

FARMÁCIA PORTUGUESA

Troca de Seringas: o regresso do programa
que salvou milhares de jovens

Eles curaram-se da droga e escaparam à morte

SOBREVIVENTES

Farmácias Portuguesas



Marcelo Rebelo de Sousa

«Sou viciado em farmácias»

A PELE PEDE MAIS QUE PROTEÇÃO SOLAR

COM O APOIO DE
UMA GRANDE CAMPANHA
DE COMUNICAÇÃO

Foto reparação ativa desde o ADN



REPASKIN, BEM-VINDO À GENOCOSMÉTICA

REPASKIN utiliza a exclusiva tecnologia *SHIELD-SYSTEM* baseada em enzimas reparadoras encapsuladas em borbulhas lipídicas.

REPASKIN protege a nossa pele da radiação solar e repara o ADN das nossas células. Aplicando o sérum antes e depois da exposição solar e o fotoprotetor solar, evitaremos o aparecimento de rugas, manchas, queimaduras e inclusive outros danos mais graves.

Informação de contato: 22 376 04 02 /info@sesderma.pt



C.N. 6940197



C.N. 6940254

BONIFICAÇÃO

6+1

PROMOÇÃO
REPASKIN

Serum
+
Creme



CÓD.EAN.: 8429979418418

sesderma
listening to your skin

It takes two to tango



Maria da Luz Sequeira

Nesta edição, Marcelo Rebelo de Sousa diz-nos que o futuro das farmácias portuguesas «depende da imaginação dos farmacêuticos». Na opinião de um dos cidadãos com probabilidades de vir a ser eleito Presidente da República em 2016, os farmacêuticos terão de «ir reconstruindo a sua posição numa sociedade diferente». A propósito da crise, o nosso ilustre entrevistado reconhece que foi violenta para as farmácias, mas adverte que «o tempo já não volta para trás». Ou seja, não devemos esperar do Estado o desagravo das medidas de austeridade, tantas vezes cegas, que se abateram sobre margens e preços de medicamentos.

O conselho do Professor Marcelo é judicioso e assertivo. Seguramente, não desperta nos farmacêuticos portugueses qualquer espécie de receio, fraqueza ou insegurança. A imaginação sempre foi uma qualidade nossa. Nestes quarenta anos de Democracia, a profissão deu grandes provas

de energia criativa. Os farmacêuticos revelaram, de Norte a Sul, da grande cidade à mais recôndita aldeia, uma capacidade permanente de superação, sem paralelo na sociedade portuguesa. Por isso, não nos pode ser sugerido melhor caminho, ou solução mais atraente, do que um convite à imaginação. A receita médica electrónica e o Programa Troca de Seringas são dois bons exemplos disto, a merecer a nossa atenção neste número da Revista Farmácia Portuguesa. As farmácias portuguesas informatizaram-se primeiro do que os serviços públicos e os próprios ministérios. Foi nelas que a maioria dos portugueses viu, pela primeira vez na vida, um computador. O sentido estratégico dos farmacêuticos, na escolha atempada das tecnologias de informação certas, poupou fortunas ao Estado e aos utentes, permitindo o desenvolvimento seguro do regime de comparticipações. Por outro lado, reforçou a qualidade do acto farmacêutico. As farmácias, no momento da dispensa,

**Quando a sida
aterrorizou
a sociedade
portuguesa, os
farmacêuticos
responderam
na linha
da frente.
Sem medo**

beneficiam de informação científica actualizada, relevante para os doentes, indisponível em qualquer outro canal.

Neste tema, a falta de imaginação, com custos para os utentes e os contribuintes, veio de outro lado. As farmácias criaram condições para a receita médica electrónica ter sido adoptada há pelo menos 13 anos. Nessa altura, a ANF propôs ainda ao Ministério da Saúde um código de

barras bidimensional para cada embalagem de medicamentos. O propósito era reforçar a segurança contra a fraude, vigiando todos os lotes libertados no mercado, do fabrico à distribuição, dispensa e facturação ao Estado. O Governo escolheu o Alentejo para uma experiência-piloto. Os resultados foram óptimos, mas os governantes da época revogaram os seus próprios despachos. Como resultado, todos fomos vítimas de fraudes que poderiam ter sido evitadas. Por força de legislação europeia, o referido código de barras bidimensional sempre vai ser adoptado. Os farmacêuticos portugueses tiveram imaginação e capacidade para a realizar, mas ficaram doze anos a dançar sozinhos.

O Programa Troca de Seringas é um exemplo ainda mais flagrante de como pode ser solitária a dança dos farmacêuticos portugueses. Vale a pena, a propósito, ler a entrevista da Professora Odette Ferreira que publicamos nesta edição, bem como a extensa reportagem sobre o tema. Quando a sida aterrorizou a sociedade portuguesa, os farmacêuticos responderam na linha da frente. Sem medo, trocaram seringas infectadas. Evitaram por isso a infecção de sete em cada dez utilizadores de drogas injectáveis - e pouparam centenas de milhões de euros, no tratamento de doentes evitados. Contra toda a evidência, em 2013, o Estado afastou as farmácias deste combate pioneiro, motivo de investigação em muitas universidades do mundo. Agora emendou a mão, mas outra vez de forma indecisa. Um programa com resultados tão extraordinários será sujeito a novo período experimental. Mais uma vez, os farmacêuticos portugueses vão cerrar os dentes e dançar sozinhos. Assim o futuro nos traga os parceiros certos.



PROPRIEDADE



Associação Nacional das Farmácias

DIRECTORA

Maria da Luz Sequeira

CONSELHO EDITORIAL

Nuno Vasco Lopes

Filipa Duarte-Ramos

Duarte Santos

PROJECTO

Departamento

de Comunicação da ANF

Carina Machado

Carlos Enes (Responsável)

José Luís Martins

Nuno Esteves

Paulo Martins

PRODUÇÃO



NEWSENGAGE

media • conteúdos • comunidades

Edifício Lisboa Oriente
Av. Infante D. Henrique, 333 H, 44
1800-282 Lisboa
T. 218 504 060 - Fax: 210 435 935

COORDENADORA DE PUBLICIDADE

Sónia Coutinho

soniacoutinho@newsengage.pt

T. 961 504 580

ASSINATURAS

1 Ano (4 edições) - 50,00 euros
Estudantes de Farmácia - 27,50 euros

Contactos

T. 213 400 650 • Fax: 213 400 674

Email: anf@anf.pt

Periodicidade: Trimestral

Tiragem: 3 000 exemplares

Distribuição gratuita
aos associados da ANF

IMPRESSÃO E ACABAMENTO

RPO - Produção Gráfica, Lda.

Depósito Legal n.º 3278/83
Isento de registo na ERC ao abrigo
do artigo 9.º da Lei de Imprensa
n.º 2/99, de 13 de janeiro

DISTRIBUIÇÃO



FARMÁCIA PORTUGUESA é uma publicação
da Associação Nacional das Farmácias
Rua Marechal Saldanha, 1, 1249-069 Lisboa

www.anf.pt



06



50

03 – EDITORIAL

06 – SOBREVIVENTES

A troca de seringas regressou às farmácias portuguesas. Na Grande Reportagem da série Farmácias Reais leia o testemunho de dois homens que venceram a droga e escaparam à morte prematura. Farmacêuticos recordam o inferno humano e os preconceitos que enfrentaram.

16 – ODETTE SANTOS FERREIRA

«Não morro sem as farmácias serem os primeiros centros de cuidados de saúde primários». Entrevista emocionante à farmacêutica que mudou a saúde pública em Portugal.

21 – O ESTIGMA DA SIDA

Ricardo, executivo de 35 anos, recorda o dia em que soube que estava infectado. As farmácias e a questão do acesso a testes rápidos.

24 – RECEITA MÉDICA ELECTRÓNICA

28 – MEDICAMENTOS GENÉRICOS: A COLOSSAL POUPANÇA

32 – ENTREVISTA A MARCELO REBELO DE SOUSA

A fé. A televisão. A relação com os farmacêuticos. A crise. Marcelo Rebelo de Sousa só não revela se é candidato a Presidente da República

40 – FARMÁCIAS SOCIAIS NA EUROPA

42 – MONAF ALARGA COBERTURAS

44 – PLANO+SAÚDE

46 – CONSULTÓRIO JURÍDICO

50 – FARMACÊUTICO CONVIDA: VIANA DO CASTELO

Roteiro surpreendente da capital do Alto Minho. Paulo Arriscado é o guia.

62 – CONSULTÓRIO FISCAL

64 – MEMÓRIA

António Fortunato Santos Costa.

66 – ENTRE NÓS



Esta revista segue a norma ortográfica anterior ao acordo.

SOBREVIVENTES

Farmácias salvaram milhares de jovens da morte prematura



Os amigos de juventude de Américo Ribeiro, 57 anos, morreram quase todos. Eram a última geração de toxicod dependentes antes da troca de seringas

«SEM A TROCA DE SERINGAS JÁ NÃO ESTAVA AQUI»

Manuel António Machado, aos 47 anos, é um talentoso carpinteiro a viver uma segunda vida. Para os amigos, ele é o Litos. Deram-lhe nome de craque quando era avançado das camadas jovens do Belenenses. Bons tempos. Chegou a jogar nos juvenis.

Quando entrou no mundo da droga, Litos estava alertado para o perigo. «O enfermeiro e o médico do clube falaram-me da Sida», lembra-se ele, muito bem. Mesmo assim, não resistiu à tentação de invadir a grande área errada. Pelo menos, tinha uma tática. «Picava-me sempre com seringas novas». Talvez tenha sido esse conselho dos profissionais de saúde do Belenenses a fazer toda a diferença. A heroína revelou-se um adversário demasiado forte. Deu-lhe cabo da carreira e ia-lhe dando cabo da vida. Litos viveu mais de 12 anos no Casal Ventoso.

Desse tempo, guarda memórias vivas de muitas mortes. «Os mais velhos morreram quase todos. Era vê-los cair que nem tordos. Eu via. Uns picavam, mandavam fora e outros iam lá buscar. Aquilo era um pandemónio», recorda.

Quando fala dos "mais velhos", Litos refere-se à geração de Américo, hoje com 57 anos, seu camarada no centro de acolhimento do Beato, em Lisboa. Essa geração começou a injetar-se antes de 1993, ano de arranque do Programa Troca de Seringas. «Uma seringa dava para muita gente. Se outro queria picar, queimava-se o bico e pronto, calda aí e serve-te. Foi o meu mal». Américo encolhe os ombros. É seropositivo.

Litos só caiu na rua depois. Graças ao programa, usava sempre seringas novas. Bem, quase sempre. «Houve um dia». Silêncio. «Um dia, estava dentro do

centro (noutro ponto da cidade), não podia sair, e utilizei a seringa da minha namorada». Basta sempre só um dia.

Corria o ano de 1999. Litos caiu numa cama de hospital. Descobriu que «tinha todas as doenças». Passou mal, mas sobreviveu. Ainda andou uns anos agarrado àquilo, mas não voltou a quebrar a tática. «Continuei a trocar seringas e a picar-me com novas, porque a doença podia afectar-me mais». É assim que explica, à sua maneira, o perigo da reinfeção. «Eu tinha sempre medo disso. Porque há o VIH I e o VIH II», detalha, como se quisesse dar uma lição ao mundo. Está convencido de que «se tivesse começado a picar antes de aparecer a troca de seringas, já não estava aqui».

Como o programa da ANF, também Américo deixou de ser obrigado a pedir «seringas de vidro a um amigo que tinha uma amiga

que trabalhava num laboratório». Pensa muitas vezes como tudo poderia ter sido diferente, se já existisse troca de seringas quando começou a picar-se, aos 19 anos. É passado. É vida. «Agora até estou feliz», remata. «Não. Nada tem um final feliz», contra-ataca Litos, qual juvenil do Belenenses.

«Os mais velhos morreram quase todos.

Era vê-los cair que nem tordos. Eu via»

Manuel Machado, 47 anos,
o Litos para os amigos



A CASA QUE DESTRANCA O MUNDO

Cheira a comida junto ao portão do número 97 da Rua Gualdim Pais, no Beato, em Lisboa. Ao fundo, no pátio, 17 homens em fila. Um segurança controla a entrada. São 18h35, hora de regressar a casa. Braços ao lado, sacos passados a "pente-fino". Um a um, em silêncio, os homens vão cruzando o detector de metais. «Só contou 17? Entram aqui 271 pessoas por dia», contabiliza Joaquim dos Vultos, psicólogo da Associação VITAE. Litos e Américo conhecem o ritual e cada canto da casa. Foi aqui que disseram "Não" à droga, há mais de dez anos. Dormiam na rua. Quando o mundo parecia trancado, conheceram no centro de acolhimento do

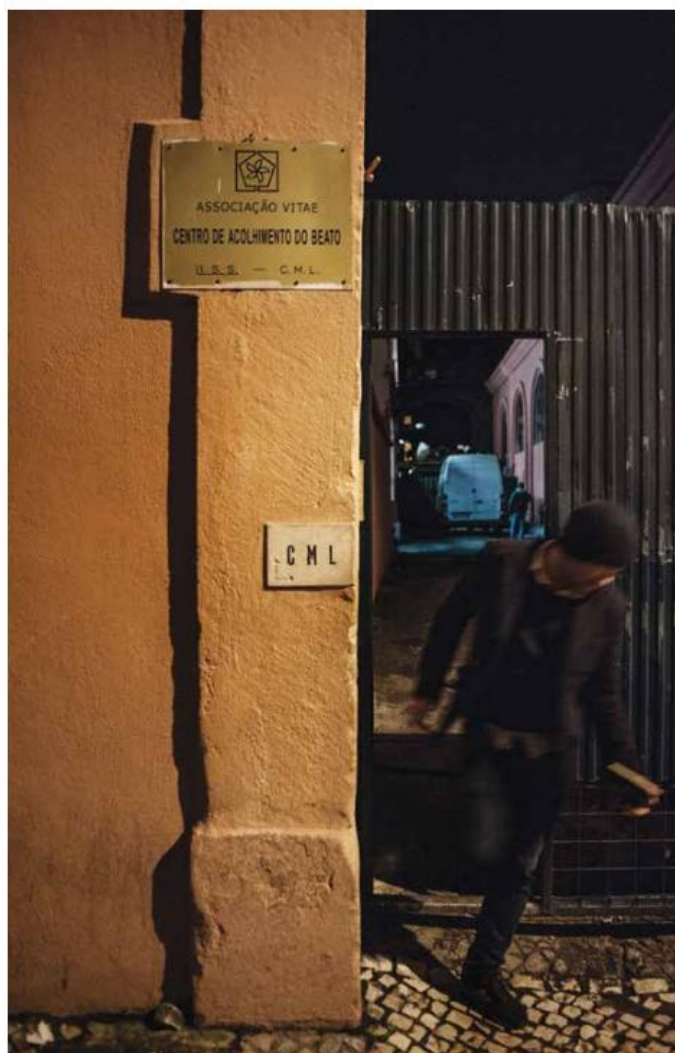
Beato uma porta aberta para a vida. Tomaram banho, comeram, encontraram quem lhes tratasse da roupa. Receberam aqui um tecto para o corpo e uma rede para a alma.

«Já não dormimos cá, mas esta continua a ser a nossa casa. Tem tudo», afirma Américo, emocionado. Agora, cada um tem o seu quarto lá fora, na cidade, mas continuam a trabalhar para a Associação VITAE, que dinamiza o centro do Beato. «É a nossa casa», repetem, enquanto mostram as oficinas onde aprenderam a dar outro molde à vida. Litos aprendeu carpintaria, Américo a dominar os metais. A droga é coisa do passado. Não consomem há uma década.

Tomaram
banho,
comeram,
encontraram
quem lhes
tratasse
da roupa.
Receberam
aqui um tecto
para o corpo
e uma rede
para a alma



Litos aprendeu a fazer relógios de madeira nas oficinas do centro do Beato



«NEM O MINISTÉRIO PERCEBEU A GRANDEZA DO QUE FOI FEITO»



Porto Canal

A antiga Curraleira era um inferno a céu aberto. «As pessoas injectavam-se no corpo todo, nas veias mais estranhas, dos pés ao pirilau», relata Joaquim dos Vultos. Este psicólogo é uma das caras mais conhecidas da VITAE, a instituição privada de solidariedade social que coordena o centro de acolhimento do Beato. A

zona já não é o que era. A cidade mudou.

O apelido é de família, mas podia ser de profissão. Sim, porque Joaquim já viu muitas centenas de vultos voltar à vida ou perderem-se para sempre. Mesmo à sua frente. Talvez por isso, quando lhe pedimos um comentário profissional sobre o Programa Troca de Seringas, primeiro guarda um silêncio grave, só depois solta a frase irónica: «Acho que nem o ministério percebeu bem a dimensão daquilo que foi feito».



QUANDO OS FARMACÊUTICOS SE TORNARAM AMIGALHAÇOS

Litos puxa pela memória. «Havia uma farmácia lá no Casal. Depois também havia a carrinha e as farmácias de Alcântara». Recorda-se de tratar os farmacêuticos pelo nome - e de ser correspondido. Começou a ganhar confiança com eles. «Havia dias em que não tínhamos seringas para a troca. Mas eles facilitavam, davam na mesma». Fez amigos nas farmácias. «Já tinham afecto. Era aquela coisa de lá irmos muitas vezes».

Américo ouve o relato do camarada e sorri. «Só para nós não passarmos a vida a chateá-los, diziam, "toma lá, vá"».



As pequenas recordações embalam a conversa. «Sabe lá o que era aquilo no Casal. Olhá-vamos à volta e era ver seringas em todos os sítios. Bastava meter a mão nalgum lado e estava lá uma. No caixote do lixo era demais. E depois os moradores não gostavam e com razão. É que as pessoas deixavam aquilo em qualquer lado... "Jasus", nem imagina», recorda o antigo inquilino do "Casal".

A descrição de Litos parece fazer parte de um filme onde entrou só por acaso. Mas o acaso tem destas coisas. O tempo avança e as personagens passam a analistas da história que viveram. «Foi bom para todos. Com essa coisa das trocas, as pessoas começaram a aproveitar as seringas que estavam no chão, apanhavam e iam à farmácia trocar. Deixou de haver seringas espalhadas pelas ruas», argumenta. Não aproveitou a carreira de futebolista, mas domina a comunicação em saúde pública.

PERDEU CLIENTES PARA TROCAR SERINGAS

Bairro do Intendente, um dos hipermercados de droga de Lisboa. A farmácia estava instalada no rés-do-chão de um prédio onde funcionava uma pensão de prostituição. Eram os loucos anos 90. A droga andava à solta naquelas ruas. Quando a farmácia Góis começou a trocar seringas, meteu-se em problemas. «Perdi imensos clientes», relata José Augusto Cardoso. Era ele o jovem director técnico, recém-chegado de Figueira de Cavaleiros, no coração do Alentejo, «onde tudo, completamente tudo, era diferente».

«As pessoas acusavam-nos de dar seringas e facilitar a vida aos drogados». Nessa altura, muitos acusavam o programa

de incentivar o consumo. «Nós explicávamos que era uma questão de saúde pública, mas não era fácil passar a mensagem». A páginas tantas, o farmacêutico mudou de argumento. «As pessoas tinham de ser confrontadas com a realidade: os filhos e netos encontravam seringas usadas no chão de qualquer passeio ou jardim». Se dava seringas novas aos

«As pessoas diziam que estávamos a facilitar a vida aos drogados»

toxicodependentes, o programa oferecia à sociedade a limpeza efectiva das seringas usadas. Deixavam de ficar abandonadas por todo o lado. Esta vantagem tornou-se evidente, mas isso não acabou com os problemas. «Por vezes, entravam grupos de toxicodependentes. Tínhamos de pedir desculpa às restantes pessoas e atendê-los com prioridade, para que não houvesse ali um clima de tensão». Nos dois primeiros anos, a Farmácia Góis trocou entre 200 e 300 seringas por dia.

