

FARMÁCIA PORTUGUESA

223

INCÊNDIOS

Duas farmácias arderam e levantaram-se de imediato

SERVIÇOS URGENTES

Cinco noites para dispensar um medicamento valioso

VIDAS EXEMPLARES

Os imortais João Almiro e D. António, bispo do Porto



À PROVA DE FOGO



MONAF



Todos nesta farmácia têm um plano

**Mas nem todos têm
um Plano Reforma MONAF**



Junte-se a uma das mais importantes Associações Mutualistas de Portugal e comece a planear o seu futuro. Agora todos os colaboradores efetivos de farmácia também podem ser novos Associados do MONAF. Há mais vantagens em fazer parte desta família.

Montepio Nacional da Farmácia, A.S.M.
Rua Marechal Saldanha, 1 | 1249-069 Lisboa | Telf.: 213 400 690 - 213 400 693
monaf@monaf.pt | www.monaf.pt



© TIAGO MACHADO

DUARTE
SANTOS

ANDORINHAS NO OUTONO

Em Junho de 2015, tivemos a felicidade de publicar uma reportagem e uma grande entrevista com João Almiro. Nesta edição, o Carlos Enes – que o entrevistou na altura e regressou a Lisboa maravilhado – traça-lhe um perfil cheio de vida. É a nossa salva de palmas.

A melhor voz sobre João Almiro é a do próprio. Semeámos nas páginas desta edição frases que ele nos disse e frases que escreveu em pequenos papéis que nos confiou. Uma delas vai seguramente continuar a interpelar os farmacêuticos portugueses:

– Como farmacêutico, tratei de evoluir e me desenvolver, para me impor. Impus-me. Depois, dediquei-me aos outros.

Que belo resumo biográfico! Que grande exemplo.

João Almiro impôs-se. Foi um dos grandes farmacêuticos portugueses do Século XX.

Ao longo da vida, instalou seis farmácias e postos farmacêuticos em locais recônditos do Interior, como Campo de Besteiros, e ainda mais recônditos, como Tourigo. Levou o serviço farmacêutico de proximidade a aldeias de 500 habitantes, onde camponeses partilham escrupulosamente a água e pastores passam os dias a falar com cabras.

Nas traseiras da sua primeira farmácia, criou o Laboratório de Especialidades Farmacêuticas Almiro. Sim, a LABES-FAL. Um dos pequenos gigantes da indústria portuguesa de medicamentos. Foi ele a montar a primeira fábrica. Chegou a ser dono de um império.

Com uma curiosidade científica sem limites, tornou-se amigo dos melhores médicos da sua geração. Nos anos 50, começou a levar no seu carro centenas de homens e mulheres a fazer curas de desintoxicação alcoólica, numa clínica de Coimbra. Mais tarde, recuperou em massa toxicodependentes.

A sua dedicação aos outros não ficou confinada às fronteiras da Saúde.

Nos anos 60, adoptou a *Bibi*, uma criança com Trissomia 21 a quem os pais queimaram o esófago com bagaço, para a pôr a

dormir. Os médicos diziam que nunca iria andar ou proferir palavra – e que teria vida curta. Viveu 43 anos, caminhava e falava.

Almiro nunca mais deixou de acolher desafortunados em casa. Os juízes confiavam-lhe os casos mais difíceis. Fundou o Convívio Jovem, uma grande instituição para raparigas e rapazes sem família, vítimas de abusos sexuais, viciados na droga ou caídos no crime. Aos 91 anos, ainda vivia acompanhado por dezenas de homens e mulheres saídos da miséria, prostituição, toxicodependência e dos piores crimes.

João Almiro chamava-lhe Casa das Andorinhas, lar onde aqueles a quem a sociedade rejeitou podiam sempre voltar e viver em família.

«Um homem com a vida de João Almiro não morre de facto», declarou a ANF em comunicado, no dia 28 de Setembro. Claro que não. Continuamos a contar com ele, como grande fonte de valores e de coragem, sobretudo nos momentos mais difíceis.

A memória de João Almiro não arde como ardeu, de forma apocalíptica, pela segunda vez num ano, o país dele.

Este Outono, precisamos como nunca de andorinhas.

Na revista Farmácia Portuguesa, publicamos sempre histórias de farmácias reais e dos seus utentes, que resistem muitas vezes em condições de grande dificuldade. São as nossas andorinhas. Esperamos oferecer um pouco de inspiração e alento às equipas das farmácias que continuam a resistir à crise e, em muitos casos, ao espectro da falência.

Neste número, fomos ver como é o serviço nocturno no distrito de Bragança. Atendimentos escassos, mas preciosos. É para manter e desenvolver.

Temos ainda a honra de mostrar como as duas farmácias que arderam se levantaram das cinzas de imediato. O serviço farmacêutico também é à prova de fogo.

*Os miúdos que vocês puserem
na rua, eu fico com eles.*

www.revistasauda.pt

Director _____
Duarte Santos

Director-adjunto – Editorial _____
Carlos Enes

Director-adjunto – Marketing _____
Hugo Maia

Subdirectora editorial _____
Maria Jorge Costa

Editor de Fotografia _____
Pedro Loureiro

Fotografia de Capa _____
Augusto Meneses

Responsável de Marketing _____
Cátia Alexandre

Redacção _____

Carina Machado
Irina Fernandes
Maria João Veloso
Nuno Esteves
Pedro Veiga
Rita Leça
Sónia Balasteiro

Redacção Online _____

Diana Veiga
Maria José Silva
Vera Pimenta

Secretária de Redacção _____

Paula Cristina Santos
comunicacao@anf.pt

Publicidade _____

Nuno Gomes
Cláudia Morgado
comercial@sauda.pt | 213 400 706

Direcção de Arte e Paginação _____

Ideias com Peso

Projecto Editorial _____

Departamento de Comunicação
da Associação Nacional das Farmácias

Projecto Gráfico _____

Ideias com Peso

Periodicidade: Bimestral

Tiragem: 6.200 exemplares

Impressão e acabamento _____

Sogapal, SA

Distribuição _____

Alloga – Cabra Figa, Rio de Mouro
Distribuição gratuita aos sócios da ANF
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

Assinaturas

1 ano (6 edições): 60 euros
Estudantes de Farmácia: 20 euros

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

anf

Associação Nacional das Farmácias

Esta revista é escrita de acordo com a antiga
ortografia.
Todos os direitos reservados.



6:



26:



42:

Conhece as andorinhas?

SET/OUT 2017 : 223 _____

FARMÁCIAS REAIS

6 O LADO CERTO DA NOITE

AGÊNCIA PARA A SAÚDE

24 SE É URGENTE, SERÁ SAFE

FARMÁCIAS REAIS

26 SERVIÇO À PROVA DE FOGO

CONGRESSO DOS FARMACÊUTICOS

36 PUXÃO DE CALENDÁRIO

39 O ELOGIO DE MARCELO

PROGRAMA ABEM

40 GALA DA INCLUSÃO SOCIAL

PRÉMIO JOÃO CORDEIRO

42 FARMÁCIAS APOIAM VIAJANTES

44 QUATRO FINALISTAS INOVADORES

46 UM JÚRI DE IDEIAS E TRABALHOS

QUALIDADE

48 LEF DE PRATA

PERFIL

58 *HONORIS CAUSA* DE CAUSAS CONCRETAS

José Aranda da Silva

COPIADOR

64 LIVRO DE REGISTOS
DA FARMÁCIA PORTUGUESA

MEMÓRIA

66 «A FARMÁCIA FOI PARA MIM UMA ESCOLA»

D. António Francisco dos Santos

72 O PINCEL DE DEUS

João Almiro

ENTRE NÓS

78 PREVENIR A URGÊNCIA

Paulo Cleto Duarte



48:



66:



Farmácias
Portuguesas

saúda
♥ ☀️ 🤝 😊



Farmácia
confiança



O LADO CERTO DA NOITE

REPORTAGEM: IRINA FERNANDES
FOTOGRAFIA: MIGUEL RIBEIRO FERNANDES

FARMÁCIA CONFIANÇA

BRAGANÇA

MARATONAS AO POSTIGO



Tiago Oliveira, 22 anos, ainda vinha com a pulseira amarela do hospital. Saiu aliviado

O ar está abafado. A noite impõe-se quente à madrugada que se avizinha. Tiago, 22 anos, entra na Farmácia Confiança. Traz pulseira amarela no pulso, rosto pálido e corpo contorcido. «Fui às urgências. Tenho uma gastroenterite. Agravou-se esta manhã», explica ao balcão.

A trabalhar em farmácia desde 1980, é João Paulo Silva, de 52 anos, quem está de escala. Cabe-lhe a ele aliviar o sofrimento nocturno, madrugada fora. «Vai tomar Primperan e um probiótico para a diarreia. Não se preocupe, vai ficar bem».

Tiago Oliveira permite-se um fugaz sorriso. «Vou muito mais descansado para casa. Para pessoas que, como eu, estão doentes, é um alívio ter a farmácia a funcionar à noite para levar logo os medicamentos para casa. É uma questão essencial na vida das pessoas».

Localizada na Avenida João da Cruz, uma das mais movimentadas ruas da cidade, a Farmácia Confiança integra uma rede de farmácias do distrito de Bragança que vai experimentar o novo Serviço Nacional de Assistência Farmacêutica (SAFE). Este projecto, desenvolvido pelo Ministério da Saúde e pela ANF, pretende aumentar

o acesso a medicamentos urgentes durante o período nocturno, com a possibilidade de dispensas ao domicílio.

João Paulo tem 25 anos de experiência no atendimento nocturno e está ansioso para participar no projecto-piloto. «O SAFE vai trazer mais conforto ao utente. Este rapaz, por exemplo, estava em sofrimento. A meu ver, é o tipo de situação em que era importante nós podermos ir levar o medicamento a casa», refere o técnico de farmácia.

A Farmácia Confiança está de serviço permanente de oito em oito dias. «A disponibilidade no período nocturno é fundamental. Sem uma farmácia de serviço, o

DOENTE LEVOU UMA POMADA PARA AS DORES E INSTRUÇÕES PARA A APLICAR CORRECTAMENTE



De oito em oito dias, a Farmácia Confiança faz serviço permanente

utente sairia do hospital e, em vez de começar logo a tomar a medicação prescrita, teria de esperar até ao dia seguinte», expõe Maria José Genésio, farmacêutica substituta da directora-técnica.

Faltam poucos minutos para as 22 horas. «Está na hora. Vou fechar a porta!», atira, em tom imperativo, João Paulo. O fecho é, no entanto, interrompido. Chega um homem de 40 anos, muito queixoso. O motivo? «Fiz uma lesão a praticar desporto», conta Carlos Baptista. Quer uma pomada analgésica e anti-inflamatória. Atrás do balcão, João Paulo gesticula para exemplificar a correcta

aplicação do medicamento. «É sempre bom podermos ter informação especializada. A tendência natural é aplicar a pomada à nossa maneira, quase sempre errada», assume o utente, empresário do ramo imobiliário.

*As angorinhas, quando
estão preparadas voam.
Mas depois voltam.*

João Paulo Silva passa as noites de serviço a ler e a correr de um lado para o outro



O Hospital Distrital de Bragança fica a dois quilómetros, mas muitos utentes aparecem sem passar pelas urgências. «O meu caso não é grave, mas estou com dores. Com a aplicação da pomada já vou passar melhor a noite», refere Carlos Baptista. Depois de efectuar mais

«A NOITE TODA
É CANSATIVO,
MAS FAÇO-O
COM PRAZER.
EU GOSTO DISTO»

seis atendimentos, João Paulo puxa, finalmente, as persianas para baixo e fecha a porta. São, agora, 22h55. No exterior, uma placa informativa relembra duas regras do estabelecimento: “Tocar à campainha só em situação de urgência. Multibanco fora de serviço”.

«Hoje só vesti calças por causa da vossa reportagem. Normalmente, visto calções. É mais confortável para estar aqui». Sem grande demora, o som da campainha faz-se ouvir. «Boa noite. Diga, se faz favor», solta João Paulo para a rua. Ouve-se uma voz feminina. «Desejo aspirinas Griponal, se faz favor».

João Paulo ouve o pedido e de imediato acelera o passo. «Bolas! Só tenho moedas», desabafa, enquanto conta o troco a dar à utente. Do postigo ao balcão de atendimento, da 'caixa' às prateleiras deslizantes, percorre metros e metros numa passada veloz, digna de pista de atletismo. Ou não fosse ele um... atleta. «Já sou maratonista. Só a partir da quinta é que se é considerado

maratonista. E eu já fiz cinco», revela, orgulhoso. Nos dias de folga e nas horas livres dedica-se à corrida. Já é atleta há 17 anos, desde que deixou de fumar. «Normalmente, quem 'faz noite' descansa no dia seguinte. Eu aproveito para dar a minha corrida. Olhe, descanso a correr!», atira o técnico de farmácia, entre gargalhadas.

Ainda a fechar o postigo, a campanha volta a tocar. «Desconfio que hoje vou ter uma noite terrível. Está muita gente a vir à farmácia». É sexta-feira e também por isso a procura dispara. É ainda dia de mercado municipal. «As pessoas das aldeias vêm à feira e aproveitam para vir ao médico e à farmácia». Nos outros dias não há tanto movimento. «Diria que fazemos uns oito a dez atendimentos entre a meia-noite e as oito da manhã», esclarece o técnico de farmácia. Nas horas a seguir ao jantar há um pico de serviço. «Das dez à meia-noite. Aí sim, temos 20 a 30 atendimentos».

Quando as noites ou madrugadas se fazem calmas, especialmente no Inverno, João Paulo finta o tempo com outra paixão: a leitura. Anda a ler "A Rapariga do Comboio". «Este é um *thriller* policial, mas gosto especialmente de livros históricos». Dormir é raro. «Vou passando pelas brasas. Nunca durmo profundamente, isso não consigo».

Com ou sem atendimentos ao postigo, João Paulo nunca desacelera o passo. «Aqui há sempre que fazer». Nas pausas de leitura arruma medicamentos, verifica prazos de validade, deixa mensagens escritas à equipa que entrará de serviço na manhã seguinte. Corre muito. «De facto, aqui na farmácia também faço umas boas maratonas a andar de um lado para o outro. Admito que é cansativo, porque é a noite toda, mas faço-o com prazer». Quem corre por gosto não cansa, já dizia o ditado popular. E João Paulo já é um maratonista.

TOCA A CAMPAINHA. É SEXTA-FEIRA, A PROCURA DISPARA

Maria José Genésio, farmacêutica, assegura o atendimento com dedicação



Carlos Baptista saiu satisfeito com a medicação e o aconselhamento para aliviar as dores

*Há homens que só tem a rua,
tem o desprezo e as tentações.
Não tem ninguém que lhes dê a mão.*

*Fa gente dá-lhes um bebo
e eles levantam-se logo.*

**FARMÁCIA
RAINHA**
CARRAZEDA DE ANSIÃES

O TELEFONE DOS AFLITOS

Faltam menos de 15 minutos para as sete da tarde. O Davide, de 11 anos, entra na farmácia de expressão fechada, pela mão do pai. Está apreensivo. A paixão pelo futebol valeu-lhe uma lesão no pé direito. «Ele joga à bola e magoou-se. Vim aqui à farmácia buscar uma ligadura e uma pomada», conta Adelino Barata, 53 anos, agricultor.

Isabel da Luz, directora-técnica, sai do balcão e curva-se diante de Davide. Explica-lhe como deve usar a meia elástica. «Lembra-te, não podes dormir com a meia! De manhã e à noite, aplicas a pomada, mas tiras a meia, OK?».

Davide já esboça outra vez um sorriso. Afinal, até vai poder ir ao treino marcado para esta tarde.

«Como já tenho a meia, vou poder treinar. Eu jogo como lateral direito», conta o miúdo, orgulhoso. Revela logo que o seu clube é o Futebol Clube do Porto. O jogador de eleição é «o Cristiano Ronaldo, claro!».

Isabel da Luz, natural e residente em Mirandela, tranca a porta da farmácia. O serviço do dia está, no entanto, longe de findar. Esta semana a Farmácia Rainha está de disponibilidade. Semana sim, semana não, assegura o atendimento no período nocturno, entre as



«O meu filho joga à bola e magoou-se», conta Adelino Barata, agricultor

19h e as 9h do dia seguinte, em alternância com a Farmácia Veiga, também localizada no centro de Carrazeda de Ansiães.

O concelho tem 6.300 habitantes, dispersos por 14 freguesias e 279 quilómetros quadrados. A população é envelhecida e a escolaridade baixa. O isolamento – que em Lisboa é apenas mais um conceito – aqui deambula por cada rua da vila. Define os rostos e as histórias de vida de quem resiste aqui.



A directora-técnica, Isabel da Luz, ensina Davide a usar a meia elástica

DE NOITE, OS ATENDIMENTOS SÃO RAROS, MAS PRECIOSOS. A FARMÁCIA É O ÚNICO SERVIÇO DE SAÚDE DISPONÍVEL

O centro de saúde fecha portas às 22 horas. A partir daí, a farmácia e os bombeiros são o apoio das populações. Durante a noite e a madrugada, os técnicos e farmacêuticos fazem muitas vezes «a diferença» em situações de aflição. Cumpre-se pequenos milagres no dia-a-dia. «Às vezes, porque ajudamos a abrir um *blister* somos deuses», solta, emocionada, Isabel Luz. «Há muitos idosos que têm dificuldade nestes actos simples», explica. Para além da iliteracia, a idade traz com ela doenças que diminuem muito a autonomia dos utentes. «As artroses não os deixam fazer o que precisam. Muitos deles deixam de tomar a medicação. Somos nós que fazemos isso por eles», conta ainda a farmacêutica.

Muitos transmontanos vão à farmácia não só para aviar, mas também para tomar os medicamentos. «Os utentes já sabem que têm aqui sempre uma mão amiga», diz Hugo Lopes, 35 anos, técnico de farmácia. Hoje é ele que está de escala para passar a noite de disponibilidade, mas a função roda por toda a equipa.

Antes de sair, vasculha os bolsos da bata em busca do telemóvel. Não o pessoal, mas o de serviço. A Farmácia Rainha dispõe de um número de atendimento – 916 245 245 – para onde os utentes ligam nas noites em que fica de disponibilidade permanente. A verdade é que de madrugada há muito pouco serviço. Por vezes, nasce o dia e chegam as nove horas sem uma única chamada. «A pessoa que se vê numa situação de urgência vai para Mirandela, Vila Real ou Bragança. E o que acontece é que o utente levanta logo a medicação no sítio onde está», explica o técnico de serviço.

21h44. O telefone toca. Hugo atende. Do outro lado, uma voz aflita. Hugo sai de casa em direcção ao local de trabalho que deixara nem há três horas. O percurso é rápido, porque ele mora perto da farmácia – «três minutos de carro ou cinco a andar a pé». Na porta estão um homem, uma mulher de receita na mão e uma criança.

