

farmácia figueiredo



Micaela José da Silva

Relatório de Estágio em Farmácia Comunitária

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

Setembro 2015



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Eu, Micaela José da Silva, estudante do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, com o nº 2010143706, declaro assumir toda a responsabilidade pelo conteúdo do Relatório de Estágio apresentado à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, no âmbito da unidade de Estágio Curricular.

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

Coimbra, 11 de Setembro de 2015

(Micaela José da Silva)

AGRADECIMENTOS

É com sincera gratidão que deixo aqui um especial agradecimento:

À Dra. Capitolina Pinho, por me ter recebido como estagiária na Farmácia Figueiredo, e por toda a disponibilidade, amabilidade, apoio e por todos os conhecimentos transmitidos.

À Dra. Patrícia, à Dra. Sara, à Vânia, à Rafaela, à Daniela, pela simpatia, disponibilidade, ajuda, paciência, conversas e conhecimentos transmitidos.

Aos meus colegas de estágio, que caminharam comigo neste desafio, pelo companheirismo e interajuda.

A todos, um sincero, muito obrigada!

ÍNDICE

ABREVIATURAS	3
1. INTRODUÇÃO.....	4
2. ANÁLISE SWOT	5
2.1. Pontos Fortes	5
Adequação do estágio.....	5
Localização da farmácia.....	5
Receituário.....	6
Homeopatia e Fitoterapia	7
Grau de exigência	7
Gestão e organização farmacêutica	8
Auditorias.....	8
Dinamização	9
Interajuda entre estagiários	9
Apoio/Integração.....	9
Aprendizagem	10
2.2. Pontos Fracos	11
Nomes de marca/DCI.....	11
Carga horária	11
Infraestrutura	12
Manipulados.....	12
Receção de estagiários.....	12
Número de estagiários	13
2.3. Oportunidades.....	13
Formações	13
Sinfarma2000®	13
Elaboração de um “mini-dossier” e folhetos sobre produtos de veterinária	14
Estágios de Verão.....	14
Programa para Famílias de Acolhimento de Cães-guia	14
2.4. Ameaças	15
Estruturação das unidades curriculares de preparação para o estágio	15
Insegurança	15
Medicamentos esgotados	16
3. CONCLUSÃO.....	17
4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	18
5. ANEXOS	19

ABREVIATURAS

ABAADV – Associação Beira Agueira de Apoio ao Deficiente Visual

ANF – Associação Nacional de Farmácias

DCI – Denominação Comum Internacional

MNSRM – Medicamento Não Sujeito a Receita Médica

RCM – Resumo das Características do Medicamento

SWOT – *Strengths, Weaknesses, Opportunities and Threats*

I. INTRODUÇÃO

O farmacêutico é um agente de saúde pública e um especialista do medicamento com capacidade de se inserir em várias frentes. A farmácia comunitária é uma delas. Esta representa um local onde é prestada uma assistência de qualidade à população, garantindo o acesso desta aos medicamentos e produtos de saúde.

E é neste contexto, que depois de todos os conhecimentos técnicos e científicos adquiridos ao longo destes 5 anos do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, nos é proposto a realização de um estágio curricular em Farmácia Comunitária, a fim de colocarmos em prática e completarmos os conhecimentos adquiridos, na realidade da prática profissional.

O meu estágio decorreu na Farmácia Figueiredo, em Coimbra, sob orientação da Dra. Capitolina Pinho, entre janeiro de 2015 e abril de 2015.

O presente relatório, que se realiza sob a forma de uma análise SWOT, permite analisar o meu estágio, fazendo um balanço do mesmo, pelo destaque dos pontos fortes e fracos, e das oportunidades e ameaças relativamente à frequência do estágio, à integração da aprendizagem teórica em contexto simulado na prática profissional, e à adequação do curso às perspetivas futuras.

2. ANÁLISE SWOT

2.1 Pontos Fortes

- **Adequação do estágio**

Sumariamente, posso dizer que o meu estágio se dividiu em duas grandes etapas. Uma primeira, em que estive no chamado *back office*, e uma segunda em que estive mais no atendimento ao público. O facto de o estágio ter sido organizado desta forma, fez com que pudesse ter uma visão geral de tudo aquilo que envolve o dia-a-dia numa farmácia comunitária, de forma a culminar numa melhor prestação de serviços.

Ao utilizar o termo *back office* refiro-me ao enorme leque de tarefas que são efetuadas diariamente na farmácia e não estão diretamente relacionadas com o atendimento, mas que são essenciais para que este seja possível e bem efetuado. As encomendas e todo o processo associado são sem dúvida a sua maior fatia, com a qual tive oportunidade de contactar e conhecer. Por exemplo, aprendi que existem diversos tipos de encomendas, as diárias, as esporádicas e as diretas ao laboratório. A arrumação dos medicamentos e outros produtos, depois de rececionadas as encomendas, permitiu-me conhecer a sua disposição na farmácia, o que veio facilitar mais tarde o atendimento. Além disso, permitiu-me conhecer melhor os medicamentos (por exemplo, ir associando o nome de marca ao princípio ativo), produtos de cosmética e dispositivos médicos.

