



FARMAC
CARLOS PEREIRA LUC



Ana Salomé Rocha Brogueira

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

Relatório de Estágio realizado no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, orientado pelo Doutor Telmo Nuno Fernandes da Silva e apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Julho 2015



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Ana Salomé Rocha Brogueira

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

Relatório de Estágio realizado no âmbito do Mestrado Integrado em Indústria Farmacêutica, orientado pelo Doutor Telmo Nuno Fernandes da Silva e apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

Julho 2015



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE

Eu, Ana Salomé Rocha Brogueira, estudante do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, com o número 2008107332, declaro assumir toda a responsabilidade pelo conteúdo do Relatório de Estágio apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, no âmbito da unidade Estágio Curricular.

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

Coimbra, 10 de julho de 2015.

(Ana Salomé Rocha Brogueira)

AGRADECIMENTOS

A obtenção de um grau académico é fruto não só de muito esforço e dedicação, mas também da presença constante de todas as pessoas que nos acompanham desde sempre e de todas aquelas que connosco se cruzaram durante este percurso.

Antes de tudo, agradeço aos pilares da minha vida, os meus pais, pela educação que me deram, que fez com que me tornasse na pessoa que sou hoje e por me terem ensinado a lutar pelos meus objetivos. Agradeço de igual forma por estarem sempre presentes e por toda a dedicação, amor e sacrifício que fizeram ao longo desta viagem. Espero que se revejam, com alegria, no percurso que me ajudaram a construir.

Ao meu irmão, companheiro de sempre, a quem devo a concretização deste sonho, o meu muito obrigada! Obrigada por seres um companheiro fiel, por todos os ensinamentos que me fizeram crescer e por seres o exemplo a seguir! As minhas vitórias são tuas também!

A Coimbra! Cidade da saudade para a qual os agradecimentos nunca serão justos. Cidade que cresceu em mim, e eu cresci com ela. É um orgulho ter construído um pouco da sua história, tal como construiu um pouco da minha.

Aos meus amigos, que se cruzaram comigo durante este percurso e que o tornaram inesquecível! À Diana, à Rita, à Ângela, à Margarida, ao Marcelo, ao Luís, ao Pedro, à Inês e ao Igor o meu muito obrigada pela amizade verdadeira! Levo-vos a todos para a vida!

Um agradecimento especial ao Dr. Telmo Silva, meu orientador de estágio, pela disponibilidade demonstrada e pela prontidão nas respostas às minhas dúvidas, transmitindo-me sempre os seus melhores conhecimentos e valores.

Um agradecimento especial é igualmente devido ao Dr. Pedro Marques, por me ter recebido, acompanhado e ensinado nos momentos certos. De igual forma agradeço a toda a equipa, sem exceção. Ao Dr. Diogo, à Dra. Ana Luísa, à Dra. Joana, à Carla, à Marcela, à Ana Gonçalves, ao Miguel, à Ana Isabel e à Cláudia, obrigada por me terem integrado desde o primeiro dia e por me terem feito sentir do vosso lado. Por todos os momentos em que se preocuparam em me ensinar e pelo ambiente descontraído que facilitou a minha integração e aprendizagem! São uma equipa fantástica!

*Aqueles que passam por nós, não vão sós, não nos deixam sós.
Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós.
Antoine de Saint-Exupéry*

ÍNDICE

ABREVIATURAS.....	1
INTRODUÇÃO.....	2
1. ORGANIZAÇÃO DA FARMÁCIA	3
1.1 Localização geográfica e caracterização da população	3
1.2 Equipa Profissional	3
1.3 Espaço Organizacional da Farmácia	4
2. GESTÃO DA FARMÁCIA.....	5
2.1 Gestão de Encomendas.....	5
2.2 Reposição de Stocks	7
3. INTERAÇÃO FARMACÊUTICO – DOENTE – MEDICAMENTO	7
4. DISPENSA DE MEDICAMENTOS.....	8
4.1 Medicamentos Sujeitos a Receita Médica.....	8
4.2 Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica e Produtos de Saúde	10
5. REVISÃO DO RECEITUÁRIO.....	11
6. OUTRAS ATIVIDADES.....	12
7. PERSPETIVAS FUTURAS.....	13
8. ANÁLISE DO CURSO.....	14
CONCLUSÃO	15
BIBLIOGRAFIA	16