*Às vezes, tudo o que
é preciso é dar a mão.*



Uma criança de 5 anos, de uma família de emigrantes, perdeu o apetite. A farmácia abriu portas à noite para resolver o problema



Hugo Lopes, técnico de farmácia, explica à tia e ao pai do menino como deve ser feita a toma do medicamento

«O menino não está a comer nada há já dois dias, não tem apetite e por isso é que o levámos ao médico», conta Nafissa Mzamova, 40 anos, natural do Cazaquistão. O doente é seu sobrinho, Makhama Jon Raushanbekov, de cinco anos. Hugo Lopes reconhece a criança. Tinha estado à tarde na farmácia com a mãe. «Fui eu que disse à sua cunhada que era melhor levá-lo ao médico», conta a Nafissa, enquanto verifica a receita médica ao computador.

Com a medicação já nas mãos, o profissional explica como deve ser feita a toma a Nafissa, a única na família que já domina a língua portuguesa. «Faça isto quatro vezes por dia. Primeiro, põe metade de um lado da boca e depois a outra metade do outro. Evitar bebidas com gás, limão, laranja... nada disso. Está bem?».

Emigrada há 15 anos na vila, Nafissa mostra-se grata e satisfeita com o rápido acesso à medicação. «É bom podermos levar já para casa estas gotas que o médico passou. Assim, talvez amanhã ele já tenha apetite para comer». Valoriza o serviço nocturno, como toda a gente. «Uma pessoa assim vai ao médico e não tem de esperar pelo outro dia para começar a tratar-se».

Habitado a cumprir serviço nocturno há sete anos, Hugo é mais do que técnico de farmácia. É um filho da terra. Dono de uma memória invejável, conhece como ninguém os rostos e as aflições de cada habitante de Carrazeda de Ansiães. «O Hugo sabe o nome completo de toda a gente. E a morada, o número de telefone e quem é filho de quem», elogia, entusiasmada, Isabel da Luz. Para ele, saber tudo de cor e salteado é normal. «Fui criado aqui. O meu pai é taxista e eu acabo por saber onde é que as pessoas moram, onde vivem os primos e por aí fora». Essa informação toda agiliza o serviço. «Fico atento a quem entra na farmácia. Se vier algum vizinho da pessoa que encomendou um medicamento, peço-lhe para lho entregar». A memória de Hugo Lopes é um benefício real para os utentes.

Tão cedo, o técnico de farmácia não esquecerá uma noite, em plena quadra natalícia, em que foi chamado a ajudar uma criança com queimaduras no corpo. «Uma senhora telefonou-nos aflita pois o filho, com seis anos,

*Fu tive um pai, uma mãe e uma família.
Todos tem direito a isso!*



Toda a equipa garante o serviço de urgência durante sete noites, semana sim, semana não

tinha caído à lareira. Queimou-se num braço e numa mão, e o centro de saúde estava encerrado. Dei toda a ajuda que pude: limpei a ferida e apliquei uma pomada para queimaduras. Disse-lhe que se a situação piorasse deveria ir à urgência a Vila Real».

No dia a seguir, Hugo recebeu uma visita inesperada na farmácia. «A senhora apareceu-me aqui de manhã, emocionada, porque o filho já estava a melhorar. E trouxe-me uma prenda». Já lá vão uns anos. A família mudou-se para longe. Mas este Verão fez questão de regressar à farmácia para agradecer novamente aquele Natal. «Até hoje, o menino sabe o meu nome. Enfim, são histórias que nos marcam».

A EQUIPA DA FARMÁCIA
SABE O NOME, A FAMÍLIA E A MORADA DE TODA A GENTE



«Aqui sabem de tudo o que preciso para controlar a asma», conta Daniel Jorge, 80 anos

**FARMÁCIA
ALBUQUERQUE**
VINHAIS

*Como farmacêutico, evoluir
e desenvolver, para me impor.*

A BOMBA DE SALVAÇÃO

Daniel Jorge, 80 anos, caminha a passos vagarosos em direcção à farmácia. Conhece bem o caminho, mas o ritmo não poderia ser outro. Asmático desde a infância, encontrou na Farmácia Albuquerque uma «casa de confiança». Toda a equipa o trata como se fosse da família. «Eles sabem de cor tudo o que preciso para a minha doença», conta o octogenário.

Natural e residente em Vinhais, tornou-se cliente fiel desde a inauguração. «Foi há muitos, muitos anos. Eu ainda era jovem, tinha os meus 22 anos». O serviço nocturno é uma das chaves para esta ligação umbilical à farmácia. Daniel já perdeu a conta às vezes em que recorreu à Farmácia Albuquerque fora de horas, em situações de grande aflição. «Tenho tido umas quantas crises e eles ajudam-me todos muito». Valoriza especialmente o facto de o atenderem à noite «tão bem como de dia».

Há 700 mil asmáticos em Portugal, para os quais o serviço de saúde de proximidade representa um grande conforto psicológico. «Fico muito mais descansado por saber que aqui tenho quem me ajude. É sempre uma protecção que nós temos», descreve Daniel. Habitado a lidar com crises inesperadas e imprevisíveis, para ele também é vital ter acesso garantido aos medicamentos, sem rupturas. «Quantas vezes acontece que o médico não está disponível e a farmácia me fornece os medicamentos, mesmo antes de eu trazer a receita médica», refere o octogenário.



A directora-técnica, Rita Domingues, faz muitas noites de serviço

PARA OS
ASMÁTICOS,
O SERVIÇO NOCTURNO
É UM SEGURO E UM
CONFORTO PSICOLÓGICO

No período nocturno, a Farmácia Albuquerque funciona em regime de disponibilidade, em alternância semanal com outra farmácia do concelho. A resposta às solicitações dos utentes é assegurada através de um contacto telefónico, afixado na montra de ambos os estabelecimentos. «Das nove às 23 horas estamos de porta aberta. A partir daí, sou eu a ficar aqui na maioria das vezes, ou então a colaboradora Filipa Lopes, que reside cá em Vinhais», explica a directora técnica, Rita Domingues, de 43 anos.

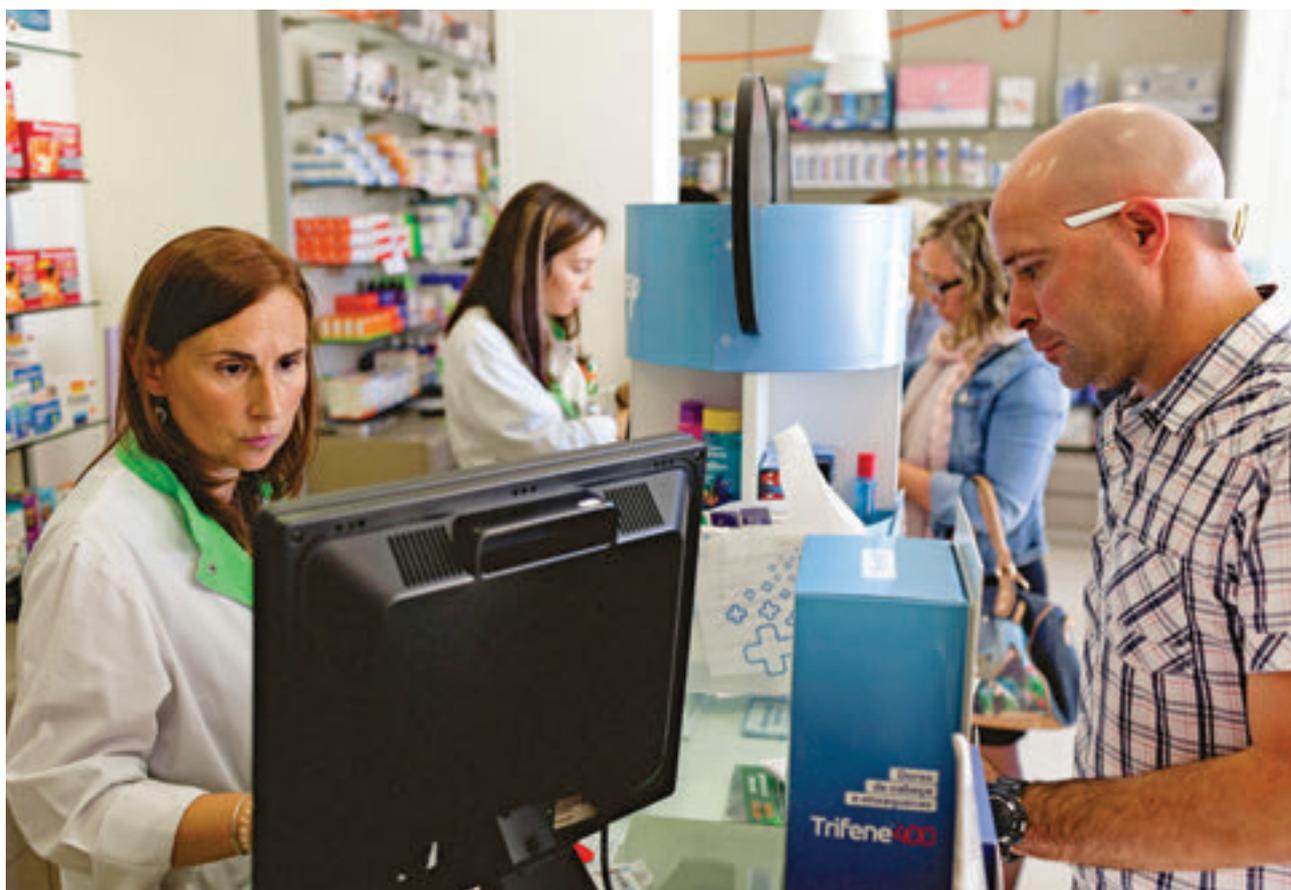
Os pedidos dos utentes em horário nocturno são muito diversificados, mas revelam alguns padrões sazonais.

AS VISITAS AO DOMICÍLIO, A EQUIPA DA FARMÁCIA JÉ TEVE DE PRESTAR PRIMEIROS SOCORROS

«No Inverno, é comum dispensarmos muitos xaropes para a tosse e medicação infantil. Já no período de Verão há mais pedidos relacionados com anti-inflamatórios», expõe a farmacêutica. Nos últimos tempos tem atendido mais pessoas provenientes do hospital de Bragança, a aviar receitas. Conta que acaba por dispensar «muitos medicamentos que normalmente se tem em casa, mas que as pessoas se esquecem de comprar e depois vêm à noite buscar à farmácia».

Trabalhar durante a noite é algo que Rita Domingues encara com naturalidade. «O objectivo é sempre o mesmo, seja de noite ou de dia: estamos aqui para servir uma população. As pessoas precisam de um medicamento e, por isso, temos de estar abertos», afirma, com convicção, a directora-técnica, já com 12 anos de experiência nestas funções.

A população a servir tem o perfil de sempre em terras transmontanas e do Interior de Portugal: envelhecida, polimedicada, com baixa escolaridade, deficiente literacia em saúde e dificuldades de mobilidade. O concelho tem 26 freguesias e as pessoas vivem isoladas, muitas delas em casas dispersas ou pequenas aldeias rurais. A Farmácia Albuquerque dispõe de serviço ao domicílio. Todos os dias vai ao encontro daqueles que, nem de dia, nem de noite, têm possibilidade de se deslocar até à vila. Seja por motivos de saúde, económicos ou geográficos.





Lurdes Maia, 41 anos,
passa os dias a visitar
idosos que vivem isolados

Lurdes Maia, 41 anos, técnica de farmácia, é o anjo-da-guarda de muita gente naquelas condições. «Não sei se repararam, mas enquanto estavam a fazer esta entrevista recebi imensas chamadas para o meu telefone pessoal». Ligam-lhe directamente a fazer as encomendas e ficam em casa à espera, na certeza de que a medicação irá lá ter. «Eles teriam de se deslocar 25 ou 30 quilómetros para chegar aqui. É um bocadinho difícil», expõe a técnica de farmácia.

Lurdes Maia trabalha há 13 anos em farmácia e há sete na Farmácia Albuquerque. Irradia alegria ao falar do que faz. Todos os dias conduz entre 100 a 150 quilómetros. «Hoje vou para Vale das Fontes, Vilar de Ouro e Rebordelo. Vou visitar pessoas de muita idade, que estão sozinhas. Há casais de velhos que dependem um do outro, em que

se um não pode, o outro muito menos. Há pessoas que têm os filhos fora do país e não têm mais ninguém que as ajude», retrata.

As visitas domiciliárias não servem só para entregar medicamentos. Faz muitas vezes de enfermeira, psicóloga e assistente social. Presta auxílio. «Já cheguei à casa de utentes no momento em que se estavam a sentir mal. Já tive de prestar primeiros socorros», expõe Lurdes Maia. Recorda mesmo um caso em que evitou o pior. «Cheguei a casa de um doente com 86 anos e encontrei-o a sangrar muito, mas mesmo muito. Estava com uma toalha enrolada à cara e a mulher não sabia o que fazer». A técnica de farmácia sabia que era um doente que fazia um medicamento anticoagulante e que provavelmente tinha tomado uma dose excessiva. «Perguntei-lhe como estava o controlo de sangue e ele acabou por confidenciar que tinha falhado». Chamou o INEM, mas a ambulância iria demorar, porque o casal vive isolado, a 25 minutos de carro de Vinhais. Lurdes deitou mão a compressas e água fria. Conseguiu estancar a hemorragia.

Impus-me.

Depois, dediquei-me

aos outros.





A CASA DE FAMÍLIA

*FARMÁCIA
DA PONTE*

MIRANDELA

São 10h40 da manhã. João Sá entra na farmácia, cumprimenta utentes e colaboradores, põe-se ao corrente dos assuntos urgentes a tratar. Hoje não é um dia qualquer. Espera-o um dia – e longa noite – de trabalho. A Farmácia da Ponte vai ficar de serviço permanente. É uma pequena empresa familiar, numa cidade do Interior com menos de 12 mil habitantes. A disponibilidade é assegurada à vez pela directora-técnica e proprietária, Marília Teixeira Lopes, ou pelo nosso interlocutor, que é seu filho e farmacêutico substituto. «Desta vez, ela não está cá. Por isso, ficarei eu a assumir a função».

João Sá, 41 anos, nasceu aqui e cresceu embalado pelas tarefas e os sons da farmácia, que está instalada no rés-do-chão do prédio da casa de família, onde os pais ainda moram. Ele mudou-se para a freguesia de Carvalhais, uma aldeia a dois quilómetros que, com o passar dos anos, foi “apanhada” pela cidade. Nos dias em que fica de escala adapta as suas rotinas pessoais e da família. A mulher e filhos, Francisco, de sete anos, e Joana, de cinco anos, também vêm com ele para o centro da cidade. «Se tenho de trabalhar à noite vimos sempre dormir aqui na casa da minha mãe». As trocas constantes de casa não o incomodam. Para a família, tornaram-se sinónimo de afecto e alegria. «É óptimo para os miúdos, porque estão em convívio com os avós. E depois, de manhã, até demoro menos tempo a pô-los na escola».

Quando alguém toca à campainha de madrugada, o atendimento é imediato. João sai de casa num passo e com o outro entra na farmácia. «É só descer as escadas, é muito rápido», sorri, apontando para os degraus. O método é antigo

Todos os exercícios de paciência consistem em actos de amor.



Quando o farmacêutico João Sá fica de serviço à noite, traz a família para a casa onde está instalada a farmácia



Nas noites de disponibilidade, a Farmácia da Ponte articula-se com o hospital de Mirandela

e sempre deu provas de eficácia. «Aqui funcionamos assim». Nas noites de disponibilidade, a Farmácia da Ponte troca informação e articula-se com o Hospital Distrital de Mirandela, que fica a 850 metros. «Se soubermos que as urgências

estão com muita gente, deixamos a porta aberta até mais tarde, porque sempre aparece gente», explica o farmacêutico. Nas noites de calma no hospital, a Farmácia da Ponte fecha a porta entre as dez e as onze, e passa a atender pelo postigo.

Só no Verão a porta fica aberta até à meia-noite, independentemente do movimento no hospital. Há mais gente na rua e «sempre temos aquela pessoa que vê algo na montra e entra». Nos frios invernos transmontanos, «quem vem à farmácia tem alguma necessidade específica».

Até às 22h00, tanto há serviços provenientes da urgência «como para aquele utente que toma medicação por doença crónica e se esqueceu de a comprar». A medicação infantil é uma necessidade relativamente frequente, não só à noite como madrugada dentro. Ah, claro, «há sempre o pedido das pílulas para as senhoras». Por vezes também há lugar para pedidos insólitos. «Tive uma vez um caso em que me vieram aqui à farmácia, às três horas da manhã, pedir pasta de dentes». João Sá acredita que a aplicação da taxa moderadora, há cerca de três anos, tem ajudado a filtrar solicitações de não-urgência. «Hoje em dia já é difícil alguém aparecer a pedir uma pasta de dentes ou algo desse género. Decidimos aplicar a taxa, para as pessoas ponderarem se têm mesmo uma necessidade real quando vêm ao encontro da farmácia».

Uma farmácia no centro de Mirandela presta serviço a utentes de «idade média-alta», afirma com graça o farmacêutico. Muitos idosos, com uma vida passada no campo, que vivem na periferia e dispersos pelas aldeias do concelho. Já a «escolaridade é média baixa», como o poder económico. Há muita gente só, isolada, com a doença da solidão. «Há quem venha ter connosco por causa de falta de afectos», conta João Sá. Gosta do que faz.

As noites de serviço dão às equipas das farmácias a oportunidade de fazer a diferença na vida dos seus utentes e amigos. Por exemplo, Maria Costa, 73 anos, residente na aldeia de Cedães, a dez quilómetros de Mirandela, fiel à Farmácia da Ponte vai para 13 anos. Ela nunca se esquecerá de como foi atendida num dos momentos mais aflitivos da sua vida, quando o marido, Francisco António Cordeiro, 81 anos, sofreu um acidente vascular cerebral. «O meu marido teve um AVC e a

É a amar que se conquista.



Maria Costa está reconhecida ao atendimento da farmácia quando o marido teve um AVC

médica disse-me que naquela noite, logo após a saída do hospital, ele tinha de tomar um medicamento. Contei com a ajuda desta farmácia». A septuagenária considera «muito importante poder contar com o apoio da farmácia durante a noite». Já precisou várias vezes. E como ela, «mais pessoas podem precisar».

NAS NOITES DE SERVIÇO, A FARMÁCIA ARTICULA-SE COM O HOSPITAL DE MIRANDELA



Madoin Josette adora ser atendida em francês

É o caso da francesa Madoin Madonia Josette, 67 anos. Reformada há sete, elegeu Mirandela para gozar os anos de reforma. Quando se apercebe que estamos em reportagem, até atropela as palavras para falar da Farmácia da Ponte. De dia e de noite esta é a sua farmácia de eleição. «Sempre que tenho algum problema de saúde venho aqui», conta. A competência da equipa de profissionais, aliada à prestação de serviços em duas línguas, português e francês, cedo conquistaram o seu agrado.

