



IPG Politécnico
|da|Guarda
Polytechnic
of Guarda

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PROFISSIONAL I

Licenciatura em Farmácia

Liliana Patrícia Santos Reis

janeiro | 2016



Escola Superior de Saúde

Instituto Politécnico da Guarda

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PROFISSIONAL I

LILIANA PATRICIA SANTOS REIS

RELATÓRIO PARA OBTENÇÃO DO GRAU DE LICENCIADO EM
FARMÁCIA

janeiro | 2016



Escola Superior de Saúde

Instituto Politécnico da Guarda

CURSO FARMÁCIA - 1º CICLO
4º ANO / 1º SEMESTRE

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PROFISSIONAL I

ESTÁGIO EM FARMÁCIA COMUNITÁRIA

LILIANA PATRICIA SANTOS REIS

SUPERVISORA: DRA. MARIA ALEXANDRA DIAS DE MATOS

ORIENTADOR: PROF. ANDRÉ ARAÚJO P.

janeiro | 2016

LISTA DE SIGLAS

AIM – Autorização de Introdução no Mercado

COOPROFAR- Cooperativa dos Proprietários de Farmácia

DCI – Denominação Comum Internacional

INFARMED – Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde. I.P

IVA- Imposto sobre o Valor Acrescentado

MNSRM – Medicamento Não Sujeito a Receita Médica

MSRM – Medicamento Sujeito a Receita Médica

PVF- Preço de Venda à Farmácia

PVP- Preço de Venda ao Público

SNS – Serviço Nacional de Saúde

AGRADECIMENTOS

A toda a equipa da Farmácia dos Pastorinhos em Fátima pelo acolhimento neste Estágio, por toda aprendizagem que me proporcionaram, toda a simpatia, todos valores e conhecimentos que me transmitiram para a vida, todos os bons momentos de brincadeiras, gargalhadas e boa disposição, pelo carinho e paciência que tiveram para me ensinar todas as atividades realizadas na Farmácia e a disposição dos produtos na Farmácia, pela excelente forma como me trataram e por esta oportunidade de poder viver esta experiência com vocês!

*Um obrigado muito especial a todos por me receberem de “braços abertos”
nesta casa.*

Á minha família pelo apoio incondicional em mais uma etapa da minha vida.

*Aos amigos mais próximos e ao namorado pela paciência, conforto e partilhas
de bons momentos.*

*Sem esquecer, todos os utentes já pertencentes a esta “casa” pela sua simpatia,
carinho e boa disposição que me proporcionaram ao longo deste tempo.*

*A todas estas pessoas espetaculares, que de uma maneira ou outra tornaram
esta etapa da minha vida muito especial e muito bem-sucedida, muito obrigado!*

Pensamento:

“ A felicidade conquista-se fazendo aquilo que se gosta um bocadinho todos os dias ”

(Minha autoria)

“Se estás a trabalhar em algo excitante e do qual tu gostas mesmo muito, não precisas de ser pressionado para ter mais resultados. A tua própria visão puxa-te para a frente.

(Steve Jobs)

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Vista geral do espaço de atendimento ao público.....	12
Figura 2 - Sala de avaliação dos parâmetros bioquímicos e fisiológicos	13
Figura 3 - Sala de atendimento personalizado.....	14
Figura 4 - Zona de receção de encomendas	14
Figura 5 - Zona de receção de encomendas	15
Figura 6 - Armazém Principal	17
Figura 7 - Armazém secundário	17
Figura 8 - Laboratório da farmácia	18
Figura 9 - Atendimento farmadrive.....	18
Figura 10 - Contentores de acondicionamento de medicamentos	25
Figura 11 - Armários com produtos e medicamentos com prazo de validade curto (inferior a dois meses)	27

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	8
1. DESCRIÇÃO DA FARMÁCIA DOS PASTORINHOS.....	9
1.1. LOCALIZAÇÃO	9
1.2. HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO	10
1.3. RECURSOS HUMANOS.....	10
1.4. INSTALAÇÕES.....	10
1.4.1. Espaço de atendimento ao público	11
1.4.2. Salas de atendimento personalizado	13
1.4.3. Zona de receção de encomendas	14
1.4.4. Área de Armazenamento	15
1.4.5. Laboratório.....	17
1.4.6. Farmadrive	18
1.5. SISTEMA INFORMÁTICO	19
1.6. PRESTAÇÃO DE OUTROS CUIDADOS DE SAÚDE	20
2. MEDICAMENTOS E OUTROS PRODUTOS DE SAÚDE	22
2.1. APROVISIONAMENTO E GESTÃO DE STOCKS.....	22
2.2. RECEÇÃO DE ENCOMENDAS	23
2.3. ARMAZENAMENTO	26
2.4. DISPENSA DE MEDICAMENTOS E OUTROS PRODUTOS DE SAÚDE	27
2.4.1. Dispensa de medicamentos sujeitos a receita médica	28
2.4.1.1. Medicamentos estupefacientes e psicotrópicos	29
2.4.2. Dispensa de medicamentos não sujeitos a receita médica.....	30
2.4.2.1. Medicamentos Fitoterápicos e Suplementos Alimentares	31
2.4.2.2. Medicamentos e Produtos Homeopáticos.....	31
2.4.2.3. Medicamentos e Produtos de uso veterinário	32
2.4.2.4. Produtos de Cosmética e Higiene Corporal.....	32
2.4.2.5. Dispositivos Médicos.....	33
CONCLUSÃO.....	34
BIBLIOGRAFIA	35

INTRODUÇÃO

Este relatório foi realizado no âmbito da unidade curricular de Estágio Profissional I, pela aluna Liliana Patrícia Santos Reis, a frequentar o 4º ano, do curso de Farmácia-1º ciclo, da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico da Guarda.

Este estágio foi realizado na Farmácia dos Pastorinhos, em Fátima, entre os dias de 21 de setembro de 2015 e 15 de janeiro de 2016, com um total de 490h. Este foi orientado pelo professor André Ricardo Araújo P., e supervisionado no local de estágio pela Diretora Técnica Dra. Maria Alexandra Dias de Matos.

Esta unidade curricular é muito importante para o nosso percurso escolar pois é uma porta direta para a interação com a nossa futura profissão e todas atividades que futuramente podemos desenvolver numa farmácia. Com este estágio podemos adquirir conhecimentos teóricos e práticos sobre todo o circuito do medicamento numa farmácia comunitária. Sem esquecer a possibilidade que podemos ter em aplicar os nossos conhecimentos no aconselhamento e dispensa de medicamentos à comunidade, bem como prestar outros serviços de saúde.