Durante este período percebi a enorme importância de uma correta gestão de existências. Pois, é de evitar ao máximo que um produto fique na farmácia até perto do seu fim de validade. E para isto é necessário uma correta gestão. Aqui tem grande importância a regra do “*first in, first out*”, o controlo dos prazos de validade e o controlo de *stocks* por forma a não se acumularem medicamentos com curto prazo de validade.

Durante o estágio foi dado grande ênfase à importância de um *back office* bem feito. Pois, este é essencial para um bom atendimento ao público, e para uma prestação de serviços otimizada.

Durante o atendimento tive contacto com o receituário, com o público, e com as mais variadas situações onde pude aplicar os meus conhecimentos e aprender imenso. Para isso, tive a equipa da farmácia sempre disponível para me ajudar e ensinar.

- **Localização da farmácia**

A farmácia Figueiredo situa-se na Rua da Sofia, na baixa de Coimbra. Sendo esta uma zona de passagem, permitiu-me contactar com um diverso monopólio de utentes e por

consequente com as mais variadas situações. Contactei com idosos, jovens, estudantes, adultos, e com pessoas com diferentes estatutos sociais e com diferentes possibilidades económicas. Isto permitiu-me aperfeiçoar a abordagem aos vários tipos de clientes e contactar com diferentes realidades.

Por exemplo, a nível económico pude contactar com diferentes situações. Por um lado, pude confirmar uma realidade, que apesar de já saber existir, ainda me conseguir chocar de certa forma. Estou a referir-me à dificuldade económica de alguns utentes. Explicitando, durante um atendimento uma senhora pediu-me para ver os preços de cada medicamento que tinha nas receitas, com a respetiva comparticipação, a fim de ver de entre os mais urgentes quais é que poderia levar. Acho que é preocupante quando existem pessoas que não têm dinheiro para comprar medicamentos, muitas vezes essenciais para um correto tratamento. Por outro lado, pude assistir a alguns atendimentos em que utentes, para além dos medicamentos, levavam vários produtos de cosmética.

- **Receituário**

Antes de iniciar o atendimento foi-me explicada a conferência do receituário, ou seja, o que era necessário para considerarmos uma receita válida e a sua separação pelos respetivos organismos e subsistemas, sendo esta uma tarefa que fui realizando ao longo do estágio. Isto permitiu-me conhecer a receita médica, os organismos existentes e suas exigências, e os campos da receita a que tínhamos que estar atentos aquando do atendimento, por forma a evitar erros.

Aquando no estágio fui informada da iniciativa das *Farmácias Portuguesas* acerca do sistema de receita eletrónica. O objetivo é passar das receitas em suporte de papel para receitas em suporte digital (eletrónicas), acessíveis através do cartão de cidadão [1]. Sendo Coimbra um dos primeiros distritos em que foi implementada, pude ir acompanhando a sua implementação, e tratar o receituário segundo as normas da receita eletrónica. Apesar das receitas ainda não virem no cartão de cidadão, na guia de tratamento da receita vinha um *pin*, que nos permitia ter acesso ao novo método de processamento da receita no programa informático *sinfarma2000*[®].

O facto de ter efetuado o estágio neste período de transição contribuiu bastante para adquirir conhecimento, relativamente a esta iniciativa. Pois, não só tive oportunidade de contatar com o método antigo de processamento das receitas médicas, como pude desde logo aprender todo o processo relacionado com o processamento da receita eletrónica. Ao

possuir desde já estes conhecimentos, mais tarde irá facilitar a minha adaptação futura no mercado de trabalho, se eventualmente envergar pela área da farmácia comunitária.

- **Homeopatia e Fitoterapia**

A Farmácia Figueiredo tem uma vasta oferta em medicamentos homeopáticos e de fitoterapia.

Antes de chegar à farmácia, o meu conhecimento relativamente aos medicamentos homeopáticos era bastante reduzido. Assim, ao longo do estágio pude ir aprendendo mais sobre estes. Eu tenho plena noção de que existem muitas reservas relativamente a este tipo de medicamentos, até eu própria tenho algumas. Contudo, durante o estágio pude verificar que existe um grande número de utentes satisfeitos com este produto. O *feedback* recebido era de facto positivo.

O facto da farmácia possuir alguma variedade de produtos de fitoterapia, contribuiu para a minha aprendizagem nesta matéria, a qual considero importante. Pois, cada vez mais as pessoas chegam à farmácia à procura de produtos mais naturais, e é importante que saibamos responder com conhecimento de causa às necessidades dos utentes.

