.] <http://www.infarmed.pt>
- 28. Valormed.** Quem somos. *Valormed.* [Online] [Citação: 11 de 06 de 2015.] <http://www.valormed.pt/pt/conteudos/conteudo/id/5>.

ANEXOS

ANEXO 1 – FATURA



Alliance Healthcare
Tornamos a saúde mais próxima

FACTURA - Duplicado
Rota : R355
ARMAZEM PORTO Pag. : 1 / 1
Nr : 98A0562486 Data : 2015/06/12

V 0000000098000002000020150000001/562486

ALLIANCE HEALTHCARE, S.A.
Sede Social:
Rua Eng.° Ferreira Dias, 728, 3.° Piso Sul
4149-014 PORTO PORTUGAL
Contr: 502693150 C.R.C. 51991 Porto
Capital Social: EUR 2,500,000.00
Armazem:
Rua Eng° Ferreira Dias, 738 4149-014 PORTO
Telef: 226158700 Fax: 226107969

FARMACIA GOMES
DANIELA SANTOS UNIPessoal LDA
RUA 1° DE DEZEMBRO
ESPOSENDE
4740-226 ESPOSENDE, PORTUGAL

Cli FI: 6812
Cli OP: 9371
GCOMPRAS 00:00, 12:59
Cont: 513191356
Guia: 000601206
NO-Normal

Codigo	Designacao	Ped	Env	PVP	Preco	MG	%Desc	Tx.Cm	PVF	Total IVA	Lote
Nr.Externo 2015/06/12 12:46											
A 5218706	AMISSULPRIDA MG 50MG 60CMP MYL	1		9.86	6.90P E2	9.71	.04		6.94	6.94#G 6	140279
A 7847608	ANIMATIV CAP X30	1			8.89F MN				6.98	6.98#G 23	C326
A 5369855	CANDESAR + HIDR MG 16/12.5MG 28CMP KRK	3		6.48	4.83P E1	47.41	.02		2.92	8.76#G 6	TC2525
A 5767587	LOSARTAN MG 50MG 56CMP KRK	2		6.44	4.79P E1	47.60	.02		2.89	5.78#G 6	G02954
A 2152494	REMISIL GEL 100G	2			6.64F MN				5.27	10.54#G 6	15058

Contentor: A 111085

Teva Smart / 06-2015 - 2431.98 de 3732.82

MG Margem Legal Armz.	Margem Legal Farm.	MG Margem Legal Armz.	Margem Legal Farm.	MG Margem Legal Armz.	Margem Legal Farm.
E1 2.24% + .25	5.58% + .63				
E2 2.17% + .52	5.51% + 1.31				

Merc.Suj.Desconto	% Iva	Vl.Incidencia IVA	Valor Iva	LIQUIDO	
Total: .00	6.0	32.02	1.93 M	VALOR FEE	39.00
MN Plat+: .00	23.0	6.98	1.61 M	IVA	1.17
Merc. Sem Desc. (#)	23.0	1.17	.27 S		3.81
39.00	.0	.00	.00	TOTAL	43.98
		M=Mercadoria S=Servicos		UNIDADES	9
		G=G.Compr, P=PVA Arm, F=P.Venda, B=Bolsa		NRLINHAS	5




Local Carga : N/Armazem Viatura: ___/___/___ Data/Hora: 2015/06/12 13:55
Local Descarga : Domicilio do Cliente

Bens colocados a disposicao do adquirente em 2015/06/12. Reg. ANREEE Nr.PT001261. Reg. Ecopilhas Nr.ECO522/2014
MARGENS LEGAIS ANTIGAS: M0 - 31-12-2011; M1 a M6 - de 2011 a 03-2014.

Grupo de Compras n° 26
5095.00

buu/-Processado Por Programa Certificado N° 383/AT

Uma parceria Walgreens Boots Alliance, Associação Nacional das Farmácias e José de Mello Participações II SGPS

ANEXO 2 - REQUISIÇÃO ESPECIAL DE MEDICAMENTOS PSICOTRÓPICOS E ESTUPEFACIENTES



Sede Social:
Rua do Barreiro, 235 • 4470-573 Maia
Tlf.: 229 409 400 / Fax: 229 409 490 / Email: ocp.portugal@ocp.pt
OCP PORTUGAL PRODUTOS FARMACÊUTICOS S.A. • Capital Social 35.786.055 Euros
Contribuinte N.º 500 364 877 • Matr. Cons. Reg. Com. Maia sob o N.º 56.176



REQUISIÇÃO DE SUBSTÂNCIAS E SUAS PREPARAÇÕES COMPREENDIDAS NAS TABELAS I, II, III E IV, COM EXCEÇÃO DA II-A, ANEXAS AO DECRETO-LEI N.º 15/93, DE 22 DE JANEIRO, COM RECTIFICAÇÃO DE 20 DE FEVEREIRO

Página 1 / 1

(Nos termos do art. 18.º do Decreto Regulamentar n.º 61/94, de 12 de Outubro.)