José Augusto Cardoso mudou-se para Famões, na periferia, mas esteve mais de dez anos no Intendente. «Nos anos 90, se as farmácias não tivessem

assumido esta missão, tinha sido uma desgraça». Guarda desse tempo a satisfação de ter feito algo que mudou a vida de muita gente. «Não ganhávamos um cêntimo com isto, só perdíamos», desabafa. Mas também não disfarça a amargura por «ainda haver quem teime em esquecer-se do papel das farmácias, quando se fala em serviços de saúde». Ficou para sempre sensível ao problema da toxicodependência, irrita-se quando as coisas não funcionam como deviam. «Ainda hoje é difícil reencaminhar um toxicodependente para uma consulta. Qualquer boa vontade se esfuma se a consulta é marcada para daí a quatro meses», critica.

A CONDIÇÃO



Anabela Madeira,
uma das responsáveis
da ANF pela implementação
do Programa de Troca de
Seringas, recorda como foi

Quem a vê subir a Rua Maria Pia percebe que aqueles passos conhecem a calçada. Anabela Madeira quer contar tudo, lembrar-se de tudo. As "estórias" colam-se umas às outras, como se tivesse deixado um pouco de si em cada canto do bairro. De volta à Meia Laranja, quinze anos depois, emociona-se com

vários reencontros. «Veja aquele! É um velho conhecido», dispara, com um sorriso. «E olhe aquele senhor ali, com um kit na mão!». O desfiar de memórias dramáticas é interrompido várias vezes, por momentos de verdadeira felicidade. «Impressiona-me rever pessoas desses tempos. Estão vivas! Estão vivas!», exulta.

**«Estas
pessoas
estão
vivas!»**

O bairro já não é um hipermercado de droga, com «as ruas cheias de gente a comprar e a vender». Mas sobreviveram muitas pessoas. A tarde é de Inverno, fria, mas com sol. Há luz suficiente para se perceber que as seringas desapareceram das esquinas, ou quase. Num canto, encontramos restos dos kits que agora voltaram às farmácias. Um sinal.



LARVAS NA FERIDA

«Um dia, um dos homens que fazia de vigia no Casal Ventoso, que comunicava com os outros através de assobios, pediu-me para lhe ver uma ferida. Expliquei-lhe que essa não era a nossa função no posto móvel, mas ele insistiu porque dizia que achava que tinha bichos. A verdade é que quando olhei, ele tinha larvas na ferida. O homem foi encaminhado para ser tratado, mas acabou por morrer algum tempo depois. Era seropositivo».

HUMANA



«Lembro-me de ter visitado o Bairro dos Pescadores, em Quarteira, no Algarve. A imagem que guardo é a do filme do Fellini "Feios, Porcos e Maus". Lembro-me de um sofá decrépito, roto, no meio da rua, à noite. Lembro-me de gente sentada no chão, e nesse sofá, a preparar caldos, a garrotar braços e a injectar-se. Gente que estava a falar connosco e que, de um momento para o outro, deixava de falar, mas a seringa ficava pendurada no braço. Essa foi uma das imagens que me acompanhou durante vinte anos».

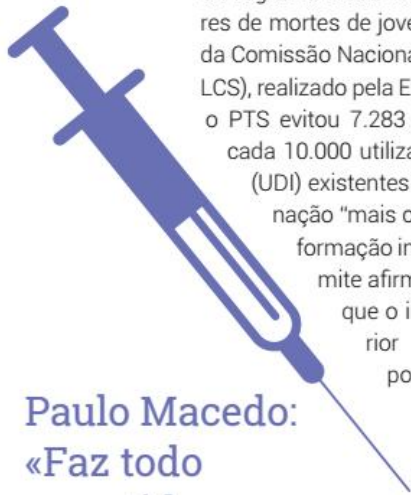
De um
momento
para o outro
deixava de
falar, mas
a seringa
ficava
pendurada
no braço

A PROSTITUTA GRÁVIDA

«Houve um dia em que cheguei à Meia Laranja antes do posto móvel. Estacionei o meu carro e quando saí reparei que estava uma mulher caída no chão. Passado algum tempo, reparei que a mulher estava grávida, talvez de fim de tempo. Fui falar com ela. Era uma mulher que tinha sido consumidora, já não consumia há algum tempo, mas tinha tido nessa noite uma recaída. Disse-me que se tinha prostituído para comprar uma dose e fugiu de casa. Foi um caso que me marcou. Tivemos de arranjar uma solução. A mulher seguiu logo para a Maternidade Alfredo da Costa e depois tivemos de arranjar um local onde pudesse dormir».



O programa que salvou milhares de jovens



O Programa Troca de Seringas (PTS) evitou milhares de mortes de jovens portugueses. Um estudo da Comissão Nacional de Luta Contra a Sida (CNLCS), realizado pela Exigo Consultores, estima que o PTS evitou 7.283 infecções por VIH/Sida por cada 10.000 utilizadores de drogas injectáveis (UDI) existentes em 1993. Mesmo «a combinação "mais conservadora" possível da informação incorporada neste estudo permite afirmar, com 97,5% de confiança, que o impacto do PTS não foi inferior a 6.300 infecções evitadas por cada 10.000 UDI da população de referência (1993)», defende o relatório final, publicado em 2002.

Paulo Macedo:
«Faz todo o sentido aproveitar a rede de proximidade das farmácias, para obter ganhos em saúde para a população»

7.283

infecções por VIH/Sida evitadas, por cada 10.000 utilizadores de drogas injectáveis

983

Farmácias que aderiram ao PTS até 31 de Março de 2015

400 a 2.000 MILHÕES

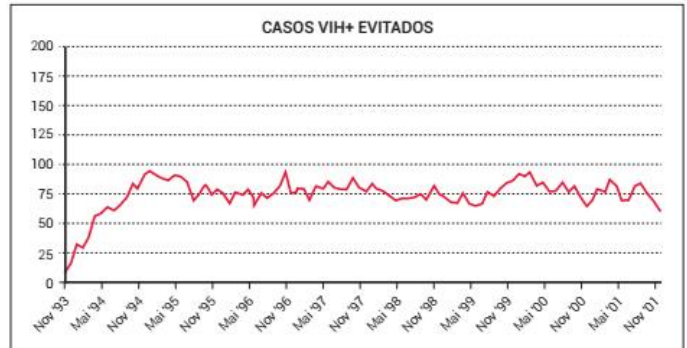
Poupança SNS em 8 anos

33 MILHÕES

Seringas trocadas nas farmácias

50 MILHÕES

Seringas recolhidas entre 1993 e 2012



Fonte: Comissão Nacional de Luta Contra a Sida / Exigo Consultores, 2002

Os consumidores de droga injectável eram o grupo de risco mais vulnerável, tendo sido vítimas de mais de metade das infecções por VIH/Sida notificadas até 2002 (10.326 casos em 19.779, segundo os dados oficiais do Centro de Vigilância Epidemiológica de Doenças Transmissíveis). Os consultores da CNLCS estimaram que «um atraso hipotético, de um ano, no início do programa, poderia ter representado mais 1.083 infecções por VIH/Sida». O PTS arrancou em Novembro de 1993. Nos oito anos seguintes continuou a impedir um número elevado de contágios. «De 1995 em diante poderão ter sido evitadas em média cerca de 80 infecções mensais», calcula a Exigo.

O PTS português, que se chamava «Diga Não! a Uma Seringa em Segunda Mão», não só foi inovador como atingiu uma dimensão sem comparador internacional. Em 1998, havia mais de 300 programas similares, designadamente em países do sudoeste europeu, mas 43% dos pontos de distribuição de seringas eram em Portugal. As farmácias foram «a grande estrutura de suporte ao programa. Chegaram a ser 1.100 a trocar seringas e durante os oito anos analisados foram sempre cerca de 700. «A eficácia inicial de distribuição de seringas junto dos UDI poderia ter sido diferente se não existisse previamente uma rede de distribuição nacional, as farmácias portuguesas,

estruturada e disponível para aderir a este projecto». Se tivesse sido possível criar, à época, idênticas condições nos serviços prisionais «poder-se-iam ter evitado 638 novas infecções».

Os investigadores estimaram entre 400 e 2.000 milhões as poupanças garantidas pelo PTS ao Orçamento de Estado. Os dois números reflectem a aplicação dos resultados da investigação a dois índices de custos, por doente com sida, previamente desenvolvidos (Giraldes, em 1993, e Forte, em 1998). Com base no primeiro, chega-se ao valor «mais conservador», de 400 milhões de euros de poupança. A Exigo atribuiu maior credibilidade ao cenário alternativo, de 2.000 milhões de euros de poupança com os tratamentos evitados. «As estimativas de Forte (1998) poderão estar mais próximas da realidade, por terem sido efectuadas após o aparecimento dos esquemas terapêuticos baseados na associação de antiretrovíricos de elevado custo», descrevia, em 2002, o relatório.

A amostra, ou *coorte*, do modelo bio-matemático desenvolvido no estudo foi de 10.000 UDI. Na realidade, o universo era 50% superior quando arrancou o PTS. O SPTT estimava 15.000 UDI em 1993 - e 27.482 no ano 2000. A Exigo defende que «estimativas alternativas sobre o impacto do PTS podem ser facilmente obtidas aplicando operações de aritmética simples».



PENSA NO FUTURO DO SEU FILHO?

NÃO SE PREOCUPE. JÁ TEMOS A SOLUÇÃO.

Agora, todos os familiares em primeiro grau dos sócios do MONAF podem beneficiar dos nossos planos de complemento de reforma. Os colaboradores efectivos das farmácias também.

Não importa a profissão deles. Os farmacêuticos são solidários.



Telefone: 213 400 690/693 E-mail: monaf@monaf.pt
www.monaf.pt

«Achavam que eu estava maluca»

Odette Santos Ferreira conta como foi possível travar a Sida com a rede de farmácias, quando Portugal inteiro tinha pânico.

Entrevista de Filipe Mendonça | Fotografias de Júlio Lobo Pimentel

Na portaria da Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa surge o primeiro desafio. «Não é fácil encontrar o gabinete da doutora», brinca a recepcionista. Verdade. É muito mais fácil encontrar a própria Odette Ferreira.

É assim desde o tempo da Universidade. Os professores perguntavam: «Quem é que é aquela rapariga de cabelo negro e olho vivo que está sempre a reclamar?» É farmacêutica, cientista, contadora de "estórias", cara inesquecível da Comissão Nacional de Luta Contra a Sida. E é a mulher que um dia acreditou, quando isso parecia uma loucura, que as farmácias podiam trocar seringas e dizer "não" à Sida.

Odette Ferreira é daquelas mulheres que nunca está apresentada e parece querer marcar o ritmo de quase tudo, até desta entrevista. «Espere lá, já lá vamos», foi a frase mais repetida ao longo das três horas de conversa.

FARMÁCIA PORTUGUESA - Ainda se lembra do dia em que teve a ideia de lançar o programa...

ODETTE SANTOS FERREIRA

- (Interrompe) Espere lá. Já lá vamos. Isto foi um processo. O meu avô era farmacêutico e foi com ele que aprendi a ter a imagem da farmácia com dignidade. Sim, porque isto não começou nada bem. Nem sempre as farmácias tiveram boa imagem. Eram vistas como o sítio onde se vendiam os medicamentos, mas onde farmacêutico nunca punha os pés e se limitava a alugar aquilo a umas meninas... Eu sempre disse que aquela não era a minha ideia de farmácia. Queria seguir o exemplo do meu avô. Os queimados do hospital de São José eram tratados com uma pomada que o meu avô inventou. Ele só fazia especialidades. O meu avô era um santo para os doentes e era essa a ideia de dignidade que eu tinha, e tenho, da farmácia.

FP - Então já percebi, foi por isso que teve a ideia...

OSF - (Interrompe) Espere. Já lá vamos. Tem de perceber que eu sempre gostei de desafios. A farmácia, como estava, não tinha interesse nenhum para mim, a não ser a parte das análises. Mas a Ordem dos Médicos dizia que os farmacêuticos não podiam fazer análises. Essa foi a minha primeira batalha. Um dia, fui às Finanças para abrir um laboratório de análises clínicas e não me deixaram. Pedi logo para ver onde é que isso estava escrito em Diário da República. O homem, só para me despachar, autorizou. Confesso que eu só queria mesmo mostrar que um farmacêutico podia ter um laboratório, porque eu nem queria viver daquilo. Ganhei essa batalha e outras. Queria demonstrar que o farmacêutico não era aquilo que achavam que ele era. Não éramos técnicos de drogaria. Não somos uma licenciatura de segunda. Eu tenho um sonho: Não morro sem as farmácias serem os primeiros centros de cuidados primários de saúde. Repare no interior do país. Fecham as urgências, fecham os centros de saúde, onde é que as pessoas vão? Às farmácias.

FP - Em 1992, como foi possível uma farmacêutica chegar a Coordenadora da Comissão Nacional de Luta Contra a Sida?

OSF - O ministro Arlindo Carvalho ligou-me a convidar. Pedi tempo para pensar. Era um lugar que tinha sido sempre ocupado por médicos. Passados uns dias, estava a ver uma entrevista da Margarida Marante ao Machado Caetano (antigo coordenador) e ele disse que eu era boa cientificamente, mas que para falar com os médicos era preciso linguagem especial. Eu disse logo para mim: «Ai é? Então, espera lá». Liguei para o ministro e disse: «Aceito». Mas pedi-lhe para chamar todos os directores dos serviços de infecciologia, para saber se aceitavam uma farmacêutica naquele cargo. Aceitaram.

«Eu tenho um sonho: Não morro sem as farmácias serem os primeiros centros de cuidados de saúde primários.»

Repare no interior do país. Fecham as urgências, fecham os centros de saúde. Onde é que as pessoas vão? Às farmácias.»

FP - Agora sim, lembra-se do dia em que teve a ideia de lançar o Programa Troca de Seringas nas farmácias?

OSF - Não posso dizer que houve "o dia". Eu sabia que tinha de combater a estupidez das pessoas terem medo. Durante um ano e meio fui a única a fazer os testes do VIH em Portugal. Fui eu que identifiquei o primeiro caso e depois os outros. À medida que ia tendo resultados, eu só pensava: «Meu Deus, onde é que isto vai parar?» Quando comecei a apresentar os resultados, ninguém acreditava. Eu repetia para mim: «Queira Deus que vocês estejam certos e eu errada». Mas não. Percebi que os toxicodependentes e os homossexuais eram os grupos mais infectados. Mas com os homossexuais era mais fácil falar e consciencializá-los.

FP - Focou-se nos toxicodependentes...

OSF - Sim. Entretanto, todas as segundas-feiras a Polícia Judiciária vinha trazer (para análise) as seringas que tinha encontrado pelas praias, nos jardins, etc. Era preciso saber se estavam infectadas. Percebi que estávamos perante um real problema de saúde pública. Pensei: Temos de começar a trocar as seringas. Imaginei a forma mais eficaz de chegar aos toxicodependentes e disse: Não há melhor do que as farmácias. Naquele momento já havia condições óptimas para serem as farmácias a entrarem naquele tipo de programa, muito graças ao trabalho de dignificação e modernização feito pelo Dr. João Cordeiro.

FP - E as pessoas aceitaram a ideia?

OSF - Acha? (solta uma gargalhada tão grande que se dobra sobre a mesa). Achavam que eu estava maluca. Diziam: «As farmácias nem podem vender seringas sem receita, quanto mais trocar». O João Cordeiro gostou da ideia, mas também tinha dúvidas. Claro que nas primeiras



reuniões com os farmacêuticos eles diziam que não queriam os toxicodependentes nas farmácias porque afastavam a clientela. Depois, diziam para pôr na rua uma máquina de troca de seringas. E aí eu respondia-lhes: «No dia em que tiver uma máquina que é capaz de falar com as pessoas e dar conselhos, não preciso de vocês para nada». E disse-lhes: «Temos de mostrar que isto é um problema de saúde pública que pode acontecer ao vizinho, ao filho, ao sobrinho». Expliquei-lhes que tínhamos de quebrar juntos aquela corrente.

FP - Mas havia, de facto, o problema legal das farmácias não poderem dispensar seringas. Como o resolveu?

OSF - Pois havia. Isso era mesmo um problema. Fui ao Procurador-Geral da República e

expliquei-lhe o que se passava. Disse-lhe que não queria que as pessoas andassem a dizer que estava a fomentar o consumo de droga ao trocar seringas. Mas ele respondeu logo: «Já percebi que isso é um problema de saúde pública. Se tiver problemas, eu estou cá para responder».

FP - Lembra-se desse dia 13 de Outubro de 1993? O dia em que foi lançado o Programa "Diga 'Não' a uma seringa em segunda mão".

OSF - (Risos) Lembro-me. Começámos a levar pancada de todo o lado. Começou logo com os empregados das farmácias, que não queriam trocar as seringas. E eu expliquei-lhes: «Quem manda nas farmácias é o diretor técnico. Este é um programa de saúde pública». Depois tive outra reclamação, dos diabéticos: «Parece impossível, a senhora

«Quero pedir aos farmacêuticos que continuem este trabalho de saúde pública.»

Sei que é difícil, quando ao fim do mês falta o dinheiro para pagar a fornecedores.»

dar seringas àqueles marginais e nós, que não temos culpa nenhuma de ser doentes, temos de pagar as seringas». Tive de dizer-lhes que não tinha culpa. A minha missão era evitar que a Sida se propagasse. Entretanto, fui dizer à ministra (da Saúde) que estava a deixar-me numa situação incómoda, porque na verdade os diabéticos também deviam ter direito a seringas de borla. Mas depois até acho que resolveram isso.

FP - E avançou num projecto experimental de três meses. Porquê?

OSF - Porque foi pago pela ANF (risos). Foi o tempo para convencer o Governo e a sociedade de que o programa era mesmo interessante. Nem a Comissão Europeia queria acreditar nisto, mandaram cá o presidente e tudo para ver se era verdade.

FP - Alguma vez acreditou que este programa poderia ter a dimensão e o sucesso que teve?

OSF - Sempre tive esperança. Sou uma optimista por natureza. Isto tinha dois interesses paralelos. Por um lado, queria diminuir a transmissão do VIH nos toxicodependentes. Mas cá dentro, cá dentro mesmo, eu queria mostrar ao Ministério da Saúde o potencial dos farmacêuticos. No meu íntimo, repetia: «Vou mostrar a estes tipos quem é que nós somos. Vou mostrar-lhes que não estamos aproveitados». E ao mesmo tempo acreditava que seria capaz de transformar o toxicodependente, de marginal em doente crónico. Paralelamente, queria que a sociedade percebesse a estupidéz que era marginalizar esta gente.

FP - Quando é que percebeu que estava a dar resultado?

OSF - Logo três anos depois. Os números mostraram logo a diminuição dos infectados. E atenção, não foi só a Sida. Foi também a redução da transmissão das hepatites.

FP - Como é que surgiu a ideia de colocar uma unidade móvel no Casal Ventoso?