Desta vez, Madame Josette veio porque o marido, Joseph Madonia, 69 anos, se lesionou no joelho direito. «Aqui são todos muito simpáticos e excelentes

profissionais! Nós adoramo-los!», exalta. José Luís Santos, 38 anos, bilingue, é quem habitualmente atende o casal de emigrantes. «O José é o nosso farmacêutico. Gostamos muito dele. É um profissional muito, muito competente», avalia a sexagenária.

Também nestas paragens dominar línguas tem importância. «Temos alguns estrangeiros em turismo ou até a residir por aqui. Tentamos sempre compreender ao máximo o que precisam», expõe José Luís. O casal Madonia promove a Farmácia da Ponte junto da comunidade francófona. «Já cá trouxeram amigos para os atendermos», conta o farmacêutico, que durante a infância viveu em França.

SE É URGENTE, SERÁ SAFE

TEXTO: CARLOS ENES



Aumentar o acesso dos portugueses aos medicamentos urgentes, em período nocturno, é o grande objectivo do novo Serviço Nacional de Assistência Farmacêutica (SAFE), cujo projecto-piloto está prestes a arrancar no distrito de Bragança. Os doentes vão receber de forma mais fácil e rápida informação sobre as farmácias de serviço e a disponibilidade dos medicamentos de que precisam. Poderão ainda fazer reservas e até solicitar entregas ao domicílio.

O SAFE está a ser desenhado como complementar ao actual regime de turnos de serviço das farmácias. A sua implementação, até ao final do ano, ficou prevista no acordo entre a ANF e os ministérios das Finanças e da Saúde, celebrado no dia 3 de Fevereiro.

O distrito de Bragança foi escolhido devido à elevada dispersão populacional. De acordo com o Censos 2011, vivem ali 136 mil pessoas, dispersas por 226 freguesias, quase todas rurais, ao longo de 6.608 km². A população é servida por 41 farmácias, 15 das quais fazem actualmente serviço nocturno: três cumprem serviço permanente e 12 de disponibilidade. Estas farmácias dispensam, em média, 2,5 embalagens de medicamentos por noite de serviço, o que compara com as 3,5 embalagens da média nacional. Para além disso, verifica-se grandes assimetrias de município para município. Nas cidades de Bragança e Mirandela saem, respectivamente, 18 e 14 embalagens por cada noite de serviço permanente. Já nos municípios

de Carrazeda de Ansiães, Freixo de Espada à Cinta, Vila Flor, Alfândega da Fé e Miranda do Douro a maioria das noites não regista um único atendimento. Nestes dois últimos concelhos, as farmácias dispensam uma embalagem a cada cinco turnos de serviço de disponibilidade.

Os serviços, por serem raros, não deixam de ser necessários e preciosos para os doentes. O objectivo do SAFE é abolir as desigualdades no acesso aos medicamentos em situação de urgência. A estratégia é aumentar a articulação entre a rede de farmácias e os serviços públicos de saúde, designadamente as urgências. Os utentes, depois da consulta médica, terão à sua disposição o contacto telefónico de um centro de atendimento especializado, acessível também através de múltiplas plataformas, como a Internet, aplicação móvel e terminais digitais instalados nas salas de espera. Esse centro de atendimento informará o doente sobre as farmácias de serviço com disponibilidade de stock dos medicamentos receitados pelo médico. O doente poderá fazer uma reserva na farmácia da sua preferência ou encomendar o seu medicamento para entrega ao domicílio.

Neste momento, está a ser definida uma lista de medicamentos urgentes, para aumentar a qualidade do serviço e mitigar os problemas relacionados com falhas no abastecimento de medicamentos. O SAFE funcionará entre as 21 horas e as 9 horas da manhã, de segunda a sábado. Nos domingos e feriados todo o dia.

AZEVEDOS
Genéricos



Tadalafil Azevedos

OBRIGADO!

POR ESCOLHER GENÉRICOS AZEVEDOS



Há mais de dois séculos, o seu parceiro na vida.

*Para mais informação Consulte o seu Gestor de Zona

Laboratórios Azevedos - Indústria Farmacéutica, S.A. Estrada da Quinta, 148 Manique de Baixo • 2645-436 Alcabideche | Tel.:21 472 59 00 | Fax:21 472 59 95
mail@azevedos-sa.pt | Matricula na C.R.C. da Amadora e contribuinte nº 507474287

www.grupoazevedos.com





SERVIÇO À PROVA DE FOGO

REPORTAGEM: RITA LEÇA
FOTOGRAFIA: ALEXANDRE VAZ
E PEDRO LOUREIRO

«**D**ona Matilde, bom dia! É para a farmácia ou para a Junta?». «Para a farmácia, se faz favor».

Matilde Baptista caminha, acompanhada pelo marido, os poucos passos que separam a entrada da Junta de Freguesia da Lajeosa do Dão do balcão improvisado da farmácia, e pede o mais urgente.

«Creme gordo ou vaselina para tratar os animais feridos».

São 10h da manhã de terça-feira, 17 de Outubro, ainda estamos a viver o rescaldo do grande incêndio na zona Centro do país. O fogo arrasou o investimento de vida de Hugo Ângelo, farmacêutico e proprietário da Farmácia da Lajeosa do Dão. Na pequena vila, de 2.000 habitantes, morreu um septuagenário. O senhor Hermínio correu o que pôde para salvar o cão e as ovelhas. Foi encontrado carbonizado, abraçado ao fiel amigo.



No dia seguinte, a Farmácia da Lajeosa do Dão voltou ao serviço, nas instalações da Junta de Freguesia



A farmácia, situada na Rua Senhor do Calvário há mais de dez anos, ficou completamente destruída. Mas já está outra vez ao serviço, de modo improvisado, na Junta de Freguesia. Horas após o incêndio já disponibilizava os medicamentos mais urgentes à população da vila e arredores, maioritariamente envelhecida. Paracetamol, anti-coagulantes, anti-hipertensores, compressas e pomadas para queimaduras estão no topo da lista de prioridades. Mas há, também, que pensar nos animais.

«A Dona Fernanda perdeu mais de 100 ovelhas! Eram o seu sustento», comenta-se no café vizinho, onde ninguém conseguia acreditar no que acontecera, tantas eram as más notícias.

«A Dona Alzira perdeu as ovelhas, os cães, os barracões e as ferramentas», desabafa uma mulher.

«Olha, salvou-se-nos a vida!», responde outra.

No caso de Matilde Baptista, o estrago também foi grande: «Queimou-se tudo... menos o tractor e o atrelado», confessou-nos.

Ao balcão da farmácia improvisada, inteirou-se do que precisava para tratar os animais que sobreviveram. «Cada produto custa 2,5 euros. Quer que encomende? Então passe cá, outra vez, às 17h», diz-lhe a técnica auxiliar de farmácia Cláudia Loureiro, visivelmente cansada depois de ter passado o dia anterior a tentar remendar os estragos do incêndio. Foram horas a fio, noite dentro, a mudar caixotes, malas, sacos e medicamentos para o piso superior do edifício da Junta. «Ninguém abandonou o barco. Mas só de manhã é que percebemos o verdadeiro estrago».

Foi, aliás, Cláudia Loureiro quem avisou Hugo Ângelo que a farmácia estava em chamas. Mas, antes, teve ela própria que enfrentar o monstro que ameaçava devorar aquilo que lhe é mais precioso. «A minha casa e a dos meus pais estiveram em risco. Felizmente, conseguimos controlar a situação e não perdemos tudo», desabafa,

A EQUIPA
DA FARMÁCIA
PASSOU A NOITE SEGUINTE
A MUDAR CAIXOTES
DE MEDICAMENTOS PARA
O EDIFÍCIO DA JUNTA



enquanto escreve o nome de Dona Matilde numa folha A4 branca.

«Como não temos sistema informático, não há forma de efectuar o pagamento. Registamos o nome das pessoas a quem cedemos os medicamentos e, mais tarde, eles virão cá pagar». Em menos de cinco horas, a folha ficará repleta, com cerca de duas dezenas de nomes, entretanto em dívida.

«Depois de um susto destes, há muita gente a recorrer à farmácia, a única nas redondezas. Há pessoas que perderam tudo. A casa, os bens e os animais», explica-nos Hugo Ângelo, entre mais um telefonema aos fornecedores. Chega muita gente com queimaduras, mas também muitos doentes crónicos cujos medicamentos arderam. «Já veio muita gente hoje», explica o farmacêutico, enquanto escreve num papel o plano de tomas de José Nascimento Silva e da sua mulher.

À saída do edifício da Junta de Freguesia, este utente conta-nos o que lhe aconteceu. «Ouí um vento muito forte. Parecia o Diabo! Já era de noite e decidi fechar tudo e deitar-me». Uma decisão rapidamente reavaliada. «Uma fagulha deve ter atingido a pouca lenha que tinha e originou o fogo. Queimou-me tudo! Só tive tempo de ir buscar a minha mulher, que está acamada, e fugir dali».

O filho, que mora em Lisboa, chegou esta manhã para ajudar. Mostra-nos as fotografias que, entretanto,

tirou com o telemóvel. Cozinha e sala em ruínas, fachada da casa queimada.

José Nascimento Silva vive agora, temporariamente, no hotel das Caldas de Sangemil. «Ainda não tive coragem de voltar a casa», confessa, sem conseguir controlar mais as lágrimas, que lhe escorrem pelo rosto cansado. Na testa, a ferida da luta ingrata que travou noite fora, tratada no Hospital de Viseu; nas mãos, trémulas, o saco com os medicamentos, a maioria de toma obrigatória para ele e para a mulher.

NA TESTA, UMA QUEIMADURA. NAS MÃOS, TRÉMULAS, O SACO DE MEDICAMENTOS

*Não há rapazes maus,
não há pessoas más. ✨*



José Silva veio à farmácia improvisada aviar os medicamentos indispensáveis. Os que tinha em casa ficaram reduzidos a cinzas

«A SUA CASA ESTÁ SALVA. MAS A FARMÁCIA...», DESABAFOU O BOMBEIRO, A MEIO DA NOITE

«Até os óculos... Estes, foi a óptica que me emprestou. Nem tive tempo de tirar os meus de dentro de casa», diz-nos, a apontar para a cara, enquanto o filho lhe põe a mão no ombro, num gesto de contenção. «Vamos embora, pai, temos muito que fazer». Na despedida, José olha-nos, como quem pede esperança. De agora em diante, «será um dia de cada vez».

«Estou desolado com o que aconteceu à minha farmácia. Mas depois vejo estas pessoas que perderam tudo e percebo que não posso parar», admite Hugo Ângelo, a caminho da farmácia ardida.



À entrada, a bata queimada, junto a um corrimão, denuncia o que ali aconteceu. «O fogo veio das traseiras e queimou tudo». Computadores feitos manteiga, dezenas de produtos de cosmética, medicamentos, fraldas e material de escritório sem outro destino senão o lixo.

«Agora tenho de encontrar as facturas de tudo, contabilizar e tratar com a seguradora. O arquivo fiscal dos últimos dez anos ardeu. Sei que vai demorar muito até ter tudo como era antes», lamenta o farmacêutico.

O sentimento de impotência perante o desvario das chamas parece ter ocupado toda a vila.

Tânia Milhões, grávida de 29 semanas, técnica auxiliar da Farmácia da Lajeosa, emociona-se ao falar-nos do que acabara de viver. No carro, sozinha, no centro do Largo do Corujeiro, passou horas de pânico e aflição extrema. Não sabia se os pais estavam bem, se a quinta com os animais estava em segurança e se o próprio marido, bombeiro, chegaria a casa são e salvo.

«Decidi parar o carro, porque percebi que já não podia sair dali. Eu apitava e ninguém vinha. Via as luzes das casas acesas, mas ninguém apareceu!». Foi a mãe que a foi buscar e a levou para a casa de uma vizinha.

A noite foi passada em claro, à espera do marido, que só chegou de madrugada. Poucas horas depois, Tânia já estava na Junta, a desencaixotar o material da farmácia. «Durante toda a noite, pensei: “amanhã vai ser um dia normal”, para me tranquilizar. Mas, não é verdade! Nada é normal! E vai demorar muito tempo até voltar a ser», diz-nos, com as mãos a tremer.

Percorremos 62 quilómetros de terra queimada para o Interior, em direcção a Melo, no concelho de Gouveia, freguesia de 500 habitantes onde nasceu e está sepultado o escritor Vergílio Ferreira. A Farmácia Central também ardeu. Só ficou de pé a fachada, carbonizada. No final de terça-feira, troncos velhos de madeira ainda ardiam no interior do edifício. Isabel Coelho, proprietária da farmácia desde 1989, não consegue esconder a tristeza e o desespero.

«Foi horrível! Choviam bolas de fogo! A meio da noite, de domingo para segunda, o bombeiro Henrique disse-me: “A sua casa está salva, mas a farmácia... não posso prometer”», relata a farmacêutica, limpando com um lenço as lágrimas que caem sem controlo.

«O fogo rodeou a aldeia. Se o vento não tivesse cortado, tínhamos morrido todos», diz, por sua vez, Gabriela Dias, vizinha da farmácia, moradora há 48 anos. O seu filho, Henrique Dias, bombeiro, tornou-se o herói de Isabel Coelho. «Ele atravessou as chamas e ainda conseguiu

Quem é que não tem um momento da vida de que se arrepende?



tirar a balança de altura e a máquina dos testes de colesterol». Foi tudo o que sobrou da farmácia. Por aqui, ninguém escapou ileso. O próprio bombeiro perdeu 200 árvores e um tractor. «Estava preocupado com o cão, mas sobreviveu».

O incêndio desceu pelo telhado da farmácia, antigo e revestido a madeira, e queimou tudo. O serviço de saúde ficou reduzido a cinzas, mas conservou o mais importante: a solidariedade das pessoas. «Vêm ter comigo e dizem: “Doutora, estou a dever-lhe dinheiro do medicamento tal”», conta Isabel Coelho, com a voz embargada de reconhecimento.



No dia seguinte, ainda havia barrotes de madeira a arder no interior da farmácia

A farmacêutica sentiu que não podia falhar às pessoas naquele momento desesperado. É por elas que, no dia seguinte, juntamente com as técnicas auxiliares Beatriz e Isabel, começa a refazer os gestos profissionais, afinal imunes ao fogo. Na Junta de Freguesia, uma sala ampla foi revestida por um esqueleto de ferro que, depois, acolheu os lineares e estantes da farmácia, versão improvisada. E nem as obras tinham começado, já chegavam os utentes. «Todos sabem que nos mudámos para aqui. Vêm pedir medicamentos urgentes e perguntar se precisamos de ajuda», explica Isabel Coelho.

Sem sistema informático e pouca rede no telefone, a equipa da Farmácia Central, em Melo recorre ao esquema alternativo de dispensa que já vimos na Lajeosa do Dão. Os doentes levam os medicamentos de que precisam, com uma anotação num papel para virem pagar mais tarde. A solidariedade de farmácias de todo o país e o plano de emergência accionado pela ANF animam a equipa e facilitam a instalação. «À tarde, vem uma equipa montar os computadores com o Sifarma», explica Isabel Coelho.

A directora-técnica gere também um posto farmacêutico na aldeia limítrofe de Folgoso. São 14 quilómetros de viagem num cenário de cinzas, meia hora de carro do espectáculo sinistro da natureza carbonizada.

MILHARES
DE PESSOAS
LEVARAM MEDICAMENTOS
A CRÉDITO, DEIXANDO
APENAS O NOME
NUM PAPEL

Quem é que não tem? ✨

O horário de abertura é às 10h30. Em cinco minutos o posto está cheio de pessoas. «Vim buscar os comprimidos para o meu marido. Ele teve um enfarte há dois anos e tem de tomar os medicamentos à hora certa. Felizmente, aqui no posto havia tudo o que ele precisa», conta Glória Oliveira, 77 anos, que «nunca tinha visto desgraça assim». Beatriz Nunes, técnica-auxiliar, atende o mais que pode naquelas condições. Quando os pedidos ultrapassam o pouco que há em stock, começa a agendar a posterior entrega dos medicamentos, no posto ou em casa dos utentes. É comum voltar a Folgosinho ao final do dia, após o expediente, para fornecer, porta a porta, os fármacos de que as pessoas precisam. «São pessoas de muita idade, que não conseguem ir a Melo», explica Beatriz.

À saída da aldeia, uma carinha branca da MEO passa por nós, devolvendo-nos a esperança de uma possível normalidade. Seguimos caminho pelas aldeias vizinhas, o chão ainda fumeja, há postes de electricidade em chamas e hectares de árvores completamente negras.

Em Vouzela, o único estabelecimento que abriu no dia a seguir ao incêndio foi a farmácia. «Pusemos toalhas no chão para evitar que as cinzas entrassem, mas não parámos de trabalhar. O Sifarma não funcionava, mas felizmente havia luz», lembra a farmacêutica Carolina Teixeira Brinca.

«As pessoas começaram a entrar cheias de cinza e com os olhos tão vermelhos como nunca tinha visto. Algumas tinham perdido tudo. Então, fui a casa dos meus avós, que infelizmente morreram este ano, buscar as roupas deles.

EM VOUZELA, A FARMÁCIA FOI O ÚNICO ESTABELECIMENTO A ABRIR NO DIA A SEGUIR AO INCÊNDIO



«Choviam bolas de fogo», descreve Isabel Coelho, directora-técnica da Farmácia Central, em Melo, Gouveia



O posto farmacêutico de Folgosinho dispensa tudo o que pode e agenda entregas ao domicílio

Nunca pensei que o gabinete da farmácia se tornasse num provador de roupa», conta Carolina, já com os olhos humedecidos e a voz a tremer de emoção. «Foi o momento mais impressionante que já vivi».

Depois, fala-se novamente de solidariedade. Os amigos trouxeram mais roupa, os bombeiros acolheram os desalojados e disponibilizaram cobertores e lençóis.



«Uns dez utentes meus ficaram só com a roupa do corpo e estão, temporariamente, em lares», estima Carolina Teixeira Brinca. Nestes dois dias, mais de uma dezena de pessoas, de aldeias vizinhas, vieram experimentar ou buscar roupa para familiares. «Uma senhora veio levantar medicamentos para a tensão e trazia uns chinelos tão gastos que quase lhe caíam dos pés. Dei-lhe os da minha avó, que eram três números acima, mas que ela aceitou com um enorme sorriso».

No domingo fatídico, as máscaras para proteger o rosto esgotaram. O farmacêutico de serviço foi chamado três vezes durante a noite, para fornecer leite a um bebé e disponibilizar tranquilizantes aos utentes com problemas cardíacos. Muitos dos remédios foram cedidos. Dois dias depois, ainda havia quem saísse da farmácia com medicamentos emprestados. «Não conseguimos dispensar as receitas electrónicas, mas ninguém sai daqui sem o que precisa», garante Carolina Teixeira Brinca.