ABREVIATURAS

ATC – *Anatomical Therapeutic Chemical Code*

FFUC – Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra

IMC – Índice de Massa Corporal

INFARMED – Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde

INR – Índice Internacional Normalizado

MICF – Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas

MNSRM – Medicamento Não Sujeito a Receita Médica

MSRM – Medicamento Sujeito a Receita Médica

PSA – *Prostate Specific Antigen*

PVP – Preço de Venda ao Público

INTRODUÇÃO

A palavra “Farmacêutico” é definida como um especialista do medicamento e da saúde pública capaz de aconselhar a população acerca do uso racional do medicamento, de proporcionar uma monitorização cuidada da terapêutica, bem como sensibilizar para a adoção de um estilo de vida saudável. O farmacêutico tem, hoje em dia, um papel fundamental junto da população, sendo cada vez mais um profissional de saúde no qual os doentes confiam como primeira escolha.

A atividade profissional de um farmacêutico deve ser dotada de uma extensa formação base, teórica e prática, que deve ser alvo de uma incessante atualização, isto porque não só a experiência adquirida ao longo do tempo faz com que tenha uma visão diferente dos diversos conceitos mas os avanços técnicos e científicos nesta área, são constantes.

Muito ao contrário do que se pensa, a atividade de um farmacêutico vai muito para além da dispensa de medicamentos. Na farmácia comunitária o farmacêutico tem, para além de um papel importante na promoção da saúde e no aconselhamento ao doente, um papel importante na sua gestão interna e na capacidade de recriar o ambiente envolvente.

Neste âmbito, e de forma a aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo de todo o percurso académico, o estágio curricular foi realizado na Farmácia Carlos Pereira Lucas, no Entroncamento, durante um período de 810 horas, sob a orientação do Dr. Telmo Nuno Fernandes da Silva, Farmacêutico adjunto substituto, e com o apoio de toda a equipa que dela faz parte.

Serve o presente relatório para apresentar as atividades realizadas durante o estágio, bem como para apontar alguns dos seus pontos fortes e fracos.

I. ORGANIZAÇÃO DA FARMÁCIA

1.1 Localização geográfica e caracterização da população

A Farmácia Carlos Pereira Lucas situa-se na cidade do Entroncamento, no coração do Ribatejo. Trata-se de uma farmácia de referência por se encontrar sediada na área do Centro Hospitalar Médio Tejo, dando apoio às unidades hospitalares de Torres Novas, Abrantes e Tomar, bem como ao Hospital da Santa Casa da Misericórdia do Entroncamento e ao Centro de Saúde da cidade. Além disso a sua localização relativamente perto da estação de caminho-de-ferro, coloca a farmácia num ponto de passagem para quem viaja diariamente.

A população a que a farmácia presta serviço é muito heterogénea, não havendo uma faixa etária que defina o público-alvo. Ainda assim, a população idosa é a mais assídua, condição que se explica pelo facto de serem, em geral, doentes polimedicados e com necessidade de monitorização de alguns parâmetros bioquímicos. Não obstante, a população mais jovem (25-55 anos) é também uma população frequente, sendo que a esta faixa etária pertencem as mulheres grávidas, as jovens mães e a maioria das pessoas que têm cuidados redobrados com a saúde e bem-estar.

1.2 Equipa Profissional

A farmácia é composta por 12 pessoas, de entre as quais: o proprietário e Director Técnico Dr. Pedro Marques, 2 farmacêuticos substitutos adjuntos, o Dr. Telmo Silva e o Dr. Diogo Natário, 2 farmacêuticas, a Dra. Joana Ferreira e a Dra. Ana Luísa Fernandes, 5 técnicos de farmácia, Ana Isabel Silva, Carla Vaqueiro, Ana Gonçalves, Marcela Nunes e Miguel Farias e 2 conselheiras de dermocosmética, Vera Gomes e Cláudia Santos. Formam uma equipa de excelência, com capacidades notáveis de experiência, formação, organização, trabalho de equipa e companheirismo. De notar o elevado empenho que todos, sem exceção, tiveram em me integrar, acompanhar e ensinar.

Sendo uma equipa com um significativo número de elementos, a gestão dos horários não é fácil, no entanto, encontram-se sempre presentes a maioria dos funcionários por forma dar resposta ao número de tarefas exigidas. A preocupação principal da equipa é o bem-estar do doente e servi-lo da melhor forma, sendo que, perante este, todas as tarefas são secundárias.