- **Grau de exigência**

Durante todo o estágio, o grau de exigência colocado aos estagiários foi elevado. Contudo, considero isto bastante positivo. Pois, para além de desenvolvermos bastante as nossas capacidades, ficamos com uma grande preparação para o mercado de trabalho. Assim foram-nos exigidas várias formas de proceder, em determinadas situações. Por exemplo, um dos pontos que sofreu especial destaque foi o de fazermos sempre tudo o que pudéssemos para nos protegermos. Com isto quero dizer, tomar as medidas adequadas para que, quando ocorra algum problema seja possível responsabilizar os responsáveis, para que não sejamos injustamente responsabilizados por um qualquer problema. Por exemplo, sempre que alguém ligava para a farmácia era-nos exigido que ficássemos com o nome da pessoa, o motivo do telefonema, bem como a hora e data do mesmo. Da mesma forma, sempre que era necessário ligarmos para um dos fornecedores a pedir um medicamento específico, era necessário ficarmos com a informação que nos era prestada, nome do operador, bem como a data e hora do contacto.

Outro dos pontos para o qual fomos alertados foi para a importância de sabermos conhecer os nossos limites. Assim, quando achássemos que não tínhamos capacidade suficiente para lidar com alguma situação solicitarmos a ajuda de um dos membros da equipa

da farmácia com conhecimento para tal. A meu ver, isto tem importância pelo facto de que nos ajuda a ter noção dos nossos conhecimentos e limites, de forma a evitarmos situações problemáticas e erros, mas também saber onde pudemos e devemos melhorar.

- **Gestão e organização farmacêutica**

Todos sabemos como a organização e capacidade de gestão são importantes, não só na nossa vida profissional, como na nossa vida pessoal, a vários níveis. A farmácia comunitária não foge à regra, esta exige uma boa gestão e organização para o seu bom funcionamento. Eu tinha alguma noção deste facto, mas com o início do estágio pude verificar a grande importância deste ponto, visível até na mais simples ação, como a correta arrumação de um medicamento.

Por exemplo, o protocolo/procedimento existente para gerir os medicamentos e outros produtos que ficamos a dever aos clientes ou que ficam reservados, a meu ver é bastante eficaz. A farmácia tem um impresso próprio que é preenchido no atendimento, quando ocorre uma destas situações. De forma a melhorar ainda mais este sistema os impressos foram alterados, a fim de maximizar a resposta e organização, diminuindo assim, o número de erros ocorridos. Este foi um dos exemplos a que pude assistir que mostra a vontade da equipa em melhorar a sua capacidade de gestão e organização. Isto, para além de contribuir para perceber a importância deste tema, contribuiu também para ter a noção de que é extremamente importante arranjar novas formas de continuar a melhorar, culminando num melhor funcionamento da farmácia e consequentemente na maior satisfação do utente. Só em termos de exemplo, esse impresso tinha vários campos onde tínhamos que colocar a data, o nome da pessoa, contacto, os produtos requeridos e a sua quantidade, o fornecedor contactado bem como o modo de contacto (se fosse por telefone tínhamos que colocar o nome do operador) e o momento a partir do qual o utente poderia vir buscar o medicamento. Assim evitavam-se mal entendidos e falhas por parte da farmácia.

Outro campo em que pude comprovar a importância da gestão e organização na farmácia foi com a divisão das diversas tarefas pelos diferentes membros da equipa. Como pude comprovar, isto torna mais fácil a otimização das tarefas, bem como a diminuição de ocorrência de erros, principalmente devido a falhas de comunicação.

- **Auditorias**

Durante o estágio tive oportunidade de assistir a uma auditora interna, com uma empresa contratada para o efeito. A senhora que estava a realizar a auditoria inspecionou

tudo ao pormenor e referiu aquilo que tinha que ser alterado. Apesar de não ter tido oportunidade de assistir a toda a auditoria, por aquilo que assisti, pude ver que de facto o grau de exigência para com as farmácias comunitárias é imenso e alertou-me para situações que eu não sabia serem controladas.

- **Dinamização**

A Farmácia Figueiredo é uma farmácia dinâmica, sempre a procurar cativar os utentes, tendo sempre em vista o bem-estar destes. Ter a possibilidade de ver isto de perto foi extremamente enriquecedor. Pois, pude constatar que é essencial que uma farmácia se destaque, que seja dinâmica e inovadora. Os utentes valorizam isto. Uma das oportunidades em que pude ver isso foi durante uma atividade dedicada à dermocosmética.

Durante um dia estive na farmácia uma conselheira de uma marca de cosmética, que se encontrava disponível para uma “mini consulta”, na qual analisava a pele do utente indicando-lhe as suas características e que cuidados deveria ter, bem como quais os produtos adequados, com experimentação de alguns. Tudo isto foi feito próximo da zona de atendimento, cativando a atenção dos utentes.

Outra das atividades realizadas foi uma consulta de cessação tabágica, por um técnico especializado. Para divulgar esta atividade, falávamos desta aos clientes, durante os atendimentos. Também foram elaborados folhetos que andámos a distribuir na rua, permitindo um contacto próximo com as pessoas, e ao mesmo tempo divulgar a farmácia numa atividade diferente.

- **Interajuda entre estagiários**

Realizar o estágio com outros colegas foi extremamente benéfico, pelo companheirismo e interajuda existente. De facto, no início do estágio, a etapa mais difícil, por ser a etapa de integração, tivemos no outro colega um apoio. Para além disso, durante o estágio pudemos trocar ideias e conhecimento, tornando esta experiência ainda mais enriquecedora.