Em Oliveira de Frades, o fogo chegou ao centro da vila e dezenas de pessoas refugiaram-se na farmácia. Temeu-se o pior. «Todos ficaram em pânico. As chamas estavam



No dia seguinte à tragédia, a farmacêutica começou a montar uma farmácia improvisada na Junta de Freguesia de Melo

Voçês aprendam a amar. 

perto, havia estradas cortadas. Um casal ficou fechado no carro. Nas casas, explodiam coisas. As chamas estavam a uns 100 metros. Achávamos que a farmácia podia arder», lembra o farmacêutico Henrique Fraga.

Dias depois, as comunicações ainda eram um problema. «O receituário electrónico tem vindo a melhorar gradualmente, os telemóveis funcionam, mas com muitos cortes. O telefone fixo e o Multibanco ainda não funcionam», sintetiza Purificação Silva, a directora-técnica da Farmácia Pessoa.

Problema idêntico abrangeu também a vila vizinha de Nelas. Um utente, sem comunicações em casa, recorreu ao telefone da Farmácia Faure, para avisar o filho, que vive em Lisboa, de que estava a salvo. «As pessoas recorrem muito a nós. Até para pagar as contas, muitas vêm aqui», explica José Rodrigues, ajudante técnico. Na segunda-feira logo a seguir ao incêndio, foi ele quem abriu a farmácia. «Cheguei atrasado porque muitas estradas estavam cortadas». A farmácia encheu-se de gente. A procura de máscaras e líquidos para os olhos esgotou a capacidade de oferta. «Tive de repor stocks», lembra.

Os utentes ainda estão em choque. Muitos fazem o luto. Passado o inferno, cada dia é de reconstrução de um quotidiano. As farmácias continuam lá, onde ardeu quase tudo.

••C ENTENAS DE FARMÁCIAS ALARGARAM HORÁRIOS PARA APOIAR AS VÍTIMAS DOS INCÊNDIOS

327 FARMÁCIAS DE SERVIÇO

••A rede de farmácias reforçou o serviço às populações devido à crise dos incêndios. Na noite de segunda-feira, 16 de Outubro, pelo menos 327 farmácias ficaram de serviço nocturno na região Centro. A prestação de serviço farmacêutico foi fortemente condicionada em muitos locais, devido ao fumo e calor intenso.

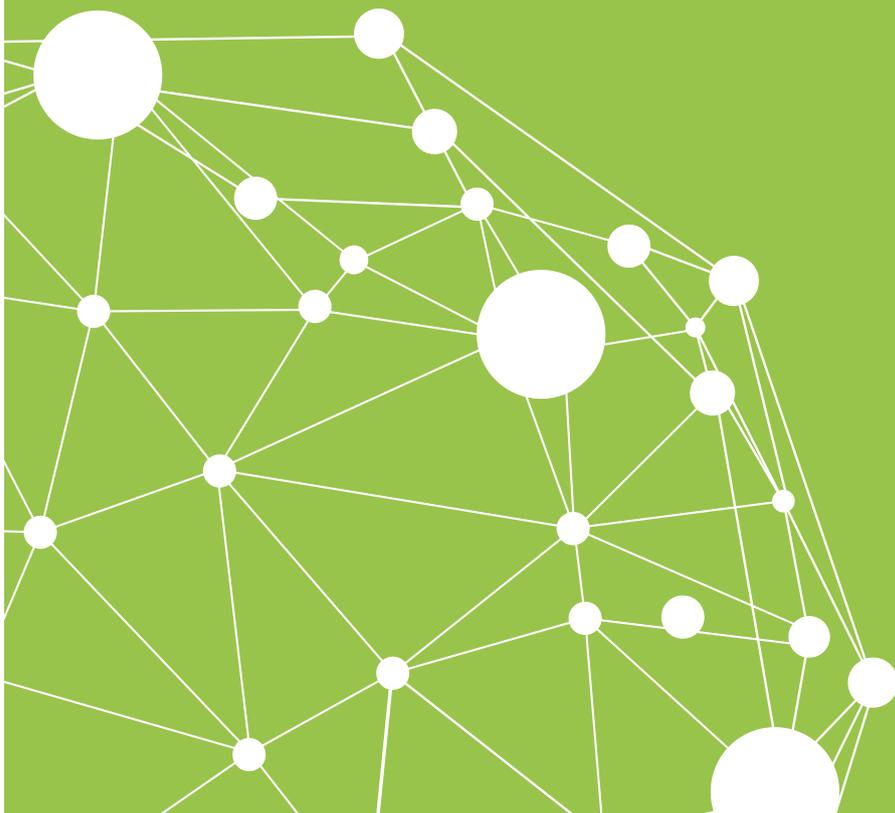
Os cortes de estradas e a inoperacionalidade de redes de comunicações também condicionaram o serviço farmacêutico. Na manhã de segunda-feira, 87 farmácias estavam sem comunicações. Os concelhos de Arganil, Góis, Tondela, Gouveia, Oliveira do Hospital, Tábua, Oliveira de Frades, Seia e Vouzela permaneceram afectados vários dias. Milhares de utentes foram atendidos a crédito, com registo manual das dispensas.

A ANF activou o seu plano de emergência para garantir a continuidade da assistência farmacêutica às populações vítimas dos incêndios. Foi garantido «o reforço do fornecimento de produtos essenciais à população e bombeiros, com a extraordinária colaboração do sector grossista e da indústria farmacêutica», de acordo com comunicado da associação.

Na quinta-feira, subsistiam alguns problemas pontuais, mas a rede de farmácias estava de regresso à normalidade. A ANF enviou uma mensagem de «encorajamento e enorme admiração aos profissionais de farmácia que têm estado a viver este drama, bem como a todos os profissionais de saúde e protecção civil no terreno». Em comunicado, as farmácias expressaram «profunda solidariedade às populações afectadas».

PUXÃO DE CALENDÁRIO

*Bastonária reclama do atraso do Governo
no cumprimento dos compromissos assinados.*



REPORTAGEM: CARLOS ENES
FOTOGRAFIA: JOÃO PEDRO ROCHA
E PEDRO MENSURADO



©JOÃO PEDRO ROCHA

«É certo que alguns aspectos que nós temos no nosso compromisso já poderiam ter andado mais depressa», reconheceu o ministro da Saúde

«**S**exta-feira, 13 de Outubro. Não foi dia de sorte nem de azar, mas de clareza. A bastonária da Ordem dos Farmacêuticos convidou o ministro da Saúde para a sessão de abertura do Congresso Nacional dos Farmacêuticos e agradeceu-lhe, perante 1.800 pessoas, a criação da carreira farmacêutica hospitalar. Mas também lhe manifestou a frustração dos presentes pelo atraso do Governo no cumprimento dos compromissos já assumidos com os farmacêuticos.

«O acordo para a sustentabilidade das farmácias não pode ficar por cumprir nesta legislatura», declarou Ana Paula Martins. «O modelo de remuneração dos farmacêuticos pelos serviços que prestam está esgotado e tem que ser repensado» – afirmou – «mas também aqui o tempo se esgota». Este «também» significa que a bastonária passou em revista «vários assuntos pendentes», como os acordos com a indústria farmacêutica e o sector das análises clínicas. Defendeu apaixonadamente a rede convencionada de laboratórios de análises e patologia clínica de proximidade, «que serve os portugueses há 40 anos, com qualificação, modernização e satisfação». E prometeu guerra a qualquer tentativa de aumentar a lista de medicamentos vendidos fora das farmácias, com base em «falsos argumentos».

O ATRASO NA IMPLEMENTAÇÃO DO ACORDO ENTRE FARMÁCIAS E GOVERNO FOI DEBATIDO ABERTAMENTE

*Mas amar não é como vocês
 amam por aí. Gostam de uma
 rapariga para gozar. Gostam
 de um rapaz para gozar.*



O Presidente da República adora ir às farmácias pedir "novidades"



Helder Mota Filipe discursou sobre os desafios regulamentares colocados pelos medicamentos complexos



Francisco George, numa das últimas aparições como director-geral da Saúde, falou sobre a intervenção social do farmacêutico

«O MODELO DE REMUNERAÇÃO DOS FARMACÊUTICOS ESTÁ ESGOTADO», DISSE ANA PAULA MARTINS

O ministro da Saúde ouviu atentamente, durante 22 minutos. Quando chegou a sua vez de discursar, logo a seguir à bastonária, sentiu que a sala esperava respostas. Adalberto Campos Fernandes até trazia «um discurso preparado cientificamente», mas decidiu mudar de planos. «Depois de ter ouvido a senhora bastonária, se me permitem, vou fazer alguns comentários a pontos muito relevantes da intervenção que fez», anunciou o ministro.

«É certo que alguns aspectos que nós temos no nosso compromisso já poderiam ter andado mais depressa», reconheceu Adalberto Campos Fernandes. A crédito do Governo, destacou a carreira hospitalar, o «simplex» para a instalação de farmácias e os incentivos à dispensa de genéricos. No que está por implementar, procurou transmitir a mesma confiança. O ministro garantiu que está «em curso» a revisão da regulamentação dos turnos. Informou que decorrem «trabalhos preparatórios» da intervenção das farmácias em programas de doença e promoção da saúde, bem como para o uso racional do medicamento. Quanto a novos serviços, recordou dois projectos-piloto: dispensa de medicamentos para o VIH/sida e o novo serviço de assistência farmacêutica em período nocturno, que vai arrancar em Bragança.

O governante admitiu, até, rever o processo de internalização das análises clínicas no SNS. Também ficará atento à argumentação técnica e científica da Ordem dos Farmacêuticos contra a dispensa de medicamentos fora das farmácias. Num e noutro caso, o responsável governativo só se comprometeu com o critério. «Estamos disponíveis, com um único limite: aquilo que a evidência determinar como melhor para servir as populações e o interesse público», expôs Adalberto Campos Fernandes.



O ELOGIO DE MARCELO

39

A sala já tinha interrompido várias vezes a bastonária para a aplaudir de pé, tanto no discurso de abertura como de encerramento do congresso. Foi quando o último a falar resolveu descrever esse sentimento colectivo:

– *É uma grande bastonária. Não só por ter superado as expectativas, que são sempre elevadíssimas numa função como essa. Mas por ter feito isso com uma devoção integral, com uma dedicação de todos os minutos, com uma alegria de viver, com uma capacidade para ouvir, para estar atenta ao universo dos farmacêuticos portugueses, mas em diálogo constante com outros pares do mundo da saúde.*

O elogio do Presidente da República levantou o congresso. Ficou confirmado que Ana Paula Martins «está a conseguir elevar a intervenção profissional e política dos farmacêuticos», descreve o presidente da ANF, Paulo Cleto Duarte. O poder político elogia-lhe a frontalidade, mas também o equilíbrio, o compromisso com os fundamentos éticos da profissão e o sentido de serviço aos portugueses.

«É possível criticar as políticas de saúde, é possível até mandar uns recados ao ministro, não perdendo o essencial do valor de uma profissão de saúde tão relevante como os farmacêuticos», dissera na sessão de abertura o ministro da Saúde. No dia seguinte, Marcelo

Rebelo de Sousa aproveitou para cavar uma “discrepância” com ele, porque «a solidariedade institucional permite estas discrepâncias entre o Presidente e o Governo». «Para mim, ser farmacêutico não é uma profissão. É uma vocação», disse.

A crise que se abateu sobre as farmácias subiu ao palco com rosto humano. «Muitos dos farmacêuticos que aqui estão, senhor Presidente, perderam tudo, quando o país e as políticas se esqueceram ou não foram capazes de premiar a sua perseverança e compromisso de sentido público», enunciou a bastonária. «O que me custava, entrar numa farmácia, e dizerem-me: “Um momento, que aqui não há, mas há na farmácia vizinha”», respondeu o Presidente. Marcelo Rebelo de Sousa elogiou a reacção dos farmacêuticos à crise: «Louvo o modo como decidiram virar-se de forma ainda mais intensa para aqueles que são a razão de ser da vossa actividade e da minha função presidencial: as portuguesas e os portugueses».

*Gostem de uma rapariga para
a tornar feliz, gostem de um
rapaz para o tornar feliz!*

GALA DA INCLUSÃO SOCIAL

TEXTOS:
MARIA JORGE COSTA

FOTOGRAFIA:
ALEXANDRE VAZ

Uma noite de Verão, em pleno mês de Outubro, acolheu a terceira gala do Programa Abem. O jantar solidário entre farmacêuticos, representantes da indústria farmacêutica e distribuidores permitiu a angariação de 44 mil euros, que serão integralmente aplicados no apoio aos beneficiários. Este valor garante o acesso de 440 pessoas

carenciadas, durante um ano, a todos os medicamentos receitados pelos seus médicos.

O Pavilhão Calos Lopes, em Lisboa, foi o local escolhido para acolher a gala. A fotografia foi a arte em destaque na edição deste ano. Um concurso de fotografia amadora, promovido junto dos farmacêuticos, homenageou o trabalho desenvolvido pelas farmácias em prol da inclusão social. Houve ainda um leilão de três obras doadas pelos fotógrafos consagrados Luís Vasconcelos, Valter Vinagre e Vasco Neves, que registou licitações bem acima do preço-base. Esta receita reverteu igualmente para o Programa Abem.

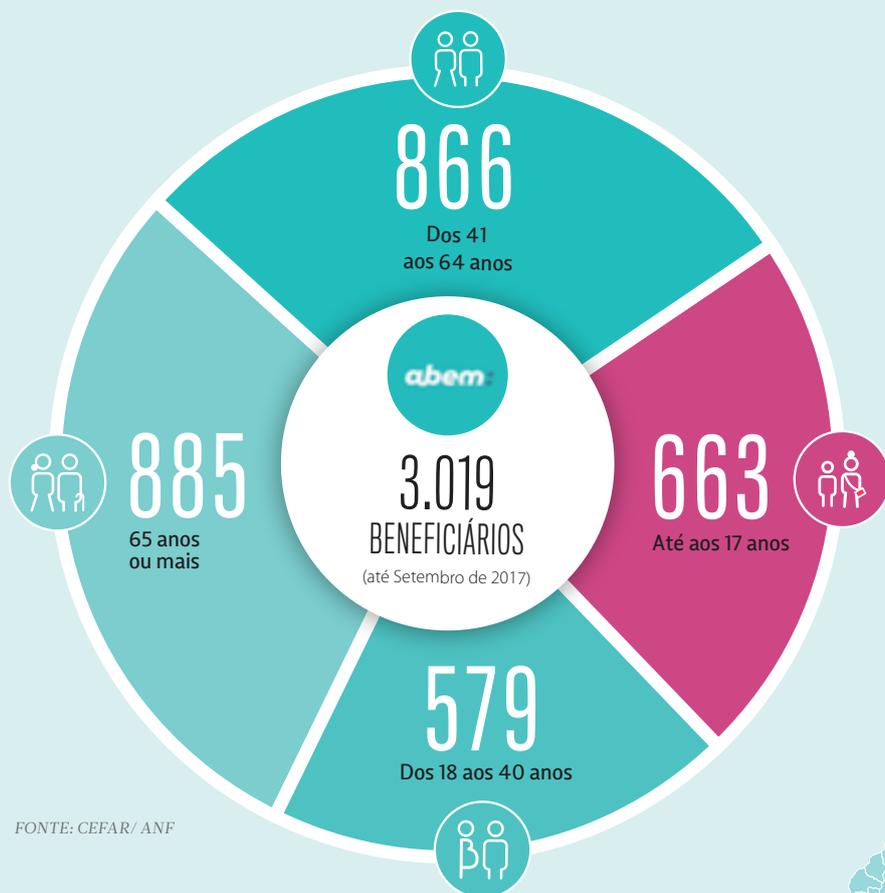
No final do jantar foi exibido um documentário ficcionado, com recurso a actores, retratando a vida e os problemas de pessoas reais: doentes carenciados beneficiários do Programa Abem. O filme emocionou os presentes, pelo retrato objectivo de uma realidade dura. Um em cada cinco portugueses não consegue aceder a todos os medicamentos receitados pelos médicos devido a dificuldades financeiras.

O Programa Abem nasceu para combater qualquer forma de discriminação no acesso ao medicamento. O objectivo é que os beneficiários acedam aos medicamentos com toda a dignidade, discrição e aconselhamento profissional, na rede de farmácias de todos os cidadãos. A referenciação dos beneficiários é garantida pelas instituições activas no terreno. A Associação Dignidade, promotora do programa, firmou para esse efeito protocolos com a União das Misericórdias Portuguesas, Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade Social e Cáritas Portuguesa.



Eugénio Fonseca, presidente da Cáritas, faz parte da Direcção da Dignidade, promotora do Programa Abem

Fassim são todos felizes. 



FONTE: CEFAR/ ANF

Nota: Existem 26 beneficiários de Emergência Abem, referenciados pela CM de Figueiró dos Vinhos, de que não temos identificação do ano de nascimento. As técnicas de acção social responsáveis estão a recolher esses dados à medida que as pessoas vão recebendo os documentos de identificação, que perderam nos incêndios.

O Programa Abem, entre Maio de 2016 e Setembro de 2017, chegou a

21 CONCELHOS, em

9 DISTRITOS

Conta com

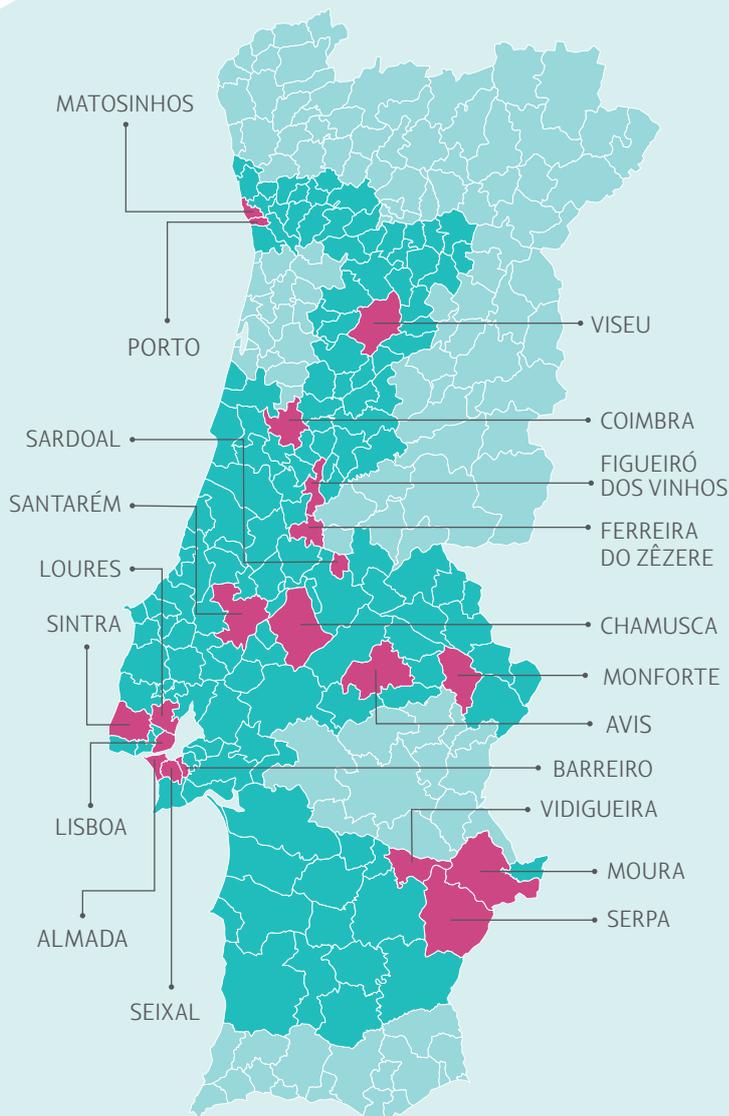
17 ENTIDADES REFERENCIADORAS
E 280 FARMÁCIAS ADERENTES.