Requisita-se a OCP PORTUGAL PRODUTOS FARMACEUTICOS, SA estabelecimento MAIA

Código	Designação	Quant. Pedida	Quant. Aviada
5470182	LEXOTAN 3 MG COMP. X60	6	6
5712591	ANSILOR 2.5 MG COMP. X60	1	1
8064030	LIBRAX 5 MG 2.5 MG COMP.REV X60	3	3

Original

Requisição N.º: KM.REPK150612.0233

N/ Referência: M.FAC15286714

Factura N.º: REPK.M.REPK150612/0233



* M . R E P K 1 5 0 6 1 2 . 0 2 3 3 *

Entidade Requisitante (carimbo)

DANIELA SANTOS UNIPessoal LDA
FARMACIA
101249 GOMES
RUA 1.º DE DEZEMBRO, 18-20
ESPOSENDE
4740-226 ESPOSENDE

Director Técnico ou Farmaceutico Responsável

N.º de insc. na O. F.: _____
Data: 2015-06-12
Assinatura (Legível): _____

Entidade Fornecedora

OCP PORTUGAL PRODUTOS FARMACEUTICOS, SA
Estabelecimento: MAIA
RUA DO BARREIRO,FRACÇÃO "G",N.º 179 CRESTINS
CRESTINS
4470-573 MAIA
Telefone: 808220230 Fax: 229409467

Director Técnico

CLÁUDIA MARGARETE LOPES VARELA
N.º de insc. na O.F.: P-2708
Data: 2015-06-12

YSrj-DocumentoProcessado por Programa Certificado N.º 2303/AT
Página: 1 / 1, Impresso por: PEEM, Data: 2015/06/12, Hora: 13:27, Processo: ARMD0727

ANEXO 3 – NOTA DE DEVOLUÇÃO

Data: 05-06-2015

Farmácia Gomes
 Daniela Santos Unipessoal Lda.
 Dir.Téc. Dra.Daniela J.A.Gomes dos Santos
 Rua 1º de Dezembro, 18
 4740-226 Esposende
 Telf: 253961237
 Fax: 253967157
 Email: farmaciagomes@online-farmacias.com
 NIF: 513191356
 Autorização Infarmed 5231

OCP PORTUGAL
 AV.IMACULADA CONCEICAO,717-725.
 4700-000 BRAGA
 NIF: PT 500364877

Este documento não serve de factura

Código AT: 2422506970

Ihnd-Processado por programa certificado n.º 1665/AT

Código	Descrição	Validade	Qtd.	Bon	IVA	PVP	PC	Valor
Motivo:	PEDIDO POR ENGANO							
5193131	NIOGERMOS 80 MG/G VERNIZ - 1 - 6.6	07-2016	1	0	6	21,73	16,92	16,92
FT / Obs.: m.faci15/275532								
Total:			1					16,92

Taxa	Incidência	IVA	Total
6	16,92	1,02	17,94
Total:	16,92	1,02	17,94

Local Carga: Nossas Instalações

Data / Hora Carga: 05/06/2015 19:50:00

Viatura:

Local Descarga: Morada do Destinatário

Data / Hora Descarga: / / : :



5 de junho de 2015

Desenvolvido por: 4DigitalCare, Lda

Pág. 1 de 1

ANEXO 4 – RECEITA MÉDICA NÃO RENOVÁVEL

Receita Médica Nº			
<p>GOVERNO DE PORTUGAL MINISTÉRIO DA SAÚDE</p> <p>*1011000016741714809*</p>			
<p>ente: [REDACTED]</p> <p>Telefone: [REDACTED] R.C.: [REDACTED]</p> <p>idade Responsável: SNS</p> <p>de Beneficiário</p>	<p>[REDACTED]</p> <p>Especialidade: MEDICINA GERAL E FAMILIAR</p> <p>Telefone: [REDACTED]</p>	<p>RN</p> <p>H. BOA NOVA SA</p> <p>[REDACTED]</p> <p>*U830008*</p>	
<p>[REDACTED]</p> <p>*M20596*</p>			
DCI / Nome, dosagem, forma farmacêutica, embalagem, posologia	Nº	Extenso	Identificação Óptica
Cetotifeno , 0.25 mg/ml , Colírio, solução , Frasco conta-gotas - 1 unidade(s) - 5 ml	2	Duas	[REDACTED] *50029436*
Oto-Synalar N , Associação , Gotas auriculares, solução , Frasco - 1 unidade(s) - 10 ml	1	Uma	[REDACTED] *5396924*
<p>idade: 30 DIAS</p> <p>ia: 2015-06-06</p>	<p>[REDACTED]</p> <p>(assinatura do Médico Prescritor)</p>		

ANEXO 5 – RECEITA MANUAL

GOVERNO DE PORTUGAL
Ministério da Saúde

Receita Médica N.º
8010000000273082809

Utente: [redacted]
N.º de Utente: [redacted]
Telefone: [redacted]
Entidade Responsável: SNS
N.º de Beneficiário: [redacted]

R. C.: [redacted]

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

Especialidade: [redacted]
Telefone: [redacted]

Vinheta do Local de Prescrição

R. DCI/Nome, dosagem, forma farmacêutica, embalagem	N.º	Extenso
1 Atorvastatina 20 mg		1 uno grande
2 Trombolit 150 mg (Acido acetilsalicílico)		1 uno
3		
4		

Validade: 30 dias

Data: 2015,06,04
(aaaa/mm/dd)

Assinatura do Prescritor [redacted]


Sim
 Não

Pretendo exercer o direito de opção

(assinatura do Utente)

ANEXO 6 - DOCUMENTAÇÃO DE FATURAÇÃO NO VERSO DA RECEITA

Farmácia Gomes
Código ANF 5231 - Contr. Nº 513191356
Dir. Téc. Dra. Daniela J.A. Gomes dos Santos