1.3 Espaço Organizacional da Farmácia

A Farmácia Carlos Pereira Lucas apresenta dois espaços diferenciados, sendo que um se destina ao atendimento ao público e outro é reservado ao armazenamento de produtos e medicamentos. Neste mesmo espaço processam-se todas as tarefas alheias ao atendimento ao doente.

O espaço de atendimento ao público compreende o espaço de balcão, constituído por 6 balcões principais e 1 de atendimento exclusivo a medicamentos não sujeitos a receita médica (MNSRM) e dermocosmética. Os balcões principais encontram-se situados junto aos lineares dos medicamentos de venda livre ao público, o que facilita a visualização dos produtos por parte do doente e reduz o tempo médio de cada atendimento. Todo o espaço envolvente é preenchido com exposição dos mais diversos produtos, sendo que são reservados lineares para puericultura, produtos ortopédicos, produtos de dermocosmética e dispositivos médicos, como por exemplo medidores de tensão arterial. No mesmo espaço existem gôndolas que tendem a expor produtos rotativos, à exceção de um espaço reservado a produtos de veterinária.

Fazem parte do espaço reservado ao atendimento dois gabinetes, um dos quais se destina à medição de parâmetros bioquímicos (colesterol total, triglicéridos, glicémia, INR, PSA, IMC e teste de gravidez), enquanto o outro se destina à administração de injetáveis e onde decorrem consultas de nutrição, podologia, homeopatia, osteopatia, terapia da fala e audiologia. Serve este último também para o atendimento personalizado de doentes que necessitem de alguma privacidade e para a ministração de formações à equipa.

Do segundo espaço destinado ao armazenamento de produtos e medicamentos, faz parte um robot, ferramenta de extrema importância uma vez que permite armazenar uma quantidade muito superior de medicamentos do que seria possível nas tradicionais gavetas. Além disso, esta tecnologia permite facilitar o trabalho a toda a equipa, permitindo diminuir o tempo de atendimento e reduzir a probabilidade de erros humanos. Fazem parte também armários que albergam produtos variados, de entre os quais, produtos de grandes dimensões, os quais não é possível armazenar no robot. Neste espaço existe também uma área dedicada ao processo de receção de encomendas, área na qual também se processam todas as burocracias subjacentes à prática em farmácia. Fazem parte deste espaço mais 3 divisões, um laboratório de preparação de manipulados, onde também são armazenados todos os produtos químicos para manipulação e para venda, um quarto para serviço da equipa e onde pernoitam os elementos que fazem o turno de serviço noturno e um armazém onde se encontram todos os produtos excedentes.

A meu ver o espaço está extremamente bem organizado, permitindo o fácil acesso aos mais diversos locais. O espaço dedicado ao atendimento encontra-se bem delineado, fazendo com que fosse fácil localizar-me nas diversas áreas. De notar o elevado empenho de toda a equipa em manter sempre todos os lineares e gôndolas preenchidas, por forma a que não falte nenhum produto. Todos os produtos se encontram ao dispor do público, facto importante para que se sintam à vontade para tomar contacto direto, podendo fazer a sua própria escolha, sem que se sintam pressionados.

2. GESTÃO DA FARMÁCIA

A gestão de toda a farmácia exige esforço por parte de todos os profissionais da equipa. Faz parte da fase inicial do estágio o contacto com o manual de qualidade da farmácia, que permite perceber o enquadramento geral das funções e responsabilidades de cada elemento da equipa, bem como os princípios pelos quais se regem. Apesar de, enquanto estagiários, chegarmos à farmácia com objetivos mais concretos, passar pela fase de perceber o enquadramento geral é extremamente importante porque dá uma visão geral da organização e gestão da equipa e da forma como orientam o seu objetivo comum.

O passo seguinte no estágio passa pela integração nas tarefas da farmácia, que são bastantes e exigem empenho e concentração.

2.1 Gestão de Encomendas

A receção de encomendas é um processo algo moroso e que implica diversos passos imprescindíveis. Na Farmácia Carlos Pereira Lucas denominamos as encomendas de 4 formas:

1. Encomendas “normais” – São encomendas feitas a um dos 2 distribuidores preferenciais, OCP Portugal e Alliance Healthcare. Estes distribuidores fornecem a maioria dos medicamentos que entram na farmácia, de acordo com as necessidades diárias, tema que será abordado mais adiante.