- **Apoio/Integração**

No primeiro dia de estágio, tivemos uma conversa com a Dra. Capitolina, com o objetivo de nos conhecermos, e na qual nos foi explicado como seria dividido o nosso estágio, bem como algumas regras básicas de funcionamento da farmácia. Por isso, posso dizer que fomos bem acolhidos, o que considero importante para um bom decorrer do estágio.

O estágio é um período de aprendizagem e aperfeiçoamento de competências, sendo que em várias situações tive dificuldade em aplicar a teoria na prática, não só a nível científico como a nível técnico (sistema informático). Contudo, toda a equipa da farmácia me pôs à vontade para pedir ajuda sempre que uma situação destas ocorresse, ou se tivesse qualquer dúvida. Isto permitiu uma maior aprendizagem e uma maior confiança, da qual o utente também beneficiou. Para além disso, no final do estágio, reuni-me com a Dra. Capitolina a fim de fazermos um balanço do estágio, o que mostra a preocupação com os estagiários.

- **Aprendizagem**

Este é, a meu ver, o maior ponto forte do estágio. Com a realização do estágio pude aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo destes anos de curso, mas principalmente adquirir uma bagagem enorme de novos conhecimentos. De facto, posso dizer que foram muitos os conhecimentos adquiridos em diversas áreas/campos, por exemplo em termos científicos, de funcionamento interno da farmácia, de procedimentos, e até em termos humanos. Na fase inicial do estágio constatei que tinha muito para aprender, e findo este, sei que tenho ainda muito que aprender.

Durante o atendimento pude aplicar os conhecimentos adquiridos, mas também aprender imenso com as mais variadas situações que me eram apresentadas, através dos conhecimentos transmitidos por toda a equipa. Assim, apresento alguns casos clínicos com que me deparei durante ao longo do estágio.

Caso I: Senhora por volta dos 40-45 anos requisita a pílula do dia seguinte. Em conversa diz-me que esteve a tomar antibiótico e como teve bastantes vômitos deixou de tomar por completo a pílula contraceptiva. Pergunto se teve relações há menos de 72 horas, diz-me que sim e que neste momento da sua vida não pode ter filhos. Pergunto também se tem problemas cardiovasculares, e obtendo uma resposta negativa, cedi a pílula do dia seguinte, *Postinor*[®], com o consentimento de uma farmacêutica. Informamos que a toma era só de um comprimido, e que se vomitasse no espaço de 3-4 horas após a toma deveria voltar a tomá-la. Informamos ainda, que era normal se sentisse náuseas, dor de cabeça e um mau estar geral, bem como pequena hemorragias. Aconselhamos também o uso de preservativo até ao aparecimento da menstruação seguinte [2]. Conseguimos perceber que a senhora tinha plena noção que este tipo de contraceção só era utilizado em último caso, o que não se verificou noutra situação com que me deparei e que me impressionou de certo modo, pelo facto de a senhora não estar informada acerca do tema da contraceção. Nesta situação, a

senhora por volta dos 35 anos, pede a “pílula de emergência”. Em conversa percebo que se refere à pílula do dia seguinte, e que não está muito informada acerca dos vários métodos de contraceção. Quando pergunto se teve relações há menos de 72 horas, diz-me que ainda não teve. Informo que a pílula do dia seguinte é só para situações de emergência, e que existem outros métodos contraceptivos de prevenção, dando como exemplo a pílula contraceptiva e o preservativo. Acrescentei que no centro de saúde existem consultas de planeamento familiar em que o médico ajuda a escolher o método contraceptivo mais adequado. Perguntei se estava a ser esclarecedora e se ela estava a perceber, ela disse-me que sim e que ia ver. No final, acrescentei que se tivesse alguma dúvida ou precisasse de alguma coisa para voltar, que teríamos todo o gosto em ajudar.

Caso 2: Senhora, por volta dos 30 anos, pede “algo para a diarreia”, que já dura há alguns dias, tendo começado quando chegou de Angola. Pensamos numa possível diarreia do viajante. Contudo, a senhora parecia estar informada, pois disse que teve bastante cuidado, tendo bebido só água engarrafada e evitado comer saladas. Mesmo assim, ainda havia um risco de se tratar efetivamente de diarreia do viajante, e por isso aconselhamos a senhora a ir ao médico. Para além disso, como a diarreia já durava há alguns dias, para além de aconselhamos a ingestão de água em grande quantidade, aconselhamos também um produto rico em prebióticos e probióticos, para ajudar a repor a flora intestinal. Contudo, devido a questões monetárias a utente optou por levar *UL 250*[®], um MNSRM que contém células liofilizadas de *Saccharomyces boulardii*, o qual aconselhamos na posologia de 1 cápsula, 3 vezes por dia [3].

2.1 Pontos Fracos

- **Nomes de marca/DCI**

Uma das complicações que encontrei quando cheguei à farmácia, foi a existência de uma vasta quantidade de nomes de marca. Como na faculdade não temos contacto com a grande maioria destes nomes (por outro lado, também acho que seria complicado), torna-se difícil relacioná-los com a respetiva substância ativa. Por exemplo, quando estávamos com uma receita em mãos, e dado que esta vem prescrita por DCI, mesmo quando ainda não há genérico, tinha dificuldade em associar o nome de marca.