Benefic.: [REDACTED]
2015-06-06 . 01 - SNS . 8 . 33








Prod.	PVP	Pref.	Qt	Comp	Utente
1) *5395033* TRAMADOL+CETAMOL ACTAVIS 37,5+325 M	0.95	1.68	1	0.62	0.33
Totais:	0.95		1	0.62	0.33

Declaro que:
me foi dispensada 1 embalagem
de medicamentos constantes da receita e
prestados os conselhos sobre a sua utilização.
Direito de opção:
 [X] não exerci o direito de opção

Assinatura do Utente [REDACTED]

Tel: 35 [REDACTED]
616115

ANEXO 7 – RECEITA MÉDICA ESPECIAL

 GOVERNO DE PORTUGAL MINISTÉRIO DA SAÚDE		 * 1 0 1 1 0 0 0 0 6 1 6 2 7 4 2 1 0 1 *
Utente: <input type="text"/>		
Telefone: <input type="text"/>	R.C.: <input type="text"/>	
Entidade Responsável: ADSE		
N.º de Beneficiário: 		
 * M 2 2 8 2 6 *	Especialidade: MEDICINA GERAL E FAMILIAR Telefone: <input type="text"/>	ACES CÁVADO III UCSP APÚLIA  * U 0 3 0 6 0 5 *
R_x DCI / Nome, dosagem, forma farmacêutica, embalagem, posologia		N.º Extenso
1 Metilfenidato [Concerta], 36 mg, Comprimido de libertação prolongada, Frasco - 30 unidade(s) Posologia: /		1 Uma  * 4 2 6 1 0 8 7 *
2		
3		
4		
Validade: 30 dias Data: <input type="text"/>		<input type="text"/> (assinatura do Médico Prescritor)

Processado por computador - Prescrição Eletrónica Médica - v2.1.0 - SPMS, EPE.

ANEXO 8 – TRABALHO REALIZADO SOBRE SUPLEMENTOS ALIMENTARES

Suplementos Alimentares

Suplementos são vitaminas, minerais, ácidos gordos, fibras, aminoácidos e extratos de plantas que complementam a alimentação. Estes são importantes para pessoas com carências nutricionais, e também para os praticantes de atividade física terem um melhor desempenho ou reporem perdas nutricionais durante essa prática.

Atualmente, no ritmo de vida em que vivemos, perdemos muitos nutrientes com stress, falta de tempo de preparar alimentos saudáveis ou mesmo pelo consumo exagerado de produtos industrializados. Com isso, os suplementos passam a ser necessários no dia-a-dia. Os suplementos estão disponíveis no mercado em grande variedade de dosagens e diferentes combinações. Contudo, é importante lembrar que é necessária apenas uma determinada quantidade de cada nutriente para que o nosso organismo funcione adequadamente, sendo que doses superiores não são necessariamente benéficas.

Na farmácia, deve-se esclarecer ao utente todas as dúvidas colocadas por este, clarificando o posicionamento dos suplementos alimentares num regime alimentar equilibrado, como agentes promotores de saúde e não como substitutos de uma alimentação racional. Cabe ao Farmacêutico o papel de aconselhar sobre as opções disponíveis, informar sobre as condições de utilização e de administração, sobre as circunstâncias em que deve ser consultado o médico, bem como proceder, ou não, à dispensa do suplemento alimentar se achar que a sua administração é segura ou necessária.

Assim, quando um utente se dirige à farmácia para comprar um suplemento alimentar, deve ser questionado o porquê da escolha desse suplemento alimentar, para que efeito vai ser utilizado, se toma algum medicamento regularmente (para concluir se é seguro ou se pode haver possível interação), quais os sintomas que sente e se estes se prolongam há algum tempo ou se apareceram recentemente, se está grávida/amamentar, se sofre de alergias e se tem/teve algum problema de saúde.

Acutil®



Constitui uma proteção nutritiva que poderá ajudar a manter a função e o desempenho do cérebro, em particular em indivíduos de idade mais avançada, ou em situações de stress/sobrecarga intelectual (ex: estudantes em períodos de exames), em que as carências nutricionais poderão ter maior impacto.

Não administrar em mulheres grávidas ou a amamentar.

Recomenda-se uma toma diária de 1 a 2 cápsulas.

Composição por cápsula: Óleo de peixe rico em ácidos gordos ómega-3: ácido docosahexaenóico (DHA) e ácido eicosapentaenóico (EPA); extrato de Ginkgo biloba, monoestearato de glicerilo, fosfatidilserina, vitamina E, ácido fólico e vitamina B12.

Os **ácidos gordos ómega-3** são um constituinte fundamental da membrana dos neurónios (células nervosas), que é fundamental para o processamento da informação no cérebro.

O **ácido eicosapentaenoico (EPA)** desempenha um papel importante na produção de substâncias com papel ativo nos processos imunológicos e inflamatórios.

A **fosfatidilserina** é um componente muito importante das membranas celulares dos neurónios, necessária para assegurar uma transmissão eficiente dos impulsos nervosos.

A **vitamina B12 e o ácido fólico** ajudam a manter a integridade celular e a otimizar o metabolismo nervoso.

A **vitamina E** desempenha um importante papel na proteção de diferentes tecidos, em particular do cérebro, prevenindo o envelhecimento precoce das células.

Os componentes derivados da **Ginkgo biloba** têm importantes propriedades anti oxidantes e, para além disso, poderão ajudar a manter a memória, em particular a de curto prazo.