Até ao final de 2017, o objectivo é chegar a todos os distritos do continente e das ilhas.

Estima-se que venha a ter

50 MIL BENEFICIÁRIOS
EM 2019.

O Programa Abem já apoiou **1.422 FAMÍLIAS** no acesso aos medicamentos. **3.019 PESSOAS** passaram a aviar na íntegra as receitas médicas. **663 CRIANÇAS E ADOLESCENTES** beneficiam do programa.



FARMÁCIAS APOIAM VIAJANTES

Projecto vencedor chega aos portugueses em 2019.

TEXTOS: CARLOS ENES E RITA LEÇA



O projecto "Rede das Farmácias Amigas do Viajante" é o vencedor da edição de 2017 do Prémio João Cordeiro – Inovação em Farmácia. O grande objectivo de saúde pública é dar um 'salto de cavalo' na segurança da população que se desloca para destinos tropicais e outras regiões do globo com padrões deficientes de higiene e salubridade.

Milhares de pessoas correm hoje riscos desnecessários, sobretudo em férias, acabando por contrair doenças como a malária ou o paludismo. As farmácias, rede de serviços de saúde de mais fácil acesso por parte da população, podem mitigar este risco em larga escala. «Bastará a qualquer pessoa chegar à farmácia e dizer o seu lugar de destino», expõe o promotor João Luís Baptista, médico especialista em Medicina Tropical.

O farmacêutico terá condições de dispensar a cada viajante, de imediato, o aconselhamento e os fármacos adequados ao seu destino, bem como de lhe marcar online uma consulta médica sempre que necessário. «Idosos, grávidas, crianças e bebés provavelmente vão sempre precisar de médico especialista ou de médico de família», esclarece João Luís, que tem mais de 20 anos de experiência nestas consultas.

Na maioria dos casos, no entanto, bastará ao viajante levar o kit de produtos farmacêuticos dispensado pela farmácia e descarregar uma aplicação móvel com toda a informação útil actualizada, inclusivamente os contactos de médicos credenciados nos locais de destino. A simbiose entre as equipas das farmácias e os médicos será assegurada por um portal de Internet, com *guidelines*, canais de comunicação médico/farmacêutico e possibilidade de marcação de consultas.

«Neste momento ocorrem-me três palavras: reconhecimento, motivação e responsabilidade», reagiu o engenheiro de sistemas Nuno Pombo, parceiro do projecto, na cerimónia de entrega do prémio, que decorreu no dia 12 de Outubro, integrada no Congresso Nacional dos Farmacêuticos. Os promotores vão investir os 20 mil euros na conclusão do desenvolvimento dos sistemas de informação necessários ao arranque da rede, previsto para 2019. «Com o Prémio João Cordeiro e o apoio da Associação Nacional das Farmácias vamos levar o projecto, com muita motivação e energia, a todas as farmácias portuguesas e, quem sabe, além-fronteiras», assegurou.

MÉDICOS E FARMÁCIAS VÃO PROTEGER EM CONJUNTO TURISTAS PARA DESTINOS TROPICAIS

O médico João Luís Baptista e o engenheiro de sistemas Nuno Pombo, ambos docentes da Universidade da Beira Interior



As farmácias poderão marcar consultas médicas online

É a inversão do amor, está a compreender?

QUATRO FINALISTAS



IMPRESSÃO DE MEDICAMENTOS 3D

A “Personalização de medicamentos por impressão tridimensional” tem o objetivo de oferecer fármacos individualizados a doentes e médicos. A impressão 3D permite, por exemplo, fazer o desmame progressivo de benzodiazepinas, sem recurso a métodos pouco rigorosos, como o fraccionamento de cápsulas e comprimidos. «O médico tem a possibilidade de reduzir a dose progressivamente, ao ritmo adequado às necessidades de cada doente, mantendo o comprimido o mesmo aspecto de sempre», descreve João Pinto, professor da Faculdade de Farmácia de Lisboa e promotor da candidatura. «Com a impressão camada a camada, podemos também controlar a libertação de várias substâncias activas, o que pode ser particularmente importante, por exemplo, em geriatria», acrescenta.



APOIO AOS MANIPULADOS

A candidatura “Formular com Ideias” oferece um pacote integrado de «soluções inovadoras para promover a qualidade e a adesão à terapêutica do medicamento manipulado», expõe Joana Marto, investigadora da Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa. As farmácias recebem bases para a preparação de manipulados, mas também vídeos tutoriais, numa plataforma digital. Esse portal disponibiliza ainda ferramentas de comunicação entre farmacêutico e médico prescriptor. Os doentes também participam, através de fóruns de discussão e de um canal próprio para tirarem dúvidas junto da farmácia, quanto à administração e conservação dos medicamentos manipulados. As farmácias beneficiam pela redução de custos, tanto de stock como de preparação.

INOVADORES

Se você gostar de uma rapariga para a tornar feliz, e ela fizer o mesmo, transformam o amor numa coisa diferente. ✨



VIA VERDE NO FARMADRIVE

A Farmácia Silveira do Rosário, em Cascais, foi a primeira da Europa a ter Farmadrive. Os utentes aviam receitas médicas e levam para casa produtos de saúde sem saírem do carro. «Ganha-se em privacidade, atendimento personalizado e celeridade», descreve o farmacêutico João Silveira. Ainda assim, 25 a 30 por cento do tempo é consumido com o pagamento e a contar trocos. A família Silveira instalou, em Setembro, a Via Verde como forma de pagamento. O objectivo é continuar sempre na vanguarda das tecnologias de pagamento, porque aumentam a comodidade dos utentes e libertam tempo para a equipa da farmácia se dedicar ao aconselhamento especializado. «Quem sabe algum dia a pessoa entra na farmácia e paga com a *app* da Via Verde?». Fica anunciado.



DR. BOX, TODA A SAÚDE NO TELEMÓVEL

O "Dr. Box" é uma *app* – já a ser experimentada por 32 mil utentes, em nove farmácias – que promove a adesão terapêutica e a vigilância de cada doente por parte dos profissionais de saúde. A farmácia vigia as tomas em tempo real, o que é especialmente útil no acompanhamento de doentes polimedicados. A *app* avisa o doente das horas certas para tomar cada medicamento e regista parâmetros de saúde, emitindo alertas se algum fica descontrolado. Um médico pode, por exemplo, acompanhar à distância idosos internados em lares ou a actividade desportiva de utentes saudáveis. «Eu gostava que todos tivéssemos um "Dr. Box" no telemóvel. Seria bom para cada um de nós seguir a sua saúde de uma forma simples e prática», resume Flávio Maia, promotor do projecto.



Diogo de Lucena



Amílcar Falcão



Ana Paula Martins



Helena Garrido

Jorge Moreira
GonçalvesJosé Eduardo
Soares Moniz

UM JÚRI DE IDEIAS E TRABALHOS



Miguel Gouveia

Paulo Barradas
Rebelo

Paulo Cleto Duarte



Paulo Gonçalves



Rogério Gaspar

O presidente do júri tomou a palavra na cerimónia da entrega do Prémio João Cordeiro para informar que, este ano, a escolha do vencedor foi «particularmente difícil». Diogo de Lucena advertiu os presentes que essas não eram «palavras de circunstância». A sala ficou convencida, porque tinha acabado de ver os vídeos de apresentação dos cinco finalistas e fervilhava de pensamentos e vibrações positivas quanto ao futuro das farmácias.

Os cinco finalistas, entre 13 candidatos, foram mesmo chamados a sessões de esclarecimento presenciais com os membros do júri. Diogo de Lucena esclareceu os três critérios que levaram à escolha do projecto Rede de Farmácias Amigas do Viajante. Em primeiro lugar, «o prémio é um prémio de inovação, tem de haver um elemento de inovação». Depois, promove «a integração das farmácias com o SNS, os utentes e outros profissionais de saúde». Finalmente, o júri valoriza «as perspectivas e o prazo de implementação».

O vice-presidente do Infarmed discursou antes do anúncio do vencedor e manifestou «o reconhecimento e apoio» do regulador a todos os projectos finalistas. «Este prémio encerra em si o espírito inovador e imaginativo que as nossas farmácias e os nossos farmacêuticos têm demonstrado ao longo dos anos», disse Rui Santos Ivo, que participou na cerimónia em representação do ministro da Saúde.

O presidente da ANF afirmou que o prémio mostra o «compromisso das farmácias com a inovação». Paulo Cleto Duarte disse ainda que é importante abrir o sector «a quem está de fora e vê oportunidades que nós, que estamos cá dentro, nem sempre conseguimos visualizar». O impacto das candidaturas «desafia e leva as farmácias a um patamar diferente de resolução de problemas concretos de saúde, mas também de conveniência e proximidade com os portugueses».

*Há noites em que acordo
assaltado por pensamentos.*

O L A' I S A O U Q O
O F S I F A R A A N
C E A U P B Z R E L
R V E I G V F O U V
T V E H R T A S N O
V B I P O A U O E S
S P F A U R A N C A
N S P U A B F O A R
Q A A' L C O I A' L U
F I O Q E U E R V A
U T E N B T O. F S O
A C T U E N N O I Q
A P E N V Q T C O ...

Olá, Sou o Sifarma. Em breve vou ter novidades para a sua farmácia. Fique atento. O atendimento...

LEF DE PRATA

25 anos de Laboratório de Estudos Farmacêuticos.

REPORTAGEM: SÓNIA BALASTEIRO

FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO



O Laboratório de Estudos Farmacêuticos (LEF) é um mundo de moléculas, fórmulas, máquinas sofisticadas e dossiês complexos. Na Fábrica da Pólvora, em Barcarena, o *know-how* de 61 profissionais está aliado à mais avançada tecnologia ao serviço das ciências da Saúde, para desenvolver e analisar fórmulas farmacêuticas. O objectivo? Podermos confiar nos medicamentos que tomamos.

Tudo começou na Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa, já lá vão 25 anos. Em 1994, o LEF autonomizou-se, instalando-se numa vivenda do Restelo. «No piso zero funcionavam os laboratórios», recorda Sandra Romão, a mais antiga funcionária desta empresa «muito familiar», como a descreve. Nesse tempo, o LEF era o primeiro e único laboratório em Portugal a estudar a equivalência dos genéricos face aos originais.

Hoje, é o líder português em serviços para a indústria farmacêutica. A qualidade de medicamentos, cosméticos e suplementos alimentares é estudada por uma equipa de luxo, que há dez anos se mudou para as actuais instalações. O meticuloso trabalho desenvolvido no LEF tem agora lugar em 4.500 metros quadrados, num edifício belo e moderno da urbanização Fábrica da Pólvora, em Barcarena, perfeitamente integrado no verde da paisagem. Cá fora, há muitas espécies autóctones de árvores e plantas, coelhos e lebres selvagens. Lá dentro, sucedem-se os espaços de laboratório de última geração, onde bata, máscara e protectores de sapatos compõem a indumentária obrigatória. A mudança para este espaço permitiu ao LEF dar um 'salto de coelho' na oferta de serviços. O director-executivo, Pedro Marques, garante que a instituição está agora «dotada de todas as condições para operar em múltiplas áreas, sempre com o padrão máximo de qualidade».

A INDÚSTRIA
ENCONTRA
AQUI TUDO O QUE
PRECISA PARA APROVAR
E COMERCIALIZAR
MEDICAMENTOS

*Escrevo-os em pequenos
pedaços de papel.*



A unidade de Microbiologia responde a muitas solicitações da indústria



A Biofarmácia foi a primeira área desenvolvida pelo LEF, relacionada com o aparecimento dos genéricos. De 1992 para cá, a actividade do laboratório diversificou-se substancialmente, ao encontro das necessidades das farmácias e da indústria. O LEF expandiu os Serviços Analíticos e criou novos: Assuntos Regulamentares e Farmacovigilância; Medicamentos Manipulados; Desenvolvimento Farmacêutico; Ensaio Clínicos e Bioanálise; Formação e Consultoria; e, finalmente, Produção. Sim, o LEF fabrica medicamentos, assim como suplementos

alimentares, cosméticos e produtos veterinários.

A garantia de qualidade é o «chapéu-de-chuva» transversal a todos os serviços, na expressão da directora-técnica do LEF, Fátima Carvalho. Estamos no mundo do rigor. Cabe a Fátima Carvalho assegurar que «os equipamentos e as instalações estão qualificados, os processos de fabrico e métodos analíticos validados, os documentos controlados e a equipa de profissionais dotada de formação adequada às tarefas diárias». Qualquer desvio é imediatamente reportado, investigado e corrigido.



Os ensaios de dissolução simulam o comportamento dos medicamentos no corpo humano

! O LEF NASCEU PARA CONTROLAR A QUALIDADE DOS MEDICAMENTOS



O “coração” do LEF bate - e bate forte - nos Serviços Analíticos. E é a responsável por esta área, Ana Brízio, a guiar-nos pelos laboratórios onde são realizados os ensaios aos medicamentos. Uma parte faz-se antes de libertar os lotes para as farmácias, outra «ao longo do seu prazo de validade, para verificar se está bem estabelecido».

No laboratório de cromatografia são quantificadas as substâncias activas, as impurezas e os conservantes: «Analisamos todos os compostos químicos para garantir que estão na dosagem correcta e sem impurezas».

A visita guiada continua em direcção à grande novidade permitida pelas instalações de Barcarena: a unidade de Microbiologia, que responde a muitas solicitações da indústria, tanto farmacêutica como de dispositivos médicos e produtos cosméticos. Esta unidade tem salas classificadas. Temos de vestir bata, pôr uma máscara e colocar protecção no calçado. O respeito pelas boas práticas de laboratório não admite excepções. O objectivo é impossibilitar qualquer contaminação dos produtos em estudo. «Se ali verificámos a contaminação química, aqui verifica-se a microbiológica, assim como a eficácia dos conservantes quando se trata de uma formulação multidose», expõe Ana Brízio.

Mas isso não chega para garantir a qualidade, segurança e eficácia do medicamento na vida real. A tecnologia instalada no LEF permite avaliar exactamente como vai comportar-se um comprimido ou uma cápsula no corpo humano. Há especialidades terapêuticas de absorção imediata e outras de libertação prolongada. Cada medicamento deve manifestar-se no órgão, dose e janela de tempo previstos. Os ensaios de dissolução simulam o comportamento do medicamento no trato gastrointestinal. O comprimido ou a cápsula são sujeitos a meios laboratoriais que mimetizam os fluidos corporais.

*Outras vezes, esses
pensamentos aparecem enquanto
conduzo e sou obrigado
a parar para escrever.*





Os ensaios de estabilidade permitem estabelecer prazos de validade e condições de armazenamento noutras regiões climáticas

«Quantificamos a libertação da substância activa», explica Ana Brízio. Quando é detectada alguma não conformidade, o medicamento é retirado do mercado.

Neste departamento também são realizados ensaios de estabilidade. O LEF tem vários clientes que se dedicam à exportação de medicamentos. É preciso assegurar, à partida, o bom comportamento das especialidades farmacêuticas noutras zonas climáticas. As câmaras climáticas «permitem, por exemplo, “recriar” um clima com temperatura e humidade elevadas, simulando as condições de África ou da América do Sul». Estes estudos permitem estabelecer o prazo de validade e as condições de armazenamento dos produtos farmacêuticos noutras regiões do globo.

No ano passado, foram analisados no LEF 6.500 lotes de medicamentos. «E este ano estamos já perto desse número. Um dos nossos maiores clientes está a investir noutros mercados», elucida a responsável.

Voltamos a ter de nos vestir com equipamento laboratorial para visitar os departamentos de Desenvolvimento Farmacêutico e de Produção. «Nesta fase, estamos a fabricar, sobretudo, medicamentos e produtos de veterinária», introduz o director-executivo do LEF, Pedro Marques. O LEF está a fabricar 20 mil unidades de champô para cães por semana. Os fiéis amigos das famílias dos portugueses beneficiam de uma gama de produtos diversificada. «Para além dos champôs, de uso frequente e terapêutico, produzimos cremes cicatrizantes para animais de companhia», precisa o responsável do departamento, Amadeu Ribeiro.

Já quanto aos humanos, a capacidade do laboratório não se esgota nos medicamentos. No dia da nossa visita, assistimos à produção de um suplemento alimentar. «Estamos a produzir melatonina de um miligrama», especifica o director de Produção. O LEF fabrica seis mil embalagens por ano deste produto, usado por milhões de pessoas em todo o mundo como regulador da função do sono. Os produtos são comercializados sob as marcas dos clientes do LEF, que não tem produtos de marca própria.

Seguimos para o departamento de Biofarmácia. Foi criado há 25 anos, para estudar se os medicamentos genéricos tinham a eficácia dos originais.



O LABORATÓRIO TEM CAPACIDADE PARA FAZER ENSAIOS CLÍNICOS E DE BIOEQUIVALÊNCIA

LEF FABRICA MUITOS PRODUTOS DE USO HUMANO E ATÉ CHAMPÔ PARA CÃES

Está intimamente ligado ao motivo original de criação do LEF, mas não ficou para museu dessa época. «Ainda é um departamento analítico, mas foi crescendo em oferta integrada de serviços, designadamente na área dos ensaios clínicos», elucida a directora, Margarida Barreto.

O LEF tem capacidade para fazer três estudos de bioequivalência por ano. São ensaios clínicos com voluntários, necessários à aprovação de genéricos no mercado. A capacidade instalada não se esgota nas cápsulas e nos comprimidos. Também se fazem aqui estudos de equivalência de genéricos de aplicação e

*Coisas simples, como: 
"Cala-te e aprende a ouvir".*

acção tópica. «Desenvolvemos ensaios *in vitro* em que se utilizam partes de seres vivos. No caso, pele», explica Margarida Barreto. Nos testes de permeação cutânea, compara-se o comportamento do produto no que diz respeito à absorção. Em média, são realizados dois destes ensaios por ano.

O laboratório não presta só estes serviços. Está organizado para desenvolver processos de registo de medicamentos. «Somos o contacto certo para uma empresa que pretende colocar um medicamento em Portugal ou noutros países da UE», afirma Filipa Queirós, especialista em Assuntos Regulamentares. Os profissionais do LEF preparam o dossiê necessário à obtenção de uma autorização de introdução no mercado (AIM) por parte das autoridades regulamentares. «Se for necessário, articulamos com o fabricante para a elaboração do dossiê», explica a especialista.