- **Carga horária**

O horário instituído para o estágio era de 8 horas diárias. A meu ver, senti que era um pouco demais quando também temos um relatório e uma monografia para fazer. Isto

porque, a quantidade de informação que nos é transmitida diariamente é imensa, por isso necessitava de mais tempo livre para, em casa, consolidar os conhecimentos adquiridos.

- **Infraestrutura**

A farmácia Figueiredo tem uma estrutura muito própria, possui 5 andares, mas estes são de pequenas dimensões. Eu acho a estrutura bastante interessante e própria, acabando por dar uma certa personalidade à farmácia. Contudo, a meu ver tem 2 grandes desvantagens, que se refletiram em alguns atendimentos.

Por um lado, o espaço destinado à medição da glicémia, colesterol encontrar-se no primeiro piso, obrigando os utentes a ter que subir escadas, não tendo estes por vezes a melhor mobilidade. Apesar disto, compreendo que de facto, pela logística da farmácia não é possível ter esse espaço no piso de atendimento (localizado no rés de chão). Contudo, a medição da pressão arterial é efetuada no piso de atendimento por esta requerer menos espaço e de ser mais fácil a sua realização. Em casos específicos, por exemplo quando o utente não pode subir escadas, a equipa da farmácia contorna esta situação efetuando as medições no piso de atendimento.

Por outro lado, a maioria dos medicamentos estão aprovisionados na cave (local destinado ao *back office* e aprovisionamento da maioria dos medicamentos), o que condicionou um pouco o atendimento, em termos de tempo, pelo facto de ter que andar a subir e a descer escadas. Contudo, a farmácia tenta minimizar este aspeto com um pequeno espaço destinado ao aprovisionamento no piso de atendimento, colocando aqui os medicamentos com mais rotação.

- **Manipulados**

Uma das coisas que não fiz, mas gostava de ter tido oportunidade, foi a produção de medicamentos manipulados. Infelizmente, hoje em dia são poucas as farmácias que os produzem. Pois, devido à sua menor procura, ao seu custo e à sua legislação, tornou-se insustentável para as pequenas farmácias produzi-los. Tenho uma certa pena, que as capacidades de fabrico de medicamentos do farmacêutico deixem de ser aproveitadas. Já vamos muito longe dos antigos boticários.

- **Receção de estagiários**

Por vezes as farmácias recebem-nos em alturas complicadas, esta foi uma das situações, pois uma das farmacêuticas esteve de férias, depois entrou em licença de maternidade, e

outra estava na farmácia há pouco tempo. Apesar disto, toda a equipa tentou ajudar-nos o máximo que pôde e só tenho a agradecer por isso.

- **Número de estagiários**

Quando iniciei o estágio, outra colega iniciou comigo. Mais tarde, vieram mais colegas, sendo que na fase final do meu estágio estávamos 5 estagiárias ao mesmo tempo. Apesar de estarmos em fases diferentes do estágio, acabávamos sempre por ter pouco para fazer. O que pode ter quebrado um pouco a motivação. Contudo, é de salientar a boa vontade e disponibilidade da farmácia para receber vários estagiários. Mas considero que foi um número excessivo, na fase em que estivemos todas ao mesmo tempo.

2.2 Oportunidades

- **Formações**

Vivemos numa época em que a sociedade está cada vez mais informada, sobre o que quer, sobre o que pretende, por isso um bom conhecimento teórico por parte do farmacêutico não é suficiente. Por exemplo, a nível da dermocosmética, é necessário conhecer muito bem as marcas, bem como as suas políticas e gamas, muitas vezes imensas, para conseguirmos satisfazer os utentes. Assim, durante o estágio tive a oportunidade de ir a formações que me permitiram adquirir conhecimento a nível de MNSRM, dispositivos médicos, medicamentos à base de plantas, medicamentos homeopáticos e de dermocosmética e cosmética. Por exemplo, fui a formações da *ISDIN*, da *Heel* (medicamentos homeopáticos), da *Pierre Fabre*, e da *Bioactivo*. Isto permitiu-me conhecer a vasta gama de produtos destas marcas e saber o seu mais adequado contexto de utilização.

- **Sinfarma2000®**

A Farmácia Figueiredo utiliza como sistema informático o *Sinfarma2000®* da ANF. Este é uma ferramenta essencial para as diversas tarefas numa farmácia de oficina, como é o caso da gestão e receção de encomendas, processamento das devoluções, faturação, inventário, atendimento ao público, entre muitas outras. Uma das funções que eu apreciei bastante neste sistema, é a possibilidade de criar uma ficha para o utente, onde fica registado tudo aquilo que o utente adquire na farmácia, tendo ainda a possibilidade de associar os valores de glicémia, tensão arterial, por exemplo, medidos. Isto é extremamente útil para o acompanhamento farmacêutico.