Fosfoglutina® B6



A Fosfoglutina B6 é um suplemento alimentar que contém vitaminas, sais minerais e aminoácidos que é utilizado em situações de cansaço intelectual, dificuldade de concentração e de memória.

A dose diária recomendada é 3 comprimidos por dia, durante 3 a 6 meses.

Composição: Vitamina B6, Cálcio, Magnésio, Fósforo, L-glutamina.

A **vitamina B6 e o magnésio** contribuem para a redução do cansaço e da fadiga, bem como para o normal funcionamento do sistema nervoso e da função psicológica.

O **cálcio e o fósforo** contribuem para o metabolismo produtor de energia.

Cogitum® ampolas



O Cogitum Ampolas está indicado nas situações de fadiga física e intelectual. A toma diária recomendada é de 2 a 3 ampolas bebíveis por dia, de manhã e à noite.

Composição: Ácido N-acetilaminosuccínico, levulose, para-hidroxibenzoato de metilo, aroma de banana.

O **ácido acetilaminossuccínico** é essencial ao bom funcionamento do cérebro.

A **levulose** e o **para-hidroxibenzoato de metilo** ajudam a combater a fadiga.

Cogitum® RR3



Estimula a capacidade de concentração, de percepção e da memória.
Contribui para a manutenção da concentração e da agilidade mental.
Recomenda-se uma cápsula por dia de manhã.

Composição: Magnésio e Vitamina B1 e propriedades de Rhodiola rosea.

O **magnésio e a vitamina b1** desempenham um papel essencial no nosso metabolismo energético. Como o nosso organismo não produz estas substâncias, o seu aporte está dependente da alimentação diária.

Rhodiola Rosea é utilizada como fonte de nutrientes para a agilidade mental. Aos seus ingredientes são atribuídos efeitos positivos no processamento de informação no cérebro.

Condotril®



Melhora a resistência e a flexibilidade das articulações, estimula a produção de proteínas que mantêm a elasticidade da cartilagem, renova o tecido conjuntivo das cartilagens, reduz os processos inflamatórios e a dor associada ao movimento das articulações e ajuda a neutralizar os radicais livres que destroem a cartilagem.

Indicado como protetor das articulações para desportistas sujeitos a pressão e desgaste articular.

Tomar 1 comprimido ao pequeno-almoço, almoço e jantar (3 comprimidos por dia).

Composição: Sulfato Glucosamina, Sulfato Condroitina, Ácido Hialurónico, Gologéneo Hidrolisado tipo II, Cartilagem de Tubarão, Metilsulfonilmetano (MSM), Manganês, Vitamina C.

O **Sulfato de glucosamina** renova o tecido conjuntivo da cartilagem e ligamentos. A glucosamina é necessária para a reparação da cartilagem e ajuda a fabricar o colagénio, uma proteína que é o maior componente de absorção de choques da cartilagem articular.

O **Sulfato de condroitina** estimula a produção de proteínas que mantêm a elasticidade da cartilagem. A condroitina encontra-se concentrada na cartilagem e no osso, ajudando a manter a viscosidade do lubrificante natural da articulação.

O **Ácido Hialurónico** é constituinte do líquido sinovial, com propriedades lubrificantes, nutritivas e elásticas, que amortecem o impacto e a pressão a que as articulações estão sujeitas. Melhora a flexibilidade e a função articular.

O **Colagénio tipo II** aumenta a resistência e a flexibilidade das articulações.

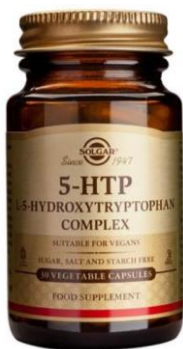
A **Cartilagem de Tubarão** é um tecido conectivo resistente e elástico, fonte de ácidos gordos essenciais, proteínas e minerais como o cálcio e o fósforo, presentes naturalmente nas cartilagens.

O **Metil sulfonilmetano (MSM)** é usado para a formação da nova cartilagem.

O **Manganês** aumenta a absorção e a utilização da glucosamina pelo organismo. Pode ter uma participação importante na artrite reumatoide, uma vez que os indivíduos artríticos possuem 6 vezes menos manganês que os indivíduos normais.

A **Vitamina C** aumenta a absorção e a utilização da glucosamina pelo organismo. É revigorante nos estados de fadiga e nos exercícios físicos.

Solgar® 5 – HTP



O 5 – HTP Solgar é indicado para a regulação do humor, ajuda a manter um sono normal e favorece o relaxamento. É por isso um suplemento alimentar indicado para quem está deprimido, tem problemas de sono ou anda frequentemente stressado.

Tomar 1 a 2 cápsulas por dia, de preferência à refeição.

Composição: Hidroxitriptofano (5-HTP), Valeriana, Vitamina B6 e Magnésio.

O **5-HTP** contribui para a melhoria da atividade cerebral.

A **valeriana** ajuda a manter a qualidade de um sono normal e apoia o bem-estar mental em casos de tensão e stresse.

A **vitamina B6** ajuda a reduzir o cansaço e fadiga.

O **magnésio** contribui para uma normal função psicológica e para o normal funcionamento do sistema nervoso.

Vitarapid®



Vitarapid é um multivitamínico que contém magnésio que contribui para a redução do cansaço e da fadiga e para o normal funcionamento muscular.

Indicado para adultos e crianças a partir dos 12 anos. Tomar 1 comprimido por dia após o almoço.

