

# FARMÁCIA PORTUGUESA 24h

## **EMA PAULINO**

PRESIDENTE DA DIREÇÃO DA ANF

«Temos de ser exigentes connosco e ambiciosos nas expetativas que geramos»

## **VACINAÇÃO NAS FARMÁCIAS**

MAIS DE TRÊS MILHÕES DE VACINAS ADMINISTRADAS

População satisfeita com imunização contra a gripe e a COVID-19 nas farmácias

## **SITUAÇÕES CLÍNICAS LIGEIRAS**

FARMÁCIAS PRONTAS PARA AVANÇAR

Processo permitirá aliviar pressão sobre o SNS

**PROTEGER  
A POPULAÇÃO**





# O futuro da saúde começa **aqui**



**21, 22 e 23**  
**de novembro 2024**  
Centro de Congressos de Lisboa

Saiba mais em  
[expofarma.pt](http://expofarma.pt)



DIANA  
AMARAL



## A INCOMPARÁVEL CAPACIDADE DAS FARMÁCIAS NA RESPOSTA AOS DESAFIOS DA SAÚDE

Nos últimos anos, as farmácias comunitárias têm demonstrado uma extraordinária capacidade de adaptação, organização e mobilização para dar resposta aos desafios lançados pelo Governo. Um exemplo notável dessa eficiência foi a recente campanha de vacinação, que contou com a participação massiva de mais de 2.500 farmácias, permitindo que Portugal alcançasse os mais altos índices de cobertura vacinal na Europa. A satisfação dos utentes, que preferiram recorrer às farmácias para se vacinarem, foi excepcionalmente elevada. Este sucesso é um claro *win-win*, em que Portugal e os portugueses saíram amplamente beneficiados.

Outro exemplo de dinamismo é o projeto de intervenção em situações clínicas ligeiras, iniciado pelas farmácias antes mesmo da publicação do Orçamento do Estado para 2024, em que uma das alíneas contempla este tema. Este projeto, que apoia o modelo de farmácia defendido pela Associação Nacional das Farmácias, visa criar uma farmácia mais clínica, integrada e multidisciplinar. Com mais de 5.000 farmacêuticos comunitários já capacitados para abordar 11 situações clínicas ligeiras, o objetivo é reduzir as idas desnecessárias às urgências e aliviar a pressão sobre os cuidados de saúde primários. Mais uma vez, temos um claro *win-win* para Portugal e para os portugueses.

Diariamente, mais de 500.000 pessoas entram nas farmácias comunitárias, tornando-as a maior porta de acesso ao sistema de saúde. Esta forte capilaridade, com distribuição geográfica por todo o país, garante um acesso aos serviços de saúde igual para todos os cidadãos. Contudo, é imperativo que as farmácias localizadas em zonas com baixa densidade populacional sejam apoiadas para que seja possível manter este nível de acesso

ao medicamento. Só assim o Estado poderá oferecer um serviço igual para todos os portugueses.

Com a apresentação do Livro Branco das Farmácias Portuguesas na Assembleia da República, em novembro de 2023, aplaudido por todos os partidos políticos, traçamos um conjunto de propostas concretas para o futuro das farmácias. A elaboração deste documento dinâmico foi possível graças à colaboração das farmácias, dos colaboradores da ANF e de outros *stakeholders* do ecossistema da Saúde, e permitirá responder eficazmente às necessidades do setor da Saúde, e consequentemente, da população.

Um exemplo da evolução das farmácias é a renovação da terapêutica, que veio permitir ao farmacêutico, durante os 12 meses de validade da prescrição do utente, dispensar medicação para dois meses sem que este precise de se deslocar ao centro de saúde. Este serviço, mais um *win-win*, visa evoluir para um modelo de contratualização entre o SNS e as farmácias, promovendo o acompanhamento farmacêutico na gestão da doença crónica, com intervenções protocoladas e referenciação médica.

Por fim, mas não menos importante, o Programa *abem:*, de cariz social, que apoia famílias com dificuldades financeiras na compra de medicamentos. O fundo é alimentado por campanhas realizadas nas farmácias, pelas próprias farmácias e pelos municípios aderentes.

Em conclusão, para cada problema, a farmácia tem uma solução. Precisamos que o poder político seja um parceiro nestas iniciativas onde todos ganhamos. As farmácias possuem o dinamismo, a organização e a capacidade para serem parte da solução. Contem com as farmácias. Enquanto houver pessoas, haverá sempre uma farmácia!

[www.revistasauda.pt](http://www.revistasauda.pt)

**Diretora** \_\_\_\_\_

Diana Amaral

**Coordenação** \_\_\_\_\_

Sandra Costa

**Direção de Comunicação** \_\_\_\_\_

Marta Roquette

**Direção de Marketing** \_\_\_\_\_

Elisabete Alonso

**Editor de Fotografia** \_\_\_\_\_

Pedro Loureiro

**Capa** \_\_\_\_\_

Pedro Loureiro

**Redação** \_\_\_\_\_

Carina Machado

Irina Fernandes

Maria Jorge Costa

Nuno Esteves

Pedro Veiga

Sandra Costa

Tânia Pereira

Tiago Gonçalves

**Secretária de Redação** \_\_\_\_\_

Paula Cristina Santos

[comunicacao@anf.pt](mailto:comunicacao@anf.pt)

**Direção de Arte e Paginação** \_\_\_\_\_

Ideias com Peso

**Projeto Editorial** \_\_\_\_\_

Direção de Comunicação

da Associação Nacional das Farmácias

**Projeto Gráfico** \_\_\_\_\_

Ideias com Peso

N.º 246: junho 2024

**Tiragem:** 5.000 exemplares

**Impressão e acabamento** \_\_\_\_\_

Lidergraf Sustainable Printing

**Publicidade** \_\_\_\_\_

[comercial@sauda.pt](mailto:comercial@sauda.pt) | 213 400 706

**Assinaturas**

1 ano (2 edições): 30 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

Todos os direitos reservados.





## JUNHO 2024 : 246

---

### INTERVENÇÃO PROFISSIONAL

- 6 VACINAÇÃO NAS FARMÁCIAS FOI «UM SUCESSO»
- 12 FARMÁCIAS PRONTAS PARA AVANÇAR NAS SITUAÇÕES CLÍNICAS LIGEIRAS

### FARMÁCIAS REAIS

- 16 VACINADO NO DIA DE TODOS OS SANTOS
- 20 NEM UMA VACINA DESPERDIÇADA
- 24 O VALOR DA PROXIMIDADE

### ENTREVISTA

- 28 «TEMOS DE SER OS NOSSOS PRÓPRIOS DISRUPTORES»  
*Ema Paulino, presidente da Direção da ANF*

### LIVRO BRANCO DAS FARMÁCIAS PORTUGUESAS

- 38 MAPEAR O FUTURO

### ÓRGÃOS SOCIAIS DA ANF

- 40 «REFORÇAR O PAPEL DAS FARMÁCIAS NO ECOSISTEMA DA SAÚDE»

### INTERNACIONAL

- 44 RENOVAÇÃO DA TERAPÊUTICA CRÓNICA NO MUNDO

### OPINIÃO

- 46 O MEIO SÉCULO DA NOSSA ANF DEVE ENCHER-NOS DE ORGULHO  
*Maria da Luz Sequeira*

### MEMÓRIA

- 48 FARMÁCIA SENOS - UMA FARMÁCIA DE MULHERES

### RESPONSABILIDADE SOCIAL

- 52 PROGRAMA ABEM DO ACESSO AO MEDICAMENTO
- 54 VIAGEM AO MUNDO DA VACINAÇÃO



# VACINAÇÃO NAS FARMÁCIAS FOI «UM SUCESSO»

*A participação das farmácias comunitárias na passada campanha de vacinação sazonal contra a gripe e a COVID-19 ajudou a manter a taxa de cobertura vacinal e agradou à população, comprova estudo.*

TEXTO: SANDRA COSTA

FOTOGRAFIA: RICARDO CASTELO



*Quase 2,5 milhões de pessoas vacinaram-se contra a gripe e quase dois milhões contra a COVID-19, na campanha de vacinação sazonal do SNS*

«**A** campanha de vacinação sazonal correu claramente bem», garante o diretor de Soluções e Evidência em Saúde (SES) da Associação Nacional das Farmácias (ANF). «Ao avaliarmos a política pública implementada, demonstramos que a participação das farmácias comunitárias contribuiu de forma importante para a manutenção da cobertura vacinal no caso da gripe, num contexto nacional e internacional, em que se esperava a diminuição deste indicador. Para além disso, melhoramos o acesso e a satisfação das pessoas com a experiência da vacinação. Por estes dois grandes motivos faz sentido manter e aprofundar a estratégia de vacinação sazonal adotada», afirma António Teixeira Rodrigues.

Em Portugal continental, entre 29 de setembro de 2023 e 30 de abril de 2024, quase 2,5 milhões de pessoas vacinaram-se contra a gripe e quase dois milhões contra a COVID-19, de acordo com dados da Direção-Geral da Saúde. Pela primeira vez, a campanha de vacinação sazonal do Serviço Nacional de Saúde (SNS) deu à população com 60 ou mais anos a opção de se vacinarem contra a gripe e contra a COVID-19, gratuitamente nas farmácias comunitárias, para além dos pontos habituais de vacinação do SNS.