OSF - Era o principal centro de droga. Alugámos uma ambulância velha à Cruz Vermelha e o serviço era feito por estudantes de Ciências Farmacêuticas. O posto começou a trocar, em média, 2.500 seringas por dia. Mas antes disto tivemos de ganhar a confiança daquela gente. Por isso, montámos um centro de enfermagem e um centro social. Depois, tivemos de enfrentar os *dealers* que davam a droga em troca do kit para irem vender o material desse kit. «Só me faltava esta», dizia eu. Um dia, fui lá (ao Casal Ventoso) e quis falar com quem andava a trocar os kits por droga. Disseeram-me para não ir. Chegaram a dizer que um dia teria uma bomba no carro (risos). Mas fui. Se todos tivérmos medo, não se

faz justiça. Fui lá. Fui ter com o tal homem, que na altura estava a injectar uma jovem na carótida, e disse-lhe: «Vamos fazer um acordo, eu não tenho nada a ver com a droga e o senhor não tem nada a ver com os kits». Ficámos conversados e nunca mais houve esse problema. Afinal, as coisas não foram tão fáceis como agora parecem.

FP - Se o tempo voltasse para trás, faria tudo igual?

OSF - Tudo. Não me arrependo de nada. Tive a sorte de ter um parceiro extraordinário. Se não fosse a ANF, este programa não teria existido. Eu e a Anabela Madeira (da ANF) íamos às farmácias. Havia farmácias a trocar mais de cem seringas por dia. Tinham de ter um empregado só para isso. Ao mesmo tempo, fomos educando a população.

FP - Porque é que acha tão importante reatar o Programa Troca de Seringas?

OSF - Nunca devia era ter sido interrompido. Sabe, há sempre interesses. A avaliação do programa demonstrou que o Estado poupou milhões e que os toxicodependentes estavam a mudar comportamentos, estavam a sentir-se gente. Era um programa muito bem organizado. Agora, vai ser muito difícil recuperar as 90% das farmácias que faziam esta troca, porque as farmácias vivem dias difíceis. Acha que as farmácias não perdem tempo e dinheiro com isto? Agora, vai ser difícil.

FP - Mas que mensagem deixa aos farmacêuticos?

OSF - É difícil. Os tempos são difíceis. Mas quero pedir aos farmacêuticos que continuem este trabalho de saúde pública, que mostrem que são profissionais de saúde responsáveis. Sei que é difícil terem o mesmo entusiasmo que tiveram no início do programa, quando ao fim do mês falta o dinheiro para pagar a fornecedores.



«EU NÃO TENHO IDADE, TENHO VIDA»

Três horas e vinte minutos depois, não tínhamos vontade de terminar a conversa. Há conversas que deveriam durar uma vida inteira, como as verdadeiras lutas. É esse o título do livro de Odette Ferreira, lançado em Novembro passado: «Uma Luta, uma vida». Já à porta não disfarcei o embaraço: «Desculpe Professora, mas por razões profissionais vou ter de lhe fazer uma pergunta que noutras circunstâncias não faria: Que idade tem?». Odette Ferreira soltou o sorriso mais luminoso da tarde e disparou: «Eu não tenho idade, tenho vida». E que vida.



«QUANDO VI A CARRINHA ALI PARADA, VIREI COSTAS»

Ricardo, 35 anos, recorda o dia mais traumático da sua vida.
Descobriu que tinha Sida numa carrinha branca.
Pede às farmácias para disponibilizarem este serviço

Ricardo chamou um táxi e desceu as escadas. «Lembro-me de que tremia por dentro. Não queria que ninguém percebesse o estado em que estava. O mais engraçado é que olhava para as minhas mãos e elas não tremiam, mas eu tremia por dentro como nunca mais tremi desde esse dia», descreve, com ar de quem já aprendeu a viver com a memória.

Já lá vão quase oito anos. Foi numa tarde de sol de Fevereiro. Entrou no táxi e pediu que o motorista o levasse para «uma rua qualquer em Xabregas». Ricardo esqueceu-se do nome da rua. Ou talvez tudo na rua tenha deixado de existir para ele, com exceção de uma carrinha que lhe ficou gravada na garganta. «Sabia que ia parecer estranho

entrar naquela carrinha, para fazer o teste do VIH, de camisa e casaco de fato. Eu sei que isto é estranho e parece parvo dizê-lo, mas a verdade é que quando lá vi a carrinha parada, virei costas. Não queria ser visto ali e muito menos a entrar naquela carrinha onde, achava eu, toda a gente sabia que se faziam os testes da Sida», recorda, aos 35 anos, como quem já fez as pazes com o tempo.

Hoje, orgulha-se da coragem, ou do instinto de sobrevivência. Encontrou. «Encontrei dentro daquela carrinha pessoas de quem já não sei o nome, mas que me salvaram a vida e convenceram de que não ia morrer no dia seguinte», emociona-se. Ricardo sabe que existem outros locais onde podia ter feito o teste rápido de

**«Acredito que
há muita gente
que não faz o
teste para não
ficar com um
rótulo»**

forma anónima e gratuita, mas achou que ali, apesar de tudo, «era menos provável encontrar gente» conhecida. «Acho que devíamos ter mais opções onde fazer o teste. As pessoas deviam fazê-lo onde se sentissem mais à vontade. Você pode dizer isso às farmácias, não pode?».

Ricardo repete a ideia. Apesar de ter acertado contas com a sua história, tem uma dívida com o estigma. «Acho que toda a gente devia ter o direito de fazer aquele teste rápido noutras circunstâncias, noutro sítio, sem aquela carga, não sei explicar. Eu sei que saí dali e só eu e aquelas duas mulheres é que sabíamos o resultado, mas a verdade é que já entrei com um rótulo. Acredito que haja muita gente que não faz o teste porque sente esse estigma».

FARMÁCIAS PREPARAM TESTES RÁPIDOS DE VIH/SIDA

As farmácias poderão vir em breve a disponibilizar aos utentes testes rápidos de VIH/Sida. Está concluído, com resultado positivo, o projecto-piloto realizado durante ano e meio em farmácias do Algarve. A experiência resultou de uma parceria entre a ANF, Hospital de Faro, Programa Nacional para a Infecção VIH/Sida e ARS Algarve.

O projecto-piloto revelou como a questão do anonimato é decisiva para muitos cidadãos sob stress, depois de experiências de risco. «Pessoas de Loulé ou Vila Real de Santo António foram fazer o teste à farmácia de Faro, só porque ali ninguém as conhecia», relata Anabela Madeira, que acompanhou a experiência-piloto em representação da ANF.

Os testes são anónimos, mas muitas pessoas não querem sequer assumir, nas farmácias da sua terra, que admitem a suspeita de ter contraído Sida. Passa-se o mesmo com os centros de saúde. São "demasiado familiares" para muita gente. «Há pessoas que, se tiverem de recorrer a um serviço próximo de casa, pura e simplesmente preferem não saber se estão infectadas», afirma Anabela Madeira. O número de casos novos de VIH/Sida na população com mais de 50 anos tem vindo a subir consideravelmente, o que reforça a necessidade de ser reforçada a rede de diagnósticos rápidos. «Muitos desses homens, com relações sexuais desprotegidas



fora do casamento, não se sentem à vontade para "abrir o jogo" com o médico de família, que muitas vezes também é o médico das suas mulheres».

No entanto, a realização de testes rápidos nas farmácias dependerá sempre da articulação prévia com os serviços de saúde locais. «Não se pode fazer testes e pronto. As farmácias não vão deixar uma pessoa com um resultado positivo na mão e dizê-lhe para procurar um médico». A farmácia, antes de fazer qualquer teste, tem de saber para onde encaminhar os utentes. Se

Há pessoas que, se tiverem de recorrer a um serviço próximo de casa, pura e simplesmente preferem não saber se estão infectadas

o resultado for "reactivo", deverá ser confirmado numa análise laboratorial, no contexto de uma consulta especializada. No projecto-piloto, todos os indivíduos referenciados pelas farmácias tiveram, em 48 horas, consulta no serviço de Infecçologia do Hospital de Faro.

Outra condição é a formação prévia dos farmacêuticos. «É necessário saber como conduzir a entrevista ao utente antes do teste. O momento posterior também requer cuidados específicos. Isto é, como se comunica um resultado reactivo?».

NO PAÍS BASCO JÁ O FAZEM HÁ CINCO ANOS

O País Basco foi pioneiro na realização de testes rápidos de VIH nas farmácias. Em 2009, arrancou com um projecto-piloto. As 20 farmácias pioneiras realizaram cerca de 2.000 testes. Ou seja, em média, cada farmácia foi procurada

por 100 cidadãos sob stress e com dúvidas. Os inquéritos indicaram que a preferência se relacionava com razões de discrição e confiança.

O serviço farmacêutico foi protocolado como programa de saúde pública, integrado

no Programa Nacional do VIH/Sida. As farmácias do País Basco, nesse contexto, também fazem testes de sífilis. Em Portugal, ainda existem poucos dados, mas em Espanha regista-se um aumento da prevalência de sífilis entre os homossexuais.

O site do Programa Nacional do VIH/Sida espanhol disponibiliza mesmo um serviço de referência farmacêutica. Através de um simples clique, o utente fica a saber qual é a farmácia mais próxima onde pode realizar o teste.

GLUCOCARD™ MX

BLOOD GLUCOSE METER



Adaptado a cada pessoa com Diabetes!

Porque somos todos diferentes!



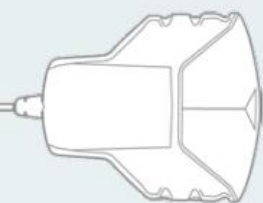
MáXimo rigor, MáXima confiança, MáXimo controlo



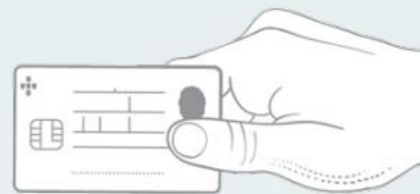
O **Glucocard MX**, apresenta no ecrã um gráfico de barras com os últimos 6 resultados dos testes de glicemia efetuados pelo utilizador.

Sem necessidade de consultar a memória, o utilizador pode verificar qual a tendência do seu perfil glicémico, sempre que fizer um teste.

Com o **Glucocard MX** o utilizador sabe com facilidade se tem a sua **diabetes sob controlo!**



AS RECEITAS SEMPRE À MÃO, NO CARTÃO DO CIDADÃO.



Nunca mais se vai esquecer das suas receitas em casa.
Não perderá tempo a procurá-las no meio dos outros papéis.
Será quase impossível perdê-las.

O CARTÃO GUARDA SEGREDO.



Com a receita electrónica, o que o seu médico lhe receitou fica a salvo da curiosidade de terceiros. Nunca mais alguém

poderá deitar um olho à sua receita de papel. Só o seu farmacêutico, no momento da dispensa, saberá o que o médico lhe receitou. A informação que

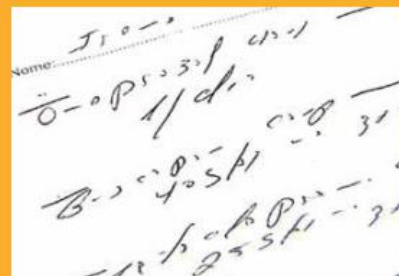
transita entre as farmácias e o Ministério da Saúde é encriptada. A confidencialidade dos seus dados está garantida.

PROBLEMAS PARA DECIFRAR A LETRA DO SEU MÉDICO? ISSO ERA ANTIGAMENTE.

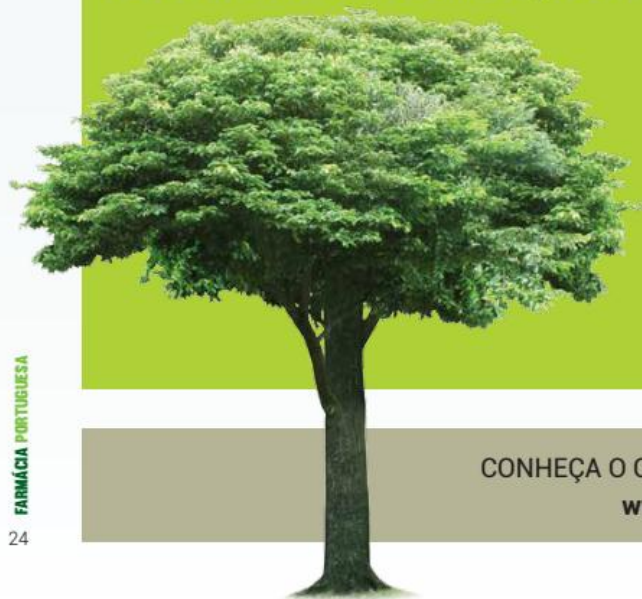
Acabam de vez as dúvidas quanto aos medicamentos ou doses receitadas. A receita electrónica vai aumentar a segurança

na utilização dos medicamentos. As farmácias não terão quaisquer dúvidas para interpretar os medicamentos

prescritos pelos médicos. O doente levará sempre para casa o medicamento certo, nas doses exactas.



TÍNHAMOS MESMO DE MUDAR AGORA? A NATUREZA ACHA QUE JÁ DEVIA TER SIDO HÁ MAIS TEMPO.



A receita electrónica é amiga das árvores. Vai acabar com o desperdício de milhões de folhas de papel por ano, em receitas que

acabam no lixo ou na reciclagem. E traz muitos outros benefícios ao Ambiente. Por exemplo, poupará milhões de tinteiros e impressoras.

CONHEÇA O CALENDÁRIO DE IMPLEMENTAÇÃO:
www.receitaeletronica.pt



As farmácias
portuguesas estão
a instalar tecnologia
que tornará dispensáveis
as receitas em papel.
A mudança será
progressiva,
para não perturbar
um único doente

A REVOLUÇÃO TRANQUILA

A Farmácia Lopes está estrategicamente instalada no "Rossio" de Barroselas. A vila, a 14 quilómetros de Viana do Castelo, é uma daquelas terras que nunca se deixará desaparecer, por mais crises ou revoluções tecnológicas. Às quartas, o Largo da Feira é mais "Colombo" do que "Rossio". Enche-se de feirantes e a farmácia de movimento. Entra Carvalho da Silva, reformado, 69 anos, de receita na mão e «bom dia» escarrapachado na cara. Responde-lhe toda a gente, até o fotógrafo. A farmacêutica convida-o a introduzir o cartão do cidadão numa espécie de terminal multibanco transparente. Cliente há muitos anos, nem hesita. Mas fica curioso, é a primeira vez que vê aquilo. A conversa vai directa à receita electrónica. «Senhor Carvalho, lá para o Verão vai deixar de precisar de receitas em papel», anuncia-lhe Filipa Leitão. «Anda sempre com o cartão consigo, não anda?». A pergunta ainda ia a meio quando apareceram no monitor o nome e o número de embalagens em stock de todos os fármacos prescritos pelo médico, marcas e genéricos.

«Eu não preciso de papéis, quero é os medicamentos», responde Carvalho da Silva. «Ora, isso não muda nada. Tudo o que o

«Eu não preciso
de papéis,
quero é os
medicamentos»

«Ora, isso não
muda nada.
Tudo o que o
médico lhe
receita fica
direitinho no
cartão»

médico lhe receita fica direitinho no cartão». O homem sorri com os ombros, já viu muitos modelos de receita na vida. Fica à espera para ver se será mesmo assim, «tão fácil», porque ao cartão tem-no sempre na carteira. Já outras pessoas fazem perguntas de alerta, sobretudo quando ainda têm bilhete de identidade. «Os utentes mais velhos ficam apreensivos com qualquer mudança numa coisa tão importante para as suas vidas», explica a directora técnica, satisfeita pelo período de transição lhe permitir «tranquilizar toda a gente com tempo».

Na realidade, quaisquer receios são infundados. Evidentemente, nenhum utente do SNS será de repente excluído do sistema de participações, ou sequer

obrigado a tirar o cartão do cidadão antes de expirar a validade do bilhete de identidade. A guia de tratamento, em papel, dará acesso a todas as vantagens da prescrição electrónica. Filipa Leitão espera que alguns procedimentos se tornem mais rápidos, mas já se entusiasma a falar das vantagens. «O preenchimento automático do nome e número de contribuinte permite que nos concentremos mais nas necessidades do utente». A consulta automática do stock é «muito mais eficiente do que a gaveta, como é evidente». A verificação obrigatória «reduz a possibilidade de erro humano quase a zero». E a adaptação da equipa da farmácia? Última pergunta, primeira resposta numa palavra: «Fácil!».





rodeou-se das pessoas certas e acertou na primeira decisão crítica, relativa ao sistema operativo: MS-DOS. Como resultado, foi nas farmácias que a maioria dos portugueses viu pela primeira vez na vida um computador. As farmácias foram pioneiras da informatização e nunca mais pararam de investir em soluções informáticas inovadoras, com ganhos próprios mas também para o Estado e a sociedade. A expansão das comparticipações, ferramenta indispensável para garantir a todos o acesso ao medicamento, não teria sido como foi.

Esse será o maior ganho social, mas há outros. No início dos anos 90, foi instituída a codificação universal de produtos presentes no canal farmácia, decisiva para a concorrência e

Num dia normal, as farmácias dispensam aos portugueses 400 mil embalagens de medicamentos comparticipados. Nos anos 70 já havia comparticipações, mas o cálculo da percentagem a pagar pelo doente era feito à mão. A cobrança ao Estado também. «Não imagina como era aquilo», afirma João Cordeiro, ex-presidente da ANF. Recorda-se que seu pai «tinha duas senhoras na farmácia só para fazerem o receituário». O PVP, o desconto, o montante já pago pelo doente, «tudo era batido à máquina». Para a Caixa de Previdência seguiam todos os meses caixotes

de papel. Dezenas de funcionários públicos conferiam à mão aquela papelada proveniente de farmácias de Portugal inteiro.

Nos anos 80, as notícias sobre a comercialização dos primeiros computadores causaram burburinho na sede da ANF. Primeiro foram lidas com atenção, depois com entusiasmo. João Cordeiro recorda que os dirigentes da época perceberam logo que seria «decisivo para as farmácias incorporar a informática». O problema é que em Portugal não havia nada disso. Nem nos ministérios, nem nas empresas. A Direcção

partiu então em digressão, para ver como eram os primeiros computadores instalados em farmácias. A viagem serviu também para alertar os farmacêuticos para o risco daquelas máquinas se transformarem em cavalos de Tróia: «Vimos que as farmácias desses países tinham cometido um grande erro, ao deixarem-se informatizar pelos grossistas. Os grossistas punham lá as máquinas de borla, mas depois ficavam a condicionar as compras».

A independência das farmácias foi assumida como condição estratégica. A direcção da ANF

As farmácias perceberam logo que os PC, personal computer, iam fazer a revolução

transparência do mercado, mas também para a segurança dos consumidores. Mais tarde, o Sifarma 2000 veio revolucionar o aconselhamento farmacêutico. Este programa informático combina os dados necessários à dispensa de medicamentos com toda a informação científica importante para os consumidores, devidamente actualizada. No momento da dispensa, o doente é informado e pode levar para casa, numa folha impressa, tudo sobre interações, contra-indicações, reacções adversas e posologia. As farmácias adoptaram também uma rede de comunicações própria e à prova de bala, o chamado Farmalink. A informação que circula entre fornecedores, farmácias e entidades responsáveis pela participação é toda encriptada,

A receita electrónica é a mais recente de uma longa série de inovações nos sistemas de informação das farmácias

mitigando riscos de fraude e assegurando a confidencialidade dos dados. Por iniciativa das farmácias, a receita electrónica teria sido adoptada há 13 anos. Foi lançada uma experiência-piloto no Alentejo, que deu excelentes resultados. Mas só agora o Ministério da Saúde decidiu autorizar esta tecnologia. Nessa altura, as farmácias apresentaram outra proposta: um código de barras bidimensional, uma espécie de "bilhete de identidade" para cada embalagem de medicamentos. A ideia era vigiar, um a um, os lotes libertados no mercado, do fabrico à distribuição, dispensa e facturação ao Estado. Em ofício enviado ao Ministério da Saúde, a ANF considerou essa medida indispensável para «evitar fraudes e controlar

os gastos». O código de barras bidimensional vai ser adoptado agora, por força de legislação europeia. Mas já não poderá evitar os casos de fraude de que o SNS foi entretanto vítima.