Composição: Vitaminas, Biotina, Niacina, Magnésio, Iodo, Cobre, Zinco e Luteína.

A **vitamina D** fixa o cálcio e o fósforo nos dentes e nos ossos, desempenhando um papel fundamental no metabolismo ósseo.

A **vitamina K** é essencial para que o organismo produza protrombina, uma substância indispensável à coagulação sanguínea.

A **vitamina C** conserva os vasos sanguíneos e os tecidos, ajuda na absorção do ferro, aumenta a resistência a infecções e favorece a cicatrização e o crescimento normal dos ossos.

A **biotina** ajuda a equilibrar o organismo nos casos de stress, fadiga e cansaço físico ou intelectual.

A **niacina** possibilita o metabolismo das gorduras e hidratos de carbono. Importante para a pele e para o funcionamento do sistema nervoso.

O **magnésio** é necessário para a produção de energia a partir dos alimentos e para o funcionamento normal do sistema nervoso e muscular.

O **iodo** é indispensável ao funcionamento da tiroide, sendo um componente essencial das hormonas tiroideias. Essencial ao metabolismo celular.

O **cobre** atua na síntese da hemoglobina e na formação do tecido nervoso.

O **zinco** tem ação antioxidante e é importante para o sistema imunitário.

A **luteína** tem ação antioxidante que auxilia na proteção dos olhos e da pele contra reações de oxidação eliminando radicais livres. Não é sintetizada pelo nosso organismo, sendo essencial o seu aporte pela alimentação ou através de suplementos.

Vitarapid memo®



Vitarapid Memo é um suplemento alimentar que contém extratos de plantas que contribuem para o normal funcionamento do sistema nervoso e função psicológica.

Tomar 1 comprimido por dia.

Composição: Ginkgo biloba, Ginseng, Fosfatidilcolina, vitaminas, Magnésio, Niacina, Vitamina B6 e Vitamina B1.

O **Ginkgo biloba** têm propriedades que ajudam a manter a memória, em particular a de curto prazo.

O **Ginseng** melhora a memória, promove o bem-estar e diminui o stresse e cansaço.

A **fosfatidilcolina** fornece colina para que se produza acetilcolina, um neurotransmissor essencial para a memória e aprendizagem.

O **magnésio, a tiamina, a vitamina B6 e a niacina** contribuem para uma normal função psicológica e para o normal funcionamento do sistema nervoso.

O **magnésio, a vitamina B6 e a niacina** ajudam na redução do cansaço e da fadiga.

Artrocomplet®



Este suplemente é indicado para manter as articulações em forma. Pode ser aconselhado em casos de osteoartrite e artrose.

Tomar 1 comprimido após o almoço e após o jantar.

Composição: Sulfato de glucosamina, Sulfato de condroitina, MSM (metilsulfonilmetano), Harpago e Colagénio tipo II.

O **Sulfato de glucosamina** ajuda a manter a flexibilidade e a mobilidade das articulações.

O **Sulfato de condroitina** ajuda a manter o nível de hidratação da cartilagem (ajuda a manter a viscosidade do lubrificante natural da articulação, o líquido sinovial, além de estimular os mecanismos de reparação da cartilagem).

O **MSM** permite manter as propriedades da cartilagem, sendo também um antioxidante que protege as nossas articulações contra os radicais livres.

O **Harpago** possui ações anti-inflamatórias e analgésicas, nomeadamente no processo de inflamação e destruição das cartilagens, Possui também ação antioxidante e purificadora de sangue (pela remoção de depósitos das articulações).

O **colagénio tipo II** é o tipo predominante de colagénio na cartilagem. Este forma uma rede fibrilar tridimensional que é essencial para as características da cartilagem, a rigidez e a resistência.

Jointcare ativo plus®



JointCare Activo plus permite manter as articulações saudáveis, especialmente indicado para pessoas ativas com mais de 50 anos com dores nas articulações, rigidez matinal e movimentos limitados.

Tomar 1 cápsula de óleo de peixe e 1 comprimido de glucosamina por dia, com uma bebida fresca.

Composição:

Cápsula de óleo de fígado de bacalhau: concentrado de óleo de peixe (Triomega), óleo de fígado de bacalhau, colagénio hidrolisado, mono-e diglicerídeos de ácidos gordos, vitamina E.

Comprimido de glucosamina: sulfato de glucosamina 2KCl, celulose microcristalina, maltodextrina, ácido esteárico, dióxido de silicone, estearato de magnésio.

O **óleo de fígado** de bacalhau é uma excelente fonte de vitamina D, que é essencial para a saúde óssea e ajuda a reduzir a inflamação crônica que pode levar a artrite, dor crônica e doenças cardíacas.

O **colagénio** protege os ossos e as articulações.

A **glucosamina** é indispensável para a manutenção da cartilagem saudável. Um aporte suplementar de glucosamina, ajuda a manter a flexibilidade e a mobilidade das articulações.

BioActivo® Magnésio



O BioActivo Magnésio contém uma mistura de 3 diferentes formas de magnésio.

É um suplemento indicado para pessoas que sofrem de dores musculares frequentes, pessoas que sofrem de enxaquecas, pessoas com insónias e ajuda a controlar a hipertensão arterial.

Tomar 1 comprimido por dia à refeição.

Composição: Acetato de magnésio, Carbonato de magnésio, Hidróxido de magnésio.