Durante o estágio tive oportunidade de explorar este sistema informático, bem como aprender a utilizá-lo, o que irá facilitar a minha vida profissional futura, se envergar por esta área, dado este ser o sistema utilizado pela maioria das farmácias.

- **Elaboração de um “mini-dossier” e folhetos sobre produtos de veterinária**

Aquando na farmácia foi-nos proposto a recolha de informação sobre alguns medicamentos de veterinária. Assim, eu e outra colega estagiária pesquisamos informação sobre os medicamentos disponíveis e elaboramos umas tabelas com a informação recolhida. Nós reparámos que a farmácia possui uma grande variedade de folhetos próprios sobre os mais diversos temas, mas nenhum sobre veterinária. Assim, tomámos a iniciativa de elaborar também uns folhetos de veterinária considerando que seriam úteis para disponibilizar aos utentes, com alguma informação importante. Elaboramos 3 folhetos, um sobre as bolas de pelo nos gatos, outro sobre as doenças de pele comuns nos animais de companhia e outro sobre a desparasitação (ver anexos). Isto revelou-se extremamente benéfico pelos conhecimentos adquiridos. Já no final do estágio recebemos a notícia de que a farmácia iria aderir ao espaço animal, o que acho uma grande iniciativa que permite um aconselhamento a nível de veterinária mais consciente e adequado.

- **Estágios de Verão**

Durante o curso tive oportunidade de realizar estágios de verão em farmácia comunitária. Estes foram sem dúvida uma mais-valia para o meu enriquecimento curricular, mas também uma grande preparação para este estágio. Pois, quando cheguei à farmácia já estava minimamente familiarizada com o dia-a-dia numa farmácia comunitária.

- **Programa para Famílias de Acolhimento de Cães-guia**

Durante o estágio tive oportunidade de conhecer de perto um projeto que desconhecia. Estou a referir-me ao programa para famílias de acolhimento de cães-guia da ABAADV. Pois, uma das colaboradoras da farmácia participa neste programa como família de acolhimento. Assim durante o estágio, por vezes, tivemos a companhia do Vinil, um labrador preto de 2 anos que estava em treinamento para vir a ser cão-guia. Em conversa com a colaboradora tive oportunidade de conhecer de perto este projeto, que desconhecia.

2.3 Ameaças

- **Estruturação das unidades curriculares de preparação para o estágio**

Dispositivos médicos: Uma disciplina como a de dispositivos médicos deveria de ser obrigatória. Quando cheguei à farmácia havia dispositivos que não sabia para que serviam e outros que mal tinha ouvido falar. E possuindo a farmácia comunitária uma vasta oferta destes produtos, considero que era uma mais-valia para a nossa formação. E considero isto, independentemente do nosso futuro percurso profissional.

Aconselhamento Farmacêutico: A meu ver saímos pouco preparados para o aconselhamento farmacêutico e conseqüentemente para decidir entre vários MNSRM. Durante o meu estágio tive dificuldade no aconselhamento, mas principalmente na escolha da solução mais adequada dentro da vasta gama de MNSRM disponíveis. Penso que isto se deve em parte à junção da unidade curricular de Intervenção Farmacêutica com a de Fitoterapia. Esta é uma prova que a junção destas duas unidades curriculares representa uma lacuna na nossa formação, pois sendo as duas bastantes direcionadas para a indicação e aconselhamento farmacêutico, acabamos por perder formação que nos seria imensamente útil. Um exemplo dos temas que não foram abordados de todo ao longo da nossa formação foi o aconselhamento farmacêutico em oftalmologia e medicamentos oftálmicos. Por exemplo, uma simples escolha de um MNSRM para o alívio de uma irritação ocular torna-se difícil. Acho que podiam apostar mais na nossa formação nesse campo. Eu sei que nem todos vamos seguir farmácia comunitária, mas creio que estes conhecimentos são indispensáveis e extremamente úteis para qualquer farmacêutico.

Psicologia: Durante o estágio apercebi-me de que seria benéfico ter alguma formação em psicologia. Pois, a farmácia comunitária passa muito pelo contacto com pessoas e por vezes temos que lidar com tantos tipos diferentes de utentes e com os seus diferentes problemas. Sim, porque muitas pessoas desabafam connosco, principalmente os seus problemas a nível de saúde, mas também outros, e muitas vezes não sei bem qual o modo certo de lidar com o utente. Eu sei que temos que criar empatia e mostramo-nos preocupados, mas também não pudemos criar demasiada empatia com as pessoas e com os seus problemas. Por isso, reconhecer este limite pode torna-se difícil. E considero que alguma formação nesse sentido poderia ser muito benéfica.

- **Insegurança**

O facto de até agora não termos tido praticamente nenhum contacto com o mercado de trabalho faz com que exista insegurança. A meu ver isto pode ser impeditivo de uma certa

autonomia. E para além disso, faz com que a preocupação seja constante, prejudicando o nosso desempenho. Contudo, com o decorrer do estágio e com o conhecimento adquirido vamos ganhando mais confiança.