2. Encomendas de “soltos” – São produtos que não existem no momento na farmácia por algum motivo, ou porque não trabalhamos a marca ou simplesmente

porque estão esgotados momentaneamente e que são solicitados pelo utente ao balcão.

3. Encomendas “diretas” – Estas encomendas são feitas, mensalmente ou por um período mais alargado, diretamente aos laboratórios. Mensalmente são feitas encomendas a 3 laboratórios de medicamentos genéricos, a Generis[®], a Sanofi (Zentiva[®]) e a ToLife[®]. De igual modo, medicamentos e produtos com bastante saída, e para os quais os laboratórios oferecem condições comerciais favoráveis, as encomendas são feitas diretamente, mas por períodos mais alargados.

4. Encomendas de rateados – São encomendas das quais fazem parte medicamentos que se encontram esgotados por longos períodos de tempo ou que as quantidades disponibilizadas pelos laboratórios aos armazéns são controladas e aos quais temos acesso apenas esporadicamente.

Todos os tipos de encomendas seguem o processo normal de receção. Foi nesta fase que tive o primeiro contacto direto com o sistema informático implementado, o *Sifarma 2000*[®]. O sistema é bastante intuitivo e fácil de trabalhar, mostrando-se uma ferramenta bastante completa. Na receção passamos por 3 passos fundamentais para que a organização da farmácia seja de excelência: em todos os produtos é imprescindível a verificação do prazo de validade, introduzindo essa informação no programa informático sem falhas; o preço de venda ao público (PVP) presente no *Sifarma 2000*[®] tem que, em todos os casos, ser correspondente ao PVP constante na embalagem do medicamento/produto em causa, evitando possíveis discrepâncias aquando do ato da venda; é também importante perceber se algum produto está danificado, se faltam produtos ou se foram enviados produtos trocados, para que se possa regularizar a situação com o distribuidor e sobretudo para que a gestão de *stocks* não falhe.

Aquando da receção das encomendas foi-me sempre transmitido que, para cada medicamento/produto que desconhecia, verificasse a informação científica do mesmo e a sua classificação ATC (*Anatomical Therapeutic Chemical Code*), de modo a que rapidamente soubesse enquadrar o medicamento na sua função. É, sem dúvida, bastante importante este contacto com o medicamento antes de qualquer contacto com o público, visto criar bases fortes de conhecimento que de certa forma não temos apenas com a formação adquirida na faculdade.

2.2 Reposição de Stocks

Finda a receção da encomenda, há que proceder à reposição de *stocks*. Esta tarefa exige também alguns cuidados: é essencial ter em atenção os prazos de validade de cada produto para que sejam escoados os mais antigos e, sempre que possível, verificar o estado do *stock*, isto para controlar possíveis erros que prejudicam a organização global.

O armazenamento no robot exige de igual forma muita atenção, uma vez que é necessário proceder à verificação dos prazos de validade, evitando correr o risco de dispensar medicamentos fora do prazo. No final de cada mês é emitida uma lista de medicamentos que terminam a sua validade num prazo de 3 meses, sendo que todos são rejeitados.

As tarefas supra citadas são exigentes em termos de organização e concentração, mas são fundamentais para o bom funcionamento da farmácia. A meu ver esta parte do estágio foi bastante importante para a minha formação porque me proporcionou uma visão ampla de toda a organização e funcionamento que estão por detrás de um serviço de excelência. Consegui, com isto, aumentar significativamente o meu conhecimento farmacológico dos mais diversos produtos e fez-me sentir mais preparada para desempenhar estas funções a nível profissional. De salientar que, todo o tempo que dediquei à parte organizacional, cerca de 2 meses, foi bastante proveitoso. É uma tarefa que ocupa muito tempo e que necessita de dedicação quase exclusiva. Nem sempre isto é possível, no entanto, não se torna um problema, uma vez que as tarefas são diariamente bem distribuídas. A reposição de *stocks*, ainda que pareça um trabalho sem significado, não o é, facilitando em muito a orientação no espaço.

Enquanto isto, foram-me sempre apresentados diversos casos, por todos os elementos da equipa, para que pudesse tomar contacto com a realidade das mais diversas terapêuticas e me pudesse preparar para a fase de atendimento ao público.