O **magnésio** é um mineral essencial e um elemento vital para a manutenção do equilíbrio ácido-base. É o 4º mineral mais abundante no organismo, o que mostra a sua importância. O magnésio está presente em todas as células, sendo que 98% deste mineral está mesmo no interior da célula.

O **magnésio** assume vários papéis importantes no organismo, apoiando mais de 300 diferentes processos enzimáticos. Contribui para o funcionamento normal do músculo, metabolismo energético normal, manutenção de ossos e dentes saudáveis, função psicológica normal, funcionamento normal do sistema nervoso, uma redução do cansaço e da fadiga, síntese normal das proteínas e participa no processo de divisão celular.

BioActivo® Biloba



BioActivo Biloba Forte é um suplemento feito com plantas naturais.

Ajuda a manter uma boa circulação sanguínea, ajuda nos problemas com zumbidos e tonturas, alivia as dores nas pernas e melhora a função cognitiva.

Tomar 1 comprimido por dia.

Composição: Extracto de Ginkgo Biloba (Ginkgoflavona-glicósidos e Terpeno-lactonas).

BioActivo Biloba Forte contém Ginkgo biloba, que ajuda a manter uma boa função cognitiva, como é o caso da memória e da concentração. Além disso, Ginkgo biloba apoia a circulação sanguínea, sendo bom para mãos e pés frios.

Selenium – ACE®



Como parte da sua função normal, as células do nosso organismo produzem elementos tóxicos, denominados radicais livres. Os radicais livres reagem facilmente com outros constituintes essenciais das células, danificando-as.

O Selenium-ACE exerce uma proteção antioxidante ao nível da pele, cabelo, unhas e ossos.

Tomar 1 comprimido por dia após as refeições.

Composição: Selénio, Vitaminas A, C, D e E.

O **selénio** contribui para a proteção das células contra as oxidações indesejáveis, neutralizando a ação dos radicais livres. Contribui para a manutenção de cabelo e unhas normais.

A **vitamina A** contribui para a manutenção de uma pele normal e para o processo de diferenciação celular, promovendo a renovação das células.

A **vitamina C** contribui para a normal formação de colagénio, para o funcionamento normal dos ossos, cartilagens e pele e para a proteção das células contra as oxidações indesejáveis.

A **vitamina D** contribui para a normal absorção/utilização do cálcio e do fósforo e para a manutenção de ossos normais

A **vitamina E** contribui para a proteção das células contra as oxidações indesejáveis, neutralizando a ação dos radicais livres.

Magnesium-OK®



O suplemento alimentar Magnesium-OK é indicado em situações de cansaço e fadiga, pois contribui para o normal funcionamento muscular, bem como para uma normal função psicológica e contribui para o normal metabolismo produtor de energia.

Tomar 1 comprimido por dia após uma das refeições.

Composição: Zinco, Manganês, Cobre, Selénio, Vitamina C, Vitamina E, Vitamina B2 (Riboflavina), Vitamina B6.

O **Manganês, Cobre, Selénio, Vitamina C e Vitamina E** contribuem para a proteção das células contra oxidações indesejáveis.

O **zinco e a Vitamina B2 (Riboflavina)** contribuem para a manutenção de uma visão normal.

A **Vitamina B6** contribui para a regulação da atividade hormonal.

O **Zinco** contribui para uma normal função cognitiva.

Optimus®



Optimus é aconselhado em caso de carência de nutrientes, satisfazendo as necessidades nutritivas especialmente de indivíduos com metabolismo alterado.

Nos indivíduos sujeitos a grande atividade (desporto, manutenção) ajuda a manter a regeneração das cartilagens das articulações.

Inicialmente, recomenda-se uma toma diária de dois comprimidos de Optimus, durante 4 a 12 semanas. Após este período, aconselha-se a redução da dose diária para um comprimido.

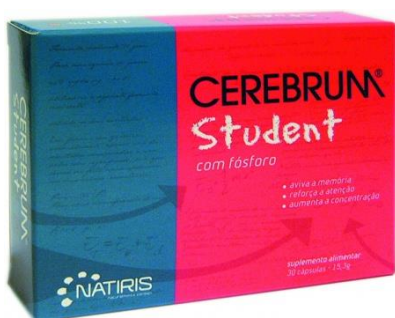
Composição: Sulfato de condroitina, Glucosamina, Vitamina B6, Vitamina E, Magnésio.

O **Sulfato de condroitina** inibe as enzimas que degradam a cartilagem e estimula a síntese de proteoglicanos e colagénio, elementos constituintes da cartilagem, desta forma desempenha um papel importante na regulação da mineralização óssea

A **Vitamina B6** atua como coenzima em muitas reações metabólicas, particularmente na síntese e no catabolismo dos aminoácidos. Assim, apresenta grande importância na formação de proteínas orgânicas que vão desde as células imunitárias, transmissores químicos do sistema nervoso, eritrócitos e prostaglandinas.

O **magnésio** tem como função a defesa contra processos degenerativos.

Cerebrum®



Cerebrum é um suplemento indicado para estudantes que necessitam de elevada concentração, memória e atenção. Este contribui para melhorar o rendimento intelectual dos estudantes, a capacidade de concentração, memorização e criatividade.

Tomar 1 cápsula por dia ao pequeno-almoço.

Composição: Ómega-3 DHA, EPA, Fosfatidilcolina, Fosfatidilserina, Vitamina B6 e Vitamina B1.

O **Ómega-3 DHA**, componente estruturais do Sistema Nervoso Central, otimiza a concentração e aumenta as capacidades de aprendizagem.