- **Medicamentos esgotados**

Uma das realidades que pude comprovar foi a existência de medicamentos esgotados a nível nacional, numa quantidade bastante superior ao desejável. Sendo esta situação bastante prejudicial para o atendimento e para as partes envolvidas. Como não temos disponíveis os medicamentos de que as pessoas necessitam, por vezes torna-se difícil explicar aos utentes, os motivos da falta de medicamentos, e do pouco que podemos fazer para resolver a situação. Por vezes surgiam situações de medicação urgente, sendo necessário indicar o doente a ir ao médico, para que este pudesse substituir a medicação por uma alternativa viável. Eu acho que esta é uma das questões sobre a qual nos devemos debruçar, sobretudo as autoridades competentes, a fim se ser resolvida, pois estamos a lidar com a saúde da população.

3. CONCLUSÃO

Findo estes quatro meses de estágio em farmácia comunitária, só posso fazer um balanço bastante positivo.

Esta experiência permitiu-me confrontar situações reais, onde necessitei de aplicar os conhecimentos adquiridos nestes 5 anos de curso, e com as quais pude aprender imenso. Foi sem dúvida uma ótima preparação para a minha vida profissional futura, ao permitir um primeiro contacto com o dia-a-dia de um farmacêutico numa farmácia comunitária. Não só me permitiu crescer em termos profissionais, como também humanos e sociais.

De facto este estágio assumiu grande importância na minha formação, ao permitir-me não só observar a dinâmica da profissão, mas também adquirir responsabilidade enquanto farmacêutico, para além de me poder mostrar a postura adequada para uma correta prática profissional.

Concluo, que a faculdade nos preparou com as bases adequadas para a vida profissional, mas temos ainda muito que aprender para nos tornarmos excelentes profissionais. Por isso, temos que procurar uma melhoria contínua das nossas capacidades, e não pudemos deixar que a falta de experiência nos desmotive, procurando sempre novos desafios e oportunidades.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

[1] **Receita eletrónica**. [Consultado a 2 de junho de 2015]. Disponível em: <http://www.receitaelectronica.pt/#/>.

[2] **RCM Postinor[®]**. [Consultado a 8 de julho de 2015]. Disponível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=39678&tipo_doc=rcm.

[3] **RCM UL250[®]**. [Consultado a 8 de julho de 2015]. Disponível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=8813&tipo_doc=rcm.

5. ANEXOS

Folheto “Bolas de Pelo”

Tratamento em caso de crise

- Passo 1: retire toda a comida e água do gato imediatamente.
- Passo 2: se o material regurgitado contém sangue, entre em contacto com o veterinário. Caso contrário, prossiga para o passo 3.
- Passo 3: coloque uma ou duas colheres de vaselina branca na boca e nas patas do gato para que ele se lamba. Não utilize óleo mineral.
- Passo 4: repita o tratamento com a vaselina branca, uma vez ao dia, enquanto o gato apresentar o problema. Se o problema persistir por mais de dois ou três dias, procure o veterinário.

Aposte na prevenção...

...o seu gato agradece!



Causas

As bolas de pelo (tricobezoares ou pilobezoares) resultam da acumulação de pêlo no estômago ou no intestino, após ingestão. Os gatos lambem a pelagem rotineiramente, removendo os pelos mortos. Estes são ingeridos e normalmente percorrem o tubo digestivo, sendo excretados pelas fezes. Nalguns casos, a quantidade de pelos é de tal forma grande que forma uma massa compacta que fica retida no estômago ou no lúmen intestinal.

Curiosidades

- Expelir bolas de pêlo pela boca 1 a 4 vezes por mês, é considerado normal e não causa algum problema ao gato.
- O problema das bolas de pêlo acentua-se nas alturas de muda da pelagem, na Primavera e Outono.
- Gatos deprimidos tendem a lamber-se mais.



Direção Técnica:
Drª Capitolina Figueiredo Pinho

Rua da Sofia, 107, 3000-390 Coimbra

Tel: 239 822 837



BOLAS DE PÊLO

Veterinária

Fatores de Risco

- Parasitismo externo – Provoca stress que estimula a lambedura compulsiva;
- Tamanho do pelo – os gatos de pelo comprido ingerem mais pelo na sua auto-limpeza;
- Distúrbios comportamentais ou neurológicos – lambedura excessiva (Alopécia psicogénica);
- Distúrbios gastrointestinais primários – como problemas de motilidade e doenças infiltrativas;
- Problemas dermatológicos que levam a coceira (atopia, alergia alimentar).

Sinais

- Vômito;
- Apatia;
- Perda de apetite;
- Tosse seca;



Profilaxia

As perturbações relacionadas com os tricobezoares podem ser minimizadas com o recurso a produtos lubrificantes e laxantes, que promovem a sua eliminação por via intestinal.

Cuidados Adicionais

- Escovagem frequente: semanal no caso dos gatos de pêlo curto e diária no caso dos gatos de pêlo comprido;
- Alimentação adequada: existe no mercado uma grande variedade de alimentos especificamente formulados para o controlo dos tricobezoares;
- Suplementação alimentar: um suplemento de ácidos gordos (ômega 3 e 6) para a pele e para o pêlo ajuda a melhorar a saúde cutânea;
- Controlo dos ectoparasitas: a aplicação frequente e correcta dos anti-parasitários externos contribui para a saúde e bem-estar do animal;
- Evitar situações de stress, evitando assim que ocorra lambedura excessiva psicogénica;

Folheto “Desparasitação”

A desparasitação dos animais previne a infestação de outros animais, a contaminação dos locais por onde passam e previne a transmissão de doenças ao Homem.