Portanto, este estágio tem como principais objetivos a integração na vida profissional através do reconhecimento da farmácia comunitária como entidade prestadora de cuidados de saúde, a descrição da farmácia em termos de espaço, equipamentos, matérias-primas, recursos humanos, circuito do medicamento e outros produtos de saúde, todo o sistema informático utilizado nas mais diversas funções executadas, devoluções de medicamentos, dispensa de receitas médicas, e também a utilização de conhecimentos teóricos e teórico-práticos em situações práticas do dia-a-dia, sempre seguindo normas de boas práticas de higiene e segurança e prestação de cuidados de qualidade.

Este relatório tem ainda como objetivos a avaliação da concretização das etapas realizadas e conseguidas, a apresentação de sugestões e uma análise crítica de todo o estágio desenvolvido.

1. DESCRIÇÃO DA FARMÁCIA DOS PASTORINHOS

A Farmácia Comunitária é um espaço que se destina à dispensa de medicamentos e outros produtos de saúde, bem como prestação de outros serviços de saúde à comunidade sempre com a maior qualidade e assegurando que se faça um uso racional e seguro do medicamento.

“O principal objetivo da farmácia comunitária é a cedência de medicamentos em condições que possam minimizar os riscos do uso dos medicamentos e que permitam a avaliação dos resultados clínicos dos medicamentos de modo a que possa ser reduzida a elevada morbi-mortalidade associada aos medicamentos. Contudo a farmácia continua a ser considerada como um estabelecimento de saúde e de interesse público que deve assegurar a continuidade dos cuidados prestados aos doentes.”⁽¹⁾

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

1.1. LOCALIZAÇÃO

A Farmácia dos Pastorinhos localiza-se próxima do centro de Fátima, nomeadamente na Avenida Beato Nuno em Fátima. É uma farmácia de eleição por parte das pessoas da localidade e localidades vizinhas pois está bem situada e têm um atendimento de excelência. Possui ainda atendimento Farmadrive que proporciona maior facilidade às pessoas que por ali passam.

1.2. HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

A Farmácia dos Pastorinhos funciona de segunda à sexta das 8h30 às 20h. Está também aberta aos sábados das 9h às 19h com encerramento aos domingos. O calendário de turnos das farmácias de serviço em Fátima é intercalado pelas quatro farmácias existentes.

1.3. RECURSOS HUMANOS

Os recursos humanos são indispensáveis em qualquer estabelecimento de serviço e as farmácias não são exceção.

A gestão dos recursos humanos é essencial para o correto funcionamento da dinâmica da farmácia, em todos os pontos do circuito do medicamento e na qualidade da prestação de cuidados de saúde às pessoas.

A Farmácia dos Pastorinhos dispõe de uma farmacêutica que executa funções de diretora técnica, tal como está legislado, e um outro farmacêutico adjunto. Existe ainda mais um farmacêutico, uma auxiliar de farmácia e uma empregada de limpeza que executa também funções de entrega de encomendas ao domicílio. Esta farmácia juntamente com mais outras três farmácias pertence a uma empresa (Gomes & Valinha) que têm contabilistas e administrativos para todas estas farmácias.

1.4. INSTALAÇÕES

Todas as farmácias comunitárias são reguladas pela Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde (INFARMED) ⁽²⁾ Dado que as farmácias são um dos principais pontos de prestação de aconselhamento e serviços de saúde, devem dispor de instalações adequadas a garantir a segurança, conservação e preparação de medicamentos

bem como a acessibilidade, comodidade e privacidade de todos os utentes e do respetivo pessoal.

A farmácia deve estar bem identificada com um letreiro grande e bem visível superior à porta de entrada e à montra com o nome da farmácia “FARMÁCIA DOS PASTORINHOS” e uma cruz verde luminosa numa das extremidades que indica que a farmácia se encontra de serviço. Nessa mesma cruz passa uma mensagem contínua ao longo do tempo, normalmente, com alguns dados como o nome da farmácia, temperatura exterior, o horário de funcionamento e/ou produtos e serviços disponíveis.

Na porta de entrada ainda se pode encontrar uma caixa de correio bem como um postigo de resguarda para o profissional de saúde em atendimento noturno.

A farmácia encontra-se bem organizada, possuindo um espaço de atendimento ao público; duas salas de atendimento personalizado ao utente onde estes podem ser consultados por especialistas em diversas áreas como podologia, dermocosmética, acupuntura e fisioterapia; um espaço de avaliação de colesterol, glicose, tensão arterial e outros; um laboratório; uma zona de receção de encomendas e armazenamento, um escritório, uma zona de cacifos com casa de banho e ainda uma pequena cantina. Esta farmácia possui ainda o serviço de atendimento farmadrive aberto durante o horário de funcionamento da farmácia.

1.4.1. Espaço de atendimento ao público

É o espaço principal da farmácia (figura 1), logo a seguir à entrada, em que todos os utentes tem acesso. É aqui que se efetua o atendimento aos utentes, com exceção dos que vêm para consultas específicas de aconselhamento nas mais diversas áreas e que são avaliados por especialistas nas salas de atendimento personalizado na farmácia.

Este espaço encontra-se bem iluminado, organizado e de traços modernos. Existem quatro balcões de atendimento geral devidamente numerados e arrumados, apresentando um aspeto limpo e moderno. Numa das alas deste espaço, os produtos de dermocosmética estão divididos por marcas como a Liérac[®], Pierre Fabre[®], Fitorga[®], B-Lift[®], Nuxe[®] e subdivididos ainda por categorias: produtos capilares de homem e de mulher, corpo e rosto. No centro deste espaço há alguns lineares com produto em destaque promocional

ou promoções sazonais. Na outra ala oposta pode-se encontrar os produtos divididos por categorias: nutrição infantil; bebé; puericultura; pele do bebé; gravidez e pós-parto; ortopedia e dispositivos médicos; calçado; pés; mãos e unhas; bucodentários; emagrecimento; suplementos alimentares; produtos de higiene íntima e medicamentos veterinários. Atrás dos balcões, os produtos são rotativos, de acordo com os produtos que têm mais interesse de venda, que se relacionam muitas vezes com a época do ano, com promoções em vigor, e ainda produtos homeopáticos e produtos fitoterápicos.