A **Fosfatidilcolina e Fosfatidilserina** melhoram a função cognitiva e potenciar a atividade cerebral.

Confiance®



A **menopausa** é o início de uma nova fase na vida da mulher. Apesar de ser uma etapa natural é responsável por alterações físicas e psicológicas marcantes. São habitualmente incómodas e capazes de alterar a Qualidade de Vida.

O **Confiance®** é um suplemento alimentar de toma única para ajudar a manter o bem-estar e vitalidade da mulher durante e após a menopausa.

Tomar 1 comprimido por dia após a refeição.

Composição: Magnésio, Ácido Fólico, Selénio, Bioflavonoides, Vitamina B6, Vitamina C e Vitamina E.

O **Magnésio** desempenha um papel importante no metabolismo do cálcio e ajuda na redução do cansaço e da fadiga.

O **Magnésio** e a **Vitamina E** podem ajudar no alívio dos afrontamentos.

A **Vitamina B6** é importante para o equilíbrio metabólico e hormonal, para além da sua ação anti-oxidante.

Os **Bioflavonoides** são importantes para uma boa absorção da vitamina C, ajudam a manter as capilares saudáveis (varizes e sensação de pernas pesadas) e promovem um bom sistema imunológico.

ANEXO 9 – TRABALHO REALIZADO SOBRE PRODUTOS DE HIGIENE ORAL

Higiene Oral

Considera-se uma boa higiene oral aquela que resulta da remoção eficaz dos restos de alimentos e ao mesmo tempo impossibilita a ligação de um conjunto de bactérias aos dentes e gengivas, de forma a impedir a destruição dos dentes e gengivas pela ação dessas bactérias.

Uma boa higiene oral diária apresenta inúmeras vantagens para a saúde, principalmente para os dentes e gengivas, evitando grande parte das doenças da boca. Desta forma é essencial uma boa higiene oral após cada refeição.

Uma adequada higiene diária é fundamental para a manutenção de dentes saudáveis. No entanto, não basta apenas realizar escovagens dos dentes após as refeições, sendo necessário preservar, igualmente, gengivas saudáveis. Os cuidados diários de higienização da boca envolvem não só escovagens com pastas dentífricas adequadas, mas também a realização de bochechos com colutórios indicados para o efeito.

Aconselhamento

O utente deve ser informado da importância de uma boa higiene oral:

- Prevenir infeções da mucosa oral, a perda dos dentes ou mesmo perturbações digestivas por mastigação deficiente.

Uma boa higiene oral previne o aparecimento de placa bacteriana e cáries dentárias, convém clarificar ao utente a origem destas:

- A placa bacteriana trata-se de uma película pegajosa e incolor, constituída por bactérias e restos alimentares que se forma sobre os dentes. É a principal causa de cárie e gengivite. Se não for removida diariamente, endurece e forma o tártaro.
- A cárie é uma infeção crónica que destrói progressivamente a estrutura dos dentes, abrindo fendas minúsculas que, com a desmineralização progressiva, acabam por danificar todo o dente. Esta infeção surge a partir da placa dentária, que é uma película muito fina que se deposita sobre os dentes. Esta película adere ao esmalte do dente e nela vão rapidamente proliferar as bactérias.

A abordagem ao utente deve ser de forma que este exponha com clareza o estado de saúde da sua boca, informando se eventualmente os seus dentes são sensíveis a variações de temperatura (quente e frio), se as suas gengivas sangram com facilidade, quais os métodos e com que frequência limpa os dentes e a periodicidade das idas ao dentista.

Deve ser aconselhado ao utente produtos que estejam de acordo com as suas condições, deve-se ainda lembrar que a higiene oral deve ser realizada diariamente e essencialmente depois de cada refeição. A escovagem deve ser realizada durante cerca de 2 minutos, devendo-se escovar todas as faces dos dentes (interna, externa e superfície dos dentes). No final deve-se escovar a língua com movimentos de trás para a frente. A escova deve ser substituída a cada 3 meses e aconselha-se a utilização de fio dentário e colutório, pois estes ajudam a remover restos que não foram eliminados durante a escovagem. Para evitar a maceração da gengiva com o uso diário do fio dental pode ser recomendado intercalar com o uso de um colutório.

A escolha dos produtos deve ser de acordo com as necessidades de cada utente.

Escova

A maior parte dos dentistas concorda que as escovas macias são mais eficientes para remover a placa bacteriana e os resíduos de alimentos. De preferência, a escova deve também ter cabeça pequena para poder mais facilmente alcançar todas áreas da boca, como, por exemplo, os dentes posteriores. O importante é usar uma escova que se ajuste bem à boca e alcance todos os dentes.

Dentífricos

Anti-placa: Contribui para a prevenção da placa bacteriana dentária e do tártaro, que estão frequentemente na origem de problemas gengivais.



ELGYDIUM Anti-placa

Prevenção anti-placa/Proteção gengivas

Indicação: Pasta dentífrica de uso diário, contribui para a prevenção da placa bacteriana dentária e do tártaro, que estão frequentemente na origem de problemas gengivais.

Prevenção de cáries: Dentífricos adequados para prevenção eficaz da cárie dentária. Normalmente os seus compostos (ex. siliglicol) atuam de modo a original um filme protetor que retarda a adesão das bactérias.



ELGYDIUM Prevenção Cáries

Indicação: Pasta dentífrica para a prevenção da cárie na dentição mista e adulta. Aconselhada nomeadamente para portadores de aparelhos ortodônticos.