FARMÁCIAS NÃO VENDIAM SUPLEMENTOS ALIMENTARES RETIRADOS DO MERCADO

Código informático criado nos anos 90 garante segurança dos consumidores

Nenhum dos 27 suplementos alimentares retirados do mercado em Fevereiro, pelo infarmed e pela ASAE, se encontrava à venda em farmácias. O Centro de Documentação e Informação de Medicamentos (CEDIME) da ANF chumbou todos os que tentaram obter um código nacional de produto (CNP) para entrar no canal farmácia. O CNP é um marco histórico na informatização das farmácias. Foi criado nos anos 90, em conjugação com um protocolo de comunicações entre farmácias e grossistas, EDI (Electronic Data Interchange) na gíria informática. O CNP é indispensável à concorrência

e à transparência do mercado. Permite comparar, de facto, produto a produto, as condições oferecidas por cada operador, porque todos "falam" a mesma linguagem. Para além disso, torna infinitamente mais fácil a logística e a gestão de stocks. O maior ganho, vital, foi para os consumidores. Com o CNP, a entrada de produtos no canal farmácia ficou dependente de critérios de qualidade e segurança, avaliados pelo CEDIME. Este instrumento informático ajuda as farmácias a cumprirem o compromisso de qualidade e segurança que as diferencia de outros canais de venda.



GENÉRICOS OFERECEM UM ANO INTEIRO DE MEDICAMENTOS A DOENTES E CONTRIBUINTES

Os genéricos, em apenas quatro anos, permitiram poupar um ano inteiro de despesa com medicamentos. A poupança alcançada pelos medicamentos genéricos, entre 2011 e 2014, é equivalente à despesa, não só do Estado como também dos próprios doentes, durante os 12 meses de um ano, com todos os medicamentos comparticipados pelo SNS. A dispensa de medicamentos genéricos na rede de farmácias garantiu uma poupança ao Estado e aos utentes de 1,7 mil milhões de euros, entre 2011 e 2014. Este valor é conservador, uma vez que não contabiliza as poupanças geradas pela comercialização de genéricos nos casos em que

os medicamentos de marca mais caros, pura e simplesmente, já não existem no mercado. Qual o significado de 1,7 mil milhões de euros de poupança em medicamentos? O melhor comparador é o fornecido pela entidade reguladora do sector. De acordo com a última «Estatística do Medicamento» publicada pelo Infarmed, este valor é muito superior à despesa pública anual com medicamentos. O Estado, durante um ano, investe apenas 1160 milhões de euros em comparticipações*.



A poupança garantida pelos genéricos, depois de pagar na íntegra a despesa pública, chegaria ainda para financiar, quase na totalidade, a despesa directa dos doentes, com a parte do preço de venda ao público dos

medicamentos não coberta pelas comparticipações SNS: 665 milhões de euros*.

* «Estatística do Medicamento 2013», Infarmed, Janeiro de 2015

POUPANÇA ANUAL DOS MEDICAMENTOS GENÉRICOS

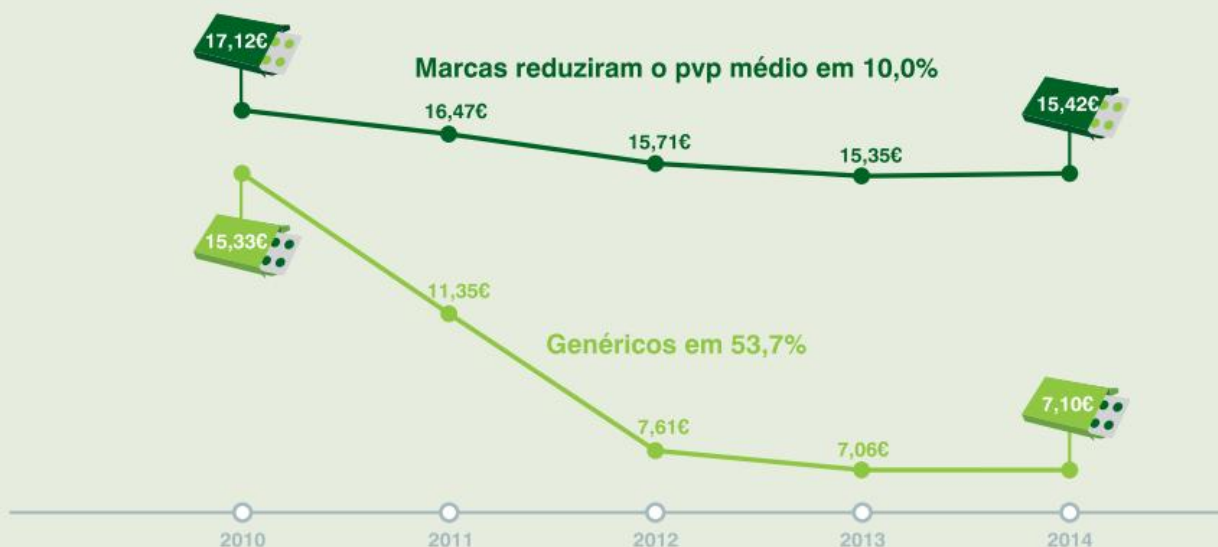


Estimativa da poupança real dos medicamentos genéricos em milhões de euros

FONTE: hmr (análise Cefar)

EVOLUÇÃO DO PREÇO DE VENDA AO PÚBLICO DOS MEDICAMENTOS DE MARCA E GENÉRICOS

FONTE: hmr (análise Cefar)



CASO PARIET (RABEPRAZOL)

FONTE: Informed (análise Cefar)



O preço dos medicamentos genéricos no mercado SNS baixou para menos de metade nos últimos quatro anos. O preço médio de venda ao público dos genéricos era de 15,33€ em 2010. No ano passado, foi apenas de sete euros e dez centimos. Isto corresponde a uma redução de 53,7% de preço.

Os medicamentos de marca também acompanham esta tendência, ainda que a um ritmo menos acelerado. O PVP médio das marcas desceu de 17,12€, em 2010, para 15,42€ em 2014. Uma redução de preço de dez por cento.

A estatística global de variação de preços não revela por completo o que aconteceu aos medicamentos de marca que sofreram a «concorrência» dos genéricos, na medida em que engloba também o preço dos medicamentos inovadores ainda com a patente protegida.

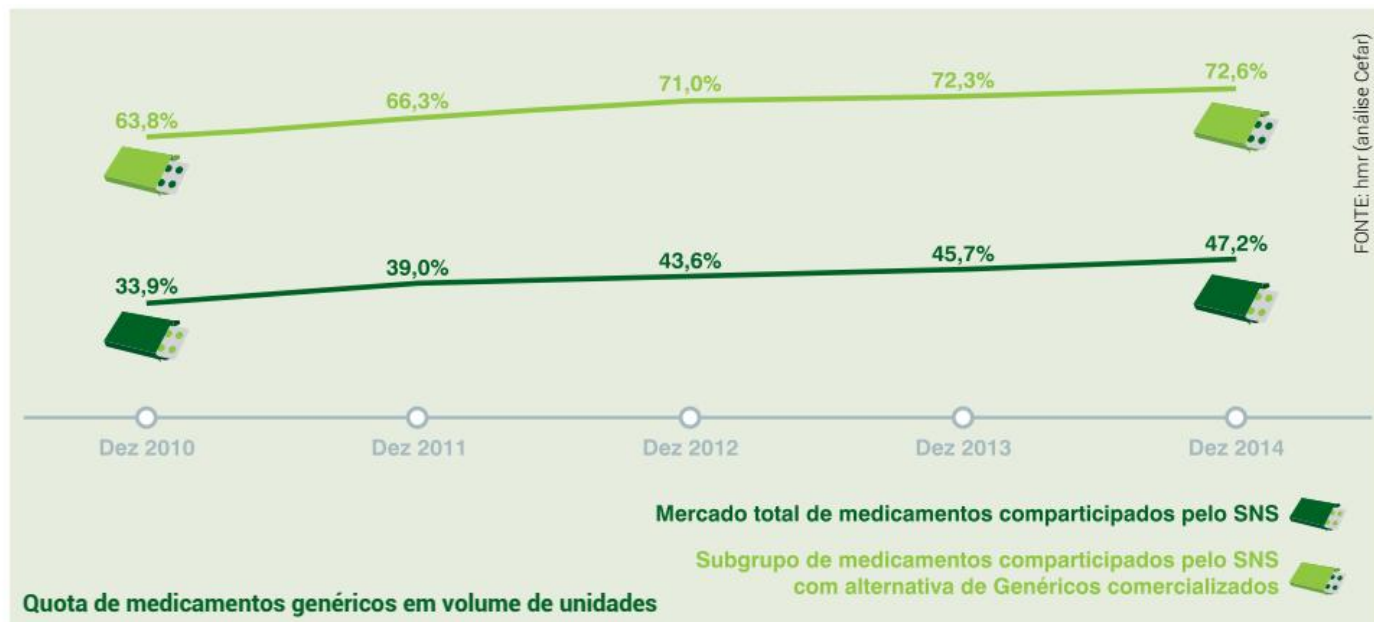
CASO ARICEPT (DONEPEZILO)

FONTE: Informed (análise Cefar)



Por isso, vale a pena verificar alguns casos concretos. Por exemplo, o Pariet, medicamento de marca pertencente à classe dos inibidores da bomba de prótons, indicado no tratamento de problemas de estômago, como úlceras e refluxo gastroesofágico: baixou 30% de preço, mas só manteve 21,7% de quota de mercado. O genérico apresentava um preço 30% mais baixo, mas daí para cá já baixou de preço em mais 66,6%.

Também o Aricept, utilizado para combater os sintomas de demência, designadamente nos doentes com Alzheimer, baixou de preço 17,7%, mas acabou com uma quota de mercado quase insignificante (1,3%). O Aricept tem agora a concorrência de medicamentos genéricos 81 euros mais baratos (82%).

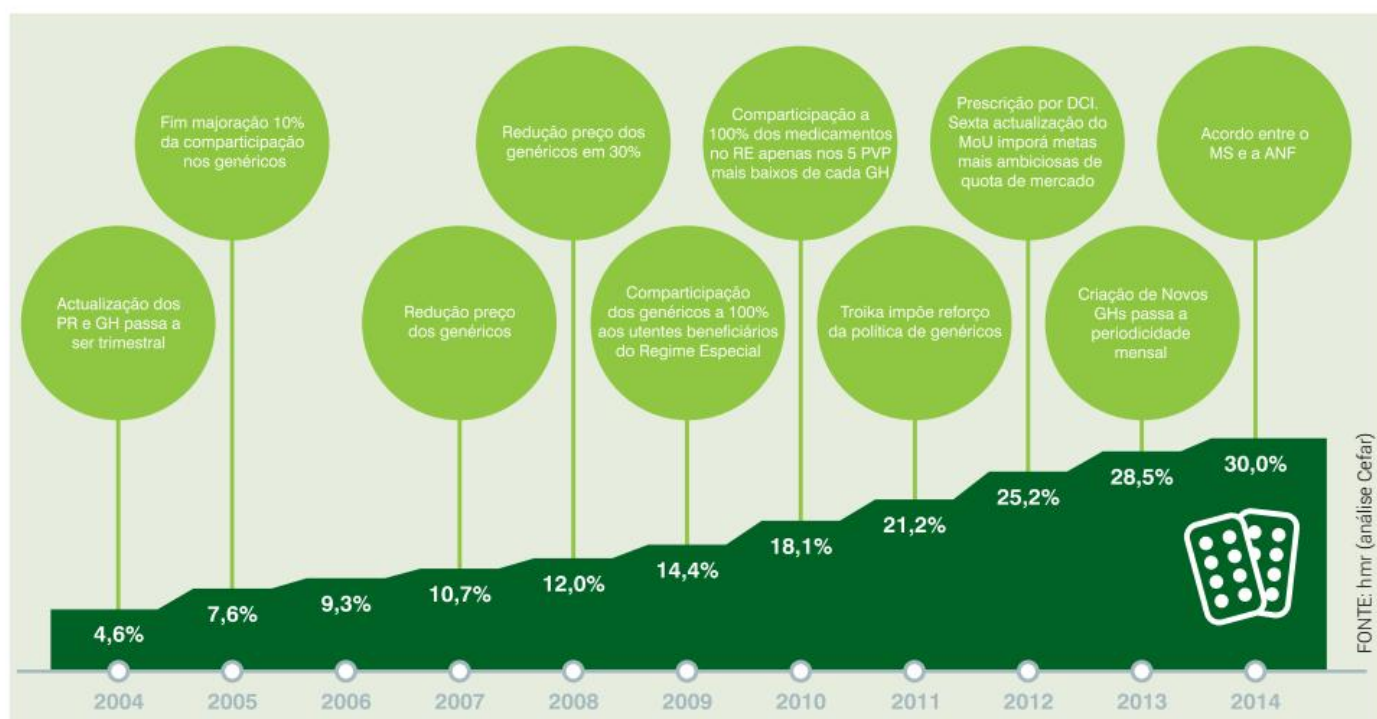


SETE GENÉRICOS EM CADA DEZ MEDICAMENTOS

Sete em cada dez unidades dispensadas pelas farmácias são medicamentos genéricos, no universo de substâncias activas onde isso é possível. A quota de genéricos em unidades atingiu 72 % em 2014 e continua a crescer, nos primeiros meses de 2015, no chamado mercado dos "Grupos Homogéneos", ou seja, relativo aos medicamentos que já ultrapassaram o período de patente protegida e para os quais já existem genéricos no mercado.



A quota de mercado dos genéricos em Dezembro de 2014 situa-se nos 47,2%, em unidades dispensadas, quando calculada em função de todos os medicamentos comparticipados pelo SNS. Esta variação tem uma explicação simples. No mercado total do SNS, para além das substâncias activas com genérico no mercado, há também um grande número de medicamentos de marca ainda com patente protegida, que materializam a inovação terapêutica nos anos mais recentes.



PORTUGAL COMEÇA A INCENTIVAR POUPANÇA DAS FARMÁCIAS

Paulo Macedo:

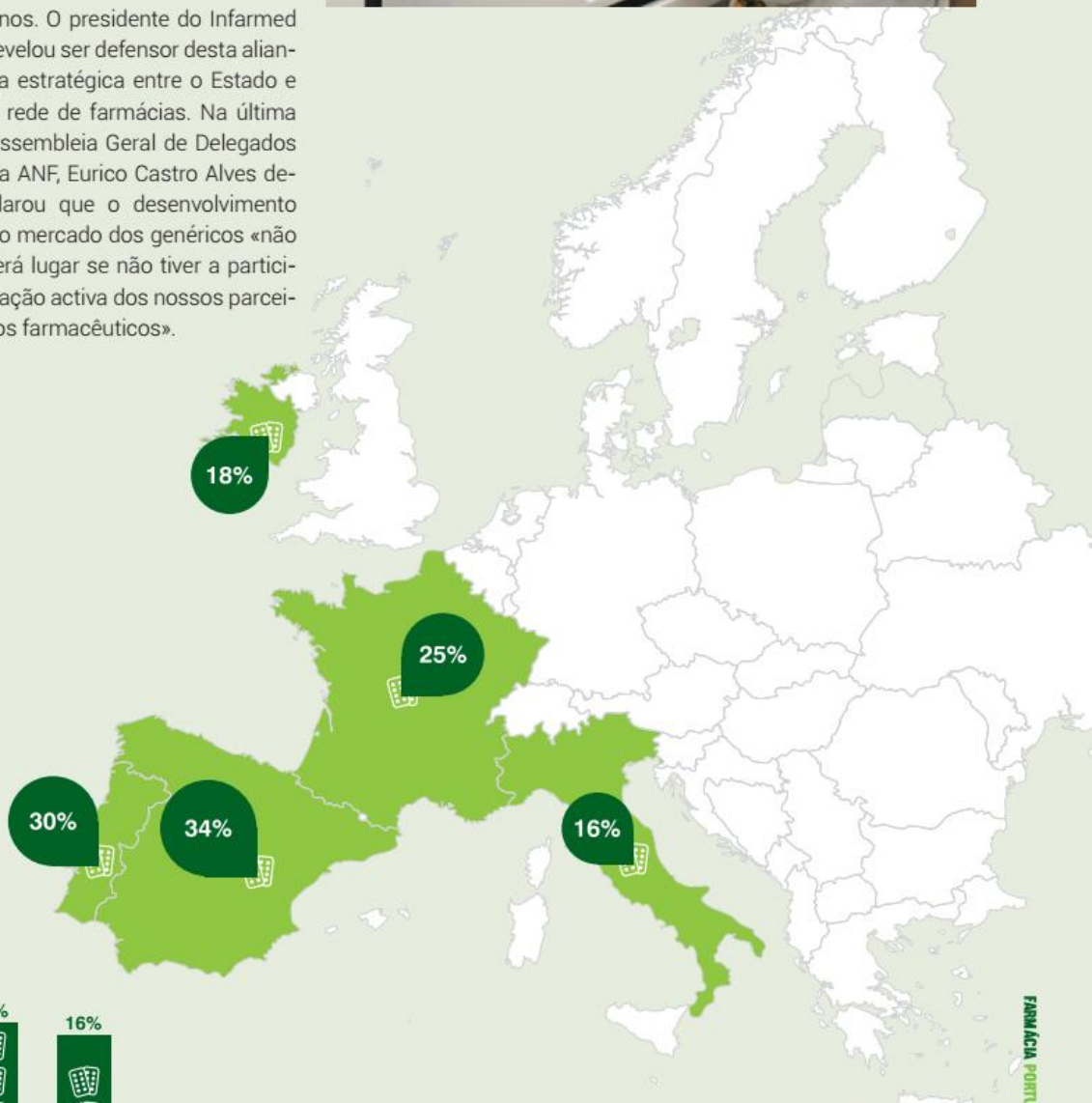
«Para os doentes pouparem mais, devemos compensar as farmácias por esse esforço acrescido»

O Governo lançou um regime de incentivos às farmácias, com vista a aumentar ainda mais a poupança resultante da dispensa de medicamentos genéricos. Pela primeira vez, Portugal adoptou um instrumento de suporte à actividade das farmácias no controlo e redução da despesa com medicamentos. «Para os utentes pouparem mais, devemos dar um incentivo às farmácias, que as possa compensar por esse esforço acrescido», declarou o ministro da Saúde, na apresentação da medida aos jornalistas. A ANF reconheceu na decisão de Paulo Macedo «um sinal positivo, revelador de que o Estado está preocupado com a solvabilidade do sector». Em circular enviada às farmácias, a direcção ressaltou que esta não é ainda uma solução para «o problema da sustentabilidade» do sector.

Os novos incentivos decorrem do acordo assinado em Julho de 2014 entre o Ministério da Saúde e a ANF. Em dez anos de políticas governamentais de promoção dos genéricos, esta é a primeira medida dirigida às farmácias. Noutros países, já existem incentivos há dezenas de anos. O presidente do Infarmed revelou ser defensor desta aliança estratégica entre o Estado e a rede de farmácias. Na última Assembleia Geral de Delegados da ANF, Eurico Castro Alves declarou que o desenvolvimento do mercado dos genéricos «não terá lugar se não tiver a participação activa dos nossos parceiros farmacêuticos».