O tempo de espera de atendimento não costuma ser muito longo, mas este espaço também possui cadeiras para as pessoas poderem usufruir de um melhor conforto enquanto aguardam o atendimento ou pelas consultas de especialidades.

Num dos cantos desta zona de atendimento ao público, há um lugar mais resguardado e de carácter confidencial, destinadas à avaliação de parâmetros bioquímicos e fisiológicos (medição da glicémia, colesterol, triglicéridos e pressão arterial), e para a prestação de primeiros socorros quando necessário. Todos os materiais utilizados na prestação destes cuidados como: lancetas, algodão, álcool, desinfetantes, tiras-teste estão devidamente arrumados e prontos a serem utilizados. (Figura 2).

Existe ainda um espaço de entretenimento infantil e uma casa de banho à disposição dos utentes neste espaço.



Figura 1 - Vista geral do espaço de atendimento ao público



Figura 2 - Sala de avaliação dos parâmetros bioquímicos e fisiológicos

1.4.2. Salas de atendimento personalizado

Existem duas salas destinadas a consultas com especialistas em diversas áreas como: podologia, acupuntura, dermocosmética, fisioterapia entre outros. A Farmácia dos Pastorinhos dispõe de serviço de podologia à quinta-feira de 15 em 15 dias, consultas de acupuntura à terça-feira todas as semanas, consultas de fisioterapia, consultas de nutrição, consultas de aconselhamento farmacêutico e de cessação tabágica e ainda existem consultoras de algumas marcas de dermocosmética como a Lierac®, B-Lift®, Pierre Fabre®, Nuxe® que disponibilizam um dia na farmácia para dispor dos seus serviços de aconselhamento direto aos utentes. É um espaço também utilizado para efetuar rastreios aos utentes.

Este espaço transmite uma tranquilidade e conforto distintos, devido às suas linhas modernas e à sua decoração apelativa. É bem climatizado e iluminado. Possui uma marquesa, uma secretária e um armário contendo todo o material necessário para as consultas das especialidades (Figura 3).



Figura 3 - Sala de atendimento personalizado

1.4.3. Zona de receção de encomendas

É uma das partes mais importantes da farmácia. É o espaço destinado à receção, conferência e saída de encomendas. É um espaço amplo e com acesso ao exterior que permite a entrada e saída de encomendas na farmácia. Neste espaço encontram-se dois computadores com leitor de código de barras, com a finalidade de realizar encomendas e dar entrada das mesmas no sistema. Um dos computadores pode servir para atendimento no farmadrive. Existe um balcão de uma ponta à outra deste espaço para facilitar a colocação dos produtos e medicamentos antes de estes serem armazenados nos seus devidos lugares. Há ainda dois telefones para atendimento de pedidos por telefone, realização de encomendas, prestação de informações aos utentes e outras demais funções. Num dos balcões de atendimento encontra-se outro telefone. Neste lugar pode-se ainda encontrar alguma documentação referente às encomendas tais como notas de encomenda, notas de devoluções, contatos de fornecedores, etc (Figura 4 e 5).



Figura 4 - Zona de receção de encomendas



Figura 5 - Zona de receção de encomendas

1.4.4. Área de Armazenamento

Todos os produtos da farmácia precisam de ser armazenados em condições específicas de forma a manter o seu prazo de validade e a sua integridade física, química e galénica e respeitando os parâmetros toxicológicos e microbiológicos aceitáveis para a respetiva forma farmacêutica e assegurando o efeito terapêutico previsto para o prazo de validade.

Os medicamentos na Farmácia dos Pastorinhos são acondicionados a uma temperatura ambiente inferior a 25°C e protegido da luz. No caso dos medicamentos termolábeis, estes são armazenados no frigorífico a temperaturas em média de 2-8°C, com registos de temperatura previamente analisados esporadicamente.

Os medicamentos são armazenados em dois tipos de armazém: um armazém principal e outro secundário, onde se guardam todos os medicamentos e produtos que já não têm espaço no armazém principal ou nas suas respetivas prateleiras dispostas na zona de atendimento ao público.

Os medicamentos estão armazenados num armário enorme bilateral com gavetas de um lado e do outro, que se encontra no centro do corredor que faz a ligação entre a área de receção e o espaço de atendimento ao público. Estão dispostos consoante a forma farmacêutica: comprimidos e cápsulas, aerossóis, gotas orais e colírios, sistemas transdérmicos, pomadas oftálmicas, medicamentos injetáveis, supositórios e comprimidos vaginais, pomadas e cremes, xaropes e soluções cutâneas e pós (Figura 6).

Todos eles estão arrumados por ordem alfabética de marca (medicamentos de marca) ou por Denominação Comum Internacional (DCI) da substância ativa (medicamentos genéricos).

Os aerossóis, gotas orais, tiras de glicemia, pomadas oftálmicas, pomadas e cremes, sistemas transdérmicos, medicamentos injetáveis e medicamentos de uso vaginal e supositórios encontram-se situados numa das laterais de uma face do armário, divididos consoante a sua forma farmacêutica e ordenados por ordem alfabética de marca ou DCI da substância ativa (no caso dos medicamentos genéricos).

Os xaropes e soluções cutâneas situam-se na parte inferior de ambos os lados do armário e encontram-se ordenados por ordem alfabética de marca (medicamentos de marca) ou de DCI da substância ativa (medicamentos genéricos)

Os pós apresentam-se nas gavetas maiores da parte superior do armário em apenas um dos lados do mesmo, também ordenados por ordem alfabética do nome comercial (medicamentos de marca) e de DCI da substância ativa (medicamentos genéricos).

Na parte inferior, pode-se encontrar os xaropes, soluções orais de grande volume, produtos de uso cutâneo e saquetas divididos em genérico e de marca, todos eles ordenados por ordem alfabética de DCI da substância ativa e de marca, respetivamente.

É de referir que maior parte dos medicamentos sujeitos a receita médica (MSRM) estão arrumados neste armário. Os medicamentos não sujeitos a receita médica (MNSRM) estão arrumados nas gavetas pertencentes aos lineares que se encontram atrás dos balcões, também eles organizados por ordem alfabética de marca (medicamentos de marca) e de substância ativa (medicamentos genéricos).

Os contraceptivos orais e os medicamentos veterinários também se encontram armazenados nestas gavetas referentes aos lineares por trás dos balcões de atendimento, bem como todos os outros medicamentos e produtos sazonais de venda livre.

Os medicamentos homeopáticos e fitoterápicos estão arrumados nos lineares por trás dos balcões de atendimento ao público.