## **:P** ORTUGAL CONTINUA A SER UMA REFERÊNCIA INTERNACIONAL NA VACINAÇÃO SAZONAL

As farmácias e a população aderiram massivamente: cerca de 2.500 farmácias participaram na iniciativa e 1.740.961 pessoas escolheram vacinar-se nas farmácias contra a gripe (70% de todas as vacinas administradas) e 1.375.967 contra a COVID-19 (69% de todas as vacinas administradas).

Como resultado, Portugal continua a ser uma «referência internacional» na vacinação sazonal, tanto para a gripe como para a COVID-19. No caso da gripe, foi possível manter a cobertura vacinal do ano anterior para a população com 65 ou mais anos (72%). No caso da COVID-19, verificou-se um decréscimo na cobertura face às campanhas anteriores, mas de expressão muito inferior ao que se verificou noutros países europeus: a taxa média de cobertura vacinal nos estados-membros da UE foi de 12% para as pessoas com 60 ou mais anos, enquanto em Portugal se situou entre 50% e 59%, para a mesma faixa

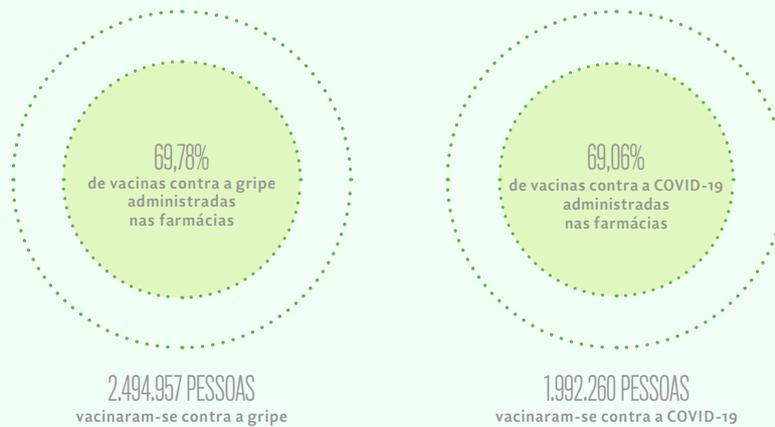


A capacidade do sistema de saúde para vacinar aumentou, graças à inclusão das farmácias no processo

etária, de acordo com o Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças. Ou seja, apesar da redução, Portugal continua a ser um dos países europeus com maior adesão a esta vacina.

Trata-se de uma vitória, se tivermos em conta a fadiga vacinal que se faz sentir em todo o mundo no pós-pandemia de COVID-19. «A vacinação enfrenta desafios gigantes, com a adesão a ser condicionada pela hesitação vacinal crescente, um fenómeno assente em crenças e diversas motivações que condicionam o atraso ou recusa de vacinas. Torna-se fundamental desenhar novas políticas de saúde que diminuam as barreiras à vacinação e contraponham estas dificuldades», nota o investigador.

## RESULTADOS DA CAMPANHA DE VACINAÇÃO CONTRA A GRIPE E A COVID-19 (2023-2024)\*



\* Fonte: Direção-Geral da Saúde

## ACEITARIA SER VACINADO CONTRA A GRIPE / COVID-19 NA FARMÁCIA? \*\*

Questão colocada às pessoas que não se vacinaram na farmácia



\*\* Fonte: Inquérito sobre vacinação realizado à população portuguesa com 60 ou mais anos a residir em Portugal continental

Na sua opinião, a estratégia da Direção Executiva do SNS de integrar as farmácias na Campanha de Vacinação Sazonal de 2023-2024 foi uma aposta ganha. Mais do que opinião, há evidência científica que prova que a facilidade de acesso à vacinação, garantida pelas farmácias, facilitou a adesão. «Nos municípios onde a distância ao local de vacinação mais se reduziu pela introdução dos pontos de vacinação das farmácias, a cobertura vacinal aumentou face à campanha anterior. Isto é extraordinário», afirma António Teixeira Rodrigues. Também ficou provado que a capacidade do sistema de saúde para vacinar aumentou, graças à inclusão das farmácias no processo.

A vontade dos portugueses de manter as farmácias nas campanhas sazonais de vacinação foi destacada num estudo<sup>1</sup> realizado junto da população portuguesa com 60 ou mais anos: 95% dos inquiridos

## A PROXIMIDADE E A RAPIDEZ FORAM OS PRINCIPAIS MOTIVOS APONTADOS PELAS PESSOAS PARA PREFERIREM VACINAR-SE NAS FARMÁCIAS

### ÍNDICE DE SATISFAÇÃO COM A VACINAÇÃO CONTRA A GRIPE

Época 2023-2024

#### SATISFAÇÃO GLOBAL



Escala de 1 a 5, em que 1 corresponde a "Muito insatisfeito" e 5 a "Muito satisfeito"



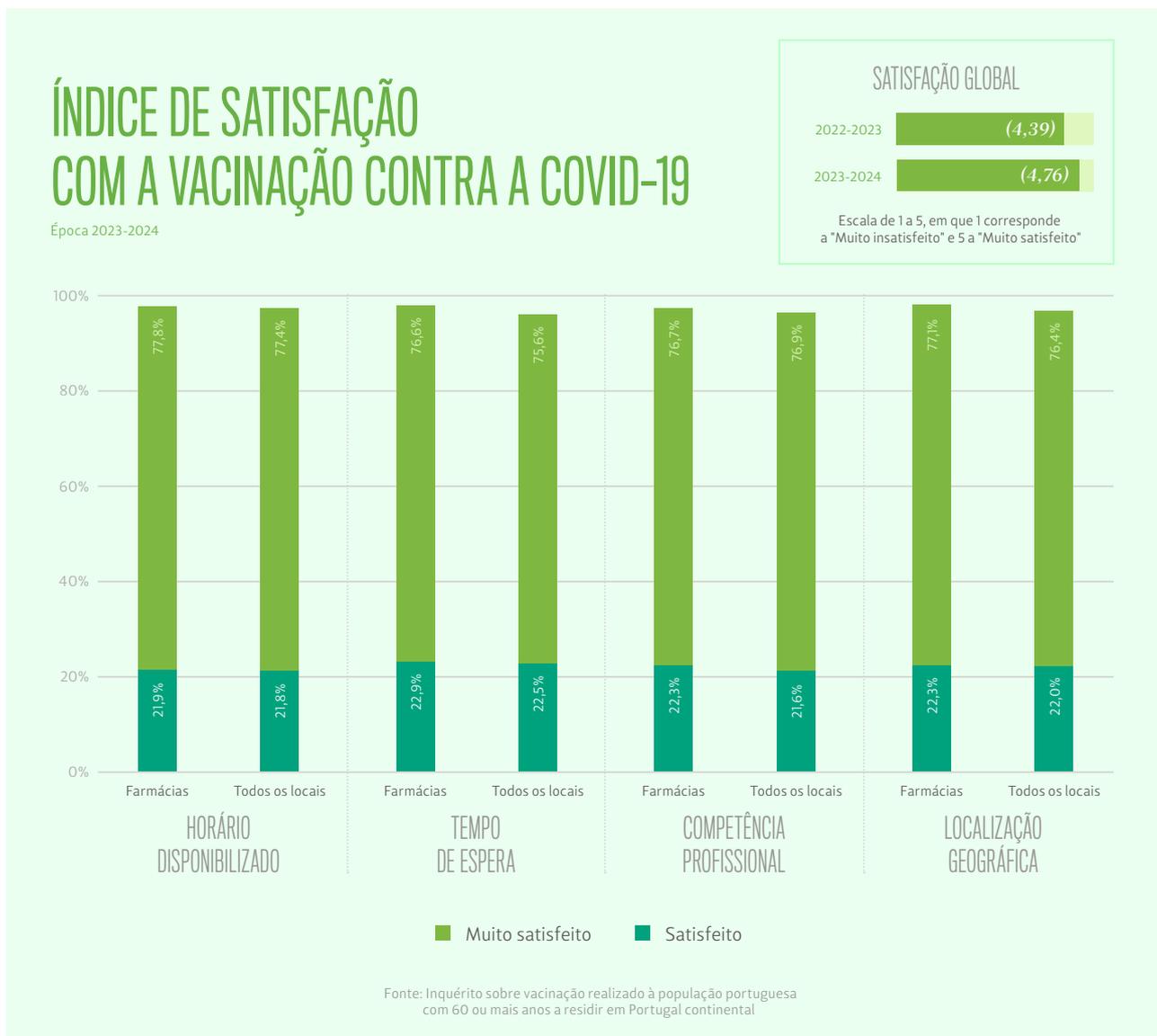
Fonte: Inquérito sobre vacinação realizado à população portuguesa com 60 ou mais anos a residir em Portugal continental

afirmou concordar com o alargamento da vacinação contra a gripe e a COVID-19 às farmácias comunitárias. A proximidade e a rapidez foram os principais motivos apontados pelas pessoas para preferirem vacinar-se nas farmácias, mostra o estudo, que revelou também elevados níveis de satisfação com a campanha, quer nas farmácias comunitárias, quer nos centros de saúde, em relação ao horário, tempo de espera, competência dos profissionais e localização geográfica.