FONTE: Dados OCDE (adaptados)



Volume de embalagens no mercado participado, 2011
*(Itália: mercado total)

«Futuro dos farmacêuticos depende da imaginação deles»

Marcelo Rebelo de Sousa diz que a crise «bateu forte e feio» nas farmácias



FARMÁCIA PORTUGUESA:

- Qual o primeiro livro que recomendaria a um profissional de saúde?

MARCELO REBELO DE SOUSA:

- A Bíblia. Está lá o essencial de uma ética para a Saúde.

FP - Qual a importância da fé no seu dia-a-dia?

MRS - É o alfa e o ómega da minha vida. Quer quando acerto, quer quando falho. E falho mais do que acerto.

FP - O que o leva a propagá-la?

MRS - A própria natureza dessa Fé - é tudo menos solitária. Só nos salvamos com os outros e pelos outros.

FP - A televisão: o que vê? Alguma vez sente que perde o seu tempo?

MRS - Tudo o que posso. Ou quase tudo. Até para poder comentar o que se passa. Muitas vezes não gosto, mas vejo, pelo menos um pouco.

FP - Qual a dieta televisiva que recomendaria a quem tem crianças para educar?

MRS - Mais tempo com elas e menos tempo com elas e a televisão pelo meio.

FP - A família está a recuperar importância devido à crise?

MRS - Sim e não. Sim, porque a crise juntou quem vivia distante. Não, porque a provação foi muita e a oportunidade de viver mais em família nem sempre foi aproveitada.

FP - Como se inverte a tendência para o "abandono" dos velhos?

MRS - Mudando o discurso da sua marginalização. Formando os mais pequenos para a vivência intergeracional.

FP - O SNS é mesmo a melhor realização da Democracia, ou um mito bem contado?

MRS - É mesmo um avanço enorme para quem saiba o que era antes. Dito isto, também

serviu para alimentar discursos de ocasião. Sobretudo, à medida que se foi descuidando esse SNS, por omissão.

FP - Como explica que, de um dia para o outro, um ministro possa passar de bestial a culpado de tudo, como os treinadores de futebol?

MRS - A popularidade é a coisa mais volátil do mundo. Em especial se se baseia na aparência ou na forma.

FP - Os farmacêuticos eram privilegiados?

MRS - Alguns eram. Não todos. Mas, no geral, era uma actividade com status social, desafio económico e peso local.

FP - Acredita que estão a passar um mau bocado?

MRS - A crise bateu-lhes forte e feio. O contexto mudou e penso que, em larga medida, o tempo já não volta para trás.

FP - Acha que as farmácias vão oferecer cada vez mais serviços de saúde, como a troca de seringas e o controlo da diabetes, ou acabar a vender refeições rápidas, como nos EUA?

MRS - Depende da imaginação dos farmacêuticos. Vão ter de ir reconstruindo a sua posição numa sociedade diferente.

FP - Faz diferença para si, que é um cidadão particularmente informado, ter um farmacêutico a dispensar-lhe os medicamentos?

MRS - Eu sou um caso pouco típico, porque, como hipocondríaco militante, tenho a tentação recorrente de me automedicar.

FP - Que tipo de relação tem com o seu farmacêutico?

MRS - Não tenho um farmacêutico. Tenho um leque amplo de farmácias onde vou, com gosto e frequência, o que me permite comparar e escolher melhor em cada momento. Novamente, não sou um utente comum.

«Presidenciais?
Só Deus sabe,
se souber...»

«Eu sou
um caso
pouco típico,
porque, como
hipocondríaco
militante, tenho
a tentação
recorrente
de me
automedicar»

FP - Esta geração vai sofrer mais para ser feliz em Portugal?

MRS - Espero que a saída da crise abrevie o compasso de espera de muitos jovens e dê alento perdido a muitos menos jovens.

FP - Emigrar é uma solução que deve ser encarada sem complexos?

MRS - Cada caso é um caso. Nem pregar a emigração como panaceia é bom - salvo para meia dúzia de tecnocratas privilegiados e com vocações universais-, nem condenar a decisão de quem pense ser a solução para aquele momento e para o melhor ou menos mau projecto de vida no dito cujo momento.

FP - Quem pode deve fazer complementos de reforma?

MRS - Dever, deve o maior número. Poder, podem muito poucos. As classes médias já puderam mais do que podem hoje.

FP - É seguro fazer aplicações financeiras aconselhadas pelos gestores de conta dos bancos?

MRS - Há de tudo. Mas, um depositante ou aplicador, mesmo pequeno, e sobretudo se pequeno, tem de ser mais atento, mais informado e mais recalcitrante.

FP - Arrepende-se muito, ou prefere pensar na próxima aventura?

MRS - Um cristão arrepende-se com frequência. Mas sou sempre, por natureza, optimista e virado para o futuro. Não fico agarrado a uma queda, levanto-me depressa e continuo o caminho. Sempre com alegria de viver.

FP - Quem vão ser os candidatos a Presidente da República?

MRS - Só Deus sabe... se souber... O tempo que falta é uma eternidade em plena saída da crise, com legislativas pelo meio e uma grande indefinição entre áreas políticas e dentro delas.

«Adoro mesmo

Marcelo conta as suas aventuras nas farmácias portuguesas.

Reportagem de José Luís Martins | Fotografias de Paulo Neto

MRS - Como todo o hipocondríaco, adoro farmácias. E tenho um historial infundável delas. Desde logo, a Farmácia Nascimento, na Avenida D. Carlos, pertencente a um oficial da GNR, antigo colega e grande amigo de meu Pai no Passos Manuel.



ANTIGA FARMÁCIA NASCIMENTO – LISBOA

A Farmácia Marques Nascimento mudou para Farmácia Fernandes Manuel em 1993 e, em 2000, assumiu o nome de Farmácia Conde Barão.

FARMÁCIA NOVA DE CAXIAS

Os pastéis de nata



Ana Luísa Lynce, directora técnica adjunta e Ana Catarina Leitmann, técnica auxiliar de farmácia.

MRS - É um prazer estar rodeado de medicamentos, de farmacêuticas simpáticas - como o trio da minúscula Farmácia Nova de Caxias, uma pérola entalada entre os melhores pastéis de nata e os mais suculentos bolos reis.

ANA LUÍSA LYNCE - O professor é sempre uma simpatia para todos, quer para nós quer para quem esteja! Gosta sempre de vir à farmácia depois de passar ali ao lado nos pastéis de nata, sendo que depois de sair daqui, muitas vezes volta lá!

ANA CATARINA LEITMANN - Pergunta com frequência se há novidades, mas fica quase sempre desapontado quando constata que, afinal, não há! Também gosta de saber se um produto ou outro ainda estão esgotados! É fantástico como ele se lembra, não só do que quer, como do facto de ter estado esgotado! Não falha.

farmácias!»

Os farmacêuticos completam a história

MRS - Os meus alvos prioritários em qualquer farmácia? Toalhetes com álcool e similares; protectores para as comezainas de ocasião, a começar nos vários "omeprazoís"; anti-histamínicos, com destaque para o arcaico Mizollen; os medicamentos habituais para gripes e aparentados, passando pelas "aspirinas" e "benurons" e a culminar no já quase clássico Clavamox DT; como precaução, uns Heliocares para a exposição solar diária e uns Brufen, ou genéricos, ou Naprosyns, para não ter de regressar aos Voltarens ou aos Cataflans da juventude ou pós-juventude. Isto para as maleitas das longas viagens de automóvel, ou das natações geladas em excesso, sempre com um olho nos magnésios, já que as vitaminas melhor se encontram na alimentação, sem recurso aos complexos de há uns anos.



«Adoro as farmácias antigas, com os potes e as receitas do começo do século XX. Acho fascinantes as ultramodernas com busca digital. E movo-me em todas com à vontade»

«Em Cascais, adoro o bulício das farmácias Marginal, Misericórdia e Cordeiro. Vou a todas.»



FARMÁCIA MARGINAL - CASCAIS

JOSÉ BENTO, DIRECTOR TÉCNICO

Enquanto utente, o Professor Marcelo Rebelo de Sousa é extremamente simpático e acessível para todas as pessoas. Costuma aparecer aos fins-de-semana. Relaciona-se de forma delicada e bem disposta com qualquer pessoa. Quer com um português que o reconheça, como com os turistas, que não fazem ideia de quem ele é. Existe uma gama diversificada de produtos que, assim que chegam do armazenista, reservamos em generosa quantidade para o Professor. São coisas simples, mas que ele aprecia e consome muito.



FARMÁCIA DA MISERICÓRDIA - CASCAIS

MARIA DE JESUS MAGUEIJO, DIRECTORA TÉCNICA

Tanto aparece aqui para medir a tensão arterial, em calções de banho e chinelos, como pode chegar, pouco tempo depois, para uma nova medição, já vestido com todo o rigor e requinte. Mas é sempre igual a si próprio. As pessoas conhecem-no, porque ele é assim, sempre. Tanto entra nesta farmácia, como noutra qualquer, será aquela que no momento lhe parecer mais adequada, creio que de acordo com as suas prioridades em cada instante. Uma história curiosa é a da cor da caixa das protecções de ouvidos que gosta. Gosta das de caixa azul. Não das da vermelha. O pior é que já não há azuis... até porque, de acordo com o fornecedor, a diferença é só a cor da caixa. Mas o Professor afirma que são diferentes, pelo que... devem ser mesmo!

FARMÁCIA CORDEIRO - CASCAIS

AUGUSTO MACHADO, TÉCNICO AUXILIAR DE FARMÁCIA

O Professor faz-nos muitas visitas, sempre muito simpático e divertido, com aquele seu jeito característico de falar, quase como se estivesse a cantar. Elogia sempre as pessoas e os conselhos que lhe prestamos. Uma das histórias mais significativas foi quando quis devolver o que tinha comprado porque notou que teria perdido a carteira. Insistimos e levou. Pouco tempo depois voltou, já com uma cara muito mais alegre, pois tinha conseguido encontrar a carteira que havia esperado por ele no chão, junto ao seu carro. Perdida desde que ali chegou para o seu banho matinal na praia da Conceição. Partilhou a alegria de tal forma que nos contagiou a todos!





**ANTIGA FARMÁCIA SOARES
LARGO DO RATO - LISBOA**

É a actual Farmácia Largo do Rato, mas ainda mantém o nome Soares na fachada.

A farmácia de infância

«A mais marcante na minha infância foi a Farmácia Soares, no Largo do Rato, onde o Senhor Ferreira me ministrou todas as vacinas e injeções durante doze anos. Ele, que haveria de perder a mulher num acidente de viação, no enterro do Senhor Soares, o dono da Farmácia. E lá ficaram, a viúva de um com o outro viúvo, a mandarem na saúde do bairro, sem nunca virem a ultrapassar a relação profissional»





«Há tempos redescobri a farmácia do meu amigo e colega de futebol na Rua do Viveiro, o sempre demasiado frenético João Silveira. No Cruzeiro, claro, junto ao Hotel Londres»

FARMÁCIA SILVEIRA

JOÃO SILVEIRA, DIRECTOR TÉCNICO

Conhecemo-nos desde o início do liceu. Sempre foi irrequieto, um aluno brilhante com uma capacidade absolutamente admirável de animação, realização e conciliação das diferentes vertentes.

É sempre uma grande animação a sua presença na farmácia. Uma das suas abordagens favoritas é começar por nos perguntar pelas novidades que possam existir... mas quem toma todos os dias banhos no mar, com as poucas horas que dorme, e ainda com todas as actividades que desenvolve, julgo que mais saudável é impossível!

Quando ele se refere a mim como frenético... Bem, se eu sou frenético, comparado com ele serei uma estátua! O Professor Marcelo, em 24 horas, consegue realizar o trabalho de uma semana. É muito rápido no seu entendimento das situações, antecipa os acontecimentos, consegue "ver mosquitos na outra banda". Tem ainda uma capacidade de relacionamento fantástica, mantendo sempre uma disponibilidade grande para a brincadeira.



«Ainda ontem, em Paço de Arcos, encontrei o Cyteal, que a muito jovem farmacêutica procurava debalde... Estava na prateleira junto ao chão»

Marcelo Rebelo de Sousa

SAUDAMOS O FUTURO

Para as Farmácias Portuguesas, estar sempre próximo e disponível já não é suficiente. É tempo das portas se abrirem a uma nova saúde. Ao encontro das famílias, do bem-estar e do futuro da nossa atividade. Por isso criámos o Saúda. O novo cartão que saúda a inovação com a mesma energia com que sempre saudámos todos os portugueses.

www.farmaciasportuguesas.pt



saúda
o cartão que faz bem



Portugal é caso único



Um relatório do Grupo Farmacêutico da União Europeia (PGEU) concluiu que o regime português de isenções fiscais, para farmácias detidas por entidades sociais, não tem paralelo na Europa.

Portugal é o único dos 34 países analisados em que essas farmácias beneficiam de «um conjunto de isenções fiscais, mesmo estando em concorrência directa com as farmácias comunitárias». Do total de 201.434 farmácias do universo em causa, somente 1,2% (2.418) são farmácias de instituições sociais. De acordo com o PGEU, estas entidades só detêm farmácias em sete dos 34 países. No entanto, em cinco desses sete países, todas as farmácias

obedecem ao mesmo enquadramento regulamentar e fiscal, independentemente da entidade proprietária.

Só em Portugal e na França há um regime fiscal específico para as farmácias de entidades sociais. Mesmo assim, «com diferenças».

Em França, país onde o sector social da economia tem tradicionalmente muita relevância, só são concedidos benefícios fiscais às farmácias que, comprovadamente, não operam em concorrência directa com as farmácias comunitárias. Portugal é, assim, o único país europeu onde existe um modelo de isenções fiscais para algumas farmácias abertas ao público.



**Em mais
nenhum
país
europeu
há isenções
fiscais para
farmácias
abertas
ao público**

Países onde não há farmácias detidas por entidades sociais:

Alemanha, Áustria, Bósnia-Herzegovina, Bulgária, Chipre, Croácia, Dinamarca, Eslovénia, Espanha, Estónia, Finlândia, Grécia, Holanda, Hungria, Irlanda, Kosovo, Luxemburgo, Macedónia, Malta, Noruega, Reino Unido, República Checa, Roménia, Sérvia, Suécia, Turquia e Ucrânia

Países com farmácias detidas por entidades sociais, mas sem regimes fiscais discriminatórios:

Bélgica, Eslováquia, França, Itália, Polónia e Suíça



MONAF ABRE A PORTA A FAMILIARES E COLABORADORES DOS FARMACÊUTICOS



O Montepio Nacional da Farmácia (MONAF) alterou os seus estatutos, com o objectivo de alargar o universo de beneficiários a familiares em primeiro grau dos farmacêuticos, bem como a colaboradores efectivos das farmácias. Os novos beneficiários poderão subscrever planos de complemento de reforma, ou de rendimento, à medida da respectiva capacidade de poupança. Esta alteração aos estatutos, já aprovada pelas instâncias

Curso de Ciências Farmacêuticas deixa de ser condição para os filhos e cônjuges dos farmacêuticos

regulamentares, dá resposta aos anseios manifestados por muitos sócios, interessados em subscrever planos para os filhos, independentemente da vocação de cada um. «Queremos que os filhos dos farmacêuticos com outras carreiras profissionais beneficiem dos mesmos planos para garantir o futuro dos irmãos que seguiram a carreira dos pais», declara João Silveira, presidente do MONAF.

A alteração estatutária abre

ainda os planos do MONAF a todos os colaboradores efectivos da farmácia. «Os farmacêuticos, muito antes de se falar na crise da segurança social, provaram ser uma profissão responsável, criando uma associação mutualista de carácter profissional pioneira em Portugal», expõe João Silveira. «Este é o momento certo para provarmos que, para além de responsáveis, somos solidários», conclui o presidente do MONAF.

O MONAF CRESCER. QUEM FICA A GANHAR?

- ☺ FILHOS, CÔNJUGES, PAIS E IRMÃOS DOS ASSOCIADOS
- ☺ COLABORADORES EFECTIVOS DAS FARMÁCIAS
- ☺ PROPRIETÁRIOS OU SÓCIOS DE SOCIEDADES PROPRIETÁRIAS DE FARMÁCIAS

CONHEÇA A NOVA RECEITA ELETRÓNICA

Arranca a Nova Receita Eletrónica: o Novo Serviço de Prescrição e Dispensa de Medicamentos.

O ano de 2015 marca o arranque do novo serviço de prescrição e dispensa de medicamentos.

A nova Receita Eletrónica surge com a missão de substituir o formato da receita em papel como a conhecemos hoje.

O novo serviço tem por base a utilização do Cartão de Cidadão como veículo de toda a informação necessária, recorrendo assim a um documento já presente no dia-a-dia dos portugueses. O cartão do Cidadão será lido em leitores Smart Card, disponibilizados a farmacêuticos por equipas técnicas especializadas, as mesmas que farão a instalação nas farmácias de um software informático criado especificamente para o novo serviço.

A preparação das Farmácias para esta nova realidade, uma iniciativa da Glintt e das Farmácias Portuguesas, é patrocinada em exclusivo pela Mylan, farmacêutica norte-americana líder em medicamentos genéricos.

Uma parceria que faz todo o sentido no desenvolvimento deste serviço inovador, como explica o Director Geral da Mylan, João Madeira *"A Mylan é parceira de todas as farmácias de Portugal. Temos um compromisso em fornecer produtos de qualidade e também serviços de topo de gama a todas as farmácias e aos doentes. Ser o patrocinador exclusivo desta iniciativa faz parte da nossa forma de trabalhar e reflete o nosso empenho inabalável em prestar serviços de qualidade às farmácias. Este novo serviço de prescrição e dispensa de medicamentos, que a Mylan patrocina em exclusivo, está alinhado com a nossa missão de proporcionar acesso a tratamentos e serviços de alta qualidade."*

Falar deste novo formato de prescrição de receitas é falar também de evolução, não apenas no sentido de modernização do objeto em si, mas também nas vantagens e benefícios da mesma. Para além da nova Receita Eletrónica se assumir como um sistema mais seguro e completo no que diz respeito à qualificação e quantificação dos medicamentos comercializados, existem outras vantagens evidentes como a sustentabilidade. "Se pensarmos que em Portugal são aviadas perto de 300 mil receitas por dia, podemos imaginar o que isto representa

em termos de consumo de papel e tinta", afirma *"Paulo Duarte"* presidente da Associação Nacional de Farmácias. Acrescenta ainda que *"os valores da poupança estimada em farmácias, hospitais e consultórios são relevantes como reforço positivo para a sustentabilidade do País."*

Esta nova modalidade de Receita Eletrónica está a ser implementada nos vários distritos, num processo gradual que decorrerá ao longo de 6 meses e que começa pelos Distritos de Setúbal, Coimbra, Viana do Castelo e Beja prevendo assim que até agosto de 2015 será possível usufruir do novo serviço em qualquer ponto de Portugal Continental.



Prática



Inovadora



Sustentável

Uma iniciativa Patrocinada por



Glintt.com



Mylan

Mylan.pt



«Os utentes estão satisfeitos e isso é o mais importante»

Na Farmácia Maria Paula, em Quarteira, o Plano+Saúde tornou-se um grande acontecimento. A directora técnica, Maria Paula, e a farmacêutica Joana Castro explicam porquê.

FARMÁCIA PORTUGUESA:

- A que se deve o sucesso do Plano+Saúde na sua farmácia?