Os produtos ortopédicos e dispositivos médicos estão expostos em lineares na zona de atendimento público, e os materiais excedentes estão arrumados no armazém secundário, juntamente com outros produtos de dermocosmética.

O armazém secundário encontra-se juntamente do armazém principal. É um conjunto de armários deslizantes com prateleiras, em que cada um desses armários contém os medicamentos e produtos de saúde separados consoante a sua forma farmacêutica, finalidade, MSRM ou MNSRM e marca do produto (no caso nos produtos de dermocosmética) (Figura 7).



Figura 6 - Armazém Principal

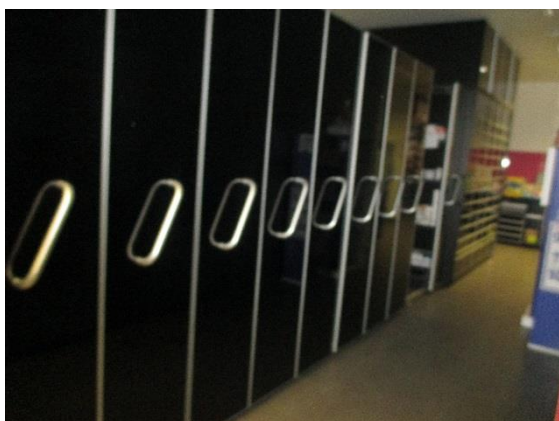


Figura 7 - Armazém secundário

1.4.5. Laboratório

É o espaço destinado à preparação de medicamentos manipulados e é o local onde se pode encontrar arquivos de manipulados já realizados e consultar outras bibliografias sobre os medicamentos manipulados, nomeadamente a técnica de preparação. Aqui também se encontra armários com todo o material necessário à preparação dos medicamentos manipulados, desde as suas matérias-primas aos materiais de laboratório (Figura 8).



Figura 8 - Laboratório da farmácia

1.4.6. Farmadrive

O atendimento por Farmadrive foi uma nova aquisição que a farmácia adotou para proporcionar aos utentes um atendimento mais cómodo (sem sair do carro) e rápido (Figura 9).

O horário do Farmadrive corresponde ao horário normal de funcionamento da farmácia, embora que possa estar aberto quando a farmácia está de serviço noturno.

Este sistema está localizado na zona de receção de encomendas.



Figura 9 - Atendimento farmadrive

1.5. SISTEMA INFORMÁTICO

O sistema informático é um dos instrumentos mais importantes na farmácia, por isso este deve ser o mais eficaz e adequado às necessidades de cada farmácia, não só para gestão de stock e de encomendas, mas também para acompanhamento farmacoterapêutico dos utentes através das suas fichas existentes no sistema.

A Farmácia dos Pastorinhos possui o sistema informático mais comum, o Sifarma 2000®.

Este software permite realizar diversas atividades relacionadas com vendas e faturação das mesmas; visualizar, criar e modificar fichas dos utentes, e ao mesmo tempo acompanhar todo o seu tratamento farmacoterapêutico através dessa mesma ficha no sistema; tratar de encomendas, desde a sua entrada e a sua saída, controlo de stocks e a criação de encomendas, tendo em conta as faltas dadas por este sistema. Ainda é capaz de fornecer informação sobre o stock existente de cada produto e medicamento na farmácia, o seu Preço de Venda ao Público (PVP), e outras informações adicionais presentes na ficha de cada produto (stocks e vendas do produto num dado espaço de tempo, informações científicas e farmacológicas sobre o produto, reações adversas deste produto ou medicamento e as interações que possa vir a ter com outros medicamentos, preço de compra e PVP, os fornecedores a que se comprou o produto, entre outras mais informações importantes).

Para aceder ao sistema é fácil, basta introduzir o número de utilizador e a respetiva palavra-passe associada a cada funcionário da farmácia.

1.6. PRESTAÇÃO DE OUTROS CUIDADOS DE SAÚDE

A Farmácia dos Pastorinhos ainda dispõe de alguns serviços de cuidados de saúde aos utentes tais como prestação de primeiros socorros e avaliação de parâmetros bioquímicos e fisiológicos:

- Medição dos valores de Glicémia

O teste de glicémia pretende medir os níveis de açúcar no sangue. A diabetes é uma doença crónica que se caracteriza pelo aumento dos níveis de açúcar (glicose) no sangue e pela incapacidade do organismo em transformar toda a glicose proveniente dos alimentos.

Em jejum, os valores de referência para a glicose no sangue são de 70 a 100 mg/dL. Em caso de pós-refeições, os valores de referência para a glicose no sangue são de 70 a 140 mg/dL⁽³⁾

- Medição dos valores de Colesterol

O colesterol é uma gordura essencial existente no nosso organismo com duas origens: uma parte desta gordura é produzida no fígado e outra parte é obtida através dos alimentos ingeridos na nossa alimentação. No entanto, é preciso apenas uma dada quantidade de colesterol para satisfazer as necessidades do nosso organismo. Quando este está em excesso pode ter consequência graves como enfarte do miocárdio e outros problemas cardíacos.

Os valores de referência para o Colesterol total devem ser inferiores a 190mg/dL, no entanto para grupos de risco, por exemplo pessoas com problemas cardiovasculares, devem ser inferiores a 175 mg/dL⁽⁴⁾

- Medição dos valores de Triglicéridos

Os triglicérideos são um tipo de gordura presente no sangue que quando encontra-se elevado, aumenta o risco de doenças cardíacas e de derrame vascular, principalmente quando o colesterol também está elevado. Para os triglicérideos, os valores de referência encontram-se num valor abaixo dos 150 mg/dL⁽⁴⁾

- Medição da pressão arterial

A circulação do sangue, que tem por destino chegar a todos os tecidos e células do organismo, implica que haja alguma pressão sobre as paredes das artérias. Esta pressão, que é normal e até essencial para que o sangue atinja o seu destino, é a chamada “tensão arterial”.

A pressão arterial é quantificada através de dois números.

- O primeiro número é mais elevado, diz respeito à pressão que o sangue exerce nas paredes das artérias quando o coração está a bombear sangue. É a chamada pressão arterial sistólica — habitualmente chamada “máxima”.
- O segundo número indica-nos a pressão que o sangue exerce nas artérias, quando o coração está relaxado. É a chamada pressão arterial diastólica — habitualmente chamada “mínima”.