«A satisfação global aumentou face à campanha anterior», avança o diretor de SES. «Se tivermos em conta a satisfação das pessoas e a cobertura alcançada, podemos concluir que esta campanha foi um sucesso». Para António Teixeira Rodrigues, esta é a prova de que

«SE TIVERMOS EM CONTA A SATISFAÇÃO DAS PESSOAS E A COBERTURA ALCANÇADA, PODEMOS CONCLUIR QUE ESTA CAMPANHA FOI UM SUCESSO»

as farmácias devem continuar a ser parceiras nas campanhas nacionais de vacinação. «Permite retirar pressão do SNS, que fica mais livre para intervenções que não podem ser prestadas por outros profissionais». No fim de contas, fica o país a ganhar.



<sup>1</sup> Estudo promovido pela ANF, desenvolvido pelo Centro de Estudos e Avaliação em Saúde (CEFAR) e realizado pela Spirituc - Investigação Aplicada, com base num inquérito telefónico (metodologia CATI) a uma amostra aleatória de residentes em Portugal continental. O inquérito foi aplicado em dois momentos, o primeiro antes do início da época vacinal (setembro de 2023) a uma amostra de 1.400 pessoas, e o segundo entre 25 de janeiro e 7 de fevereiro, tendo sido possível recolher dados de 1.200 das 1.400 pessoas iniciais (margem de erro de 3% e intervalo de confiança de 95%)



A Maria nasceu para dançar, por isso, quando sentiu os primeiros sinais de uma infeção urinária procurou imediatamente o seu farmacêutico. Tudo começou com um Serviço de Intervenção na Infeção do Trato Urinário, onde se identificou precocemente o problema e se reduziu o desconforto em vários dias. Assim, conseguiu regressar mais rapidamente aos palcos para contagiar toda a gente com os seus movimentos.

**Descobre como transformar a tua vida e a de centenas de pessoas com o novo modelo de carreira na Farmácia Comunitária.**

**SER FARMACÊUTICO COMUNITÁRIO É FICAR NA HISTÓRIA.  
VEM FAZER PARTE DELA.**

*PROGRAMA DE ABORDAGEM  
NAS SITUAÇÕES CLÍNICAS LIGEIRAS*

# FARMÁCIAS PRONTAS PARA AVANÇAR

TEXTO: CARINA MACHADO  
FOTOGRAFIA: RICARDO CASTELO



*A intervenção das farmácias em situações clínicas ligeiras tem como objetivo facilitar a jornada das pessoas pelo sistema de saúde, promovendo a entrega de respostas mais rápidas às necessidades identificadas. Portugal começa a dar passos nesse sentido e, quando for necessário avançar, as farmácias já estarão preparadas.*



«O principal fator diferenciador das farmácias é a qualidade e a segurança do aconselhamento em saúde e do serviço que as equipas prestam às pessoas». A afirmação é de Joana Esteves, da Farmácia Avenida, em Repeses, Viseu. Expressa-se, de modo não displicente, recorrendo às formas plurais dos nomes. É que as farmácias, pequenas e médias unidades prestadoras de cuidados e serviços de saúde e bem-estar, e as respetivas equipas técnicas, não são vistas pela população apenas na sua condição singular. São percecionadas também, e sobretudo, como uma rede.

Por esta rede nacional, capilar, passa em média, diariamente, meio milhão de pessoas. «Uma boa parte à procura de respostas para a sua condição, antes mesmo de consultar o médico ou ir às urgências hospitalares», tal como acontece, de resto, na Farmácia Avenida. Ali, «a comunidade está muito sensibilizada para esta boa prática». Afinal, para quê sobrecarregar serviços, já de si muito pressionados, com condições ligeiras?

Contudo, lamenta Joana, o sistema de saúde não está organizado de modo a facilitar a vida às pessoas. Veja-se o caso das infeções urinárias, situações simples e de elevada frequência nas farmácias. «As pessoas chegam-nos com queixas e há testes – os quais também realizamos

**•A** INTEGRAÇÃO DAS FARMÁCIAS  
NA PRESTAÇÃO DE CUIDADOS  
ESTRUTURADOS À POPULAÇÃO  
É UMA TENDÊNCIA INTERNACIONAL



*Muitas farmácias já disponibilizam testes que permitem fazer um primeiro diagnóstico diferencial às infeções urinárias, com toda a segurança*

aqui – que permitem um primeiro diagnóstico diferencial, com toda a segurança. Se houvesse protocolos robustos e vias de referência direta, a farmácia poderia atuar desde logo, fosse na dispensa de um antibiótico ou no encaminhamento para outros níveis de cuidados. As pessoas teriam uma jornada menos penosa, e poderíamos retirar carga dos serviços de saúde, como os serviços de urgência».

Ao nível internacional, a integração das farmácias na prestação de cuidados estruturados à população tem tido bons resultados, como o comprova a evidência publicada em países como o Canadá, a Austrália e a Nova Zelândia. Mas o exemplo mais expressivo chega do Reino Unido, onde o Serviço Nacional de Saúde (NHS), corroborado pelo primeiro-ministro, lançou o programa Pharmacy First. O objetivo passa por melhorar o acesso dos cidadãos aos cuidados de saúde, ultrapressionados e com tempos de resposta fora da razoabilidade clínica, recorrendo à intervenção dos farmacêuticos comunitários. Identificou-se sete patologias comuns, e foi protocolado o atendimento à população, que pode resultar na resolução com recurso a uma lista de dispensa terapêutica ou, nos casos que o farmacêutico avalie de maior gravidade, em referência para consulta médica. É estimado que o serviço, formalmente lançado no início deste ano, ve-

nha a permitir a poupança anual de até dez milhões de consultas de medicina geral e familiar, a partir dos resultados extrapolados da experiência realizada entre 2021 e 2022 na Escócia.

Em Portugal, quando foi conhecida a alínea inscrita no Orçamento do Estado para 2024, mencionando a intervenção farmacêutica em afeções menores, a partir de ensaios-piloto coordenados entre a Ordem dos Farmacêuticos e a Ordem dos Médicos, já a Associação Nacional das Farmácias tinha em marcha um plano de capacitação e suporte às farmácias para uma intervenção estruturada neste âmbito. O programa

**OS BRITÂNICOS LANÇARAM O PHARMACY FIRST, PROGRAMA QUE SE APOIA NA INTERVENÇÃO FARMACÊUTICA PARA MELHORAR O ACESSO DOS CIDADÃOS AOS CUIDADOS DE SAÚDE E LIBERTAR TEMPO AOS MÉDICOS**

em curso, denominado Abordagem nas Situações Clínicas Ligeiras, procura dar corpo a uma das matrizes da visão defendida para o setor, que propõe um modelo de farmácia mais clínico, mais integrado com outros níveis de cuidados e multidisciplinar.

## ● CERCA DE CINCO MIL FARMACÊUTICOS COMUNITÁRIOS INICIARAM UM PROCESSO DE CAPACITAÇÃO PARA ABORDAGEM A 11 SITUAÇÕES CLÍNICAS LIGEIRAS

«Todos os dias as farmácias são confrontadas com problemas de saúde sem caráter de gravidade e com sintomas facilmente reconhecíveis. Insónias, tosse, febre, acne, dermatite atópica, infeções urinárias não complicadas... Todas estas condições são geridas com elevadíssima frequência pelas diferentes equipas em todo o país», explica Diana Amaral, da Direção da ANF. O propósito foi criar mecanismos que permitam introduzir alguma homogeneidade nas respostas, e este programa, de capacitação e suporte, com vários projetos que concorrem para o mesmo fim, pretende «garantir que as farmácias, além de prestarem um serviço de excelência, estão prontas para o desenvolvimento de intervenções protocoladas nas situações clínicas ligeiras», acrescenta.

Joana Esteves faz parte do grupo de 4.617 farmacêuticos comunitários que, até março, estavam envolvidos no projeto de capacitação. Entre novembro e fevereiro, lançaram-se as bases da oferta formativa em 11 situações clínicas ligeiras já identificadas, com a realização de 102 sessões presenciais em todo o país, incluindo as ilhas. Seguiu-se uma sessão remota, a disponibilização de sessões assíncronas, e continuam a decorrer os cursos em *e-learning*. «Estamos também a trabalhar numa iniciativa inédita, que pretende recolher dados para caracteriza-



«Todos os dias as farmácias são confrontadas com problemas de saúde sem caráter de gravidade e com sintomas facilmente reconhecíveis», explica Diana Amaral, da Direção da ANF



ção das situações clínicas ligeiras geridas nas farmácias, de modo a gerar evidência sobre o impacto da nossa intervenção profissional», adianta Diana Amaral.

A diretora da ANF faz notar que o excessivo recurso às urgências em Portugal é uma realidade conhecida, tal como o são – sublinha – a enorme pressão que existe sobre os serviços, a má utilização dos recursos públicos e o aumento da despesa. «As farmácias estão a preparar-se para corresponder aos desafios que lhes sejam colocados nesta área, como, aliás, é seu apanágio. A partir daqui, será fundamental que se desenvolvam, acordem e contratualizem protocolos de intervenção que permitam à rede desenvolver atividades que respondam de forma mais efetiva às necessidades das populações».