ELGYDIUM kids

Gel dentífrico para a prevenção da cárie na dentição de leite.

Branqueamento: Eliminação das manchas dentárias. (Elgydium Branqueamento) Grande parte dos dentífricos branqueadores devem ser utilizados apenas 2 a 3 vezes por semana, intercalando com o dentífrico habitual.



ELGYDIUM Branqueamento

Dentes mais brancos

Indicação: Eliminação das manchas dentárias provocadas pela alimentação e tabaco. Manutenção após destartarização ou branqueamento profissional. Aplicar sobre a escova de dentes seca. Pode ser usado diariamente.



ELGYDIUM Brilho & Cuidado

Polimento reforçado que respeita a integridade do esmalte

Indicação: Eliminação das manchas dentárias persistentes. Ação de polimento à superfície, sem efeito agressivo. Utilizar 2 vezes por semana em vez do dentífrico habitual.

Dentes Sensíveis: Dentífricos adequados para quem apresenta sensibilidade dentária.



ELGYDIUM Dentes Sensíveis

Indicação: Gel dentífrico para sensibilidade dentária.

Gengivas fragilizadas: Reduz a inflamação gengival ocasional e melhora a saúde das gengivas.



ARTHRODONT Classic

Dentífrico para gengivas fragilizadas

Indicação: Pasta dentífrica de uso diário, para a fase aguda dos problemas gengivais. Contribui para reduzir a inflamação gengival ocasional, e melhora a saúde das gengivas.

Colutórios

Os colutórios reforçam a ação da escovagem e oferecem uma sensação de frescura e limpeza depois da utilização e muitos deles ajudam a prevenir as cáries e formação de placa bacteriana.

Os colutórios devem ser aconselhados consoante as necessidades do utente, devendo-se por isso tendo em conta os seus constituintes:

O **nitrato de potássio** atua como um agente dessensibilizante, o **fluoreto de sódio** possui uma função remineralizante, o **triclosan** evita a formação da placa bacteriana, o **dexpantenol** possui propriedades regenerativas e tonificantes, a **clorohexidina** possui propriedades antissépticas que impedem a formação de placa bacteriana, o **flúor** previne a formação de cáries e protege o esmalte dentário.



EludrilCLASSIC

Clorohexidina 0,1% + Clorobutanol 0,5%

Reduz o desenvolvimento da placa bacteriana e do tártaro, previne o aparecimento ou agravamento dos problemas gengivais. Deve ser usado por curtos períodos de tempo e para cuidados pré/pós operatórios.



ELUDRIL PERIO

Clorohexidina a 0,12%

Apresenta propriedades antissépticas e anti-inflamatórias, está preferencialmente indicado como cuidado complementar de tratamentos periodontais ou implantares. A sua formulação sem álcool permite uma utilização sem diluição. Deve ser usado por curtos períodos de tempo e para cuidados pré/pós operatórios.



ELUDRIL CARE

Clorohexidina 0.05% • Cloreto de Cetilpiridínio 0.05%

Colutório de manutenção após tratamento periodontal ou implantar. Deve ser usado por curtos períodos de tempo e para cuidados pré/pós operatórios.



ELGYDIUM Colutório Anti-placa

Fluorinol

Atividade anti-biofilme. Ação bacteriostática. Proteção do esmalte dentário. Proteção antioxidante das gengivas. Pode ser utilizado diariamente.



ELGYDIUM Colutório com Flúor

Prevenção da cárie e sensibilidade dentária. Pode ser utilizado diariamente.

Fio dentário

Um uso correto do fio dentário permite remover a placa bacteriana e os restos alimentares onde a escova não consegue chegar facilmente - por baixo da linha gengival e entre os dentes. Porque a acumulação de placa bacteriana pode conduzir à destruição dentária e às doenças gengivais, o uso diário de fio dentário é recomendável.

Existem dois tipos de fio dentário: fio de nylon (multifilamentar) e fio PTFE (monofilamentar).

O fio de nylon é composto por várias fiadas de nylon, por vezes, pode partir, especialmente entre os dentes com pontos de contacto muito estreitos.

Os fios monofilamentados (PTFE) deslizam facilmente entre os dentes, até mesmo, entre pontos de contacto muito estreitos e são bastante resistentes.

Quando usados corretamente, ambos os tipos de fio são excelentes para remover a placa bacteriana e restos alimentares.



ELGYDIUM Fita dentária

Com flúor. Prevenção da cárie.

Fita dentária encerada. Sabor a Menta.



ELGYDIUM Fio dental Anti-Placa Expanding

Filamentos entrelaçados finamente que se expandem, por ação mecânica, entre os dentes permitindo uma maior remoção de placa bacteriana. Sabor a Menta.

Escovilhões

O uso diário de escovilhões ajuda a proteger a cavidade oral de diversas patologias, pois permitem eliminar aquilo que durante a escovagem não é possível eliminar com a escova.

O escovilhão deve ser escolhido de acordo com o tamanho de cada espaço. Desta forma, o uso do escovilhão apenas é vantajoso quando existe espaçamento entre os dentes. Caso contrário deve ser aconselhado o uso de fio dentário.



ELGYDIUM Escovilhões

Higiene dos espaços interdentários

Três formatos/dimensões para uma resposta completa:

Cónico: Para espaços mais alargados.

Fino: Para espaços médios.

Extra fino: Para espaços estreitos