MARIA PAULA:

- A principal vantagem do Plano+Saúde face às outras ofertas que existem é o facto de não ter um limite de idade, o que o torna acessível à maior parte dos utentes da farmácia, maioritariamente idosos, não ficando excluídos à partida. Outra vantagem é não haver qualquer período de

carência, podendo-se assim começar a usufruir de imediato. Em terceiro lugar, não há limites associados a doenças crónicas. Estes são os principais argumentos que utilizamos e que sentimos que são eficazes, não tanto pelas palavras, mas pelo que significam na realidade.

FP - Como fazem a abordagem? É o utente que pergunta?

MP - Nós temos folhetos

espalhados em todos os balcões. Por norma, os utentes não perguntam, nós é que aproveitamos a utilização do cartão PFP para informar que existe um plano de saúde, associado àquele cartão com vantagens que talvez possa valer a pena considerar.

FP - Por que razão decidiram apostar na promoção do plano? Não seria mais fácil abordar uma temática mais comum?

JOANA CASTRO - Nós não excluimos a abordagem dos temas habituais, continuamos a perguntar e a querer saber mais sobre a pessoa e a manifestar-lhe a nossa estima, mas, precisamente por isso, apresentamos-lhe algo que nos parece ser bom para essa pessoa. Se não acreditássemos neste projecto, não o promoveríamos. Se acreditamos neste serviço, faz sentido dá-lo a conhecer aos nossos utentes, para quem queremos o melhor.

MP - Há muita gente que continua a não ter alternativas ao SNS. O Plano+Saúde pode significar um acesso privilegiado a cuidados de saúde que, de outra forma, são inacessíveis. No-meadamente, as consultas de especialidade. Muitos dos nossos utentes, apesar de terem patologias crónicas específicas, limitam-se às consultas de medicina geral e familiar, porque as consultas de especialidade estão, na prática, num patamar e em prazos absolutamente inalcançáveis. Há pessoas que já nos vão dando um retorno muito positivo da sua experiência a este nível.

FP - A farmácia faz alguma monitorização interna dos resultados alcançados?

MP - Sim, os resultados têm sido muito bons. Os utentes estão satisfeitos e isso é o mais importante. Ainda assim,

O QUE É?

O Plano+Saúde contempla consultas de Clínica Geral e de Especialidade, exames, tratamentos, cirurgias e internamentos em toda a rede médica. Oferece um check-up anual, pacotes especiais de Medicina Dentária e Oftalmológica, serviço de Médico e Enfermeiro em Casa, bem como a entrega de medicamentos ao domicílio. Além disso integra os serviços de saúde prestados na sua farmácia de confiança e agrega todas as vantagens actuais do cartão Farmácias Portuguesas.

julgamos que esta ideia começou há relativamente pouco tempo para que se possa tirar grandes conclusões. Estamos a começar, só desde Setembro é que sabemos quem na farmácia fez o quê e quanto. Temos intenção de, em breve, traçar objectivos comuns e individuais para a equipa, por forma a premiar e a promover o empenho.

FP - Que dificuldades sentem na divulgação do Plano+Saúde?

JC - A falta de tempo dos utentes. Outras vezes, tendo tempo, não têm disposição para escutar algo diferente, querem apenas fazer a compra dos seus medicamentos e ir para casa. O preço de 7,50€ é também ainda, para algumas pessoas, relativamente alto face aos seus rendimentos. Depois há também a nossa falta de tempo, uma vez que, quando a farmácia está com muita

gente à espera, tendemos naturalmente a otimizar o atendimento e a restringir-nos ao essencial, pois quem está à espera tem sempre uma atitude muito crítica face ao atendimento, por melhor que ele seja.

FP - Alguma estratégia para promover o plano, apesar de tudo isso?

JC - Na verdade, quem vende o plano não somos nós, aqui apenas fazemos a referência, a adesão é feita depois por telefone com a Saúde Prime. No início, tentámos conhecer bem o serviço, estudámos os folhetos, ligámos para a linha com algumas dúvidas e tentámos perceber aqui na zona os hospitais, clínicas e médicos que estão dentro deste plano, para que pudéssemos concretizar bem os exemplos. Tudo isto a fim de que depois as abordagens fossem o mais eficazes e seguras possível.



TESTEMUNHOS DE QUEM ADERIU

«É um plano excelente. Tenho aproveitado nas consultas no SAMS e em exames diversos.»

Maria Joana Veloso
Lisboa

«O Plano+Saúde tem-me sido muito útil. Uso sempre que tenho necessidade de consultas, nomeadamente dentista. Não sei quanto poupei, mas basta uma consulta para justificar a mensalidade.»

Ilda Sousa Carvalho
Caldas da Rainha

«Estou muito satisfeita com o plano. Com a colocação de dois aparelhos dentários e respectivas consultas de medicina dentária, julgo que terei poupado cerca de 800€.»

Carla Sofia Silvestre
Painho



«As consultas médicas passaram a ser muito mais baratas, até temos feito publicidade no nosso meio familiar e núcleo de amigos. É mesmo muito bom.»

Luísa Narciso
Charneca da Caparica

«Utilizo mais nas consultas de medicina dentária, tendo já conseguido um desconto muito significativo numa intervenção que tive de fazer. É algo que permite poupar muito dinheiro.»

Carla Vieira da Silva
São Marcos

«Tenho utilizado e poupado imenso nas consultas na CUF e em alguns exames. Recomendo.»

André Martins Borges
Odivelas

«O Plano+Saúde é algo muito bom, principalmente para ir às consultas médicas particulares. Antes pagava 60, 80 e até 90€, e agora pago 35€. Poupou muito. Tenho pena apenas de não ter aderido há mais tempo.»

Maria José Caldeira Figueiredo
Cacém

Trabalho suplementar

**Por Nuno Morgado,
PLMJ - Sociedade de Advogados**

A prestação de trabalho suplementar que seja validamente solicitada pelo empregador não pode ser recusada pelo trabalhador

Nos últimos anos, a legislação laboral tem vindo a ser alvo de diversas alterações no sentido de serem introduzidos esquemas de flexibilização e melhor eficiência na utilização dos períodos de trabalho dos trabalhadores, como são os casos do regime da adaptabilidade ou do banco de horas, os quais têm tido um impacto na relevância do recurso ao trabalho suplementar. Não obstante, este instituto mantém ainda uma grande importância na organização de trabalho de muitas Empresas, importando revisar alguns aspectos centrais deste regime.

Considera-se trabalho suplementar aquele que é prestado para além dos limites do período normal de trabalho. A prestação de trabalho suplementar apenas poderá ser exigida ao trabalhador numa das seguintes situações: (i) acréscimo eventual e transitório da actividade que não justifique a admissão de novo trabalhador; (ii) casos de força maior; ou (iii) quando indispensável para prevenir ou reparar prejuízo grave para a empresa ou para a sua viabilidade.

A prestação de trabalho suplementar que seja validamente solicitada pelo empregador não

pode ser recusada pelo trabalhador, ressalvando-se os casos em que este invoque motivos atendíveis, que serão apreciados pelo empregador, ou nos casos legalmente previstos (ex. trabalhadoras grávidas trabalhadores-estudantes, entre outros).

Todo o trabalho suplementar prestado na empresa deverá obrigatoriamente ser registado com referência às horas de início e termo, devendo o trabalhador validar tal registo imediatamente a seguir à respectiva prestação, sempre que o mesmo seja elaborado pelo empregador.

A prestação de trabalho suplementar confere aos trabalhadores o direito a acréscimos retributivos e a descanso compensatório, cujos valores e duração variam consoante: (i) o dia e a hora em que é prestado e (ii) a regulamentação aplicável (ver tabela anexa).

O Código do Trabalho estabelece que os limites de duração e o descanso compensatório de trabalho suplementar prestado para assegurar os turnos de serviço (permanente ou de disponibilidade) das farmácias constam de legislação específica, a qual até ao momento ainda não foi publicada.

Contrariamente ao que tem sido

REGIME APLICÁVEL	ACRÉSCIMOS RETRIBUTIVOS	DESCANSO COMPENSATÓRIO
CÓDIGO DO TRABALHO	(i) dias úteis – 25% primeira hora e 37,5% horas seguintes; (ii) dia de descanso semanal obrigatório ou complementar, ou dia feriado – 50%.	(i) quando impeça o gozo das 11 horas de descanso diário entre jornadas de trabalho; (ii) ocorra no dia de descanso semanal obrigatório.
CCT SNF	(i) dias úteis – 25% primeira hora e 37,5% horas seguintes; (ii) em dia de descanso semanal obrigatório ou complementar, ou dia feriado – 50%.	(i) ocorra em dia de descanso semanal obrigatório; (ii) ocorra em dia feriado; (iii) ocorra entre as 22h e as 9h00 do dia seguinte para assegurar o serviço permanente em noite de semana.
CCT SINPROFARM	Dias úteis: (i) 25% primeira hora; (ii) 75% horas seguintes; e (iii) 50% entre as 00h00 e as 09h00. Dia de descanso semanal complementar: (i) 100% até as 19h00; (ii) 125% das 19h00 às 20h00; e (iii) 175% das 20h00 às 24h00. Dia de descanso semanal obrigatório ou dia feriado: (i) 150% das 00h00 às 09h00; (ii) 100% das 09h00 às 19h00; (iii) 125% das 19h00 às 20h00; e (iv) 175% das 20h00 às 24h00. Dia seguinte a dia de descanso semanal obrigatório ou dia feriado: 50% das 00h00 às 09h00.	(i) ocorra em dia de descanso semanal obrigatório; e (ii) ocorra entre as 00h00 e as 08h00 para assegurar o turno de serviço permanente da farmácia (descansará todo o 1.º ou 2.º período normal de trabalho desse dia).
CCT SIFAP	Dias úteis: (i) 25% das 19h00 às 20h00; (ii) 75% das 20h00 às 24h00; e (iii) 50% das 00h00 às 09h00. Sábados: (i) 100% das 13h00 às 19h00; (ii) 125% das 19h00 às 20h00; e (iii) 175% das 20h00 às 24h00. Domingos e feriados: (i) 150% das 00h00 às 09h00; (ii) 100% das 09h00 às 19h00; (iii) 125% das 19h00 às 20h00; e (iv) 175% das 20h00 às 24h00. Segundas-feiras ou dias seguintes a dias feriado – 50% das 24h00 às 09h00.	(i) ocorra em dia feriado; (ii) ocorra ao Domingo.

veiculado na imprensa, as taxas de remuneração do trabalho suplementar previstas no Código do Trabalho não sofreram qualquer alteração em 1 de Janeiro de 2015, mantendo-se as mesmas nos valores referidos na tabela anexa, em conformidade com as alterações introduzidas pela Lei n.º 23/2012, de 25 de Junho. O que sucede é que as taxas de remuneração do trabalho suplementar previstas nas

Convenções Colectivas de Trabalho, cujos valores sejam superiores aos previstos no Código do Trabalho, voltaram a ser plenamente aplicáveis a partir do dia 1 de Janeiro de 2015, uma vez que terminou a 31 de Dezembro de 2014 o período de suspensão temporária dessas disposições convencionais determinado pela Lei n.º 23/2012, de 25 de Junho e pela Lei n.º 48-A/2014, de 31 de Julho.

As taxas de remuneração do trabalho suplementar previstas no Código do Trabalho não sofreram qualquer alteração

smart Absorvit®

Os tónicos cerebrais
da sua família



Ilumine O SEU CÉREBRO

crianças, jovens, adultos e 50+



www.absorvit.com

A Vitamina B5 contribui para um desempenho mental normal.

Siga-nos no
facebook

Cheiro
AGRADÁVEL

Fácil de
DESEMBARAÇAR

Não irrita
OS OLHOS E MUCOSAS

ADVANCIS® P-ZERO®

LOÇÃO+PENTE
anti-piolhos e anti-lêndeas

remove eficazmente

**PIOLHOS
E LÊNDEAS**

Sem
INSETICIDA

**ACALMA O
COURO
CABELUDO**

**NÃO CAUSA
RESISTÊNCIAS**



2
Passa-
tempos
no interior da
embalagem

Dispositivo médico - À venda em Farmácias.

Uso Externo. Evitar o contacto com olhos.

Leia cuidadosamente a rotulagem e as instruções de utilização.

www.absorvit.com

VIANA DO CASTELO

A cidade-postal de Portugal está viva. Conserva cada festa, tradição e monumento, como se fossem tesouros. Mas também se mete em coisas novas a um ritmo surpreendente.





Paulo Arriscado, 54 anos, é um histórico delegado de círculo da ANF em Viana do Castelo. Nasceu em Deocriste, aldeia da outra margem do rio. Herdou a profissão da mãe, Ana Rodrigues Pereira, directora técnica e personalidade forte da Farmácia S. Domingos, no coração da cidade. O pai, José Arriscado, que nasceu abastado e com gosto pela vida, arrancou-a às fragas transmontanas por amor e casamento.

O nosso guia licenciou-se em Ciências Farmacêuticas no Porto. Ainda não havia auto-estrada, a viagem podia demorar duas horas, ou até mais, mesmo assim todos os fins-de-semana vinha a casa. Paulo Arriscado é um homem com mundo, mas também tem terra. «Nunca me deu para sair daqui. Viana é o meu refúgio», declara, com a serenidade e a força de um facto natural.

Ainda foi assistente estagiário no Departamento de Química da Universidade do Minho, mas Braga já não era a mesma coisa. O seu destino teria de ser Viana, terra por quem assume uma «paixão» e que todos os dias ainda o conquista pela «qualidade de vida».

Divide a gestão da Farmácia de S. Domingos com o irmão, que seguiu antes História e chegou a ser jornalista da Rádio Renascença. O irmão tem hoje outra farmácia, em Santa Marta, freguesia às portas da cidade. A farmácia de Paulo, grande e moderna, é a da Abelheira, na zona “nova” da cidade.

Paulo Arriscado fez parte da Mesa da Assembleia Geral da Ordem dos Farmacêuticos, no mandato de Proença da Cunha e da Bastonária Irene Silveira. Há muito interessado numa estratégia para a distribuição, já foi director da Cofanor e agora preside à Mesa da Assembleia Geral da Cooprofar.

Vive em Viana, com a mulher, Marília. O casal tem quatro filhos, entre os 5 e os 17 anos: Paulo, Alzira, Emanuel e Noémia.

Havemos de ir a Viana



Foi entre um homem do Porto e uma mulher de Lisboa o casamento criativo que imortalizou Viana no imaginário popular. «Se o meu sangue não me engana / como engana a fantasia / havemos de ir a Viana / ó meu amor de algum dia». Amália cantou estes versos de Pedro Homem de Mello para a eternidade.

A cidade tornou-se destino predilecto de luas-de-mel naquele tempo em que os jovens recém-casados não tinham como meter-se em aviões nas núpcias. Já em pleno regime democrático, o etnógrafo Amadeu Costa, outro ser iluminado que foi dos melhores cidadãos e etnógrafos vianenses, inventou a exacta frase, mas mesmo exacta, que faltava à glorificação romântica

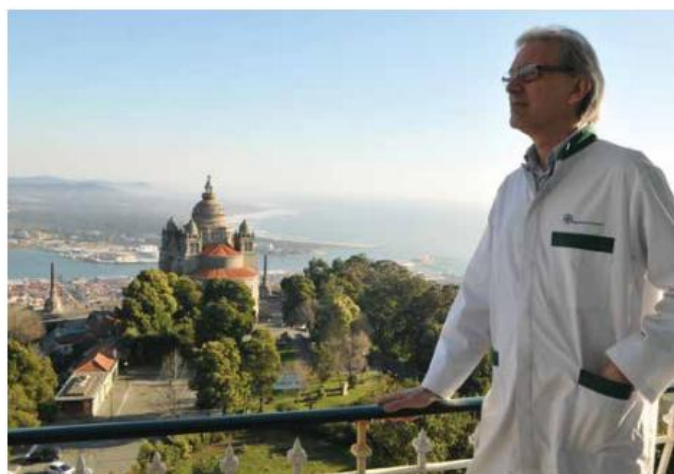
da cidade: «Viana é Amor». As raparigas de Viana dão o corpo ao mito, com fama e proveito. «Têm belezas perigosas, olhos verdes-impossíveis, daqueles em que os versos, desde o dia em que nascem, se põem a escrever-se sozinhos», descreveu Miguel Esteves Cardoso (MEC) em 1990, na revista "Kapa". O exibicionismo, quase insolente, a elas fica-lhes bem. E atrai multidões. Poderá comprová-lo na Mordomia da Romaria D'Agonia, um desfile reservado a mulheres em trajes tradicionais. A maioria traz ao peito ouro que dava para várias montras de ourivesarias. Não admira que MEC, um "queque" de Lisboa cheio de olhos para o Minho, diga que em «em Viana do Castelo está tudo

**Quando faz sol,
a cidade brilha
em luz tão
intensa que
se confunde
com o céu
e o rio**

**Mas isso é só
o lado visível.
A alma
colectiva
cintila
ainda mais**

à vista». Pois está – e fala-se disso, porque em Viana também se fala de tudo.

Quando faz sol, a cidade brilha em luz tão intensa que se confunde com o céu e o rio. Mas isso é só o lado visível. A alma colectiva ainda cintila mais. Os vianenses exibem um orgulho inflamado na "sua" terra. «Sou do Minho, sou do Minho / de Viana natural / Quem não conhece Viana, não conhece Portugal / Não conhece Portugal, ó lai ó la ri lá lé la», cantam convictamente nas festas e romarias. Em 1929, o limiano José António Maria Francisco Xavier de Sá Pereira Coutinho, assinando como Conde d' Aurora, publicou um «Roteiro da Ribeira Lima» que é uma declaração de amor



a cada paisagem, cada rua, cada casa - quase a cada pedrinha. Este sentimento genuíno chega a ser incompreensível, a fazer inveja ou mesmo a enfurecer outros portugueses. «A minha solidariedade de transmontano queria a todo o custo desfazer a realidade dum vizinho pequenino, dançarino, limitado física e psicologicamente pelos muros do seu quintal», descreveu, azedo, Miguel Torga.

A devoção dos minhotos por cada palmo de terra é um assunto sério. Viana do Castelo não tem nenhum castelo. José Hermano Saraiva (JHS) dizia que «estamos perante um verdadeiro deslize, provocado por uma imaginária façanha». O castelo foi “inventado” em 1848,

num documento demasiado importante para passar despercebido: a carta de foral de D. Maria II, que elevou Viana a cidade. A rainha quis mostrar-se reconhecida pela fidelidade da guarnição militar de Viana, por ocasião da revolta frustrada da Patuleia. JHS conta que «o oficial que comandava o forte saiu pela calada da noite, mas levou consigo uma chave da porta por onde os Patuleias entravam». Ora, os reais soldados foram cercados no Forte de Santiago da Barra, não num qualquer castelo. Quando muito, na construção do forte terão sido aproveitados restos da muralha medieval, que remonta a D. Afonso III, ou pelo menos a D. Fernando.

O historiador defende que o

«castelo» apareceu no nome da cidade por força das «leiturinhas de infância» de D. Maria II. Um episódio teria ficado gravado para sempre no espírito da rainha: Martim de Freitas a depositar as chaves do castelo de Coimbra na tumba de D. Sancho II. O encantamento régio com este gesto foi parar ao foral de elevação a cidade: «Viana do Castelo». Daí para cá, sempre que se discutiu a hipótese de retornar ao nome simples de Viana, os vianenses levantaram-se em coro, gritando que lhes queriam «roubar o castelo» (sic). Que importa aos vianenses se o castelo existe na realidade? Ele faz parte do património colectivo - e nessa pedra ninguém toca.