A demora no centro de saúde levou Joaquim Machado, conhecido como Quim do Grémio, a escolher a farmácia para se vacinar

# VACINADO NO DIA DE TODOS OS SANTOS

**FARMÁCIA DE RONFE**  
GUIMARÃES

*Quim do Grémio, como é conhecido em Ronfe, foi vacinado na Farmácia de Ronfe a 1 de novembro. Nas farmácias comunitárias, a vacinação aos feriados e fins de semana é mais uma das vantagens.*

REPORTAGEM: TERESA OLIVEIRA | WL PARTNERS  
FOTOGRAFIA: RICARDO CASTELO

**J**oaquim Machado, conhecido na vila como Quim do Grémio, estava habituado a ser vacinado contra a gripe no local de trabalho e, quando se reformou, no centro de saúde. Era motorista, profissão que exerceu numa das muitas unidades industriais que marcam a paisagem dos arredores de Ronfe. Escolheu a farmácia porque «foi mais rápido marcar», conta: «Tinha falado no posto médico e só me davam a vacina dali a cerca de um mês». Para seu espanto, na farmácia acabou por ser vacinado no dia 1 de novembro. «Não haverá engano?» – diz que pensou, com estranheza – «um feriado nacional? É o dia do pessoal ir ver os entes queridos». Quando chegou à farmácia, «estavam quase à minha espera, foi só encostar o braço e vamos a andar», conta. «Fiquei todo contente da vida!».

Um grande esforço organizativo e a vacinação em horário alargado foram o segredo do sucesso da Campanha de Vacinação Sazonal do outono-inverno 2023-2024 contra a gripe e a COVID-19 na Farmácia de Ronfe. A farmácia, que serve a vila com o mesmo nome, fica situada na movimentada Estrada Nacional 206, que faz a ligação entre as cidades de Guimarães e de Vila Nova de Famalicão.

«O processo de vacinação correu bem e envolveu toda a equipa», refere a diretora técnica da farmácia, Alberta Afonso. Foi feito «um planeamento semana a semana, dia a dia», para que o processo de vacinação decorresse de forma ágil e não compromettesse o normal funcionamento da farmácia. Apesar de ser um trabalho «muito pesado» – considera – «o mais difícil não foi a vacinação propriamente dita, foi o planeamento que tivemos de fazer». Houve dias em que chegaram a administrar 60 vacinas, «30 pessoas de manhã e 30 à tarde», recorda a diretora técnica.

No início do processo, a adesão não foi muita. «Nessa fase, a população-alvo não tinha conhecimento de que ia ser vacinada na farmácia», adianta. Apesar de ao balcão transmitirem a informação, sentiam «alguma



*As três farmacêuticas responsáveis pela administração de vacinas estão prontas para a próxima campanha*



*O planeamento foi crucial para não perturbar o funcionamento habitual da farmácia*

**H**OUVE DIAS EM QUE  
A FARMÁCIA DE RONFE  
ADMINISTROU 60 VACINAS.  
FOI UM TRABALHO DE TODA A EQUIPA



*O horário alargado foi uma mais-valia da farmácia, localizada numa zona industrial*

resistência» dos utentes até estes receberem uma SMS explicando que as duas vacinas os aguardavam na farmácia. Nesse momento acorreram em grande número, «pensando que iriam ser vacinados de imediato». Ultrapassados os ajustes iniciais, a Farmácia de Ronfe teve «a agenda sempre cheia e o cuidado de fazer as marcações tendo em conta que cada dose de vacina contra a COVID-19 dava para seis utentes», explica Alberta Afonso.

## ● A FARMACÊUTICA OUVIU DE MUITOS UTENTES O COMENTÁRIO DE QUE A VACINAÇÃO NA FARMÁCIA ERA «MAIS PRÁTICA»

No início sentiu-se algum «desconforto», confirma Soraia Pinheiro, outra das farmacêuticas que administrou as vacinas. «Sabemos que era uma novidade para as pessoas e também foi uma novidade para nós vacinarmos tanta gente». No final da campanha, está convicta de que a estranheza inicial deu lugar à satisfação: «Sem dúvida, os utentes ficaram com uma opinião positiva», e lembra que «muitas pessoas disseram “eu nem senti nada”, e isso é ótimo também».

A Farmácia de Ronfe estabeleceu dois momentos diários de vacinação, que serviram utentes com um perfil diferente. Entre as 9h00 e as 13h00, vinham pessoas mais idosas, que «queriam ir para casa almoçar», descreve Alberta Afonso. Já à tarde/noite, entre as 18h00 e as 21h00, a farmácia era mais procurada por «população mais ativa, pessoas que trabalham ou então idosos acompanhados dos filhos».

Eduarda Martins, a terceira farmacêutica envolvida no processo de vacinação, relembra que ouviu de muitos utentes o comentário de que a vacinação nas farmácias era «mais prática». Nesta vila localizada em pleno Vale do Ave, «numa zona de indústria, em que as pessoas trabalham por turnos», o horário alargado que a Farmácia de Ronfe estabeleceu permitiu «mais facilidade em vir à farmácia do que ao centro de saúde, quer para serem vacinadas, quer para acompanharem familiares». Muitas pessoas gostaram porque – diziam – «é mais fácil ir à farmácia, tem um horário mais alargado, até ao fim de semana», acrescenta Soraia Pinheiro.

Apesar do esforço adicional, quer de si próprias, quer dos restantes elementos da equipa, não esmoreceu a vontade de continuar a prestar este serviço essencial. «Para o ano cá estamos», anuncia a diretora técnica.

# Win-Fit®

## COMPOSIÇÕES EQUILIBRADAS



## DOSAGENS ADEQUADAS

 Win-Fit® - COMPOSIÇÕES EQUILIBRADAS | DOSAGENS ADEQUADAS

Saiba mais



Suplementos alimentares. Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e de um modo de vida saudável.

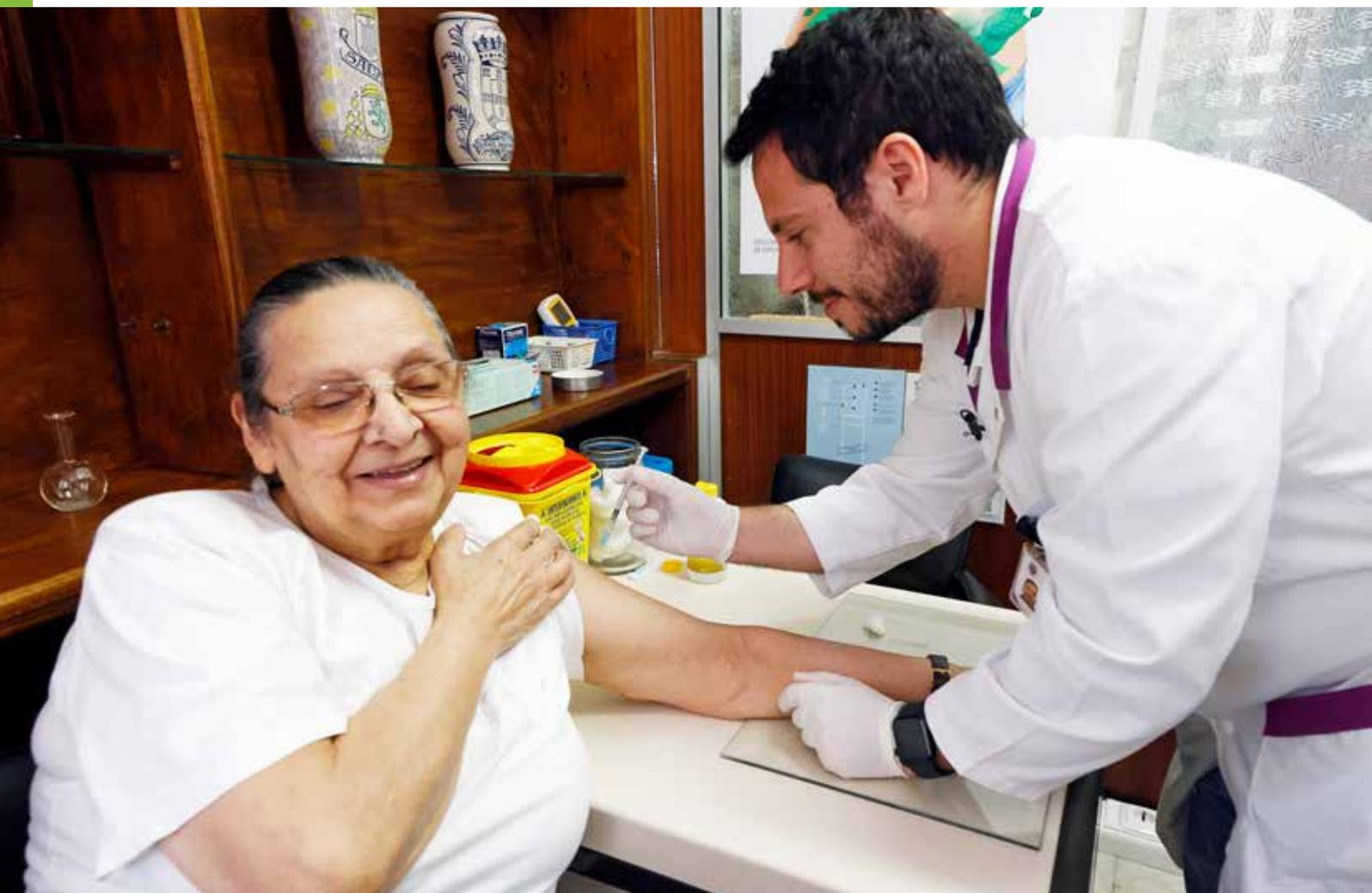


Acreditamos em Self Care

[www.ampliphar.com](http://www.ampliphar.com)