A pressão arterial ideal deve ser inferior a 120/80. Acima destes valores acresce o risco de doença coronária ou acidente vascular cerebral. ⁽⁵⁾

Este tipo de serviços de saúde são realizados numa sala mais resguardada na zona de atendimento ao público na farmácia.

Esta farmácia possui uma sala para esta finalidade e ainda possui outras duas salas que servem para consultas de especialidades como acupuntura, fisioterapia, podologia.

2. MEDICAMENTOS E OUTROS PRODUTOS DE SAÚDE

Um 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.”⁽⁶⁾

O uso do medicamento é importante que seja feito de forma consciente e racional, e mediante acompanhamento de um profissional de saúde. O objetivo principal é a garantia de um controlo rigoroso sobre o circuito do medicamento na farmácia de forma a assegurar os melhores cuidados de saúde prestados ao utente.

2.1. APROVISIONAMENTO E GESTÃO DE STOCKS

O aprovisionamento e gestão de stocks numa farmácia comunitária têm como principal objetivo certificar que os stocks reais da farmácia correspondam aos stocks inscritos no sistema bem como assegurar recursos materiais essenciais à satisfação das necessidades terapêuticas dos utentes. Tal como na gestão de qualquer empresa, a farmácia têm que se concentrar em fazer uma boa gestão com base na racionalização de custos, procurando adquirir os medicamentos e produtos farmacêuticos a um menor custo possível, gerindo os stocks e desperdícios e procurando minimizar os custos envolvidos em ruturas e infraestruturas.

A Farmácia dos Pastorinhos possui o sistema informático Sifarma® que está capacitado para realizar grande parte das tarefas associadas a este processo, proporcionando um menor trabalho manual envolvido neste processo. O programa contém uma ficha para cada produto que existe na farmácia e nela pode-se observar o *stock* máximo que deve existir, a quantidade de ponto de encomenda e a quantidade a encomendar. Todos os dias, normalmente duas vezes por dia, verifica-se quais os produtos que estão em falta segundo o *stock* informático, e gera-se uma encomenda ao fornecedor (normalmente à distribuidora Cooprofar e a Plural). Este método usando o

sistema costuma ser bastante eficiente, contudo surgem sempre alguns erros associados às quantidades existentes em stock de produtos no software e a quantidade real existente e como tal, às vezes é necessário fazer a contagem física dos medicamentos e produtos e acertar os stocks no programa. Em casos de urgências nalgum produto é necessário contactar logo o fornecedor e pedir o medicamento ou produto em falta. A Farmácia dos Pastorinhos dá preferência à distribuidora Plural[®] por esta possuir preços mais acessíveis e fazer certos descontos nalguns produtos e medicamentos. Esta distribuidora e a Cooprofar[®] possuem preços mais baratos e são a primeira escolha aquando a realização de pedidos de encomendas. Os pedidos urgentes costumam ser feitos por telefone. Quando o produto pedido por telefone chega, e já foi pago pelo utente, este aparece no sistema como stock (-1) e é seguidamente separado e entregue à pessoa que o adquiriu.

Finalmente, há as encomendas feitas diretamente ao fornecedor. Estas têm vantagens económicas, uma vez que permite adquirir os produtos a um preço mais baixo e algumas vezes com bónus, descontos, entre outros. Nestes incluem-se não só os MSRM, nomeadamente genéricos, mas também fitoterápicos, produtos de puericultura e outros, e ainda medicamentos homeopáticos, com exceção dos produtos de dermocosmética e ortopédicos que são pedidos a delegados de fornecedores especiais da marca.

2.2. RECEÇÃO DE ENCOMENDAS

Quando as encomendas de medicamentos e produtos farmacêuticos chegam à farmácia são deixados na zona de receção de encomendas dentro das suas respetivas embalagens. O acondicionamento dos medicamentos e produtos farmacêuticos é feito em contentores devidamente identificados com o distribuidor, número do contentor e número da respetiva fatura (Figura 10). Mal estes chegam, devem ser logo abertos pois contêm produtos e medicamentos em falta e devem ser conferidos na fatura. Caso alguém precise de abrir um contentor para retirar um produto, necessita de escrever na fatura o produto e quantidade que retirou e o respetivo prazo de validade do mesmo, para que o colega que for dar entrada da encomenda logo a seguir esteja avisado do produto (s) retirados.

Os medicamentos termolábeis devem ser os primeiros a serem retirados dos contentores e serem imediatamente colocados no frigorífico, mesmo antes de dar entrada deles no sistema.

Para as encomendas que vêm em caixas de cartão e são entregues por transportadoras, aquando a assinatura do documento de receção, é necessário conferir se a encomenda é efetivamente para a farmácia em questão e se a quantidade de volumes entregues corresponde ao descrito no documento.

As faturas das encomendas rececionadas são também diferentes, consoante sejam provenientes do distribuidor, ou do fornecedor/laboratório. As faturas das encomendas de fornecedores/laboratórios normalmente incluem o lote e o prazo de validade junto do produto, pelo que quando se abre a encomenda, dispõem-se os produtos sobre uma mesa e procede-se à conferência, verificando a quantidade recebida, o produto e código, o lote e o prazo de validade.

Nas faturas dos distribuidores são descritos o produto/medicamento, o PVP do mesmo, quando aplicável, o Preço de Venda à Farmácia (PVF) e o Imposto sobre o Valor Acrescentado (IVA) a que o mesmo está sujeito. Junto com as faturas vem também o documento de receção de medicamentos psicotrópicos, estupefacientes e benzodiazepinas, que depois de devidamente preenchido e assinado pelo diretor técnico, o original é guardado na farmácia e o duplicado é reenviado para a distribuidora, servindo de prova de receção destes medicamentos.

A entrada de encomendas no sistema é feita acedendo ao menu de receção de encomendas no sistema e procurando o pedido da encomenda. Posto isto insere-se o número da fatura, a data de encomenda e o valor total da fatura. Posteriormente, procede-se à leitura do código de barras dos produtos, com a ajuda de um leitor específico, acertando-se de seguida o PVF, e o PVP e o prazo de validade de cada produto/medicamento e as suas respetivas quantidades enviadas. Por fim, aplica-se a conferência ao documento e o valor total da fatura do sistema têm que corresponder ao valor real no papel, bem como o total de unidades da fatura têm que ser o mesmo que as reais enviadas. Neste último caso, caso o total de unidades inscritas na fatura não coincida com a quantidade de unidades reais enviadas, é necessário comunicar à entidade responsável por essa mesma encomenda.