3. INTERAÇÃO FARMACÊUTICO – DOENTE – MEDICAMENTO

A atividade farmacêutica vai muito para além da dispensa de medicamentos. O farmacêutico deve ser dotado, para além da competência técnica e científica, para a qual é formado, mas também de valores sociais e humanos. O farmacêutico é, na maioria das vezes, o primeiro profissional de saúde a quem a população recorre, pelo que se deve mostrar disponível, compreensivo e confiante. Além disso é essencial criar uma relação de

proximidade, empatia e confiança com quem nos procura, levando a que a pessoa se sinta segura. Muitas vezes isso é conseguido com um simples sorriso, política adotada por toda a equipa!

Na farmácia deparamo-nos com um público bastante diversificado e outro dos pontos fundamentais no atendimento passa pelo discurso adequado a cada doente. Se por um lado a população mais idosa exige um discurso mais leve, sem que os aborreçamos com termos técnico-científicos mas que lhes demos a atenção que muitas vezes não têm fora deste espaço, os doentes mais jovens, com outros conhecimentos, exigem um atendimento rápido e conciso.

Fui adquirindo valores como os referidos ao longo de todo o estágio, fazendo com que fosse mais fácil lidar com todo o tipo de doentes. Nem sempre foi uma tarefa fácil porque enquanto estagiários acabamos por inconscientemente mostrar alguma fragilidade e insegurança, fator que influencia o grau de confiança que o doente sente no nosso discurso. Ainda assim, com o decorrer do estágio, consegui ultrapassar essa barreira.

4. *DISPENSA DE MEDICAMENTOS*

O ato de dispensa de medicamentos é um ato exigente que visa resolver ou atenuar os problemas de saúde dos doentes. Esta prática pode ter lugar na sequência de uma prescrição médica, num ato de aconselhamento farmacêutico ou num regime de automedicação.

Na Farmácia Carlos Pereira Lucas, a dispensa de medicamentos é feita sempre segundo o uso racional do medicamento, tendo em atenção o fornecimento da informação adequada e o acompanhamento dos efeitos da utilização dos medicamentos.

Nesta etapa do estágio passei por uma fase observacional, onde tive oportunidade de me ambientar ao espaço de atendimento, inteirar-me de todo o processo informático necessário á dispensa e assistir às mais diversas situações de aconselhamento farmacêutico. Foi uma fase essencial para que conseguisse ganhar confiança e pudesse fazê-lo de forma autónoma.

4.1 Medicamentos Sujeitos a Receita Médica

A dispensa de medicamentos sujeitos a receita médica (MSRM), vem em geral de acordo com uma prescrição médica. Prescrição essa que é feita em suporte de papel, em

formato digital ou manuscrito. Aquando da apresentação da receita por parte do doente, cabe ao farmacêutico avaliar a sua viabilidade, verificando a presença do nome do doente, o regime de comparticipação, a data de prescrição e o seu prazo de validade, a assinatura do médico prescriptor, o local de prescrição e vinheta do médico. Da mesma forma é verificada a legibilidade de toda a receita, por forma a garantir que não apresenta rasuras ou rasgos e que todos os códigos se apresentam legíveis. Posto isto, cabe ao farmacêutico avaliar, para além dos parâmetros correspondentes ao medicamento (prescrição por denominação comum internacional da substância ativa, dosagem, forma farmacêutica, tamanho da embalagem e número de embalagens), a coerência da terapêutica instituída e a respetiva posologia (Infarmed, 2014). Em caso de dúvida, o farmacêutico tem o dever de tentar perceber a situação e caso identifique alguma irregularidade, deve contactar o médico prescriptor. Analisados todos os parâmetros burocráticos, o farmacêutico deve questionar o doente acerca da possibilidade de o tratamento ser de continuidade ou não; se sim, deve tentar perceber possíveis erros na toma da medicação, se não, dar todas as indicações indispensáveis para que o doente não tenha qualquer dúvida.

Por forma a que fique registado todo o tipo de medicação tomada pelo respetivo doente, no programa informático é criada uma ficha do utente. É preenchida com todos os seus dados, bem como com possíveis patologias associadas que possam influenciar as terapêuticas. Esta ferramenta permite que fique guardado o historial de todos os produtos adquiridos na farmácia por cada utente, sendo possível evitar interações e possíveis duplicações de terapêutica. Esta ficha deve ser consultada assim que o farmacêutico se depara com a prescrição e isso, na Farmácia Carlos Pereira Lucas, é feito com base na utilização do cartão Saúde, ainda que o cartão não seja um fator obrigatório. Esta ferramenta é bastante completa e é usada massivamente por toda a equipa, o que permite gerar uma base de dados extensa, facilitando o atendimento nas mais diversas situações.