# NEM UMA VACINA DESPERDIÇADA

**FARMÁCIA VIEIRA**  
ARRAIOLOS



*Em Arraiolos, a população acorreu à Farmácia Vieira para a vacinação dupla contra a gripe e a COVID-19. Conhecer os profissionais é uma mais-valia.*

REPORTAGEM: TELMA MIGUEL | WL PARTNERS  
FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO

**L**úcia Borda d'Água não poupa elogios à Farmácia Vieira e ao responsável pela administração das vacinas. «O doutor é impecável, nem se sente a agulha», conta a natural de Arraiolos, de 76 anos. Desde que é possível fazer a vacinação na farmácia, nunca mais foi ao centro de saúde, preferindo «as mãos de ouro» de David Travassos, há dois anos diretor técnico da Farmácia Vieira, em Arraiolos. Esta foi a única farmácia do concelho a participar na Campanha de Vacinação Sazonal do outono-inverno 2023-2024 contra a gripe e a COVID-19.

«**P**REFIRO VIR [FAZER A VACINAÇÃO] À FARMÁCIA PORQUE FICA MAIS PERTO DE CASA E NUNCA TIVE PROBLEMAS. MARCO A HORA E PRONTO»

Na Farmácia Vieira já se administravam vacinas contra a gripe a pessoas com receita médica, bem como diversos tipos de injetáveis. Mas juntar a vacina contra a COVID-19, o que aconteceu no passado outono pela primeira vez, aumentou a complexidade da campanha. «As vacinas da gripe são unitárias, por isso podem ser marcadas a qualquer altura. Com a vacina da COVID-19 era mais difícil, porque cada frasco dá para seis pessoas», explica David Travassos. Mesmo assim, a equipa pode orgulhar-se de «não ter desperdiçado uma única vacina».

O facto de ser uma terra pequena, onde todos se conhecem, ajudou: «Quando havia pessoas que faltavam ou que chegavam aqui e não estavam abrangidas e não podíamos fazer a administração, contactávamos pessoas que estavam marcadas para os dias seguintes». Os farmacêuticos chegavam a ir bater à porta de clientes ou a lojas, para colmatar a falta, uma vez que cada frasco tem de ser imediatamente usado. «Faz diferença estarmos no Alentejo», considera o farmacêutico, natural de Estremoz, mas a viver nesta



*A proprietária da farmácia, Lúcia Sousa, ficou satisfeita com a experiência. «Houve um maior contacto com o público»*

pequena vila. Quanto à habilidade para vacinar sem dor, refere que não tem poderes especiais: «Acho que é porque consigo fazer com que as pessoas estejam descontraídas e vou falando com elas».

Lúcia Sousa, formada em Ciências Farmacêuticas e membro da família proprietária desta e de outras farmácias no Alentejo, ficou muito satisfeita com a experiência: «Foi muito agradável, até porque houve um maior



*A Farmácia Vieira, localizada numa rua pedonal e de comércio no centro de Arraiolos, administrou mais de 1.700 vacinas*

contacto com o público». Para os utentes, que se sentem mais acompanhados por profissionais que conhecem, entende que «é uma mais-valia em saúde». Ao mesmo tempo, «foi exigente», recorda, «também porque o espaço é reduzido e tinha de haver uma coordenação da equipa», para haver o período de espera obrigatório para despistar efeitos adversos.

Durante a campanha de vacinação foram administradas nesta farmácia mais de 1.700 vacinas, das quais entre 700 a 800 contra a COVID-19. A proprietária da Farmácia Vieira considera que o mais difícil foi o mês de outubro, quando foram aplicadas mais de metade das vacinas, havendo por isso grande afluência.

Liberdade Capacho, de 80 anos, nasceu em Arraiolos, mas passou a sua vida ativa, dos 20 aos 60 anos, em Lisboa, onde trabalhou como enfermeira veterinária. Fazia todos os trabalhos pesados, recorda: «De manhã estava no bloco porque ajudava o meu patrão a operar. Ossos também era comigo». É uma das utentes frequentes da Farmácia Vieira, onde a sua história de vida e boa-disposição são bem conhecidas. A antiga enfermeira veterinária já costumava vacinar-se aqui.

Em 2023, pela primeira vez, fez as duas vacinas – contra a gripe e a COVID-19 – na mesma ocasião. «Prefiro vir à farmácia porque fica mais perto de casa e nunca tive

problemas. Marco a hora e pronto», explica. Também o marido foi vacinado na Farmácia Vieira, embora tivesse vindo de ambulância por ser um doente oncológico que «agora está muito débil». Mesmo assim, é mais confortável deslocar-se à farmácia próxima de casa.

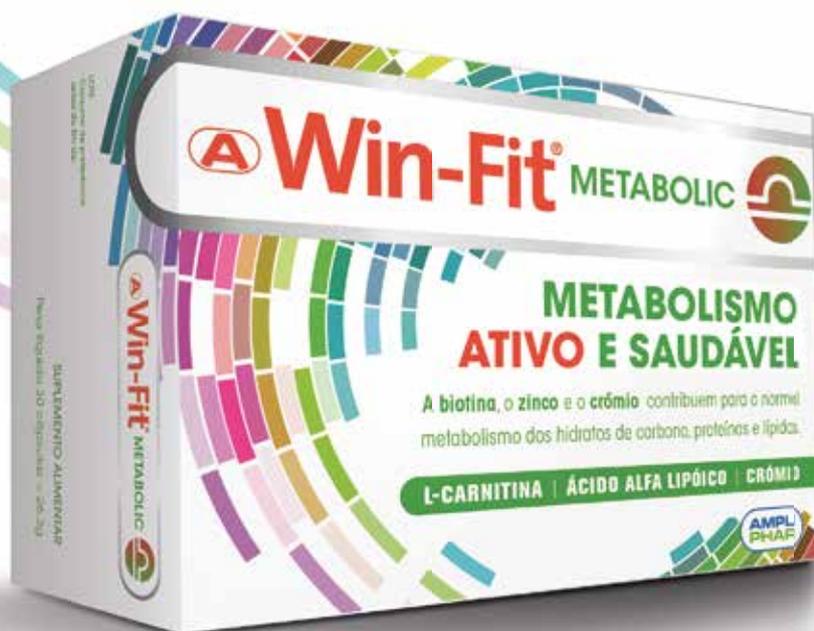
David Travassos salienta que para as pessoas é «muito mais fácil ir à farmácia do que ao centro de saúde, onde só vão quando precisam de uma consulta». Além do mais, diz, a farmácia conseguiu «divulgar bem a vacinação», precisamente por causa desse contacto próximo, e pelo efeito "bola de neve" em que as pessoas ficavam satisfeitas, recomendavam a outras e levavam os familiares.

«O DOUTOR É IMPECÁVEL, NEM SE SENTE A AGULHA», DIZ UMA UTENTE. ELE ACHA QUE É PORQUE FALA COM AS PESSOAS E CONSEGUE QUE SE DESCONTRAIAM

NOVO

**A Win-Fit<sup>®</sup> METABOLIC** 

# METABOLISMO **ATIVO** E SAUDÁVEL



**30**  
cápsulas

**L-CARNITINA | ÁCIDO ALFA LIPÓICO | CRÓMIO**

**A Win-Fit<sup>®</sup> - COMPOSIÇÕES EQUILIBRADAS | DOSAGENS ADEQUADAS**

Disponível em **Farmácias e Espaços de Saúde**

Suplemento alimentar.

Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e de um modo de vida saudável.



Acreditamos em Self Care

Saiba mais



[winfitmetabolic.pt](http://winfitmetabolic.pt)



**FARMÁCIA CAMPOS E SALVADOR**

PÓVOA DE VARZIM

# O VALOR DA PROXIMIDADE

*A flexibilidade e a preocupação em estabelecer laços de confiança com os utentes foram a chave do sucesso da vacinação nesta farmácia da Póvoa de Varzim.*

REPORTAGEM: TERESA OLIVEIRA | WL PARTNERS

FOTOGRAFIA: RICARDO CASTELO



Anabela Falcão e Sofia Campos, as responsáveis pelo processo de vacinação, têm boas memórias da experiência

**N**a Farmácia Campos e Salvador, bem no centro da Póvoa de Varzim, o processo de vacinação foi muitas vezes um inesperado pretexto para o convívio. «Tivemos dias muito engraçados», conta Anabela Falcão, a farmacêutica que, com Sofia Campos (as filhas dos dois fundadores), teve a seu cargo a organização do processo de vacinação.