No caso dos produtos e medicamentos não sujeitos a receita médica, o PVP é calculado aplicando uma margem sobre o produto/medicamento no próprio sistema. Quando a margem a aplicar pela farmácia não corresponde àquela que é visível no painel, é necessário corrigi-la, para que o PVP fique correto. As margens de venda são diferentes de categoria para categoria de produto.

Em alguns MNSRM e produtos o código de barras não é bem visível ou o leitor de código de barras não os consegue ler e portanto é preciso imprimir etiquetas para o mesmo efeito. Os produtos que se colocam nas prateleiras no espaço de atendimento ao público devem não só estar devidamente marcados com etiquetas mas também com alarmes para evitar possíveis furtos.

Relativamente às encomendas feitas por telefone, estas não se encontram no sistema, logo é necessário proceder à realização de uma fatura manual, no menu de gestão de encomendas do sistema, e seguidamente, transferi-la para o menu de receção de encomendas. A partir daí, o procedimento é igual ao das faturas normais.



Figura 10 - Contentores de acondicionamento de medicamentos

2.3. ARMAZENAMENTO

Depois de dar entrada dos medicamentos e produtos farmacêuticos no sistema informático, estes podem seguir diferentes destinos: são guardados no armazém principal caso haja espaço nas gavetas ou prateleiras correspondentes; são repostos os produtos dos lineares em exposição na sala de atendimento ao público, guardam-se no armário do laboratório (matérias-primas e produtos de laboratório), ou no caso de não haver espaço no armazém principal, são guardados no armazém secundário os produtos excedentes nos seus devidos lugares.

Estes devem ser arrumados sempre seguindo a regra de FEFO (First-Expire-First-Out), ou seja, devem-se colocar sempre os produtos e medicamentos de prazo de validade mais curto à frente, de forma a garantir que são os primeiros a serem vendidos e assim escoar de produtos. Também permite escoar em primeiro os medicamentos e produtos com o PVP mais antigo, uma vez que a farmácia tem três meses para escoar estes medicamentos, e não podem ser dispensados depois disso. Isto é uma regra fundamental, que evita que haja tantos desperdícios e ruturas de stock de medicamentos e produtos fora de prazo.

Com o objetivo de controlar melhor os prazos de validade dos produtos e medicamentos, é feita sempre uma verificação dos mesmos esporadicamente.

De forma a garantir que os produtos são vendidos dentro do seu prazo de validade, o sistema informático emite uma lista todos os meses, que contém os produtos com prazo de validade próximo da expiração, e a partir daí é feita a verificação dos mesmos.

Os medicamentos e produtos de prazo com validade curto, inferior a dois meses, são retirados de junto dos outros e colocados num armário à parte com a finalidade de serem escoados primeiro. (Figura 11). Este mecanismo permite uma maior facilidade no escoamento desses produtos e medicamentos.

Independentemente do lugar onde são armazenados, todos os medicamentos e produtos são arrumados por ordem alfabética, com exceção dos produtos que são expostos nos lineares da sala de atendimento ao público, como por exemplo os produtos em destaque promocional, produtos de dermocosmética e capilares, produtos de puericultura, produtos de higiene corporal, entre outros.



Figura 11 - Armários com produtos e medicamentos com prazo de validade curto (inferior a dois meses)

2.4. DISPENSA DE MEDICAMENTOS E OUTROS PRODUTOS DE SAÚDE

A dispensa de medicamentos ao público é feita distintamente consoante se trata de MSRM ou MNSRM.

A dispensa de medicamentos ao público é das partes mais importantes na farmácia e que constituiu uma das principais funções de um farmacêutico e/ou técnico de farmácia na farmácia.

De uma forma ou de outra é da competência dos profissionais da farmácia fazer a dispensa de medicamentos de forma consciente e racional, através de uma avaliação cuidada e rigorosa dos medicamentos prescritos ou dos medicamentos solicitados em regime de automedicação ou indicação médica para tratamento continuado de alguma doença, salvaguardando o utente de possíveis efeitos secundários não desejados que possam surgir com a toma dessa medicação. Sem esquecer que existe sempre a preocupação por parte do profissional de farmácia em assegurar que o utente usa os medicamentos de forma correta, através de um acompanhamento farmacoterapêutico.

E por esta e outras demais razões é que são dispensados MSRM em farmácias mediante a apresentação da respetiva receita médica e os MNSRM só podem ser dispensados em farmácias e em estabelecimentos autorizados para tal.

2.4.1. Dispensa de medicamentos sujeitos a receita médica

A dispensa de medicamentos sujeitos a receita médica só pode ser efetuada mediante receita médica. Estes podem ser dispensados consoante diferentes tipos de receita: receita médica renovável, receita médica especial e receita médica não renovável.

Segundo o Estatuto do Medicamento, a receita médica é um “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”⁽⁶⁾

Esta prescrição médica deve de conter: a DCI da substância ativa, a forma farmacêutica, a dosagem, a apresentação e a posologia, podendo ainda incluir a designação comercial do medicamento, caso o utente prefira levar o medicamento de marca ou não haja medicamento genérico. Também deve incluir dados relativos ao médico prescriptor tais como o código do médico e a sua respetiva assinatura, a data de prescrição, o código do local de prescrição, o código do número da receita e o código referente a cada medicamento e ainda, dados referentes ao utente. Normalmente é feita por via eletrónica, exceto em situações de falência do sistema informático, a inadaptação fundamentada do médico prescriptor devidamente validada, a prescrição ao domicílio e em situações que sejam prescritas um máximo de 40 receitas por mês.

Enquanto profissionais de farmácia é imprescindível garantirmos que, no momento da dispensa dos medicamentos, essas receitas se encontram em conformidade e são válidas. A validade da receita médica difere consoante o tipo de receita médica. Sendo que as receitas não renováveis têm prazo de validade de 30 dias e as receitas renováveis têm prazo de validade de 90 dias, prescritas em três vias.

Na prática da dispensa do medicamento, depois de conferida se a receita é válida, é dado a conhecer ao utente as opções mais baratas do medicamento, caso este tenha opções pois pode-se tratar de um medicamento que não possui genéricos ou pode-se tratar de um medicamento que o utente já tome para algum tratamento contínuo e neste caso, deve continuar a tomar do mesmo e a farmácia deve assegurar que o utente tem esse

medicamento disponível assim que lhe seja preciso. Tirando estas exceções o utente é livre de optar por um medicamento de marca ou genérico.