Findas todas as avaliações necessárias, é então feita a dispensa com recurso ao programa informático, *Sifarma 2000*[®]. O doente deve, neste momento, ter consciência da finalidade de cada medicamento, da correta posologia de todos e de possíveis reações adversas significativas. O doente deve ainda ser alertado para possíveis medidas não farmacológicas que possam complementar a terapêutica e o farmacêutico deve ter o cuidado de o fazer na totalidade dos seus atendimentos. Cabe também ao farmacêutico, durante todo o ato de atendimento do doente, perceber de que forma pode fazer *cross* e *up selling*, por forma a dar mais vantagens ao doente e à farmácia, sem que isso seja de alguma forma prejudicial para ambas as partes.

Receitas especiais, como as de medicamentos psicotrópicos, envolvem uma logística maior, sendo necessário fotocopiar e anexar os talões fornecidos pelo *Sifarma 2000*[®] nos quais consta a informação respeitante ao número da receita, por forma a justificar a correta dispensa da mesma. Estes comprovativos são guardados e, no final de cada mês, conferidos por um elemento da equipa que compara a informação constante no programa e nas receitas, eliminando possíveis erros. A lista corrigida é enviada posteriormente ao INFARMED.

Perante a prescrição de medicamentos manipulados, ainda que hoje em dia já não seja uma prática muito recorrente, cabe ao farmacêutico a pesquisa de todo o processo necessário para o processamento do mesmo, bem como a sua elaboração. Apenas após comprovar a conformidade do manipulado, através de todos os testes inscritos na Farmacopeia Portuguesa, o medicamento é dispensado.

Outra funcionalidade da Farmácia Carlos Pereira Lucas passa por facilitar ao doente a preparação individual da medicação semanalmente. Este serviço tem como objetivo auxiliar os doentes polimedicados que não têm a capacidade de se orientar sozinhos e não tem auxílio de qualquer outra parte.

4.2 Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica e Produtos de Saúde

A dispensa de medicamentos não sujeitos a receita médica exige de igual forma atenção por parte do farmacêutico. Este tipo de medicação pode ser feito com base num aconselhamento terapêutico por parte do farmacêutico em função de um quadro clínico apresentado pelo doente, em que haja a possibilidade de aliviar os sintomas ou mesmo tratar a patologia. Nestes casos há que ter em conta a gravidade da situação e se necessário, reencaminhar para a consulta médica. Muitas vezes há a tendência para a automedicação, facto que implica atenção redobrada, uma vez que isto pode aumentar significativamente o risco do seu uso desregrado e de interações medicamentosas graves.

Foram muitos os casos de doentes com que contactei diariamente em que me era solicitada ajuda. Os casos mais recorrentes passam por dores de garganta, infeções urinárias, pediculose, dores articulares. Para todos os casos é necessária uma avaliação profunda da situação clínica, avaliando os prós e contras da terapêutica. Alguns dos casos que me suscitaram mais interesse foram casos de infeção urinária, situação que geralmente exige antibioterapia. Numa fase inicial da infeção, a colonização por bactérias (*Escherichia coli*) é ainda recente, no entanto, pode provocar alguns sintomas característicos: aumento de frequência e dor e/ou ardor na micção, dor pélvica e em casos extremos, a urina pode

acompanhar-se de sangue. Em situação de estado febril e sangue na urina, o doente é encaminhado imediatamente para a consulta médica. Em casos iniciais, o farmacêutico pode ajudar aconselhando Uva Ursina da Arkocápsulas® (4 cápsulas diárias) que apresenta atividade antibacteriana sobre a *Escherichia coli*, sendo que apresenta também propriedades anti-inflamatórias e diuréticas que fazem aumentar o volume de urina e com isso a expulsão mais rápida das bactérias (Laboratoires Pharmaceutiques, 2015). Ao mesmo tempo deve ser aconselhado um gel de lavagem íntima, como o Lactacyd® Suavizante ou Antiséptico, que contém ácido láctico, mantendo o pH da zona íntima equilibrado e reduz a proliferação bacteriana. De forma a atenuar a dor associada à micção, deve aconselhar-se Buscopan®(Infarmed, 2012). Para além disto, faz parte do protocolo de aconselhamento farmacêutico nestas situações a ingestão de grandes quantidades de água, informação que deve sempre ser passada ao doente. Caso os sintomas persistam ou agravem, o doente deve procurar recorrer a uma consulta médica.