«Houve dias em que tínhamos de nos dirigir aos utentes para os mandar embora do cantinho que tínhamos criado, porque começavam a conversar e esqueciam-se completamente de que estavam ali por causa dos 15 minutos de espera» após a vacina contra a COVID-19, afirma, com um sorriso. «Tomavam a vacina, conversavam, brincavam. Acabou por ser agradável». Mesmo quando chegava um utente mais receoso para a vacinação, os já vacinados tomavam a iniciativa de o animar: «Diziam “Eu já tenho as duas, vai correr tudo bem”».

Sofia Campos explica a razão deste momento de confraternização. Nos pavilhões onde a vacina da COVID-19 foi administrada em anos anteriores, «por uma questão de organização do espaço, as pessoas estavam todas voltadas para o mesmo lado». Na Farmácia Campos e Salvador

**O** PROCESSO DE VACINAÇÃO FOI MUITAS VEZES UM INESPERADO PRETEXTO PARA O CONVÍVIO. «TIVEMOS DIAS MUITO ENGRAÇADOS»

as cadeiras foram colocadas em forma de U, o que potenciou o convívio. «Uma festa», diz, satisfeita, «só faltavam as bolachas e o chá». A relação de proximidade com os utentes e a confiança foram chaves para o sucesso. «Já há 18 anos que vacinamos contra a gripe», acrescenta a farmacêutica. «Temos gerações de utentes e isso vai fidelizando, vai fazendo com que tenham confiança em nós e nós neles». Nesta campanha de vacinação «aconteceu acabarmos por vacinar o avô, o pai e o filho».



«É preferível vir a um sítio onde me sinto mais à-vontade», diz a utente Teresa Monteiro, que continua a preferir esta farmácia, apesar de morar noutra cidade



Essa mesma proximidade sente Teresa Monteiro. Natural da Póvoa de Varzim, professora de matemática reformada e colega do liceu da diretora técnica da farmácia, Anabela Falcão. Depois de ter feito um périplo comum a muitos professores, Teresa somou uma estada como cooperante em Moçambique, financiada pelo Governo francês, onde deu aulas e formação. Regressada a casa, nos anos 90, foi colocada na Escola Secundária de Rocha Peixoto, mesmo à frente da Farmácia Campos e Salvador. Agora, apesar de viver noutra cidade próxima, continua a ser esta a sua farmácia de eleição. Doente oncológica, teve de ser vacinada por duas vezes, uma

## A FARMÁCIA EXISTE

«UM AMBIENTE MUITO MAIS DESCONTRAÍDO, SABENDO OS UTENTES QUE POR DETRÁS DO PROCESSO ESTÃO PROFISSIONAIS IGUALMENTE CAPAZES»

contra a gripe e outra contra a COVID-19, porque só pode tomar a vacina num dos braços. «Ainda para mais eu não gosto de ser picada», explica, «e, portanto, venho sempre com alguma preocupação. É preferível vir a um sítio onde me sinto mais à-vontade».

Antónia Coutinho, outra utente habitual, trouxe a filha menor, com alergia respiratória, para fazer a vacina da gripe nesta farmácia. «Gosto muito, as pessoas são muito simpáticas e é próximo de casa», adianta. «É conveniente e prático».

A atenção aos utentes é notória. Desde a «muita preocupação com o inquérito [pré-vacinação], que foi bastante rigoroso», refere Sofia Campos, até ao esclarecimento de qualquer dú-

vida e à «flexibilidade para que o utente escolhesse um horário que lhe fosse mais conveniente», constrói-se uma relação de proximidade. «E depois é o ambiente», considera Anabela Falcão, «quer queiramos, quer não, não é um ambiente de centro de saúde». Na farmácia «vendem-se outras coisas que não são medicamentos ou entram pessoas que não se vêm vacinar», continua, «e os utentes tinham conversas sobre os biberões que estavam expostos ou sobre os champôs». Existe «um ambiente muito mais descontraído, sabendo os utentes que por detrás do processo estão profissionais igualmente capazes».



**MONAF**

# PLANO I\*

A IMPORTÂNCIA  
DO MONAF  
E DAS FARMÁCIAS  
NO SISTEMA  
COMPLEMENTAR  
DE PENSÕES  
DE REFORMA

## Hoje e no Futuro

\*com benefícios fiscais

**MONTEPIO NACIONAL DA FARMÁCIA, A.S.M.**  
Rua Marechal Saldanha, 1 | 1249-069 Lisboa  
TELF.: 213 400 690 - 213 400 691 | monaf@monaf.pt  
WWW.MONAF.PT



EMA PAULINO  
PRESIDENTE DA DIREÇÃO DA ANF

# « TEMOS DE SER OS NOSSOS PRÓPRIOS DISRUPTORES »»

*O futuro das farmácias será tão promissor quanto a capacidade que tenham para identificar e responder às necessidades do seu contexto.*

ENTREVISTA: CARINA MACHADO  
FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO

**REVISTA FARMÁCIA PORTUGUESA: Esta Direção foi reconduzida recentemente, para um mandato assumidamente de continuidade. Como perspetivam o setor das farmácias no final do triénio 2024-2026?**

**EMA PAULINO:** Temos uma visão que queremos concretizar, em que defendemos um modelo de farmácia que acreditamos ser o que responde às necessidades atuais e futuras, não só da população, mas da sociedade como um todo e do próprio Serviço Nacional de Saúde (SNS). É um modelo muito suportado na qualificação dos profissionais e na capilaridade da distribuição pelo país, próximo e interventivo na jornada de saúde das pessoas. Mas, mais importante do que aquilo em que esta Direção acredita, é termos a capacidade de reconhecer que o futuro se faz em coconstrução, com muitas vozes, e que temos de ser influenciados por elas nesta visão.

**RFP: E que vozes são essas?**

**EP:** As vozes das farmácias, mas igualmente das pessoas que vivem com doença, dos nossos parceiros, das outras instituições e profissionais de saúde que também prestam cuidados e, sobretudo, a voz do SNS, como representante máximo das necessidades da população. Todas têm de influenciar esta visão, porque é com elas que convivemos e é a elas que temos de dar respostas.

**RFP: Essa não é uma condição sine qua non da evolução do setor rumo a uma maior integração e complementaridade no ecossistema da Saúde, como defendem?**

**EP:** Sem dúvida. A nossa realidade é hoje marcada, por um lado, pelas alterações demográficas e, por outro, por constrangimentos no SNS. Instâncias internacionais, como a Organização Mundial da Saúde, há já vários anos vêm alertando para riscos a curto prazo, como o da escassez de recursos humanos na área da saúde. Todos estes fatores conjugados têm levado à necessidade de se recentrar a organização dos sistemas de saúde nos cuidados primários.

**RFP: Que é o território das farmácias...**

**EP:** Precisamente. É interessante verificar que os farmacêuticos comunitários, através da Federação Internacional Farmacêutica, foram convidados, em outubro de 2018, pela mesma OMS, a assinar a Declaração de Astana, que revisita e estabelece o fortalecimento das redes de cuidados de saúde primários.

Ou seja, as farmácias comunitárias fazem parte da visão da OMS, como porta de entrada nos sistemas de saúde e como uma solução mais eficiente de gestão e distribuição das necessidades das pessoas pelos diferentes níveis de cuidados. Compatibilizar

«**T**ODOS OS DIAS  
INTERAGIMOS  
NAS NOSSAS FARMÁCIAS  
COM 560.000 PESSOAS.  
É MAIS DE 5% DA POPULAÇÃO  
PORTUGUESA»

o desafio dos recursos humanos com a necessidade de assegurar a distribuição das pessoas pelo nível de cuidados mais eficiente realça a importância da Farmácia Comunitária neste domínio, mais uma vez pelas suas características e distribuição, mas sobretudo pela elevada qualificação das equipas. E, no caso nacional, as estatísticas são verdadeiramente impressionantes: todos os dias interagimos nas nossas farmácias com 560.000 pessoas. É mais de 5% da população portuguesa. Em suma, temos aqui as maiores oportunidades, mas também as maiores responsabilidades em assumir essas interações como relevantes. Perguntava-me sobre a visão para as farmácias, e é esta: equipas altamente qualificadas e capazes de identificar as suas responsabilidades ao longo de toda a jornada de saúde das pessoas com quem interagem todos os dias.