Assim que o utente opte pelo medicamento, procede-se à leitura dos códigos de barras presentes na receita médica (referentes ao número da receita médica, dados do prescriptor e local de prescrição e do medicamento em causa) e à introdução do nome do utente no painel. A seguir, deve-se selecionar o tipo de comparticipação mencionada na receita no campo relativo ao Sistema Nacional de Saúde (SNS) sendo que se se apresentar vazio ou com a designação “O” a comparticipação a aplicar será normal e se pelo contrário, se apresentar neste campo a designação “R” é aplicada um tipo de comparticipação especial. Neste último caso e em mais casos de regimes de comparticipação especial como as seguradoras e outras é necessário solicitar ao utente o cartão de beneficiário do mesmo para tirar uma fotocópia deste cartão e da respetiva receita médica para enviar à entidade comprovadora.

Finalmente, é verificado se o PVP inscrito nas embalagens dos medicamentos coincide com os inscritos no sistema informático e caso estes sejam diferentes, o próprio sistema emite um alerta. Dá-se a emissão da fatura, a impressão da receita e respetivo pagamento, o utente assina e o técnico de farmácia ou farmacêutico responsável pela venda assina, carimba e coloca a data de receita médica.

2.4.1.1. Medicamentos estupefacientes e psicotrópicos

Os medicamentos denominados de psicotrópicos ou estupefacientes são medicamentos que requerem uma atenção especial aquando a sua dispensa na farmácia.

Segundo o Decreto-lei nº 15/93 de 22 de janeiro, estes têm de ser prescritos isoladamente numa receita médica, ou seja essa mesma receita médica não pode conter outros medicamentos. ⁽⁷⁾. Este tipo de medicamentos têm de ser prescritos em receitas eletrónicas denominadas de receitas médicas especiais. Contudo, o procedimento da prescrição é igual às restantes receitas médicas.

Em relação à dispensa dos medicamentos estupefacientes e psicotrópicos é necessário identificar a receita com o respetivo número, data em que foi emitida e nome do médico prescriptor, identificar o doente com o nome e morada completa e identificar o

adquirente com o respetivo nome, morada completa, número de identificação civil e idade e registar a data em que foi dispensado o medicamento.

Posteriormente, deve-se arquivar na farmácia este tipo de receitas pelo menos durante três anos, juntamente com a cópia da fatura e o documento de venda. Normalmente o sistema informático também marca na própria ficha do utente na farmácia um lembrete ou alerta do tratamento que o doente está a realizar e a medicação respetiva ao mesmo.

Os registos de estupefacientes e psicotrópicos são obrigatoriamente enviados ao INFARMED e geralmente são enviados os registos de entrada trimestralmente, os registos de saída mensalmente e o mapa de balanço anualmente. O diretor técnico da farmácia é que fica responsável por conferir e enviar estes documentos.

2.4.2. Dispensa de medicamentos não sujeitos a receita médica

Os medicamentos não sujeitos a receita médica, como o nome indica, não necessitam de receita médica para serem adquiridos. Neste grupo podem-se incluir também os medicamentos homeopáticos e medicamentos à base de plantas.

A grande diferença entre os MSRM e os MNSRM é que os MNSRM não são comparticipados e o seu perfil de segurança é maior do que os outros, mesmo sem acompanhamento médico. Isto permite aos profissionais de saúde dispensar estes medicamentos aos utentes sem haver grandes riscos mas sempre alertando o utente para fazer o seu uso de forma correta e racional.

Os medicamentos homeopáticos e medicamentos com base em extratos de plantas, que também se incluem neste grupo, devem de ser aconselhados pelos profissionais de farmácia para que estes sejam também usados de forma racional. Apesar de não apresentarem ou não serem conhecidos efeitos secundários ou interações deste tipo de medicamentos com outros medicamentos, devem ser igualmente usados com precaução.

2.4.2.1. Medicamentos Fitoterápicos e Suplementos Alimentares

Segundo o Estatuto do Medicamento, um medicamento fitoterápico entende-se por 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” ⁽⁶⁾

De acordo com o Decreto-Lei nº136/2003 de 28 de Junho, os suplementos alimentares são “géneros alimentícios que se destinam a complementar e ou suplementar o regime alimentar normal e que constituem fontes concentradas de determinadas substâncias nutrientes ou outras com efeito nutricional ou fisiológico, estremes ou combinadas, comercializadas em forma doseada, tais como cápsulas, pastilhas, comprimidos, pílulas e outras formas semelhantes, saquetas de pó, ampolas de líquido, frascos com conta-gotas e outras formas similares de líquidos ou pós que se destinam a ser tomados em unidades medidas de quantidade reduzida”. ⁽⁸⁾

Este tipo de suplementos alimentares podem conter as mais diversas substâncias naturais e nutrientes como vitaminas, minerais, fibras essenciais, aminoácidos e vários extratos de plantas.

Na Farmácia dos Pastorinhos pode-se encontrar uma grande variedade deste tipo de produtos/medicamentos para todo o tipo de situações como obstipação, emagrecimento, fortalecimento de ossos e articulações, adição suplementar de nutrientes à alimentação. No entanto no momento da dispensa, deve-se aconselhar o utente a tomar medidas adicionais como uma alimentação saudável e equilibrada, atividade física regular, entre outras.

2.4.2.2. Medicamentos e Produtos Homeopáticos

Os produtos homeopáticos são “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.”⁽⁹⁾

Segundo o Decreto-Lei nº 176/2006 de 30 de Agosto, existem dois procedimentos para a autorização de medicamentos homeopáticos:

- um processo de registo simplificado, para os medicamentos homeopáticos introduzidos no mercado sem indicações terapêuticas e sob forma farmacêutica e dosagem que não apresentem riscos para o doente;
- um regime idêntico ao dos restantes medicamentos de uso humano, para os medicamentos homeopáticos comercializados com indicações terapêuticas, ou com uma apresentação suscetível de apresentar riscos para o paciente, sem prejuízo das características próprias a que devem obedecer os ensaios tóxico-farmacológicos e clínicos destes medicamentos. ⁽⁹⁾

A Farmácia dos Pastorinhos possui alguns medicamentos e produtos fitoterápicos destinados ao tratamento de algumas doenças mais comuns como gripe, tosse, dor de garganta, enjoos nas viagens, problemas digestivos e perturbações no sono. Os laboratórios Boiron® são talvez aqueles que apresentam mais produtos da marca na farmácia tais como o Homevox, Oscillococinum, Stodal, Sedatif PC, entre outros.