O director-executivo, Pedro Marques, afirma que o LEF «opera em múltiplas áreas, sempre com o padrão máximo de qualidade»

PARA ALÉM DA EXCELÊNCIA CIENTÍFICA E TECNOLÓGICA, HÁ AINDA O INGREDIENTE HUMANO

O LEF faz o pré-registo e a notificação ao Infarmed de um pedido de AIM. Normalmente, o processo de aprovação envolve várias exigências de elementos adicionais por parte do regulador. Estes processos são muito complexos e exigentes, mas o LEF está «preparado para fazer o acompanhamento dessa avaliação». Em Portugal, em média, a entidade reguladora leva 210 dias a analisar um pedido de AIM. A intervenção do LEF estende-se para lá da AIM. O serviço de Assuntos Regulamentares trata de questões como «atribuição de preço, comparticipações, manutenção no mercado e alterações».

O acompanhamento do LEF ao ciclo de vida de um medicamento pode compreender a farmacovigilância, como «contacto local». Nesses casos, «submete os relatórios periódicos de segurança e faz a pesquisa bibliográfica, nacional e internacional». Se ocorrer uma reacção adversa, o LEF assume a responsabilidade de notificar o Infarmed e as autoridades europeias.

Há outros ingredientes para além da excelência técnica, científica e tecnológica. «Temos um bom ambiente, com chefias que se preocupam com o bem-estar dos profissionais», nota Sandra Romão, administrativa há 22 anos na empresa. Esta colaboradora acredita que isso contribui para a coesão em torno do objectivo central do LEF: garantir aos clientes a «total fiabilidade do resultado».

*Tens dois olhos para veres,
mas veres bem. Tens dois
ouvidos para ouvires,
mas ouvires bem e calado.*

Maria do Céu Machado, presidente do Infarmed, de visita ao LEF em dia de aniversário



PARABÉNS, PIONEIRO

«O LEF foi o primeiro laboratório privado a avaliar a qualidade do medicamento em Portugal e continua a ser uma organização de referência no sector», declarou a nova presidente do Infarmed, Maria do Céu Machado, na conferência que assinalou o 25.º aniversário da instituição, realizada no dia 19 de Setembro.

Maria do Céu Machado elogiou ainda a adesão sistemática do LEF a boas práticas, algumas das quais certificadas pelo próprio regulador, e deixou garantias quanto à continuidade do apoio institucional do Infarmed à actividade do laboratório.

Já o presidente da ANF, Paulo Cleto Duarte, recordou que o LEF foi pioneiro no «estudo sobre a qualidade dos medicamentos, muito antes de ser assegurado pelo próprio Estado, em prol da saúde pública do país».

ESTÁ LÁ? QUERO FAZER UM MEDICAMENTO

Em Portugal há cerca de 600 farmácias a preparar medicamentos manipulados com frequência. Clarisse Dias é uma espécie de diretora-técnica desses produtos, ainda que sem nome nas embalagens. Todos os dias responde a quaisquer dúvidas das farmácias, a partir de uma central telefónica instalada no LEF. Chegou em 2007, como jovem licenciada. Vinha apaixonada pelo mundo fascinante dos manipulados graças à farmácia onde fez o estágio.

Hoje com 33 anos, esta farmacêutica tornou-se uma autoridade neste domínio, não só do ponto de vista técnico como das tendências de mercado. «Os manipulados remontam ao tempo das boticas», mas não são coisa de museu. «Continuam actuais, até como resposta às lacunas da indústria farmacêutica», garante a nossa interlocutora.

Pediatria e Dermatologia são as especialidades médicas em que são mais procurados. Na Pediatria, a manipulação é muitas vezes solicitada para ajustar às crianças a dose de medicamentos só disponíveis no mercado para adultos. Já em Dermatologia, verifica-se «muita procura de moléculas que nem sequer existem no mercado, como acontece nas formulações despigmentantes com hidroquinona, usadas no tratamento do melasma», doença da pele que provoca manchas escuras devido à exposição solar.

Os medicamentos manipulados não só resistem na era industrial como dão sinais de franca expansão.



Clarisse Dias responde a todas as dúvidas das farmácias

A FARMÁCIAS TÊM APOIO ESPECIALIZADO PERMANENTE NA PREPARAÇÃO DE MANIPULADOS

MEDICAMENTOS MANIPULADOS ACOMPANHAM TENDÊNCIA DO MERCADO

Por um lado, «as empresas de matérias-primas estão a facturar mais». Por outro, verifica-se um «interesse e especialização crescentes por parte do universo de farmácias». Pelo menos 30 farmácias podem ser consideradas especializadas em determinados medicamentos manipulados.

A tendência de fundo para a individualização das terapêuticas concorre para a expansão deste mercado. «Estamos a evoluir no sentido de as pessoas esperarem um medicamento só para elas», nota Clarisse Dias.

Nos produtos contra o envelhecimento essa individualização começa a ser uma prática. «Não somos todos

Tens apenas uma boca, para a teres fechada e só falares quando tiveres visto e ouvido bem, mas mesmo assim quando for para esclarecer a verdade e a justiça.

iguais. E cada pessoa tem variações ao longo do tempo. E há, também, o utente que pretende formulações sem parabenos ou o utente com requisitos específicos como a intolerância à lactose», exemplifica a especialista. Isto implica um feixe de dosagens e associações de substituição hormonal muito para além do que existe no mercado.

O LEF apoia as farmácias na preparação de medicamentos manipulados em quaisquer aspectos. O cálculo do preço é um tema frequente do apoio telefónico. É difícil um medicamento manipulado custar menos de 25 euros, mas em muitos casos, «100 euros ainda é pouco». Clarisse Dias nota que a farmácia, antes da dispensa, tem de executar muitas outras tarefas, como a selecção do fornecedor das matérias-primas, preparação, controlo de qualidade, registo do lote e rotulagem.



CERTIFICAÇÕES

1998
BPF (CQ & LIBERTAÇÃO
LOTE) - INFARMED

2008
BPL - ANVISA

2011
BPF (FABRICO)
- INFARMED

1995
BPL / OCDE - INFARMED

1999
ISO 17025 - IPAC

2010
ISO 14001 - SGS

2015
FABRICO DE MEDICAMENTOS
E PRODUTOS VETERINÁRIOS - DGAV

O LEF EM NÚMEROS



61 COLABORADORES



49 LICENCIADOS



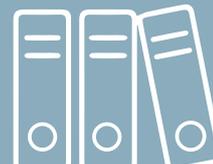
1 DOUTORADO



4 ESPECIALISTAS
EM INDÚSTRIA FARMACÊUTICA



1 ESPECIALISTA EM ASSUNTOS
REGULAMENTARES



95 DOSSIÊS
GERIDOS PELO LEF



950 MEDICAMENTOS
ANALISADOS POR ANO



6.500 LOTES DE MEDICAMENTOS
E PRODUTOS DE SAÚDE
ANALISADOS POR ANO



80 CLIENTES

*JOSÉ
ARANDA
DA SILVA*



TEXTO: PAULO MARTINS

*«Ao educares um jovem, não o massacras
com os seus defeitos ou deficiências,
tocando-os apenas ao de leve.»*



HONORIS CAUSA DE CAUSAS CONCRETAS

«**P**rocura sempre ir até ao limite que as circunstâncias permitem», atesta Jorge Gonçalves. «É um fazedor. Não descansa enquanto não deixa pegada», acrescenta José Sousa Lobo. O retrato cruzado que os dois catedráticos da Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto esboçam de Aranda da Silva pode ter sido influenciado pelo contexto, a cerimónia de atribuição do doutoramento *honoris causa*, a 3 de Outubro. Porém, não deixa de evidenciar os traços identificadores da longa carreira do homenageado: obstinação e pragmatismo. «Nunca desisto. É uma questão educacional. Quando uma pessoa sabe o que quer, tem objectivos e está convencido de que tem razão, faz tudo até ao fim. Pode demorar tempo: o Infarmed só ao fim de dez anos ficou como eu quis», afirma o próprio.

Embora impute à sorte o seu currículo – «não lutei pela maior parte dos cargos que exerci» – o antigo presidente da entidade reguladora sabe que a persistência é um medicamento milagroso. Ainda mais se ministrada com uma boa dose de persuasão: «Toda a minha vida foi de procura de consensos. Sempre tive a capacidade de convencer as pessoas». A família, já se sabe, ajuda a moldar personalidades. Mas o que destaca é a influência de professores do Liceu Salazar, em Lourenço Marques (hoje Maputo, Moçambique), onde nasceu em 1948. «Tipos fora de série», como Cansado Gonçalves, Cardigos dos Reis ou Rodrigues Martins.

**PRIMEIRO
PRESIDENTE
DO INFARMED, SOUBE
LIDAR ATÉ 2000 COM
QUATRO MINISTROS
E 13 SECRETÁRIOS
DE ESTADO**

Licenciado em Farmácia pela Universidade do Porto, em 1972, o novo doutor *honoris causa* puxou na sessão solene pelas memórias mais impressionantes desse vínculo. Por um lado, os plenários estudantis de desafio à ditadura, que dirigia no átrio da reitoria. Por outro, os mestres – Correia da Silva, Joaquim Polónia, Nogueira Prista e, sobretudo, Aluísio Marques Leal, de quem se diz «uma espécie de filho adoptivo». Viria a ser assistente dele em Lisboa, antes de seguir percurso académico próprio, e acompanhou-o até à morte, em 2016.

José António Aranda da Silva protagoniza, na família, a quarta geração de farmacêuticos, originários da região de Soure. O avô instalou-se em Moçambique no final do século XIX; o pai deu combustível ao empreendedorismo em terras africanas. Contra a vontade deste, decidiu estudar na chamada Metrópole. “Oficialmente”, o pai reservava-lhe um lugar de engenheiro químico numa unidade de indústria farmacêutica, projectada em parceria com a Sharp & Dohme. Na realidade, não queria que partisse. Rendeu-se à determinação do filho.

A passagem por Coimbra, claro, não se esgota no estudo. Mete aventuras culturais e desportivas, até políticas. Bom treino dos dotes de liderança que exercerá no Porto, cuja academia está em ebulição, à cabeça da Associação de Estudantes da Faculdade de Farmácia e como secretário-geral da Reunião Inter-Escolas (RIE).

No final de 1973, já com canudo e pós-graduado em Análises Clínicas, segue para a tropa, em Mafra. Mal o regime marcelista desaba, o Exército “entrega-o” à Força Aérea. Pouco dado a passar pelos pingos da chuva sem ser notado, o jovem oficial miliciano é eleito para a Assembleia do MFA e requisitado para a famosa 5.ª Divisão. Há-de entrar para o quadro permanente do Exército, em concurso público. Tão a sério leva a preparação para as exigentes provas, durante um ano, que alcança o primeiro lugar. Destacado para o Laboratório Militar, aceita a proposta de criar a carreira de Farmácia

ESTUDOU EM COIMBRA. E METEU-SE EM AVENTURAS CULTURAIS, DESPORTIVAS E POLÍTICAS

Hospitalar nas Forças Armadas. Única condição: cumprir um programa formativo. Após internato no Hospital de Santa Maria, vai para o Hammersmith Hospital, em Londres, e depois para o Hospital de la Santa Cruz y San Pablo, em Barcelona. «Tinha 26 anos e fui estudar durante dois. Toda a minha carreira foi muito marcada por esse período», admite.

A impressão digital que deixou no universo castrense é bem mais profunda. Jorge Gonçalves, a quem coube o elogio na cerimónia de doutoramento, sublinhou o seu papel na reestruturação dos serviços farmacêuticos militares, impelida pelo fim da guerra colonial, a implementação do uso do Formulário Nacional de Medicamentos no Hospital Militar Principal e a criação da primeira Comissão de Farmácia e Terapêutica do estabelecimento de saúde.



Jorge Gonçalves, elogiador, Aranda da Silva, José Manuel Sousa Lobo, director da Faculdade de Farmácia e padrinho do doutorando, e o reitor da Universidade do Porto, Sebastião Fejo de Azevedo

A primeira função pública “civil” que Aranda da Silva desempenha, entre 1990 e 1993, é de director-geral dos Assuntos Farmacêuticos. Apanhado de surpresa pelo convite, pede 15 dias para reflectir. Amigos como João Silveira, da Direcção da ANF, incentivam-no a avançar. Nas mãos do ministro da Saúde, Arlindo de Carvalho, deposita um documento, curto mas focado, como se de um caderno reivindicativo se tratasse: defende a conversão da direcção-geral em instituto público e a criação de um laboratório de controlo de qualidade de medicamentos, com vista ao desenvolvimento do mercado de genéricos.

«Perfeitamente anacrónica»: eis como descreve a direcção-geral. Instalações dispersas e quadro de pessoal desmotivado são a face negra de um organismo cujos serviços de inspecção se reduzem a um funcionário. O salário, longe de generoso, não lhe rouba entusiasmo. Para suprir a falta de peritos, apoia-se nas faculdades. Não corta cabeças, nem toma atitudes drásticas, mas vai levando a água ao seu moinho.

Em 1993, emerge a oportunidade de fundar o Infarmed, cujo financiamento é assegurado através da taxa que revertia a favor da Comissão Reguladora dos Produtos Químicos e Farmacêuticos. Perante a relutância do ministro, toma a iniciativa de desbloquear um dossiê potencialmente controverso, fazendo a ponte com os partidos da oposição. Envolve o socialista Correia de Campos, o comunista Edgar Correia e Maria José Nogueira Pinto, do CDS. O Parlamento acaba por autorizar a incorporação no Orçamento do Estado da transferência do valor das taxas para o instituto.

Primeiro presidente do Infarmed, Aranda lida até 2000 com quatro ministros e 13 secretários de Estado. Vence reservas quanto à utilidade do organismo, nascido no mesmo ano da Agência Europeia do Medicamento, pela qual a presidência portuguesa da União Europeia de 1992 se batera, mas que não reunia o consenso dos Estados-Membros. Reconhece-se hoje que pôs o Infarmed no mapa, sendo o principal responsável pela robustez e credibilidade do sistema regulamentar do medicamento.

Insistir e batalhar nos aspectos negativos, amesquinha-o, revolta, destrói.



José Aranda da Silva discursa na cerimónia em que lhe foi atribuído o título de Doutor Honoris Causa, no dia 3 de Outubro

**EM 1993,
ENVOLVE
EDGAR CORREIA,
CORREIA DE CAMPOS
E MARIA JOSÉ NOGUEIRA
PINTO NA FUNDAÇÃO
DO INFARMED**

Ao desenvolveres as suas vertentes positivas, por muito simples que sejam, estarás a estimular as suas qualidades e a criar-lhe orgulho próprio.



O passo seguinte é a Ordem dos Farmacêuticos. Conta que foram jovens como Paulo Cleto Duarte, então secretário-geral do organismo e actual presidente da ANF, que o desafiaram a candidatar-se a bastonário. Eleito por altura da entrada em vigor dos novos Estatutos da Ordem, elege três objectivos. A criação de um sistema de acreditação da formação pelas faculdades «foi fácil, porque tratava por tu a geração que estava no poder». A acreditação da profissão, fazendo depender a renovação da carteira de formação contínua, não enfrentou obstáculos. Menos consensual se revelou a terceira meta. Tratava-se do que designa por «desmaterialização do acto farmacêutico», que valoriza a prestação de serviços. Não a concretizou, mas a ideia ficou a pairar, estando hoje na ordem do dia.

«Tinha o tempo certinho para passar à reserva», com a patente de coronel farmacêutico, quando em 2006 tomou essa decisão. Só não passou à reserva na área farmacêutica. A sua opinião continua a ser ouvida – como presidente da INODES (Associação de Inovação e

Desenvolvimento da Saúde Pública), membro do Observatório Português dos Sistemas de Saúde e da Administração da Fundação Saúde SNS. O registo científico, reserva-o para a Revista Portuguesa de Farmacoterapia. Única publicação científica da área da Farmácia, indexada e com avaliação por pares, é um projecto da sua lavra, que lançou em 2009 e continua a dirigir.

saúda

CONTINUE A LER EM

www.revistasauda.pt

- > Família entre Portugal e África.
- > Política na massa do sangue.
- > O que precisa de mudar no SNS.

MUSEU DA FARMÁCIA
19
96
20+1
20
17
MUSEU GLOBAL



PORTO, DE 23 NOVEMBRO 2017 A 31 DE MARÇO 2018

MUSEU DA FARMÁCIA
EXPOSIÇÃO MUSEU GLOBAL 20+1

Copiador

Livro de Registos da Farmácia Portuguesa
nos meses de Setembro e Outubro do ano de 2017...

...Compilados por Nuno Esteves



Quatro farmácias classificadas como históricas pela Câmara de Lisboa

A Farmácia Andrade (Rua do Alecrim), a Farmácia Barreto (Rua do Loreto), a Farmácia Morão (Largo da Graça) e a Farmácia Normal (Rua da Prata) foram distinguidas pela iniciativa Lojas com História, da Câmara de Lisboa. Uma exposição sobre este projecto está patente de terça a sábado, até 25 de Novembro, na Rua da Conceição (Baixa) e tem entrada gratuita. Aqui pode ver objectos dos acervos originais, textos descritivos e fotografias dos espaços.

7 de Setembro
a 25 de
Novembro,
Lisboa



Alliance Healthcare inaugura armazém na Madeira

A funcionar desde 24 de Julho, o novo armazém da distribuidora farmacêutica foi inaugurado pelo presidente do Governo Regional da Madeira, Miguel de Albuquerque. A instalação possui uma área total de 952m², capacidade para 11.500 referências, 200 paletes em stock ambiente e câmara de frio. Com uma equipa permanente de 13 pessoas e uma frota de distribuição dedicada, esta infra-estrutura pretende assegurar um melhor nível de serviço, bem como soluções integradas para as farmácias daquela região.

15 de Setembro,
Camacha



Nova marca ViV Sport

ViV Sport é a primeira marca exclusiva das Farmácias Portuguesas, orientada para os suplementos desportivos, em associação ao serviço de nutrição desportiva nas farmácias. Com qualidade certificada pelo LEF, a marca disponibiliza uma oferta completa, que vai do pré-treino à recuperação pós-treino, e das barras energéticas e bebidas isotónicas aos multivitamínicos. O evento de lançamento deu a conhecer a categoria e as gamas de produtos, assim como os benefícios que proporcionam à condição física de quem pratica exercício, seja de forma regular ou esporádica.

20 de Setembro,
Lisboa



Livro para aumentar a literacia em saúde

“Doente mas Previdente” é a mais recente obra de Mário Beja Santos. O livro dá exemplos concretos de capacitação, literacia e autonomia com base no aconselhamento farmacêutico.