**RFP: Falava da dificuldade geral de captação de talento na Saúde. Uma das apostas desta Direção passa precisamente por criar condições que notabilizem a Farmácia Comunitária como opção de carreira. Como é que está a ser operacionalizada esta estratégia?**

**EP:** Temos uma política holística muito ativa neste campo, que se inicia no reconhecimento de que a atividade clínica é muito exigente, quer do ponto de vista emocional quer no que respeita a horários de trabalho. Trabalhar em saúde significa estar apto a



*A visão para as farmácias é clara, garante Ema Paulino: «Equipas altamente qualificadas e capazes de identificar as suas responsabilidades ao longo de toda a jornada de saúde das pessoas com quem interagem todos os dias»*

«**P**RECISAMOS DE PROFISSIONAIS MUITO RESILIENTES, DE ENORME HUMANISMO, E QUE RECOLHAM MÁXIMA SATISFAÇÃO DO IMPACTO POSITIVO DIRETO NA MODELAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DAS PESSOAS»

responder à população 24 horas por dia, 365 dias por ano. Por isso, precisamos de profissionais muito resilientes, de enorme humanismo, e que recolham máxima satisfação do impacto positivo direto na modelação da qualidade de vida das pessoas. Estes perfis têm de ser identificados logo no ensino secundário, para que possam ser captados para as universidades, onde é depois necessário, além do currículo científico, promover uma socialização para o setor da Farmácia Comunitária. Quero com isto dizer que precisamos de um reforço das competências técnicas para a interação com as pessoas numa perspetiva clínica. Em todos estes pontos vamos continuar

a desenvolver trabalho com a academia. Mas também com as farmácias, que assumem uma enorme responsabilidade na atração dos estudantes para o setor, no âmbito dos estágios curriculares.

**RFP: Sendo uma política holística, que outras frentes estão a ser consideradas?**

**EP:** Desde logo, a introdução nas farmácias de uma perspetiva diferente de evolução na carreira, o que é um desafio em si mesmo.

**RFP: Porquê?**

**EP:** Porque as farmácias são microempresas, não têm muitos estádios de progressão do ponto de vista funcional. Mas podem, e devem, ter muitos estádios de progressão a partir da diferenciação clínica, como acontece, aliás, com os outros profissionais de saúde. Foi esse o sinal que quisemos dar, inclusive na assinatura dos novos contratos coletivos de trabalho, em que foi estabelecida a progressão de carreira não apenas dependente do número de anos de prática profissional, mas também da ativação de serviços farmacêuticos e de intervenções profissionais na farmácia. Além disso, reforçámos a valorização do desenvolvimento de competências,



«**A**S FARMÁCIAS NÃO TÊM MUITOS ESTÁDIOS DE PROGRESSÃO DO PONTO DE VISTA FUNCIONAL. MAS PODEM, E DEVEM, TER MUITOS ESTÁDIOS DE PROGRESSÃO A PARTIR DA DIFERENCIAÇÃO CLÍNICA»

introduzindo o conceito de acelerador de progressão aliado à formação contínua e especialização. Há também que capacitar os líderes das próprias farmácias para uma gestão de recursos humanos mais contemporânea, e munir os apoios nestas matérias. Por fim, estamos conscientes de que os níveis remuneratórios são muitas vezes determinantes na captação das pessoas, mas para que as farmácias possam ser mais competitivas, elas próprias têm de ser sustentáveis económica e financeiramente. Daí a nossa preocupação não ser apenas robustecer o modelo tradicional de remuneração alocado à dispensa, mas também a sua diferenciação, para que se gere e redistribua mais valor.

**RFP:** A campanha do SNS para a vacinação sazonal contra a gripe e a COVID-19 pode enquadrar-se nesse objetivo. Que leitura é hoje possível fazer acerca da integração da rede neste processo?

**EP:** Foi um marco importante no caminho de integração com o SNS, porque se tratou, de facto, de um projeto colaborativo e de complementaridade entre os centros de saúde e as farmácias. É importante notar que o nosso envolvimento foi desde logo identificado como importante para o alcance dos objetivos desta campanha. Os inquéritos à população evidenciavam uma fadiga vacinal e hesitação quanto à vacinação contra a COVID-19, contexto pouco favorável ao atingimento das boas coberturas vacinais de que Portugal sempre se orgulhou. As farmácias possibilitavam que os cenários iniciais fossem contrariados e, realmente, atingimos novamente, para a população-alvo da OMS, uma cobertura acima de 70%, sendo que não restam dúvidas do significativo contributo – 70% das administrações – da rede para esse resultado. Além do aspeto quantitativo, foi elaborado um estudo que indicia que as pessoas ficaram muito satisfeitas com a forma como decorreu a campanha e com a possibilidade de também se poderem vacinar na sua farmácia nas mesmas condições que nos centros de saúde. Para as farmácias, esta campanha foi importante também do ponto de vista associativo e profissional. E hoje somos pioneiros, dado que, de um modo geral, também administramos as vacinas que dispensamos.



«Perspetivamos que se alargue o âmbito das vacinas que integram o Programa Nacional de Vacinação e em que somos chamados a intervir»

«HOJE, SOMOS PIONEIROS. DE UM MODO GERAL, TAMBÉM ADMINISTRAMOS AS VACINAS QUE DISPENSAMOS»

**RFP:** Há perspetivas de as farmácias integrarem as próximas campanhas em moldes idênticos aos deste ano?

**EP:** Vários dos contactos que mantemos com o poder político indicam-nos que sim, que tendo em conta o sucesso desta iniciativa, seria impensável voltar atrás. Por isso, estamos muito confiantes de que se manterá. Inclusive perspetivamos que o âmbito das vacinas que integram o Programa Nacional de Vacinação (PNV) e em que somos chamados a intervir se alargue, particularmente as dirigidas a adultos, como a da difteria e a do tétano, onde a cobertura vacinal é mais baixa.

**RFP:** É também assumida por esta Direção a vontade de integrar as farmácias na estratégia nacional de testagem e rastreio de doenças. São esperadas novidades?

**EP:** A lógica é a mesma da vacinação: aproveitar a rede de farmácias na sua capilaridade e qualificação, no apoio ao diagnóstico atempado de doenças, o que é, sem dúvida, uma mais-valia para a população. Isso mesmo ficou demonstrado na nossa integração na testagem à COVID-19, que permitiu uma clara diminuição das desigualdades de acesso, beneficiando em particular os mais vulneráveis: pessoas com dificuldades económicas, mais idosas, com mais carga de doença; pessoas que vivem em zonas menos densamente povoadas e que claramente tiveram de percorrer menos quilómetros para aceder a um local de testagem. Muitas, comprovadamente, não teriam feito testes se as farmácias não tivessem estado disponíveis para os realizar, o que teria resultado na perpetuação das cadeias de transmissão. Este mesmo raciocínio é o que deve ser aplicado a outras doenças para as quais já existem testes rápidos. Falamos das hepatites e do VIH, em que já há evidência de que as farmácias conseguem, inclusive, alcançar pessoas que, de outro modo, permaneceriam fora



*A Direção da ANF privilegia medidas promotoras da equidade no acesso aos serviços em todo o território nacional. «A premissa de integração com o SNS é mesmo essa», afirma a presidente*

do sistema. Por tudo isto, e porque temos a competência instalada, temos a expectativa de novidades neste campo, assim como no desenvolvimento de um sistema de referência formal das pessoas.

**RFP: Os testes rápidos de apoio à intervenção farmacêutica podem ser inseridos nesta mesma lógica?**

**EP:** Diria antes numa lógica semelhante. Há um mundo de testes que nos ajudam a diferenciar a intervenção na farmácia. Os testes rápidos para identificar se determinadas queixas estão associadas a uma infeção urinária são um exemplo, assim como o são os testes que determinam, perante queixas respiratórias, se a infeção instalada na orofaringe tem origem vírica ou bacteriana. Quando não há infeção ou, no caso da orofaringe, ela não é bacteriana, podemos recomendar Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica (MNSRM) direcionados aos sintomas e a situação fica resolvida na farmácia, carecendo, eventualmente, de acompanhamento. Mas se os testes rápidos indicarem diferente, temos de recomendar outro nível de cuidados às pessoas. Como não existe sequer uma via direta e formal de referência, têm

de aguardar por uma consulta e muitas vezes acabam nas urgências, para um diagnóstico médico e prescrição de um antibacteriano que, só depois de voltarem à farmácia, podem começar a tomar. A medida inscrita no Orçamento do Estado para 2024 vai precisamente no sentido de que, nestas circunstâncias, o farmacêutico comunitário possa dispensar o antimicrobiano, mediante protocolos a estabelecer entre a Ordem dos Médicos e a Ordem dos Farmacêuticos, para que haja uma resposta imediata a estes casos. E das interações que já tivemos com o novo Governo e com esta equipa ministerial, podemos afirmar que existe a intenção de avançar com a mesma.