DESPARASITAR É PREVENIR!

Informe-se junto do seu Médico Veterinário e Farmacêutico.



O que são parasitas?

Os parasitas são pequenos seres que vivem à custa de outros (os hospedeiros), alimentando-se deles e podendo transmitir-lhes doenças.

Que tipos de parasitas existem?

Existem parasitas externos (ectoparasitas) que se agarram à pele ou pêlo do animal e parasitas internos (endoparasitas) que se alojam no sistema intestinal do animal.

A pulga e a carraça são exemplos de parasitas externos. Já as lombrigas e as tênias são parasitas internos.



Direção Técnica:
Dr.ª Capitolina Figueiredo Pinho

Rua da Sofia, 107, 3000-390 Coimbra
Tel: 239 822 837



DESPARASITAÇÃO

Veterinária

Podem transmitir-se aos seres humanos?

Os parasitas constituem uma ameaça para a saúde do animal e, em alguns casos, dos seres humanos, uma vez que alguns parasitas transmitem doenças que podem afectar o Homem (zoonoses).

Como são transmitidos ao Homem?

Podem transmitir-se ao Homem através do contacto deste com resíduos orgânicos (fezes, urina) ou com a saliva e com a pele do animal. Também se podem transmitir ao homem através de mordedura, arranhão ou mesmo pelo contacto directo com o parasita (pulga ou carraça, por exemplo).

Crianças, idosos, grávidas e pessoas com o sistema imunitário debilitado são mais vulneráveis ao contágio e, por isso, devem ter cuidados redobrados quando contactam com animais.



É PRECISO DESPARASITAR!

Os animais mais jovens devem ser desparasitados a partir das 6 semanas de vida, de 15 em 15 dias, até completarem os 3 meses de idade. Isto porque alguns animais já nascem com parasitas (transmitidos pela mãe) e outros adquirem-nos através do leite materno.

Nos animais adultos a desparasitação deve ser feita em função de diversos factores como o ambiente onde vivem (se vivem dentro de casa ou fora), da idade e estado fisiológico do animal (gestação, amamentação), da dieta, do contacto com outros animais. Mas regra geral, os animais adultos devem ser desparasitados de 3 em 3 meses ou de 4 em 4 meses.

Folheto “Doenças de pele comuns nos animais de companhia”

- **Dermatose endócrina**

É uma manifestação cutânea de doenças endócrinas, como o hipotireoidismo ou o hiperadrenocorticismismo.

Caracteriza-se por zonas de alopecia, pelagens baças e de difícil crescimento. O animal não apresenta prurido.

Combater a doença subjacente controla a dermatose.

Produtos complementares da terapêutica:

- Champôs com ação terapêutica
- Suplementos de ácidos gordos



**farmácia
figueiredo**

Direção Técnica:
Dr^a Capitolina Figueiredo Pinho



DOENÇAS DE PELE COMUNS NOS ANIMAIS DE COMPANHIA

Rua da Sofia, 107, 3000-390 Coimbra

Tel: 239 822 837

Veterinária

As doenças dermatológicas dos animais de companhia são das mais comuns em cães e gatos e as que levam mais vezes os animais ao médico veterinário.

Sintomas comuns às várias doenças:

- Eritema
- Alopecia (perda de pêlo)
- Prurido

Estes sintomas levam o animal a morder as patas e a cauda.

- **Dermatite por alergia à picada da pulga**

Resulta da picada da pulga, surgindo comichão incessante, levando a auto-mordedelas e a puxões do pelo. Recorre-se ao uso de anti-parasitários adequados.



- **Dermatite atópica**

Manifesta-se por fortes reações a agentes externos, como as plantas, poeiras, pólen e ácaros. Nestes casos utilizam-se anti-histamínicos.

- **Alergia alimentar (dermatite trofoalérgica)**

A carne de porco e vaca, o trigo, a soja, o milho e alguns corantes e conservantes podem causar alergias.

A dieta hipoalérgica é o meio para evitar estas alergias.

- **Sarna**

Infeção provocada por ácaros. Provoca prurido intenso, crostas, alopecia e escoriações. Recorre-se ao uso de anti-parasitários.



- **Dermatofitose**

Infeção provocada por fungos que origina lesões circulares avermelhadas ou com outras formas. Muito contagioso para o homem. Os antifúngicos tópicos ou sistémicos podem ser utilizados.



- **Piodermatite**

Infeção bacteriana localizada. Surge quando algo provoca irritação na pele conduzindo a inflamação com prurido. O animal coça, lambe e mordisca a região, exacerbando a lesão. Pode tratar-se com antibióticos tópicos ou sistémicos. Devem usar-se soluções de limpeza em simultâneo.