Em casos de aconselhamento na área de dermocosmética, muitas vezes o utente já vem informado e com ideia pré-concebida do produto desejado. Ainda assim, muitas vezes surgem dúvidas, principalmente no tratamento da acne. Nestes casos deve ser aconselhado um produto de limpeza adequado, bem como o uso de um esfoliante cerca de 2 vezes por semana. Pode ainda ser aconselhado o uso de um creme matificante que ajudará a reduzir o brilho associado à produção excessiva de sebo.

O ato associado à dispensa de medicamentos implica, como já referido, um conjunto de passos que requerem extrema atenção e ponderação. Na Farmácia Carlos Pereira Lucas foi-me inculcido o hábito de satisfazer sempre o doente, em fazer com que se sinta confiante e saia da farmácia bem informado e com vontade de voltar. Nem sempre foi fácil lidar com algumas situações visto cada doente ser diferente do outro e isto implicar uma gestão eficaz em cada atendimento. A falta de alguma prática durante o curso justifica alguma da insegurança no contacto com o público, sendo que depressa essa barreira foi ultrapassada.

5. REVISÃO DO RECEITUÁRIO

O receituário, no distrito de Santarém, até ao término do estágio, segue o modelo antigo, pelo que não tive contacto com receitas eletrónicas. A cada dia, eram recolhidas todas as receitas aviadas e, se possível, nesse mesmo dia eram corrigidas pelos farmacêuticos. Desde muito cedo que tive contacto com esta prática, que me permitiu perceber muitas das terapêuticas instituídas pelos médicos. Com cada receita tentei sempre

identificar a patologia em causa e interpretar as respetivas posologias. Esta prática é muito importante porque me permitiu alargar o leque de terapêuticas nas mais diversas situações.

6. OUTRAS ATIVIDADES

A Farmácia Carlos Pereira Lucas apresenta uma dinâmica muito atual, mostrando-se sempre recetiva à promoção de rastreios gratuitos, campanhas de solidariedade, e a alguns serviços de intervenção comunitária, como a recolha de medicamentos fora de prazo, de uso e embalagens usadas, recolha de tinteiros e toners (Fundação Gil) e participa no programa de troca e recolha de seringas. Durante o meu estágio, para além de todas as acima referidas, participámos numa ação solidária na qual parte da receita revertia para a associação CERE – Centro de Ensino e Recuperação do Entroncamento. Na mesma dinâmica, no dia da mulher oferecemos flores a todas as mulheres e no dia da criança, uma pasta dentífrica às primeiras 10 crianças que visitaram a farmácia acompanhadas por um adulto.

Além disto, semanalmente é destacado um produto, chamado “produto da semana”, no qual o utente tem 20% de desconto, facilitando economicamente a compra de um produto que em geral pode não ser acessível a toda a população. Alheias a isto, decorrem diversas campanhas e promoções, não só promovidas pela farmácia mas também pelas respetivas marcas de produtos. No mesmo âmbito, a farmácia promove os seus produtos através de uma revista própria, a revista “Happy News”. Esta revista chega a casa da maioria dos utentes da farmácia e permite ter diversos descontos nos mais variados produtos da farmácia.

Como já foi referido, na Farmácia Carlos Pereira Lucas exige-se uma formação de excelência, pelo que são constantemente promovidas pelos laboratórios ações de formação para toda a equipa. Estas ações contribuíram em muito para a minha formação, fazendo com que conhecesse uma vasta gama de produtos detalhadamente e que pudesse aplicar esses conhecimentos no aconselhamento ao doente.

7. *PRESPETIVAS FUTURAS*

Na época que atravessamos, as farmácias têm que ter a capacidade de se reinventar e de fazer sempre mais e melhor. Ainda que esta seja uma política constante na Farmácia Carlos Pereira Lucas, outras atividades, para além das já referidas, podem ser implementadas. Na minha perspetiva, poderiam ser realizadas ações de formação subordinadas ao tema da pediculose nas várias escolas do ensino pré-escolar e básico da cidade. Trata-se de um tema que amedronta pais, educadores de infância, professores e até mesmo as próprias crianças, tornando-se muitas vezes motivo de exagerado alarme quando surge o primeiro caso. Da minha ainda curta experiência, noto alguma falta de informação acerca deste assunto, percebendo que muitas vezes os utentes se guiam por factos que passam erradamente de pessoa para pessoa. Através deste tipo de ações de formação, podemos chegar mais perto da população e promover os cuidados necessários para prevenir ou tratar a infestação por piolhos. De igual forma, acho importante promover ações de formação para idosos, nomeadamente sobre a importância de uma boa hidratação, facto para o qual nem todos os utentes estão alerta. Este tipo de iniciativa pode acontecer mesmo no espaço da farmácia, promovendo também a confiança nos profissionais de saúde da farmácia.