Não foi só “Havemos de ir a Viana”. Pedro Homem de Mello escreveu vários fados para Amália Rodrigues. “Povo que Lavas no Rio” terá sido o mais marcante. O poeta viveu em Afife, freguesia rural à saída de Viana, onde as mulheres lavavam roupa na Ribeira de Cabanas.



DA RIBEIRA À TERRA NOVA



Nos últimos 20 anos, Viana do Castelo tem beneficiado continuamente de obras de reaproximação ao rio e ao mar. Muros e grades desapareceram da doca. Os barcos de pesca como que "estacionam" no passeio público. Metendo a conversa certa, pode embarcar e tirar uma fotografia. As gaivotas, essas, fazem-se sempre de convidadas. Ao lado das traineiras está ancorado o navio Gil Eannes, construído nos anos cinquenta nos Estaleiros Navais de Viana do Castelo. Reformou-se da sua actividade de hospital, de assistência à frota bacalhoeira portuguesa na Terra Nova e na Gronelândia. Já foi uma pousada da juventude, agora é um museu. Oferece aos visitantes um retrato da dureza ímpar da faina do bacalhau, que consumiu muitos jovens da terra. São conhecidas as histórias de marinheiros que subiam ao Gil Eannes já "muito para lá" da exaustão. O navio parece hoje guardado pela estátua de João Álvares Fagundes, navegador e armador vianense que "descobriu" a Terra Nova, por volta de 1520.

Nos últimos anos, a cidade invadiu a Ribeira. No bairro dos pescadores abriram restaurantes e outros ganharam vida nova. É o caso do Primavera, mais

conhecido como a "Tasca do Tone Bento". Já não são só os homens do mar, mas vianenses de todos os ofícios a reunirem-se ali. Petiscam uma salada de polvo da costa, ovas, mariscos e peixe fresco. Paulo Arriscado, que nem é um frequentador habitual, mal entra dá de caras com uma mesa de velhos conhecidos.

Passear no bairro dos pescadores é um exercício indispensável a quem quer conhecer o espírito da cidade

Convidam-no a sentar-se, põem-lhe à frente uma malga de vinho verde e as perguntas da praxe: «Então e a família, pá?». O campeonato nacional e a crise são objecto de análises profundas: «É verdade que já chegou às farmácias, Paulo?».

Na Ribeira há bons restaurantes para comer peixe fresco, como o Pescador, a Tasca da Linda ou a Taberna do Valentim. É neste que jantamos uma lampreia, saída no próprio dia da foz do Rio Lima. Pequenas embarcações pescam-na à frente de toda a gente, mesmo ao lado da Ponte Eiffel, despertando a gula dos apreciadores.

Antes de se tornar uma pequena cidade portuária, Viana foi uma aldeia ribeirinha piscatória. Passear no bairro dos pescadores é um exercício indispensável a quem quer conhecer o espírito da cidade. A Ribeira ainda hoje é sinónimo de trabalho e fé, aqui encarados como traves mestradas da vida. Não regresse sem visitar as igrejas da Senhora da Agonia, "padroeira" dos pescadores, e de S. Domingos, onde encontrará o túmulo de Frei Bartolomeu dos Mártires. Mais de quatro séculos depois do seu desaparecimento, ainda tem altar permanente no coração do povo da Ribeira.



Igreja de Nossa Senhora d' Agonia



A tasca do Tone Bento: Petiscos frescos do dia, conversas animadas, bom vinho verde.



Taberna do Valentim. A lampreia e os outros peixes saem da cozinha mais vivos, pelo menos para o paladar.



ALELUIA! ALELUIA! A PÁSCOA É UMA FESTA

A Páscoa é a primeira grande festa anual do Alto Minho. Os sinos das igrejas e as sinetas abrem caminho às cruzeiras e anunciam a Ressurreição de Cristo à comunidade católica. Aquele tilintar alegre mistura-se com foguetes, bandas de música e grupos de bombos, inaugurando uma nova temporada de mil e uma festas e romarias, que há-de durar até Setembro, às Feiras Novas de Ponte de Lima.

A saída da cruz, ou compasso, ainda é um grande acontecimento, sobretudo nas freguesias rurais. Nos dias da Páscoa, cada casa de família abre as portas a Cristo e à aldeia inteira. Nas mesas, toalhas de linho enchem-se de amêndoas, grande variedade de doces e enchidos. O cabrito come-se ao almoço e fica disponível como petisco. Prova-se muito vinho: verde, branco e tinto, da última colheita, mas também vinho fino e Vinho do Porto. Os padres e acólitos não têm vida fácil. Cada cristão que lhes abre a porta faz questão que comam e bebam em sua casa, ao menos a honra de uma prova.

A Páscoa significa festa rija

em todo o concelho de Viana do Castelo. Mas há duas tradições especialmente curiosas. Os compassos pascais de Vila de Punhe, Barroelas e Mujães encontram-se no Largo das Neves, comum às três freguesias. Os respectivos párocos sentam-se, cada um no seu banco, na "Mesa dos Abades". Com séculos de existência, a mesa simboliza a pacificação das disputas territoriais quanto aos limites das freguesias. Os padres confraternizam e, claro, comem e bebem.

Em Fontão, freguesia rural a meio caminho entre Viana e Ponte de Lima, a tradição comunitária da Páscoa é levada ao extremo. O mordomo, que carrega a cruz, oferece o almoço a toda a freguesia. Trezentas pessoas reúnem-se à mesa e repartem cabrito, cozido à portuguesa, arroz doce e leite-creme. O mordomo tem um ano para preparar a festa. Pode receber ajudas, mas a responsabilidade de organizar e custear o monumental repasto é só dele. No fim, tem um pequeno prazer: escolhe quem lhe sucederá no ano seguinte.

SONHOS DE CHOCOLATE

Qual chocolate no bibe de uma criança, o edifício está bem escondido no casario. Mas fica mesmo à saída da centenária Ponte Eiffel, onde era a fábrica de chocolates Avianense. A unidade fabril mudou-se para a cidade vizinha de Barcelos, mas Viana ganhou um empreendi-



mento dedicado ao chocolate que satisfaz três vezes: como hotel modernão, restaurante e museu, este verdadeiramente entusiasmante e surpreendente. Fundada em 1914, o ano da Grande Guerra, a «Avianense» conquistou gerações com os bombons Imperador e as tabletes 10-R, que os pais partiam aos quadradinhos para as crianças comerem no meio do pão. O chocolate faz, desde então, parte das rações de combate do exército português: uma tablete por dia basta para garantir a vitalidade de um soldado. Como se percebe na visita ao Museu, o chocolate é um grande fenómeno económico, mas também político, na História da Humanidade. O cacau

chegou à Europa na época dos Descobrimentos, mas até à Revolução Industrial ficou reservado às classes poderosas, ou mesmo às cortes reais.

O museu é uma lição de história e um festival de novas tecnologias. Uma sala transporta o visitante para as roças de São Tomé e Príncipe. O guia, Henrique Costa, convida Paulo Arriscado a experimentar o aroma do fruto do cacauero, «alimento divino» na classificação do botânico Lineu. Um filme a três dimensões faz o visitante embarcar na caravela



de Cortez, conquistador do México. O nosso guia farmacêutico é obrigado a desviar-se das setas dos índios Aztecas e a embrenhar-se na floresta com o exército espanhol. Como recompensa, o imperador Montezuma recebe-o enquanto toma a sua bebida de chocolate quente em copos de ouro. A viagem alucinante prossegue por mercados exóticos onde o cacau era usado como moeda.

A visita termina numa sala que faz a recreação da linha de montagem da fábrica Avianense. O nosso farmacêutico é convidado a aplicar o rigor e a arte dos manipulados ao fabrico da sua própria tablete de chocolate: mistura, conchagem, refinação, temperagem, moldagem, embalagem. Passo a passo, faz tudo como faziam as operárias da «Avianense». No final, uma máquina desenha uma caricatura de Paulo Arriscado para figurar na embalagem. Cada visitante pode inventar uma marca comercial e personalizar a sua tablete. Se a experiência é instrutiva e divertida para adultos, podemos imaginar como será para as crianças.



FÁBRICA DO CHOCOLATE
Rua do Gontim, 70 – 76
T. 258 244 000
www.fabricadochocolate.com



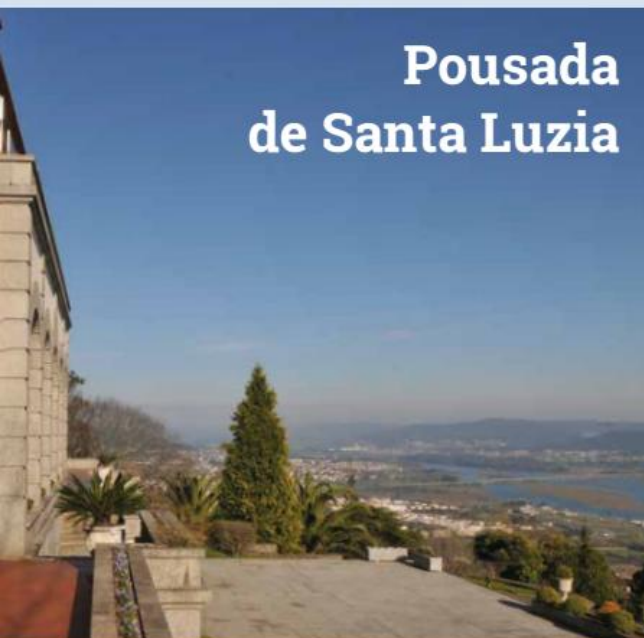
HOTEL FLÔR DE SAL
T. 258 800 100
www.hotelflordesal.com

**Hotel
Flôr de Sal**



O turista pode aproveitar para se instalar no Hotel do Chocolate. É confortável e central (localiza-se no casco antigo, a quinze minutos a pé do centro da cidade). A decoração dos quartos é a expressão de conceitos relacionados com o chocolate. Pode dormir sob um candeeiro de sombrinhas Regina, paredes meias com uma vaca de tamanho real, com champanhe e a fonte de morangos e chocolate na suite Romance, ou no cenário mágico dos filmes sobre a fábrica Willy Wonka.

Pousada de Santa Luzia



POUSADA DE SANTA LUZIA
T. 808 252 252
www.pousadas.pt

O Hotel Flôr de Sal foi construído na Praia Norte, tradicionalmente recomendada para fins medicinais, graças às grandes concentrações de iodo. Os quartos, com generosas varandas, a poucos metros do Oceano Atlântico, oferecem ao hóspede a sensação de estar num navio cruzeiro, mas com muito mais espaço. O Flôr de Sal dispõe de *Health Club* e SPA, com água salgada à confortável temperatura de 30 graus.



A Pousada de Santa Luzia fica no alto do monte que lhe dá nome, nas traseiras da basílica que replica o Sacré Cœur de Paris. É onde pernoitam chefes de Estado, membros de casas reais e outros visitantes ilustres. Edificada como hotel em 1918, oferece aos hóspedes uma vista soberba sobre a cidade, o rio e as praias da costa atlântica. Mesmo ao lado fica a citânia, que se julga ter sido habitada entre a Idade do Ferro e a Romanização. A vista panorâmica tinha grande valor estratégico para os povos antigos.

Casa Manuel Espregueira e Oliveira



Na Casa Manuel Espregueira e Oliveira, no coração da cidade, vai sentir-se no interior de um romance clássico. A casa, recentemente recuperada, é uma obra de arte. Arquitectura nobre do século XIX, como já quase não se encontra. Só os tectos, trabalhados em gesso, justificam a visita, a paixão dos sentidos e o mais profundo espanto. É a opção certa para espíritos requintados. Com apenas seis quartos, oferece a experiência de uma estadia verdadeiramente familiar. O hóspede serve-se à vontade de um cálice de Vinho do Porto enquanto explora a biblioteca e até pode preparar uma refeição na cozinha.

CASA MANUEL ESPREGUEIRA E OLIVEIRA
T. 258 407 336
www.casamanuelespregueiraoliveira.com

Cozinha de autor na dose certa, como na farmácia

Os farmacêuticos apaixonam-se tanto pela profissão que é frequente fazerem família entre eles. Mariana Parra, filha de um ilustre farmacêutico hospitalar de Viana do Castelo, casou-se com um farmacêutico de oficina. Só ela não se meteu a seguir Ciências Farmacêuticas. Foi antes atrás do sonho de ser *chef* de cozinha, na Escola de Hotelaria e Turismo. «Do que eu mais gosto é mesmo de estar na cozinha», justifica-se, de sorriso delicado e desconcertante simplicidade, considerando o sofisticado sabor do jantar.

A cozinha do restaurante Porta 93 não só é aberta como convida os clientes a aproximarem-se. Um confortável balcão permite aos comensais acompanhar a confecção dos pratos e o privilégio de conversar com a *chef* Mariana sobre ingredientes, receitas, segredos. Antes de subirmos à sala de refeições, Paulo Arriscado aproximou-se do fogão e arriscou aplicar um último ingrediente a uma entrada de tortulhos e carpaccio. Mas primeiro perguntou a Mariana pela

dose certa, seguramente por deformação profissional.

O Porta 93 é discreto, uma espécie de saboroso segredo. Mas operou uma revolução em grande escala na oferta gastronómica de Viana, que anda de boca em boca entre os clientes. Acrescentou receitas, sabores e até alimentos novos aos cardápios locais. Mariana Parra, como uma arqueóloga, recuperou pratos

tradicionais já esquecidos. Por exemplo, o Carro à Moda de Viana (uma santola recheada que vai ao forno) e o Bacalhau com Milhas. Este último prato emocionou um cliente de 90 anos, fazendo-o recordar-se de sua mãe. As "milhas" são sêmola de milho. As mulheres de Viana recorreram a ela nos tempos em que houve falta de batata.

Mariana Parra está permanentemente a introduzir pratos novos. Faz jantares temáticos, inspirados em culturas gastronómicas do mundo inteiro. Em Viana, beneficia do acesso fácil a produtos de grande qualidade, como o marisco e peixe fresco, ou o saboroso polvo da costa, que provámos com um arroz cremoso surpreendente. As doses são ajustadas à vontade de cada cliente, estratégia indispensável num mercado com a cultura gastronómica minhota. O Porta 93 poderia existir no Chiado, ou em Paris, cidade em que estaria cheio todos os dias. Tem tido sucesso em Viana, de tal sorte que no Verão se vai mudar para o centro da cidade.

**O Porta 93
poderia existir
no Chiado,
ou em Paris,
cidade em que
estaria cheio
todos os dias**



RESTAURANTE PORTA 93

Jardim D. Fernando

T. 910 776 694

www.facebook.com/portanoventaetres



ROMARIA D'ALEGRIA

e sairá a abençoar o mar e o Rio Lima. No cais, dezenas de barcos engalanados enchem-se de vianenses e forasteiros. Durante a manhã, aprecie os tapetes floridos das ruas da ribeira, que à tarde serão calcorreados pela procissão. Se quer mesmo conhecer o espírito da cidade, na véspera, à noite, vá ver o espantoso trabalho dos moradores da ribeira na preparação das ruas. Não perca o desfile da mordomia, na sexta de manhã, nem o cortejo etnográfico, no sábado à tarde. São os momentos altos de celebração do ouro e da mulher vianense. Se quer aprofundar conhecimentos sobre a etnografia, compre bilhete para a Festa do Traje, ou pelo menos acompanhe os festivais folclóricos nocturnos. Deve ainda visitar o Museu do Traje, que tem também uma secção dedicada à ourivesaria, com uma pequena parte do espólio doado à cidade pelo ourives Manuel Freitas.

Na Praça da República, ao meio-dia, de quinta a domingo, acontecem os momentos mais vibrantes. Centenas de bombos, gaiteiros, gigantones e cabeçudos reúnem-se em concerto e espectáculo. Se o som ruidoso de um bombo não lhe mete medo, veja como ainda há Zés Pereiras capazes de rufar até à loucura. Finalmente, caso não haja neveiro, nunca mais esquecerá a "serenata" de domingo à noite. Da Ponte Eiffel cai a "cachoeira", um fogo-de-artifício cor de prata que ilumina as águas. A romaria despede-se em pleno Rio Lima.



Se gosta do ouro e dos trajes tradicionais vianenses - e não é avesso a multidões - então, pelo menos uma vez na vida, deve ir à Romaria d'Agonia, em Viana do Castelo. Paulo Arriscado, o farmacêutico que convida, adverte os interessados para a necessidade de reservarem a estadia o quanto antes.

Este ano, começa no dia 20, feriado municipal, e prolonga-se até domingo, 23. No primeiro dia, a Senhora D'Agonia entrará em ombros num barco de pesca



ARQUITECTURA DO SÉCULO XXI

Se a leitora ou o leitor ainda não foram a Viana neste século, ficarão seguramente surpreendidos. Ao fundo da Avenida dos Combatentes da Grande Guerra, a que os vianenses continuam a chamar "a avenida", encontrará agora a Praça da Liberdade. Um monumento ao 25 de Abril, com 16 metros de altura, reclamará a sua atenção. Suspensa numa estrutura ferruginosa, o escultor José Rodrigues exhibe uma grande corrente quebrada.

A Praça da Liberdade, projectada pelo arquitecto Fernando Távora, é uma boa opção para uma bebida à beira-rio, nos diversos restaurantes e bares com paredes de vidro e generosas esplanadas. O amplo tapete de granito abraça o sol e convida-o a aventurar-se num labirinto de jactos de água, que irrompem do chão até à altura dos edifícios.

Ainda na linha de rio, na continuidade da praça, nasceram outros dois grandes projectos de arquitectos famosos, em cumplicidade com Fernando Távora. A biblioteca pública, de Siza Vieira, e o "Coliseu" (pavilhão multiusos), de Souto de Moura.

O amplo tapete de granito abraça o sol e convida-o a aventurar-se num labirinto de jactos de água



Na entrada sul da cidade, outro edifício contemporâneo impõe-se na paisagem. Trata-se do Axis, confortável hotel de quatro estrelas, onde pode acordar com vista para o rio. O arquitecto Jorge Albuquerque parece ter projectado um lego futurista. A arrojada descontinuidade dos diferentes pisos sugere que aquele volume gigante tem vida própria.

HOTEL AXIS
T. 258 802 000
www.axishoteis.com



O RIO QUE NÃO ESQUECE

No último dia, Paulo Arriscado não quis despedir-se da Farmácia Portuguesa sem uma subida ao Monte de Santa Luzia. Fomos no divertido funicular, elevador de cabos com maior extensão em Portugal. A viagem dura menos de dez minutos, vencendo um declive de 160 metros. Enquanto um carro sobe, desce o outro. Crianças e adultos cumprimentam-se a meio.

Não, não tomámos a basílica como destino. Jaime Cortesão escreveu que o templo, projectado pelo arquitecto Ventura Terra, é de «péssimo gosto» e «põe mancha de feiura na paisagem». Fica consignado que a opção do nosso guia não se deveu a qualquer acordo, tácito ou explícito, com este juízo artístico do historiador. Simplesmente, a basílica já não seria novidade para os leitores.

O nosso interesse foi antes uma tapeçaria, de grandes dimensões, que preenche quase por completo a parede da sala de estar panorâmica da pousada.

Trata-se da Lenda do Rio Lethes, peça de manufatura das fabulosas Tapeçarias de Portalegre. O mural é uma criação de Almada Negreiros, executada em 1957, com o famoso ponto de nó inventado por Manuel do Carmo Peixeiro. A obra recria um episódio que não se pode hoje seriamente saber se é lenda, ou terá fundamento histórico. Está descrito na própria tapeçaria, como uma legenda:

«Comandadas por Décios Junos Brutos, as hostes romanas atingiram a margem esquerda do Lima no ano 135 a.C. A beleza do lugar as fez julgarem-se perante o lendário Rio Lethes, que apagava todas as lembranças da memória de quem o atravessasse. Os soldados negaram-se a atravessá-lo. Então, empunhando o estandarte das águas de Roma, o comandante chamou da outra margem a cada soldado pelo seu nome. Assim lhes provou não ser esse o rio do esquecimento».