No lançamento, que decorreu no Museu da Farmácia, o autor sublinhou que «o doente ganha tudo em ser previdente». Na apresentação da obra, a bastonária da Ordem dos Farmacêuticos, Ana Paula Martins, congratulou Mário Beja Santos por ser um «exemplo de cidadania».

27 de Setembro,
Lisboa



Prémio Saúde Sustentável para Farmácia da Cumieira e Dignidade

O júri dos Prémios Saúde Sustentável, presidido por Jorge Sampaio, reconheceu o trabalho realizado pela Dignidade no desenho do Abem, programa solidário de acesso aos medicamentos sem custos, através de uma Menção Honrosa na categoria “Sustentabilidade Económico-Financeira”. Destaque ainda para a Farmácia da Cumieira (Fafe), vencedora na categoria “Cuidados Primários”. A atribuição dos Prémios Saúde Sustentável é uma iniciativa do Jornal de Negócios, organizada em parceria com a Sanofi.

3 de Outubro,
Lisboa



Farmacêuticos em peregrinação a Fátima

O centenário das aparições em Fátima foi comemorado pelos farmacêuticos com uma peregrinação ao Santuário, em que cada inscrição contribuiu com 100 euros para apoiar um beneficiário do Programa Abem durante um ano. A jornada constituiu uma experiência enriquecedora a nível pessoal, que incluiu momentos de reflexão, oração e partilha entre os peregrinos, culminando num almoço convívio seguido de celebração da Eucaristia. A organização pertenceu à Associação dos Farmacêuticos Católicos e à Associação Nacional das Farmácias.

4-8 de Outubro,
Lisboa
e Fátima



Jornalistas Sofia Morais, Dulce Salzedas e Sónia Balasteiro premiadas pela OF

A jornalista da TSF Sofia Morais, falecida em Julho deste ano, foi a vencedora do prémio de jornalismo “Farmacêuticos e Sociedade”, uma iniciativa da Ordem dos Farmacêuticos em parceria com o Sindicato dos Jornalistas. O júri quis distinguir a qualidade da série de 25 reportagens “Horizonte VIH/sida”, realizada em colaboração com Miguel Silva, e atribuir a Sofia Morais um prémio de carreira, considerando que era uma jornalista de referência na área da Saúde. O prémio foi entregue pelo Presidente da República ao filho e ao irmão da jornalista. Foi deliberado conceder duas menções honrosas, a Dulce Salzedas, da SIC, com a reportagem sobre o programa Abem, e a Sónia Balasteiro, da Revista Farmácia Portuguesa, com a reportagem “Linha da Frente”, sobre a intervenção dos farmacêuticos nos incêndios em Pedrógão Grande. «Ficamos honrados com o reconhecimento do trabalho editorial da RFP e do talento da Sónia Balasteiro», declarou o nosso director, Duarte Santos.

14 de Outubro,
Lisboa



Ministro elogia resposta das farmácias aos incêndios

«A Farmácia da Lajeosa revela bem como os portugueses são perante a adversidade», disse Adalberto Campos Fernandes, em visita à Farmácia da Lajeosa, na freguesia da Lajeosa do Dão, concelho de Tondela, atingida por incêndio há duas semanas. «Face a esta circunstância terrível da farmácia ter ardido, o que é que aconteceu? Em 24 a 36 horas foi possível a população ter respostas, cobertura e satisfação de necessidades de cuidados farmacêuticos», afirmou o ministro, que agradeceu a concertação de esforços do proprietário e director-técnico, Hugo Ângelo, junta de freguesia, Ordem dos Farmacêuticos e ANF.

31 de Outubro,
Lajeosa
do Dão

Queira acompanhar estes e outros acontecimentos da Farmácia Portuguesa em: www.revistasauda.pt

*Fazendo-o sentir que, afinal,
não é um farrapo qualquer.*



**D. ANTÓNIO
FRANCISCO
DOS SANTOS**
(1948 – 2017)

«A FARMÁCIA FOI PARA MIM UMA ESCOLA»

REPORTAGEM: CARINA MACHADO

FOTOGRAFIA: ALEXANDRE VAZ

«A farmácia foi para mim, desde criança, uma escola», revelou D. António Francisco dos Santos em 2015, nas celebrações dos 40 anos da ANF. O bispo do Porto partilhou com os presentes a sua memória da Farmácia de Valverde, na freguesia de Tendais, concelho de Cinfães, onde ia buscar medicamentos e observar entusiasmado reacções químicas e tubos de ensaio coloridos no laboratório de manipulados. «Ali aprendi lições muito belas, de quem nos acolhia com muita delicadeza, de quem nos dava atenção».

Ele era o menino “Chiquinho de Mourelas”, vivo e simpático com toda a gente, como recorda Maria José Cardoso, antiga professora da terceira classe.

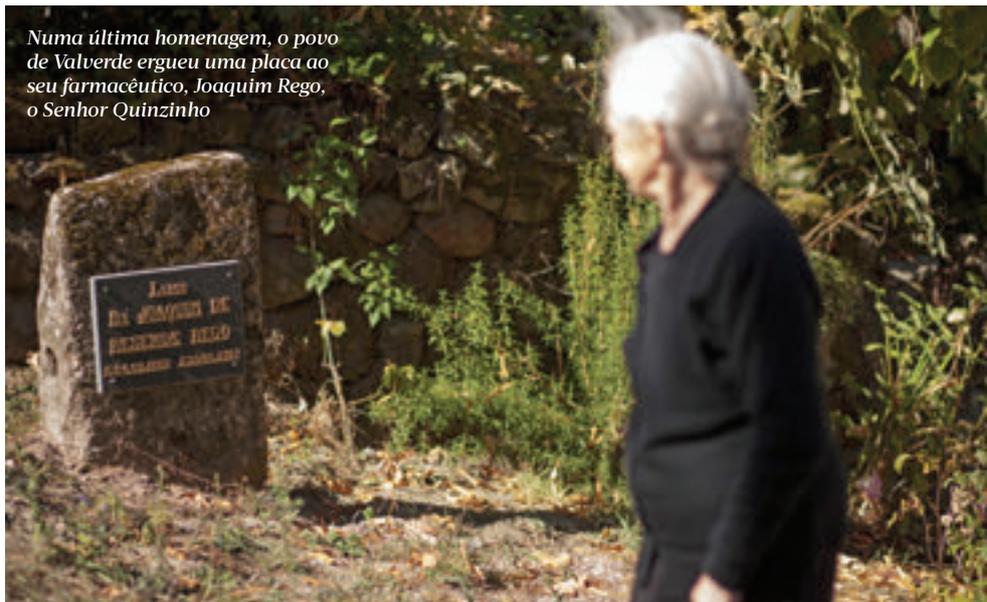
A farmácia encerrou há dezenas de anos. Para a descobrir é preciso aceder às recordações dos mais velhos e ao vale da serra de Montemuro, descer quase a pique a encosta íngreme e descortinar, por entre eucaliptos e castanheiros picantes de ouriços, o lugar de Valverde.

O farmacêutico, Joaquim Resende Rego, já não é vivo e poucas pessoas restam aqui. Um genro daquele é um dos últimos resistentes. José Joaquim Peixoto, 75 anos, nasceu e foi cá criado. Saiu para a tropa, esteve no Ultramar, mas regressou à terra para casar com a filha do farmacêutico. Leva-nos a ver uma antiga edificação, encavalitada na encosta. «Era aqui que o Senhor D. António vinha buscar a medicação. Ele e todos na Gralheira, que é como chamamos a esta serra». Fala ao mesmo tempo que recupera do bolso uma grande chave de ferro, com que, a custo, destranca a porta, perra e magoada dos bichos e do tempo. O pátio interno sobre o qual se abre está cercado por um muro e pequenas casas decrépitas, formando um redondel. Os poucos vidros que ainda se vê nas janelas estão baços e partidos. Vislumbra-se um caminho para uma área traseira de arvoredo, mas há erva por todo o lado. Ainda assim não é difícil perceber o encanto de outrora e terá sido isso que, recentemente, levou um casal holandês a comprar a propriedade.

Não sou polícia nem juiz, sou irmão.



José Joaquim Peixoto lembra-se de ver D. António na farmácia do sogro



Numa última homenagem, o povo de Valverde ergueu uma placa ao seu farmacêutico, Joaquim Rego, o Senhor Quinzinho

«A APRENDI
LIÇÕES MUITO
BELAS, DE QUEM NOS
ACOLHIA COM MUITA
DELICADEZA»

*Um homem que é capaz
de matar, beija-me quando me vê.*

Maria José já nos havia pintado um retrato do sítio. Ali se cruzou várias vezes com o antigo aluno. Guarda com especial saudade os dias 13 de Maio e 13 de Outubro, quando a população dos vários povos se reunia para ouvir as missas de Fátima no rádio do Dr. Joaquim da farmácia, por todos tratado como Senhor Quinzinho. «Não era um homem alto, mas era forte, dando ares

de muita personalidade. Quando falava, toda a gente lhe guardava respeito», assegura Alexandrina Resende Jorge, 81 anos, antiga caseira da família Rego. «Parece que o estou a ver, ao meu falecido sogro, aqui, à beira desta mesa de pedra», recorda José. Os dois apontam entusiasmados para o espaço da antiga farmácia. Era logo em frente, no pequeno edifício de dois andares, a entrada em baixo.

«Nascemos e fomos criados aqui». Em crianças, frequentavam a farmácia todos os dias. Alexandrina vinha buscar milho para levar para os moinhos que estavam à responsabilidade do pai, assim como as cabras.



Alexandrina Jorge conta que o farmacêutico a salvou de uma pneumonia com... mostarda.
«Eram outros tempos!»

◀◀ **I**R À
FARMÁCIA
ERA MAIS PRÓXIMO,
ERA MAIS RÁPIDO»

O padre Rego, irmão do farmacêutico, alimentava a leite de cabra os furões que tinha para caçar.

«Aí, colada à botica, era a casa do padre Rego, a chamada casa ronda». Ronda porque é redonda, um óbvio sublinhado por José, que comenta não terem ainda passado meia dúzia de dias desde que ali foi dar com uma colmeia de abelhas asiáticas. «Ui, destroem tudo!», sustenta Alexandrina, que continua: «À sua beira, o alambique, junto do qual o Senhor Quinzinho semeava as ervas. Curou-me de uma pneumonia, com mostarda! Eram outros tempos!».

José assente com a cabeça. Confirma que a maioria dos medicamentos era o sogro quem os produzia. «Ui! Tantas ervas que angariávamos para os remédios!

*Tendais é uma freguesia composta por 15 povos.
Mourelas, onde fica a casa de infância
de D. António, é um deles*



Semeava-as e recolhia-as. Oh dona Alexandrina, a senhora recorda-se daquele medicamento que ele nos dava para as lombrigas?». «Ai não! Se aquilo custava a tomar! A gente até chorava, de amargo que era. Olhe, ali era a casa do tear». Semeavam linho, com que faziam toalhas, e da linhaça, pisada no almofariz de bronze, extraíam o óleo para a farmácia.

«Quantas vezes as farmácias eram escola de aconselhamento, que nos ajudavam a encontrar solução para as dores e as dificuldades. Sem dispensar a mediação do médico, mas ir à farmácia era mais próximo, era mais rápido», relatava ainda o bispo do Porto.

Os anciãos de Valverde lembram-se bem da amizade entre o garoto António Francisco e o farmacêutico. A admiração do bispo pela farmácia não os surpreende. Alexandrina sublinha que D. António «foi sempre muito inteligente e observador». O Senhor Quinzinho «era atencioso e solidário». Fazia muitas vezes de médico, num tempo em que o médico estava na vila e a vila ficava a horas de distância. “Esquecia-se” amiúde de cobrar os serviços. «Os Rego eram senhores de cultura, com personalidade, mas muito amigos, ele e a esposa. Eram pessoas com quem se podia conversar um bocadinho».



D. António Francisco não se esqueceu do farmacêutico. O povo também não. Ergueu a Joaquim uma placa, em frente do casario arruinado. Mas é tudo o que resta: memórias. Memórias e abelhas asiáticas.

*Porque é que não posso dar duas
 bofetadas e um puxão de orelhas
 (tudo com consciente moderação),
 para educar e salvar um jovem,
 e um tribunal condena-o a anos
 de cadeia, de onde vai sair pior
 do que estava? Ou seja, perdido.
 Perde-se um jovem que poderia
 vir a ser um verdadeiro Homem.*

O SALTARIQUINHO DA PROFESSORA

Funga umas lágrimas que ameaçam soltar-se, projecta o olhar ao céu e mergulha na memória, até aos idos anos 50. Maria José Resende Almeida Cardoso recorda-se bem de António Francisco dos Santos, o Chiquinho de Mourelas. Inúmeras foram as vezes que o viu passar, pela mão da mãe, Donzelina, a caminho da missa, em Meridãos. «Era um rapazeco pequenino, muito querido, os olhinhos sempre vivos. Vê-lo era com a mãe, uma senhora bonita, mas sofrida pela morte do primeiro filhinho e a solidão do marido, emigrado no Brasil». Maria José, hoje com 83 anos, ainda tem parentesco com a família. Os pais eram primos e, «antigamente, o sangue

importava». Foi, durante um ano, professora de Chiquinho na escola primária de Meridãos. À época, as crianças iniciavam a escola primária aos sete anos. «Quando veio para mim, teria uns nove anitos». Era a terceira classe. O Chiquinho era um garoto sempre atento, com boas notas e muito amigo dos colegas. A professora Maria José recorda, com ternura, um episódio premonitório. Todos os meninos e meninas tinham de escrever uma redacção no caderno colectivo. O tema: a profissão que queriam seguir. «Ele escreveu que gostaria de ser padre, para – nestes termos certos – “ir pelo mundo fora pregar e ensinar”. Era engraçado, o meu saltariquinho!».

NOVO

Meritene® RegenerIs

“Sinta-se bem
por dentro
e por fora!”

Fátima Lopes

Com efeito

ANTIOX*



A FÓRMULA ÚNICA QUE LHE
FORNECE MAGNÉSIO, POTÁSSIO
E ANTIOXIDANTES*



*Meritene® Regeneris é rico em magnésio que contribui para a redução do cansaço e da fadiga. Meritene® Regeneris é rico em vitamina C, vitamina B2, Zinco e Selénio que contribuem para a proteção das células contra as oxidações indesejáveis. É importante seguir uma dieta variada e equilibrada acompanhada da prática de exercício físico.

**JOÃO
ALMIRO**
(1926 - 2017)

O PINCEL DE DEUS

REPORTAGEM: CARLOS ENES

A Revista Farmácia Portuguesa agradece aos filhos de João Almiro a gentil cedência de fotografias.

João Almiro de Melo Meneses e Castro raiou no dia 24 de Junho de 1926, em Canas de Sabugosa.

– S. João Baptista lhe dê nome e o abençoe, que nasce no seu dia.

O parto foi em casa, mas com assistência profissional. O pai e um tio eram médicos, de todas as especialidades, como tinham de ser os médicos há cem anos. Pelo lado da mãe, nem era preciso auxílio. Nada mais natural para Maria Máxima de Melo Menezes e Castro do que dar à luz. João foi o quinto de oito filhos, seis rapazes e duas meninas. Todos nasceram saudáveis e só uma morreu na infância, o que superava largamente as taxas de sobrevivência da época. Para além disso, Máxima era senhora de casa grande, habituada a comandar jornaleiros na apanha da azeitona e nas vindimas das quintas da família.

No Porto foi noite de festa popular, católica pelo lado do Baptista, pagã nas fogueiras, alhos porros e ramos de cidreira, símbolos antigos da fertilidade. E como o menino João haveria de ter filhos! E também convulsões na vida. Não havia um mês, em Braga, no dia 28 de Maio, o Congresso Mariano desaguou no golpe militar que deitou abaixo a Primeira República. No concelho de Tondela, alguns juntaram-se à marcha sobre Lisboa. A maioria continuou a cavar a terra e a semear família. A aldeia estava em expansão demográfica: chegou aos 2.500 habitantes nos anos cinquenta, antes da Guerra do Ultramar e de mudar de nome para Canas de Santa Maria. Aos domingos, as missas eram manifestações de fé, mas também grandes festas populares a que o menino João ficou fiel para sempre.

O doutor Augusto Rodrigues Almiro corria a Serra do Caramulo a cavalo, aos domicílios. Era um João Semana. Os pobres pagavam com galinhas, batatas e outros presentes nascidos da terra. Os pobres de todo com um sorriso e um louva a Deus. Ele não tinha medo da pneumónica nem de deitar mão a nada. No consultório de casa montou marquesa para cirurgia. O menino João escondia-se para espreitar o progenitor coser braços e pernas com o desembaraço das bordadeiras do linho. Quando era apanhado, levava um ralhete, mas não desistia. Sonhava ser médico e microcirurgião. Tropeçou no facto de dois irmãos terem chegado antes ao diploma de Medicina. Como se não bastasse, uma irmã arranjava para marido outro do mesmo curso.

– Já há médicos a mais na família. Vais para farmacêutico, que nos faz aqui mais falta.

Como se prova com o caso de João Almiro, naquele tempo os pais sabiam sempre o que era melhor para os filhos. Liceu em Viseu, curso de Farmácia em Coimbra.

Eu sou só um instrumento.



João Almiro em 1997, em Vancouver, Canadá, por ocasião do Congresso da Federação Internacional dos Farmacêuticos. Era sócio e recordista de participações da FIP



António, Carlos, Luisa, Fernanda e Eurico. Os irmãos de João Almiro, que é o último. Só falta o mais velho. António e Eurico eram os médicos da família

**ESTUDIOSO
E ARROJADO, SALVOU
DOIS DOENTES COM UMA
TRANSFUSÃO DE SANGUE
HOMEM A HOMEM**



Ruth e João Almiro no dia do seu casamento, em 1 de Setembro de 1951. Os noivos estão atrás, em quinto e sexto lugar, rodeados dos irmãos de ambos

Não era o melhor aluno, mas também não falhou, nem aos exames, nem à boémia. Conheceu repúblicas, cafés e tabernas, ganhou uma trupe de amigos. Na Queima das Fitas, o grupo dele comandava a borga. Mal dormidos e bem bebidos, subiam ao comboio sem bilhete. Uma vez, ele chegou à estação da Figueira da Foz, para a garraizada, montado no tejadilho da locomotiva. Foi nessa época que aprendeu a fugir à polícia e a compreender a espécie humana de maneira superlativa.

– Não há rapazes maus. Quem é que não tem um momento na vida de que se arrepende? Quem é que não tem?

Conheceu a mulher, Maria Ruth de Oliveira Lopes Moraes Abrantes, na Faculdade de Farmácia. O casamento foi fértil em filhos, duas raparigas e cinco rapazes. Parece uma história repetida, mas a verdade é que morreu uma das meninas, aos 18 meses, de doença cardíaca. Em 1953, o casal adquiriu por trespasse a antiga Farmácia Ribeiro, em Campo de Besteiros, e fundou a Farmácia Almiro, que ainda lá está. Ruth mandava no balcão, João no laboratório. Ela era relações públicas, ele um estudioso obsessivo. Tornou-se cúmplice dos melhores médicos de Coimbra, o que lhe permitiu recuperar centenas de alcoólicos e muitos outros doentes.