2.4.2.3. Medicamentos e Produtos de uso veterinário

Os medicamentos veterinários, tal como o nome indica são medicamentos para animais. Tal como os medicamentos de uso humano, estes destinam-se a tratar ou a prevenir doenças bem como os seus sintomas associados, salvaguardando a saúde bem-estar do animal.

Na Farmácia dos Pastorinhos não existe muita quantidade ou variedade destes medicamentos ou produtos veterinários.

2.4.2.4. Produtos de Cosmética e Higiene Corporal

Um Produto de Cosmética e 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, proteger, manter e em bom estado ou de corrigir os odores corporais.”⁽¹⁰⁾

A Farmácia dos Pastorinhos dispõe de uma ampla variedade de gama de cosméticos e produtos de higiene corporal. Algumas das marcas de dermocosmética são: Lierac®, Pierre Fabre®, Fitorga®, B-Lift®, Nuxe®, entre outras. E apresenta produtos para as demais funções: produtos capilares de homem e de mulher, corpo e rosto.

2.4.2.5. Dispositivos Médicos

Os dispositivos médicos são “importantes instrumentos de saúde que englobam um vasto conjunto de produtos. São destinados, pelo seu fabricante, a serem utilizados para fins comuns aos dos medicamentos tais como prevenir, diagnosticar ou tratar uma doença humana. Devem atingir os seus fins através de mecanismos que não se traduzem em ações farmacológicas, metabólicas ou imunológicas, por isto se distinguindo dos medicamentos.”⁽¹¹⁾

Aos diferentes intervenientes (Fabricantes, Distribuidores, Utilizadores e Autoridades Competentes) são impostas um conjunto de obrigações e procedimentos, nomeadamente, em matéria de investigação clínica/avaliação do comportamento funcional, classificação, demarcação da fronteira, avaliação da conformidade, colocação no mercado, registo/notificação, aquisição e utilização assim como de supervisão do mercado.⁽⁸⁾

A Farmácia dos Pastorinhos possui poucos dispositivos médicos, no entanto ainda apresenta alguma variedade consoante o fim a que é destinado o produto e a zona do corpo a aplicar o dispositivo médico.

CONCLUSÃO

Em jeito de conclusão gostaria de deixar uma breve reflexão sobre o meu percurso na Farmácia dos Pastorinhos.

Para começar, quero referir que esta unidade curricular, Estágio Profissional I é crucial para o nosso percurso escolar e curricular pois proporciona-nos um contato abrangente com a nossa futura profissão enquanto Técnicos de Farmácia e nos permite desenvolver uma componente mais prática daquilo que iremos realizar para o nosso futuro. Mas como não são só os conhecimentos que nos tornam bons profissionais mas sim também os valores que nos transmitem os nossos colegas e os utentes que nos tornam os melhores profissionais e seres humanos. E todos os dias são uma aprendizagem.

É com enorme alegria e gratidão que vivenciei cada momento neste percurso pela Farmácia dos Pastorinhos. E digo já, que também a deixo com nostalgia. Foram tantos os momentos de aprendizagem, gargalhadas e cumplicidade com esta equipa que me fez sentir em “casa”. Não foram só colegas mas sim amigos que me acompanharam neste estágio e me ensinaram tudo o que poderia aprender sobre o circuito do medicamento. Comecei por compreender todo o processo da realização e receção de encomendas, armazenamento dos medicamentos que quase parecia automático o abrir das gavetas, passei também pela organização das receitas médicas, preparação de alguns medicamentos manipulados, participação em rastreios de risco cardiovascular e de osteoporose em lares e na farmácia, medição dos parâmetros bioquímicos e fisiológicos dos utentes e por fim ainda tive a oportunidade de fazer atendimento ao público.

Considero que o meu desempenho neste estágio foi muito bom, apesar de surgirem sempre alguns erros que só com a experiência vão sendo evitados. O tempo de estágio penso que me possibilitou assimilar um pouco de tudo com mais profundidade. Penso que consegui atingir todos os objetivos traçados para esta unidade curricular com sucesso.

Por fim quero dizer que a passagem por esta farmácia marcou de facto a minha vida e que contribuiu imenso para o meu sucesso futuro a nível profissional e pessoal.

BIBLIOGRAFIA

(¹) Santos, H.J., et al., Boas Práticas Farmacêuticas para a farmácia comunitária (BPF 2009) 2009;

(²) Decreto-Lei, n.º 307/2007, D.R., 1ª série, n.º 168, 31 de agosto de 2007 – Regime jurídico das farmácias de oficina;

(³) **APDP- Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal**- Portal dos Diabetes <http://www.apdp.pt/index.php/diabetes/a-pessoa-comdiabetes/valores-de-referencia>.

(⁴) **Fundação Portuguesa de Cardiologia**

<http://www.fpcardiologia.pt/wp-content/uploads/2013/08/Brochura-CRC-Colesterol-N%C2%BA-10-Final.pdf>

(⁵) **Fundação Portuguesa de Cardiologia**

<http://www.fpcardiologia.pt/saude-do-coracao/factores-de-risco/hipertensao/>

(⁶) Decreto-Lei n.º 176/2006, D.R., 1ª série, n.º 167, 30 de agosto de 2006- Estatuto do Medicamento 2006;

(⁷) Decreto-lei n.º 15/93 de 22 de janeiro;
<http://www.dre.pt/pdf1s/1993/01/018A00/02340252.pdf>.

(⁸) Decreto-Lei n.º 136/2003 de 28 de Junho;
<http://www.inem.pt/files/2/documentos/2011010617571545235.pdf>

(⁹) Decreto-Lei n.º 176/2006, D.R., 1ª série, n.º 167, 30 de agosto de 2006- Estatuto do Medicamento 2006;
http://www.infarmed.pt/portal/page/portal/INFARMED/MEDICAMENTOS_USO_HUMANO/AUTORIZACAO_DE_INTRODUCAO_NO_MERCADO/PRODUTOS_FARMACEUTICOS_HOMEOPATICOS

(¹⁰) **INFARMED**. Estabilidade do Medicamento
https://www.infarmed.pt/portal/page/portal/INFARMED/PUBLICACOES/TEMATICOS/SAIBA_MAISSOBRE/SAIBA_MAISSOBRE_ARQUIVO/8%20P_Cosmeticos_Hig_Corporal.pdf

(¹¹) **INFARMED** Dispositivos Médicos
http://www.infarmed.pt/portal/page/portal/INFARMED/DISPOSITIVOS_MEDICOS