Gonçalo Meneses, Conde de

De como o comandante romano se aventurou a atravessar o medo

Para da outra margem chamar pelo nome os seus soldados

Bertiandos, no seu livro "Lendas" (1898), dá conta de outro episódio militar no Rio Lima, mais antigo e violento. Uma batalha entre Túrdulos, tribo indígena com raízes nos vales dos rios Guadiana e Guadalquivir, e Célticos. «Lutaram e foi o sangue do próprio comandante que se juntou ao de muitos outros, a macular a brancura das águas. Desorientados ficaram os soldados e, sem comando, se dispersaram pelas margens, em luta pela sobrevivência».

Na época romana, o poeta Lucano, impressionado com a imperturbável mansidão das águas, chamou ao Rio Lima o «Deus do Taciturno». Mas, viria a ser Tito Lívio a cunhá-lo mesmo de «Rio do Esquecimento». Gonçalo Meneses refere estas duas fontes para explicar por que «surgiu, então, a sua identificação como o Lethes da mitologia, que tinha o condão de provocar em todos os que o transpusessem o olvido do passado e da própria pátria».

As despesas de saúde e sua comprovação em IRS

Por J. A. Campos Cruz,
Consultor ANF



Ilustração de Carlos Ribeiro

1. AS DESPESAS DE SAÚDE EM IRS

Contrariamente aos que se chegou a admitir no ano passado, quando se acompanhavam os trabalhos da comissão de reforma do IRS, a dedução relativa às despesas de saúde acabou por se manter autonomizada e consagrada como "dedução à colecta", deixando-se cair a ideia inicial que ia no sentido da sua inclusão no cômputo geral das designadas "despesas gerais familiares".

Com o limite de 1.000€, os contribuintes podem, assim, deduzir, com a apresentação da declaração relativa aos rendimentos de 2015, 15% das despesas que efectuarem na aquisição de bens e serviços que

possam merecer a qualificação de "despesas de saúde", sendo, para este efeito, elegíveis as que estejam isentas de IVA e/ou sujeitas à taxa reduzida.

2. O NOVO MECANISMO DE COMPROVAÇÃO DAS DESPESAS DE SAÚDE

Até 2014, a comprovação das despesas de saúde era meramente documental. O montante das despesas de saúde que os contribuintes podiam inscrever no anexo H da sua declaração de rendimentos ia até ao limite do que podiam comprovar através das facturas e facturas-recibo que, ao longo do ano, iam guardando no seu arquivo pessoal. Esta relação documental foi agora abandonada, trazendo-se

para o novo mecanismo de comprovação um processo assente, basicamente, no cruzamento de informação (informação das facturas enviadas por terceiros) e enquadrado na lógica de pré-preenchimento das declarações (disponibilização automática dos rendimentos a englobar e das despesas a deduzir, logo no momento em que a declaração é aberta, para preenchimento, no Portal das Finanças).

Tem sido este o caminho seguido, nos últimos anos, pela AT que, ao colocar o contribuinte, no momento em que preenche a sua declaração de rendimentos, num ambiente de pré-preenchimento cada vez mais preciso e abrangente, afirma a sua

eficácia e desencoraja a prática eventual de omissões e inexactidões.

Para que este modelo de controlo e comprovação funcione sem perturbações, é necessário:

a) Que o número de identificação fiscal (NIF) do adquirente conste das facturas e coincida com um dos indicados na declaração de rendimentos

Perceber-se-á que sem o NIF do adquirente nas facturas, não será possível imputar, automaticamente, a cada contribuinte / adquirente ou aos membros do agregado familiar o valor das suas despesas de saúde, como não será possível, também, determinar o valor do respectivo benefício.

Por outro lado, o NIF indicado na

factura terá de ser coincidente com um dos NIF referidos na declaração de rendimentos como pertencente a uma das pessoas que integram o respectivo agregado familiar.

b) Que os transmitentes e prestadores cumpram a obrigação de comunicação da informação das facturas.

Sem esta comunicação assegurada, o valor das facturas emitidas pelas farmácias ou por outras entidades que realizam transmissões de bens e prestações de serviços relacionados com a saúde, não chegam ao conhecimento da AT, ficando comprometido o processo de imputação automática dos respectivos valores.

As despesas de saúde imputadas automaticamente pela AT aos respectivos contribuintes / adquirentes, são as que constam de facturas comunicadas por empresas que tenham as actividades seguintes:

- Secção Q, classe 86 – Actividades de saúde humana;
- Secção G, classe 47730 – Comércio a retalho de produtos farmacêuticos, em estabelecimentos especializados (as farmácias);
- Secção G, classe 47740

– Comércio a retalho de produtos médicos e ortopédicos, em estabelecimentos especializados.

A actividade principal das farmácias corresponde ao segundo destes códigos (47730).

3. INDICAÇÃO DO CÓDIGO DE ACTIVIDADE ECONÓMICA (CAE) NO CABEÇALHO DO FICHEIRO SAFT ENVIADO PELAS FARMÁCIAS

O referido em b) do ponto anterior, explica e justifica a importância que é atribuída à indicação do CAE no cabeçalho do ficheiro SAFT e à sua coincidência com o que consta do registo fiscal (declaração de início de actividade e / ou de alterações). Passa, também, por aqui a defesa do modelo de controlo e pré-preenchimento que foi adoptado e que, agora, se estende também à dedução das despesas de saúde.

A não indicação do CAE no cabeçalho do ficheiro SAFAT (véículo utilizado pelas farmácias na comunicação das suas facturas), atirará para cima dos contribuintes a responsabilidade de confirmar e qualificar, no Portal das Finanças (e-factura), todas as facturas relativas às suas despesas de saúde.

(1) Sem prejuízo do limite geral das deduções, previsto nos números 7 a 11, do artigo 78º, CIRS.

(2) Declaração a apresentar em 2016.

(3) Para as poderem exibir quando, para isso, fossem notificados.

(4) Embora a factura sem o NIF do adquirente, emitida a um particular, continue a ter validade fiscal (o artigo 36º do CIVA não teve qualquer alteração), a inexistência do NIF compromete este mecanismo automático de imputação.

(5) Obrigação prevista no Decreto-Lei nº 197/2012, de 24 Agosto. As farmácias cumprem essa obrigação através do envio do ficheiro SAFT.

(6) Tabela de Classificação Portuguesa das Actividades Económicas (REV. 3), aprovada pelo Decreto-Lei nº 381/2007, de 14 de Novembro.

(7) Dentro da estrutura legalmente definida, este campo não se considera obrigatório.



O FIEL DA BALANÇA

ANTÓNIO FORTUNATO DOS SANTOS COSTA
(1932-2015)



Texto de Nuno Esteves

Bem-humorado e pacificador por natureza, Santos Costa «metia-nos no coração», recorda Maria do Céu Mendonça, ex-colega da ANF. Preocupado com o bem-estar dos colaboradores e suas famílias, denotava um lado humano invulgar. «Foi um amigo e não um chefe», exclama Fernanda Pissarra, outra colaboradora. Como Ana Bela Brilhante, que salienta: «Tinha uma palavra para nos dar quando mais precisávamos», fosse por aspectos profissionais ou pessoais. Era o «fiel da balança, um moderador quando era preciso». Alguém em quem sentíamos que podíamos confiar e pedir um conselho, sempre amigo. Santos Costa, católico, era este tipo de pessoa.

Nascido a 9 de Dezembro de 1932, em Santa Engrácia (Lisboa), frequentou o Curso Complementar de Aprendizagem de Comércio (1947-1951), na Escola Comercial Patrício Prazeres. Foi no dia das mentiras de 1970 que integrou, como Chefe de Secretaria, o Grémio Nacional das Farmácias. Eram os primórdios da ANF, no 3.º piso do n.º 74 F da Av. Almirante Reis, com dez colaboradores. Viria a ser Chefe de Secção e Chefe de Sector, mas é como "Chefe de Serviços" que os mais antigos o lembram, com saudade e admiração.

Dedicado como poucos, vivia intensamente o sector das farmácias e a ANF – a sua casa. Gostava de trabalhar. Normalmente, fazia-o das 8h às 20h, mas também ao fim-de-semana. Com óptima capacidade de organização e memória, acorria com diligência às solicitações. Antigamente, as reuniões de Direcção – que preparava e acompanhava – decorriam à noite, terminando muitas vezes de madrugada. No dia seguinte, estava no seu posto às 8h. Como um relógio suíço. Ou não tivesse enorme sentido de responsabilidade e profissionalismo. João Cordeiro recorda-lhe a integridade e educação. À antiga, como já não se vê. Era «do mais sério que

Fazia a acta das reuniões de Direcção, que muitas vezes terminavam de madrugada

No dia seguinte, estava de volta ao seu posto às 8h, como um relógio suíço

pode haver», refere o amigo Carlos Miguel. Conheceram-se em 1952, numa gráfica em Lisboa, onde Santos Costa colaborou no escritório.

«Estava permanentemente atento ao bem-estar dos que o rodeavam, mas quando era para

cumprir, era mesmo», lembra o antigo secretário-geral Lopes Ribeiro, com quem articulava todo o trabalho». Era rápido e eficaz a corresponder aos pedidos. «O trabalho aparecia feito e perfeito», diz João Silveira, que com ele compartilhou muitos anos na ANF, enquanto director, como Luís Matias, Manuela Teixeira e outros.

Santos Costa era dado à arte e à cultura, mas não à informática. Não dispensava a máquina de escrever. A mesma que lhe foi oferecida quando recebeu as Insígnias da ANF, na comemoração dos 25 anos da Associação. Na ocasião, o presidente da Mesa da Assembleia Geral, David da Hora Branco, destacou a «constante dedicação» que dispensara à ANF. Na hora de agradecer, Santos Costa salientou «o calor humano» que recebia dos Órgãos Sociais – ele que tinha profunda admiração por João Cordeiro – dos colegas e associados, que retribuía com «a mesma amizade». Este sentimento correspondia à frase de Nelson Mandela que muitas vezes repetia: «O que importa na vida não é o simples facto de ter vivido. A diferença que fizemos na vida dos outros vai determinar a importância da vida que conduzimos.».

Seria novamente homenageado, no 6.º Congresso Nacional das Farmácias, em 2002, antecipando a merecida reforma. João Cordeiro agradeceu «tudo o que

fez pelo sector da Farmácia», considerando-o um «grande profissional e amigo de todos, ao qual o sector muito deve». O então presidente lembra-o agora como «um dos colaboradores mais exemplares da ANF, de uma lealdade inultrapassável

No Natal, os colegas mais chegados aguardavam ansiosos o postal enviado por ele

Invariavelmente, continha palavras de esperança no futuro

à instituição e aos dirigentes». Foi um excelente pai e marido, afirma Rosa Maria, uma das três filhas. O mesmo constata os que com ele privaram na ANF, sabedores do suporte que foi para a família e, em especial, para o amor da sua vida, Maria Augusta. A mulher que foi conquistar ao Norte e que deixou o mundo pouco mais de três meses antes de Santos Costa partir, no dia 31 de Janeiro, aos 82 anos. Segundo a filha, «viveram um amor único, cúmplice». Estiveram casados 53 anos.

Santos Costa tinha uma «cultura vasta e abrangente», salienta Lopes Ribeiro. Foi um autodidacta, qualidade que transmitiu às filhas. Rosa Maria lembra o hobby de coleccionar selos e o fascínio pela música clássica, sobretudo Wagner e Beethoven. Assim como o interesse pela História, com destaque para a cultura egípcia, que conheceu *in loco*. Sem esquecer a paixão pela 7.ª Arte, que «obrigava» a idas frequentes à Cinemateca. Não menos relevante era o entusiasmo pela leitura, provavelmente por ter trabalhado numa papelaria/livraria, onde começou a ganhar dinheiro, aos 11 anos. Lia muito, fosse na Biblioteca Nacional, na sua casa na Graça (Lisboa), ou na Praia de São Julião (Eriçeira), para onde «fugia» do calor, que lhe custava a suportar. Daqui, onde passava férias, enviava postais para os que ficavam na ANF. Com amizade.

«ACIMA DE TUDO, ERA UM HOMEM BOM»

Durante anos, pela época natalícia, os amigos e colegas de serviço chegados aguardavam com curiosidade o habitual postal enviado por Santos Costa. Pleno de amizade e humor, com versos, pensamentos e imagens. Invariavelmente, o postal continha palavras de esperança no futuro e de agradecimento pela amizade que lhe dispensavam. Sem se repetir e sempre personalizado. Recordações guardadas com carinho por quem teve o privilégio de as receber. Mas não foi um postal a última correspondência que terá enviado, poucos dias antes de nos abandonar. Foi uma carta, dirigida a Manuela Carvalho, directora nos tempos do Grémio. Recordo-o como alguém que «estava sempre presente» e

elege-o como «uma das pedras basilares da ANF». «As farmácias devem muito ao seu trabalho», afirma João Silveira. E revela: nos últimos anos, já reformado, «estava preocupado com a situação das farmácias», às quais deu 33 anos da sua bonita vida. Manuel António partilha que quando entrou para paquete, aos 15 anos, Santos Costa era seu chefe e foi quem o acolheu. Não esquece que, nos anos seguintes, o «Chefe de Serviços» foi para ele «como um pai». «Enquanto ser humano e profissional, não encontrei melhor», diz. «Acima de tudo, era um homem bom», como destaca Lopes Ribeiro. «Um homem bom e amigo», para João Silveira e os que tiveram o prazer de o conhecer.

Acesso e segurança é GSL

Em 2005, o Governo autorizou a venda fora das farmácias de todos os medicamentos não sujeitos a receita médica (MNSRM). A medida tinha como objectivo, nas palavras do Governo, melhorar o acesso dos cidadãos a esses medicamentos e, pela via de uma maior concorrência, baixar os preços.

Decorridos dez anos, os efeitos foram contrários ao previsto.

O preço destes medicamentos subiu 12% em relação a 2005. Ao mesmo tempo, os medicamentos dispensados exclusivamente nas farmácias reduziram 30% de preço.

Por outro lado, em vez de maior concorrência, foi criado um monopólio, o monopólio dos hipermercados, que tem uma quota superior a 80% de todos os medicamentos vendidos fora das farmácias.

A ANF combateu essa medida, chamou a atenção para o seu carácter inédito no contexto europeu e alertou para as suas consequências.

Assistimos desde então a uma contínua reclassificação de medicamentos sujeitos a receita médica em MNSRM, sem que se vislumbrem critérios técnicos para essa reclassificação.

Os hipermercados, de um momento para o outro, transformaram-se em grandes defensores da automedicação.

A APED, associação que representa os interesses económicos dos hipermercados, é a porta-voz desses interesses.

As farmácias têm a obrigação ética e profissional de a denunciar.

Foi isso que fizemos recentemente e que causou surpresa em alguns de nós.

A questão é simples.

O mundo não anda para trás.

A contínua reclassificação de medicamentos por razões económicas coloca problemas delicados no domínio da automedicação.

O Ministério da Saúde tem de ser mais rigoroso na classificação dos medicamentos.

O modelo que existe em Portugal não tem paralelo na Europa. Mesmo a minoria dos países que tomou a decisão de disponibilizar medicamentos fora das farmácias, restringiu o leque de medicamentos a algumas substâncias activas, apenas em algumas doses e a embalagens de pequenas dimensões.

É o que existe no Reino Unido. Se o objectivo for promover o acesso e aumentar a concorrência, é a GSL (*General Sales List*) que deve ser implementada.

Os medicamentos "GSL" em relação aos quais não há razões de segurança e de saúde que determinem restrições na sua distribuição, devem poder ser vendidos em qualquer local.

É esta solução que permite normalizar a situação e promover uma automedicação responsável.

É também esta solução que defende a dispensa nas farmácias de MNSRM nas situações em que razões de saúde e segurança assim o determinam.

É, por fim, esta a forma de promover, ao mesmo tempo, maior acesso da população a determinados medicamentos que não necessitem de intervenção médica nem farmacêutica.

A nossa denúncia pública recente desta situação teve efeitos positivos.

Em primeiro lugar, pôs a nu a estratégia comercial dos

hipermercados, discutindo-se pela primeira vez o seu interesse meramente comercial nesses medicamentos.

Em segundo lugar, nenhuma entidade que se pronunciou sobre este problema acolheu a posição da APED, que defendia o alargamento dos medicamentos passíveis de serem vendidos pelos seus associados.

Em terceiro lugar, o INFARMED veio declarar publicamente que estão a ser estudados medicamentos que, embora dispensando receita médica, devem estar exclusivamente disponíveis nas farmácias.

Esta tomada de posição do INFARMED pode significar o início da normalização deste problema.

E esta normalização é do interesse dos doentes, dos farmacêuticos e das farmácias.

Se o objectivo for promover o acesso e aumentar a concorrência, é a GSL (*General Sales List*) que deve ser implementada



Paulo Cleto Duarte

FORÇA DE VIVER

NUTRICIA
Advanced Medical Nutrition

Proteína só já não chega!

As necessidades proteicas estão aumentadas no envelhecimento e em caso de doença, mas é necessário o aporte energético adequado para que as proteínas possam ser utilizadas para as suas funções mais nobres.

Suplementação Hiperproteica + Hipercalórica

Evidência comprovada:



Melhoria da perda de peso
e aumento da força muscular



Recuperação da autonomia
nas actividades da vida diária



Menor risco de infecções e melhoria
da cicatrização de feridas



Hyperprotidique, hyperénergétique
Eiwitrijk, energierijk
Elevado teor proteico e energético

Arôme fraise
Aardbeismaak
Sabor Morango



25 anos a alimentar
a Força de Viver

www.nutricia.pt

Linha Verde: 800 206 799

À venda na sua farmácia



CLINICALLY TESTED
PATENTED PRODUCT



Sinomarin®

Para uma respiração 100% natural DESCONGESTIONANTE NASAL

O descongestionante
hipertónico com eficácia
superior comprovada
no tratamento coadjuvante
para a Rinite e Sinusite ^(1,2)

RECOMENDADO POR
PROFISSIONAIS DE SAÚDE EM 37 PAÍSES

**Ideal para
bebés, crianças
e adultos**

100% NATURAL
2,3%
HIPERTÓNICA
ÁGUA DO MAR



AZEVEDOS

Laboratórios Azevedos – Indústria Farmacêutica, S.A. Sede: Estrada Nacional 117-2, Alfragide, 2614-503 Amadora
Serviços Centrais: Estrada da Quinta, 148, Manique de Baixo, 2645-436 Alcáideche Tel.: 21 472 59 00 Fax: 21 472 59 95
E-mail: mail@azevedos-sa.pt Matricula na C.R.C. da Amadora, Contribuinte nº 507474287 www.grupoazevedos.com

1. Freche C et al., "Usefulness of hypertonic sea water (Sinomarin®) in rhinology", Revue Officielle de la Société Française de ORL, 50(4), 1998. 2. González G et al., "A clinical study conducted in 2007 with Mexican patients: an investigational, prospective, longitudinal, comparative, multicentre, open-label study on the efficacy and tolerability of Sinomarin Spray for the treatment of rhinitis", Journal of the Federation of Otolaryngological and Societies of the Mexican Republic (FESORMEX), 2008.