João fez-se um farmacêutico sem medo. Experimentava os seus medicamentos manipulados no próprio corpo. Numa ocasião, arriscou fazer uma transfusão de sangue

directa entre dois doentes. Hoje seria preso, na altura salvou vidas. Sócio da Federação Internacional dos Farmacêuticos, João Almiro é capaz de ser o farmacêutico português com mais congressos internacionais no currículo. Nessas viagens pelo mundo, gastava mais dinheiro em livros do que em hotéis. No regresso do Congresso Mundial de Farmacêuticos de 1986, em Helsínquia, não descansou enquanto o CEDIME não lhe arranjou as referências para chegar ao “Handbook of Injectable Drugs”, de Laurence A. Trissel. Leu a Bíblia e livros científicos a oito, até a vista não poder mais. Como resultado, não distinguia os conceitos de Farmácia e Ciência e aboliu a última fronteira entre Saúde e Serviço. Aos 70 anos, ainda frequentava cursos de formação contínua na escola da ANF. Tinha uma gama inesgotável de interesses: Dermofarmácia, Farmacoterapia, Plantas Medicinais, Medicamentos de Uso Veterinário, Toxicodependência. Nesta área sempre deu cartas. Resgatou ao vício dezenas, talvez centenas de vidas.

– Eu olho os toxicodependentes nos olhos. Passaram tantos pelas minhas mãos que, pela cor dos olhos, pelo brilho dos olhos, sei logo se têm cocaína, se têm heroína.

Quando o casal se separou, ainda nos anos sessenta, João Almiro ficou com seis filhos a cargo: Tito, José, Maria João, Pedro, João e Jorge. Não hesitou quanto ao método educativo, de regras e valores precisos. Na casa de família, ninguém tocava na sopa antes de dizer a Ave Maria.

Fu não quero levar o meu caixão cheio de dinheiro. Quero um caixão de amor e serviço, que dei aos outros. É para isso que eu vivo. Estou radiante para morrer como Deus quiser, mas não é com o dinheiro.

De Maio a Outubro, todos rezavam o terço na hora de ir para a cama. Nas férias, as manhãs eram para trabalhar no laboratório, com quantidades diárias de produção individual estipuladas à partida. O trabalho dos seis *almiros* durante o Verão tinha de garantir, entre outros, o stock de bisnagas de vaselina esterilizada para o ano inteiro. Era um produto de grande consumo porque protegia os trabalhadores dos arrozais das picadas das sanguessugas.

João Almiro tinha esse lado rigoroso, mas também outro mais afectivo. Talvez tenha aprendido com os filhos a educar como se fosse um irmão mais velho. Levou-os a viajar pelo Mundo, «para lhes abrir os olhos». Acolhia com gosto, na casa de família, os amigos deles. Vinham em bandos. Ajudavam a despachar o trabalho no laboratório para poderem ir mais cedo para o rio. Decididamente, João Almiro tinha jeito para a rapaziada e era sensível à alegria. Até contraiu um empréstimo bancário para financiar a instalação sonora da Sweet Love Band, sensacional grupo de baile que chegou a abrir espectáculos para o Quarteto 1111. Tito, o primogénito, conduzia a carrinha e tocava bateria, o filho José era o guitarra ritmo. Beatles, Stones, Doors. Nenhum deles poderá jamais esquecer-se disso.

• A EM COIMBRA,
FOI BOÉMIO.
ANDAVA DE COMBOIO
SEM BILHETE,
NO TEJADILHO
DA LOCOMOTIVA



João Almiro tinha 15 netos. Os mais novos ainda não eram nascidos quando esta fotografia foi tirada

– Aquilo é que era música.

João Almiro construiu um pequeno império. Se contarmos os postos farmacêuticos, instalou seis farmácias ao longo da vida. Nas traseiras da primeira, num fim do mundo chamado Campo de Besteiros, criou um dos maiores laboratórios portugueses de produção de medicamentos. LABESFAL é o acrónimo de “Laboratório de Especialidades Farmacêuticas Almiro”. Montou a primeira fábrica da marca e tornou-se o maior exportador português de soro fisiológico. A meio da vida, deixou o negócio aos descendentes.

– Como farmacêutico, tratei de evoluir e me desenvolver, para me impor. Impus-me. Depois dediquei-me aos outros.

Neste ponto, chegamos à parte da biografia mais conhecida, mas também àquela que não é possível iluminar na sua verdadeira extensão. Para relatar-mos o que João Almiro fez pelos outros teríamos de ouvir muitas centenas de pessoas a quem ele mudou a vida. Era o melhor português vivo*. Outros portugueses ajudam miseráveis, sem eira nem beira. Ele vivia com eles. Já depois dos 90 anos, de muletas, continuava a sair de casa para visitar ladrões e assassinos em prisões de todo o país. Vários juízes confiavam-lhe os jovens mais difíceis, que só ele poderia regenerar.

*Revista Farmácia Portuguesa 210, Abril – Junho 2015, disponível em http://www.revistasauda.pt/Revistas/Farmacia_Portuguesa/Pages/default.aspx



Marina e Francisco são dois dos incontáveis netos do coração. João Almiro salvou a mãe deles, que viveu até aos 3 anos encarcerada num curral

Tinha um método falível, mas com sucesso e provas dadas em muitos casos. Fazia, cada um deles, sentir-se valorizado. João Almiro procurava sempre o melhor de cada ser humano e puxava por isso. Acolheu em casa, até ao último dia, trinta a quarenta almas errantes, com vidas abafadas pela prostituição, abusos sexuais, doenças do corpo e do espírito, droga, álcool e crime. Ao pequeno-almoço, distribuía por todos tarefas domésticas e no campo, para os manter ocupados. Obedeciam-lhe e respeitaram-no sempre. “Roubava” à farmácia para os alimentar. Preparava-os até se sentirem com coragem para irem à vida. A maioria voltava e tornava a ir.

– Conhece as andorinhas?

Falta um aspecto, de capital importância. João Almiro falava como um profeta, em pleno século XXI. Deus, proclamava sempre, era o Pintor das obras que realizou ao longo da vida – e ele, João, um pincel. Dizia coisas verdadeiras como as pedras, simples

*Quem me mandou para aqui,
que resolva isto no dia em
que eu cá não estiver.*

e sublimes como os lírios do campo. Tinha ataques frequentes de pensamentos maravilhosos. Acordava de noite e parava o carro de repente na berma da estrada, para os assentar num cartão ou qualquer pedaço de papel. Depois, como escreveu um dia, *vivia como pensava*. Para o autor destas linhas, foi ele O Índio, anunciado na canção de Caetano Veloso.

– *E aquilo que nesse momento se revelará aos povos
Surpreenderá a todos, não por ser exótico
Mas pelo facto de poder ter sempre estado oculto
Quando terá sido o óbvio.*

saúda

CONTINUE A LER EM

www.revistasauda.pt

- > A cumplicidade com as farmácias.
- > As condecorações.
- > RECORDE O VÍDEO
A grande entrevista
nos 40 anos da ANF.

dentispray

benzocaína

Embalagem com frasco nebulizador de 5 ml
Benzocaína 50 mg/5 ml



**VOLTE
A SORRIR EM
1 MINUTO**



Alívio imediato da dor de dentes

À VENDA EM FARMÁCIAS CNP:2636082

Visite-nos em:



www.ferrazlynce.pt

Dentispray é um medicamento não sujeito a receita médica. Deve ler cuidadosamente as informações da embalagem e no folheto informativo. Não deve prolongar a utilização por mais de 48 horas. Deverá ter em atenção o risco da ocorrência de lesões traumáticas da mucosa oral enquanto anestesiada. Durante a utilização deste medicamento, aconselha-se a não ingerir alimentos sólidos que necessitem de mastigação. Em caso de dúvida ou persistência dos sintomas, consulte o seu médico ou farmacêutico.



FERRAZLYNCE
www.ferrazlynce.pt

PREVENIR A URGÊNCIA

**PAULO
CLETO
DUARTE**



Quero começar por manifestar solidariedade, admiração e reconhecimento aos associados que enfrentaram o drama do incêndios de 15 de Outubro.

Os farmacêuticos e as suas equipas trabalharam expostos a temperaturas infernais e cenários dantescos. Muitos prestaram serviço na incerteza quanto ao destino dos seus familiares e à segurança das suas casas, devido à imprevisibilidade das chamadas e à falência das comunicações.

Logo nas primeiras horas, muitas farmácias abriram espontaneamente as portas para prestar assistência às vítimas do incêndio e para municiar os bombeiros. Na segunda-feira, pelo menos 327 farmácias na região Centro passaram a noite de serviço.

A rede de farmácias, apesar de também ter sido vítima da tragédia, reforçou a sua disponibilidade às populações.

E manteve-se assim vários dias, enquanto foi preciso.

Duas farmácias arderam, 87 ficaram sem comunicações.

Farmácias de todo o país disponibilizaram os seus produtos para apoiar as farmácias afectadas. Farmacêuticos e outros profissionais das nossas equipas ofereceram-se de imediato para ir trabalhar onde fosse preciso. A indústria farmacêutica e o sector grossista mobilizaram-se para evitar rupturas.

As duas farmácias afectadas voltaram a atender pessoas em menos de 48 horas, instaladas nas juntas de freguesia, a quem endereço um agradecimento especial. O número de farmácias sem comunicações foi diminuindo de dia para dia. Na quinta-feira, pudemos informar que estava reposta a normalidade.

A ANF accionou o seu plano de emergência, que contou com a colaboração frutuosa do Poder Local, Ministério da Saúde e Protecção Civil.

Estamos reconhecidos por toda a solidariedade recebida.

Ficamos sensibilizados com a simbólica visita do ministro da Saúde à Farmácia da Lajeosa do Dão.

O que aconteceu mostra que sabemos agir e concertar esforços em situações de urgência.

Mas o que aconteceu não pode repetir-se.

O pacote de medidas aprovado pelo Conselho de Ministros leva-nos a ter esperança numa política integrada de prevenção de incêndios e de mitigação da vulnerabilidade do território.

Os farmacêuticos, como profissionais de saúde, sabem exactamente o valor da prevenção.

Quando a prevenção falha, caímos na urgência.

Tivemos de salvar pessoas e bens em 24 horas porque falharam algumas políticas possíveis nos últimos 24 meses e muitas políticas necessárias há 24 anos.

Quando é assim, sofremos baixas.

Mortes e destruição económica evitáveis.

Na área da Saúde, o adiamento de uma política consistente e integrada de promoção da Saúde e prevenção da doença já levou, seguramente, a baixas dessa natureza.

No passado dia 3 de Fevereiro, os ministros das Finanças e da Saúde assinaram com a ANF um Acordo que referia, explicitamente, a importância estratégica da «proximidade» e «elevada confiança por parte da população» da rede de farmácias.

Esse Acordo previa, com escrupulosa avaliação prévia de ganhos e custos, a participação das farmácias «na promoção da saúde, na prevenção da doença e no acesso da população a cuidados e informação sobre saúde».

O adiamento da implementação do Acordo terá custos para a saúde pública, mas também para os Orçamentos do Estado dos próximos anos.

No imediato, permite que se agrave a destruição económica da rede de serviços de saúde melhor distribuída pelo território.

Uma em cada cinco farmácias encontra-se em risco de falência.

Oito meses é muito tempo, estamos a correr riscos desnecessários.

*Sou feliz.
Não tenho medo de nada.*

ellaOne®

a pílula do dia seguinte de última geração^{1,2}

Quase três vezes mais eficaz
que o levonorgestrel nas primeiras 24h³



Saiba mais em:
www.ellaonefarmaceutico.pt



Incluído
na Lista de Medicamentos Essenciais
da Organização Mundial de Saúde
como Contraceptivo de Emergência⁴



Promovido por:



NOME DO MEDICAMENTO ellaOne 30 mg comprimido **COMPOSIÇÃO QUALITATIVA E QUANTITATIVA** Cada comprimido contém 30 mg de acetato de ulipristal. Excipientes com efeito conhecido: Cada comprimido contém 237 mg de lactose mono-hidratada.

FORMA FARMACÊUTICA Comprimido Comprimido branco ou creme marmorado, redondo, convexo, gravado com o código "ella" em ambas as faces. **INFORMAÇÕES CLÍNICAS Indicações terapêuticas** Contraceção de emergência até 120 horas (5 dias) após uma relação sexual não protegida ou em caso de falha do método contraceptivo. **Posologia e modo de administração** Posologia O tratamento consiste na administração oral de um comprimido, logo que possível, o mais tardar até às 120 horas (5 dias) após a relação sexual não protegida ou a falha do contraceptivo. O ellaOne pode ser tomado em qualquer fase do ciclo menstrual. Caso ocorra o vômito até 3 horas após a ingestão de ellaOne, deverá tomar-se outro comprimido. Antes da administração de ellaOne deverá excluir-se a possibilidade de gravidez. **População especial: Compromisso renal** Não é necessário ajuste de dose. **Afeção hepática:** Na ausência de estudos específicos, não é possível estabelecer recomendações quanto à dose de ellaOne. **Afeção hepática grave:** Na ausência de estudos específicos, não é recomendado o ellaOne. **Crianças e adolescentes:** Não existe utilização relevante de ellaOne em crianças em idade pré-púbere na indicação de contraceção de emergência. **Adolescentes:** o ellaOne é adequado para qualquer mulher com potencial para engravidar, incluindo adolescentes. Não foram demonstradas diferenças na segurança nem na eficácia em comparação com mulheres adultas com 18 anos ou mais. Modo de administração Uso oral. O comprimido pode ser tomado com ou sem alimentos. **Contraindicações** Hipersensibilidade à substância ativa ou a qualquer um dos excipientes. **Advertências e precauções especiais de utilização:** O ellaOne é apenas para uso ocasional. Em nenhum caso deve substituir um método contraceptivo regular. Não se destina a uso durante a gravidez e não deve ser administrado por qualquer mulher que suspeite de gravidez ou que esteja grávida. O ellaOne não interrompe uma gravidez existente. O ellaOne não evita a gravidez em todos os casos. **Efeitos indesejáveis** As reações adversas mais frequentes notificadas foram cefaleias, náuseas, dores abdominais e dismenorreia. A segurança do acetato de ulipristal foi avaliada em 4.718 mulheres durante o programa de desenvolvimento clínico. As reações adversas notificadas num estudo de fase III, no qual participaram 2.637 mulheres, são apresentadas em baixo de acordo com o sistema de classe de órgãos e por ordem decrescente de frequência: muito frequentes ($\geq 1/10$), frequentes ($\geq 1/100$ a $< 1/10$), pouco frequentes ($\geq 1/1.000$ a $< 1/100$) e raras ($\geq 1/10.000$ a $< 1/1.000$). **Infeções e infestações** Pouco frequentes Gripe **Doenças do metabolismo e da nutrição** Pouco frequentes Perturbações do apetite **Perturbações do foro psiquiátrico** Frequentes Perturbações do humor Pouco frequentes Perturbação emocional, Ansiedade, Insónia, Perturbação de hiperatividade, Perturbações estranha no olho, Hiperemia ocular, Fotofobia **Afeções do ouvido e do labirinto** Raras Vertigens **Doenças respiratórias, torácicas e do mediastino** Raras Garganta seca **Doenças gastrointestinais** Frequentes Náuseas*, Dor abdominal*, Desconforto abdominal, Vômitos* Pouco frequentes Diarreia, Boca seca, Dispepsia, Flatulência **Afeções dos tecidos cutâneos e subcutâneos** Pouco frequentes Acne, Lesões da pele, Prurido Raras Urticária **Afeções musculoesqueléticas e dos tecidos conjuntivos** Frequentes Mialgia, Lombalgia **Doenças dos órgãos genitais e da mama** Frequentes Dismenorreia, Dor pélvica, Sensibilidade mamária Pouco frequentes Menorragia, Corrimento vaginal, Perturbação menstrual, Metrorragia, Vaginite, Afrotamentos, Síndrome pré-menstrual Raras Prurido genital, Dispareunia, Ruptura de quisto ovárico, Dores vulvovaginais, Hipomenorreia* **Perturbações gerais** Frequentes Fadiga Pouco frequentes Arrepios Mal-estar geral, Pirexia Raras Sede *Sintoma que pode estar relacionado com gravidez (e, portanto, com uma possível gravidez ectópica) e que poderia atrasar o diagnóstico de gravidez se mal diagnosticado em relação ao uso do medicamento. **Adolescentes:** o perfil de segurança observado em mulheres com menos de 18 anos de idade em estudos e após a introdução no mercado é semelhante ao perfil de segurança em adultos durante o programa de fase III. Experiência após introdução no mercado: as reações adversas espontaneamente notificadas na experiência após a introdução no mercado foram semelhantes em natureza ao perfil de segurança descrito durante o programa de fase III. Descrição de reações adversas selecionadas A maioria das mulheres (74,6 %) nos estudos de fase III menstruariam na data esperada ou dentro de ± 7 dias, enquanto 6,8 % menstruariam mais de 7 dias mais cedo que o esperado e 18,5% apresentaram um atraso de mais de 7 dias em relação à data prevista da menstruação. O atraso foi superior a 20 dias em 4 % das mulheres Uma minoria (8,7 %) das mulheres notificou hemorragias intermenstruais com uma duração média de 2,4 dias. Na maioria dos casos (88,2 %), esta hemorragia foi notificada como pequenas perdas de sangue. Entre as mulheres que receberam ellaOne nos estudos de fase III, apenas 0,4 % notificaram hemorragias intermenstruais abundantes. No estudo de fase III, 82 mulheres participaram no estudo mais do que uma vez tendo, desta forma, recebido mais do que uma dose de ellaOne (73 participaram duas vezes e 9 participaram três vezes). Nestas mulheres, não existiram diferenças em termos de segurança no que respeita à incidência e gravidade dos acontecimentos adversos, da alteração da duração ou volume da menstruação ou da incidência de hemorragias intermenstruais. Medicamento Não Sujeito a Receita Médica de Dispensa Exclusiva em Farmácia. Medicamento não comparticipado. Para mais informações contactar o titular de AIM. Titular de AIM: Laboratoire HRA Pharma, 15 rue Bérangeur, 75003 Paris, França, NIF: FR 67 420 792 582; Representante local: HRA Pharma Iberia, S.L., Sucursal em Portugal; Av. da Liberdade, 110, 1º, 1269-046 Lisboa; Portugal. Data da revisão do texto: dezembro 2016.

1. Resumo das características do medicamento ellaOne; 2. Gemzell-Danielsson and Meng, Int. J. Women's Health 2010;2: 53–61; 3. Glasier AF, et al. The Lancet. 2010;375:555-62. Updated October 24, 2014; 4. executive summary EML 2017 OMS.

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

 **Farmácias
Portuguesas**