De forma a dinamizar os dias temáticos, como o fazemos no dia da mulher e no dia da criança, acho pertinente desenvolver uma atividade no dia do idoso, promovendo uma atividade ao ar livre, como uma caminhada. A promoção da saúde junto dos utentes é essencial!

Outra funcionalidade a que a meu ver deveria ser dinamizada é a preparação individualizada da medicação. Trata-se de um serviço de grande interesse e que deve ser dado a conhecer à maioria dos doentes polimedicados, em geral idosos, uma vez que podem sentir algumas dificuldades em conciliar todas as instruções. Esta situação leva a erros de administração e por conseguinte à não adesão à terapêutica, o que implica, na maioria dos casos, o insucesso da terapêutica. A forma mais fácil de fazer chegar a informação a todos os doentes, a meu ver, seria através da distribuição de folhetos informativos junto dos medicamentos.

8. ANÁLISE DO CURSO

A Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra (FFUC) e o Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas (MICF) foram desde sempre um objetivo de vida. Finda esta etapa, torna-se possível fazer uma avaliação global de todo o percurso. Começo por salientar o excelente corpo docente que temos o privilégio de ter e que nos acompanha nestes 5 anos, oferecendo-nos uma qualidade de ensino inegável e que em tudo nos prepara para as mais diversas áreas. Não esquecendo, de igual forma, todos os funcionários, que em muito contribuem para o bom funcionamento de toda a logística que o funcionamento do curso implica. As instalações da faculdade são um ponto fulcral visto nem sempre serem suficientes para a quantidade elevada de alunos que integram cada turma, principalmente nas aulas laboratoriais.

Em termos de aprendizagem, é importante destacar as aptidões técnicas e científicas que nos são transmitidas de forma contínua ao longo do curso. Acho importante referir que, após contacto com a realidade na farmácia, alguns pontos deveriam ser mais explorados, tais como a área de dermocosmética e a área de indicação farmacêutica nas mais diversas áreas. Da mesma forma, penso ser essencial o contacto físico com os mais diversos testes bioquímicos possíveis de realizar na farmácia, bem como os seus protocolos, sendo que apenas alguns são abordados.

Chegada a reta final de um percurso tão desejado, não mudaria em nada as minhas opções e sem dúvida que a FFUC continuaria a ser a minha instituição de eleição.

CONCLUSÃO

O estágio curricular inserido no Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas assume claramente um momento de elevada relevância. É o culminar de um longo percurso de aprendizagem em que podemos por em prática os conhecimentos adquiridos e aliá-los às nossas competências humanas.

Ainda que nem sempre seja fácil lidar com o público e que muitas vezes esse seja o maior medo que enfrentamos durante o estágio, é gratificante sentir que conseguimos transmitir toda a informação necessária ao bom entendimento por parte do doente e que garantimos o uso racional do medicamento.

Pela realidade em que a Farmácia Carlos Pereira Lucas está inserida, foi-me possível lidar com as mais variadas situações, o que me permitiu enriquecer em muito os meus conhecimentos. O mesmo me permitiu o contacto com toda a parte de gestão de encomendas, permitindo expandir os conhecimentos na área de gestão da farmácia e também no que se refere ao processamento do receituário.

Em suma, o estágio efetuado na Farmácia Carlos Pereira Lucas permitiu-me transpor para a prática diária todos os conhecimentos adquiridos na Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, que tão bem me acolheu e ensinou. Além disso foram meses de constante aprendizagem, possibilitando uma constante atualização dos conhecimentos.

BIBLIOGRAFIA

INFARMED - Prontuário Terapêutico-I I. ISBN 9789898369116.

INFARMED - Normas relativas à dispensa de medicamentos e produtos de saúde. 2014 I-26.

LABORATOIRES PHARMACEUTIQUES, A. - Guia de Plantas Medicinais. 2015.