**RFP: Os casos que descreve enquadram o programa de Abordagem nas Situações Clínicas Ligeiras, em curso na ANF. Como é que estas realidades se casam?**

**EP:** O que estamos a fazer é a preparar as farmácias para esses passos seguintes e a consolidar as competências naquilo que elas já podem fazer. As farmácias já resolvem grande parte das situações que lhes são apresentadas, desonerando as urgências hospitalares e as consultas médicas não programadas nos

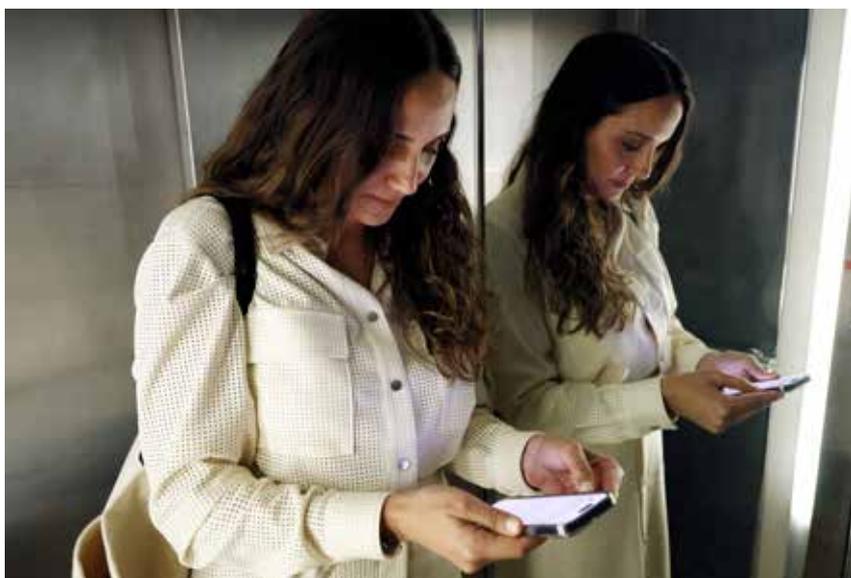
cuidados primários. Queremos ir mais além, resolver ainda mais situações e, nas que o justifiquem, queremos poder referenciar formalmente a pessoa ao próximo nível de cuidados, um pouco à imagem do que acontece hoje com a Linha SNS24.

**RFP: E que modelo está preconizado para a remuneração das farmácias?**

**EP:** Estamos a trabalhar com o Ministério da Saúde no sentido de, por um lado, compartilhar alguns dos Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica de Dispensa Exclusiva em Farmácia (MNSRM-EF), aliviando essa carga às pessoas, facilitando-lhes o acesso, mas também de remunerar a intervenção farmacêutica, incluindo a realização de eventuais testes rápidos, para que as pessoas sintam, de facto, a mais-valia de ir à farmácia e ter a sua solicitação ali resolvida.

**RFP: O Governo britânico tem em marcha o programa Pharmacy First. Portugal não pode ambicionar operacionalizar um modelo idêntico?**

**EP:** Sem dúvida alguma. E com vantagens! Do ponto de vista da mensagem política e do desenho, o modelo contratualizado no Reino Unido é muito forte, e são muito evidentes os ganhos que traz para o sistema e para as pessoas. Acontece que nós, em Portugal, temos circunstâncias de contexto muito melhores para a sua implementação. As equipas das nossas farmácias são mais qualificadas, pelo que temos capacidade de absorver mais pessoas e de intervir em mais áreas. E a nossa legislação dos MNSRM é mais favorável, porque, ao contrário do Reino Unido, onde as pessoas podem aceder diretamente a estes medicamentos, cá, a chamada automedicação nas farmácias é intermediada por um profissional de saúde. Isso permite-nos identificar outras necessidades e aplicar os protocolos de atuação em que se baseia o Pharmacy First de um modo muito mais generalizado, otimizando a implementação do conceito e os seus resultados. Em suma, podemos aprender com o programa, sobretudo com o modelo de contratualização, adaptá-lo culturalmente, e melhorá-lo até!



«É a existência destas farmácias, ao longo do país, que torna a rede tão apetecível para o sistema [de saúde]», reconhece Ema Paulino

«**H**Á FARMÁCIAS EM ZONAS EM QUE SÃO ABSOLUTAMENTE FUNDAMENTAIS, PORQUE CONSTITUEM O ÚNICO RECURSO DE SAÚDE, MAS ONDE O NÚMERO DE HABITANTES É BASTANTE INFERIOR À MÉDIA DA CAPITAÇÃO LEGISLADA»



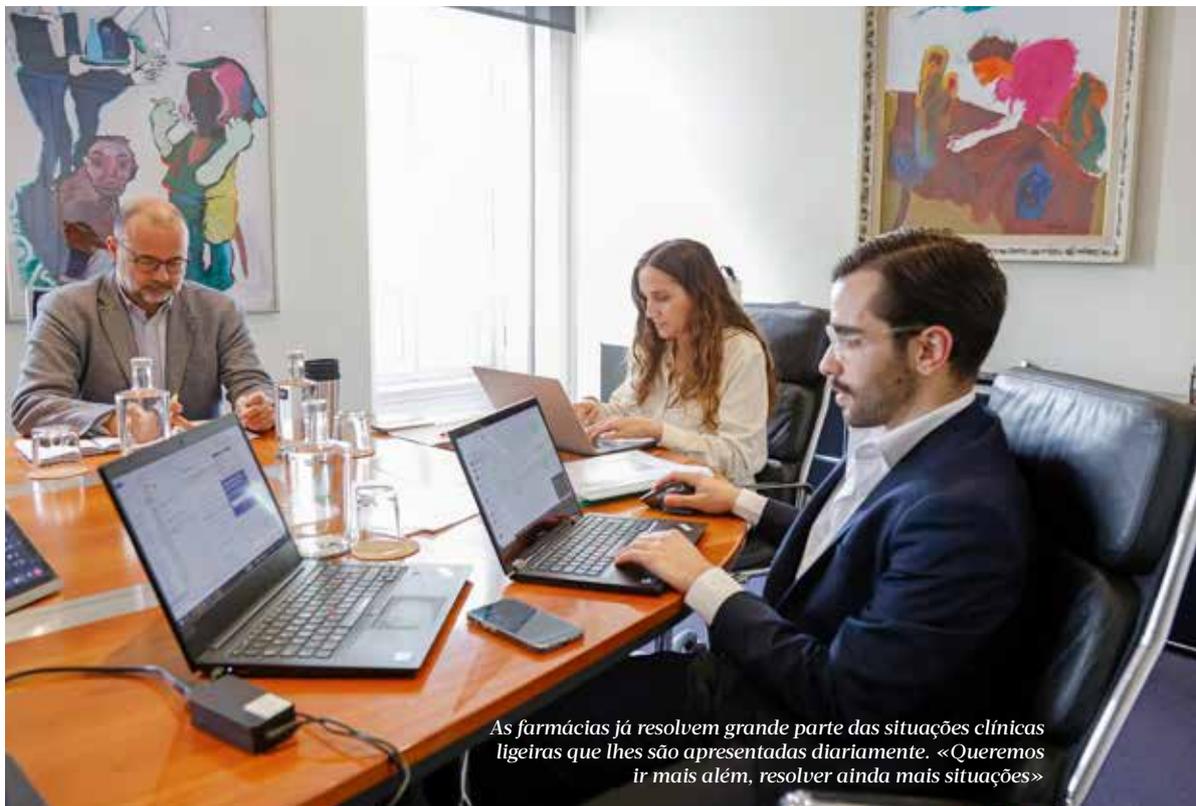
**RFP:** Falemos de coesão territorial, que é sempre uma condição de base e, ao mesmo tempo, um objetivo nestes temas.

**EP:** E onde temos de ter sempre em conta duas dimensões. A primeira é que é importante para os objetivos de Saúde Pública garantir que existem farmácias distribuídas pelo país, de acordo com a distribuição da própria população, e foi precisamente para garantir que a população tem acesso aos serviços de que necessita que o legislador regulamentou o setor. Não foi para o defender, embora isso aconteça. Contudo, sabemos que, neste momento, há farmácias em zonas em que são absolutamente fundamentais, porque constituem o único recurso de saúde, mas onde o número de habitantes é bastante inferior à média da capitação legislada. Acontece, e essa é a segunda dimensão, que manter esta coesão territorial é algo que interessa bastante ao próprio setor, porque é a existência destas farmácias, ao longo do país, que torna a rede tão apetecível para o sistema. São elas que suportam a regulamentação existente e que defende todas as outras, mesmo as localizadas nas zonas mais urbanas. Isto significa que temos de promover medidas no setor que protejam esta organização em rede, e atentem, particularmente, à necessidade de garantir a sustentabilidade económica

e financeira das farmácias localizadas nestas zonas do país. A capilaridade da rede foi absolutamente fundamental na identificação da farmácia como parceiro ideal, por exemplo, para a vacinação, para a testagem contra a COVID-19 e, agora, para as situações clínicas ligeiras, assim como será para outros serviços em que estamos a trabalhar com o Ministério da Saúde, nomeadamente os rastreios a nível nacional na área do cancro colorretal.

**RFP:** Os vários projetos desenvolvidos em conjunto com os municípios, especialmente agora, que se fala da transferência de competências também na área da saúde, concorrem para esse objetivo? Qual é a importância destas parcerias?

**EP:** Também. Mas Portugal é um país relativamente pequeno, pelo que privilegiamos medidas promotoras da equidade no acesso aos serviços em todo o território nacional. Aliás, a premissa de integração com o SNS é mesmo essa. Por exemplo, a dispensa de medicamentos hospitalares em proximidade nunca nos fez sentido passar por soluções regionais, porque a população de todo o país beneficia dessa política. Contudo, é inegável que temos algumas especificidades regionais, que originam necessidades diferentes, podendo passar pelo reforço de um serviço, o desenvolvimento



*As farmácias já resolvem grande parte das situações clínicas ligeiras que lhes são apresentadas diariamente. «Queremos ir mais além, resolver ainda mais situações»*

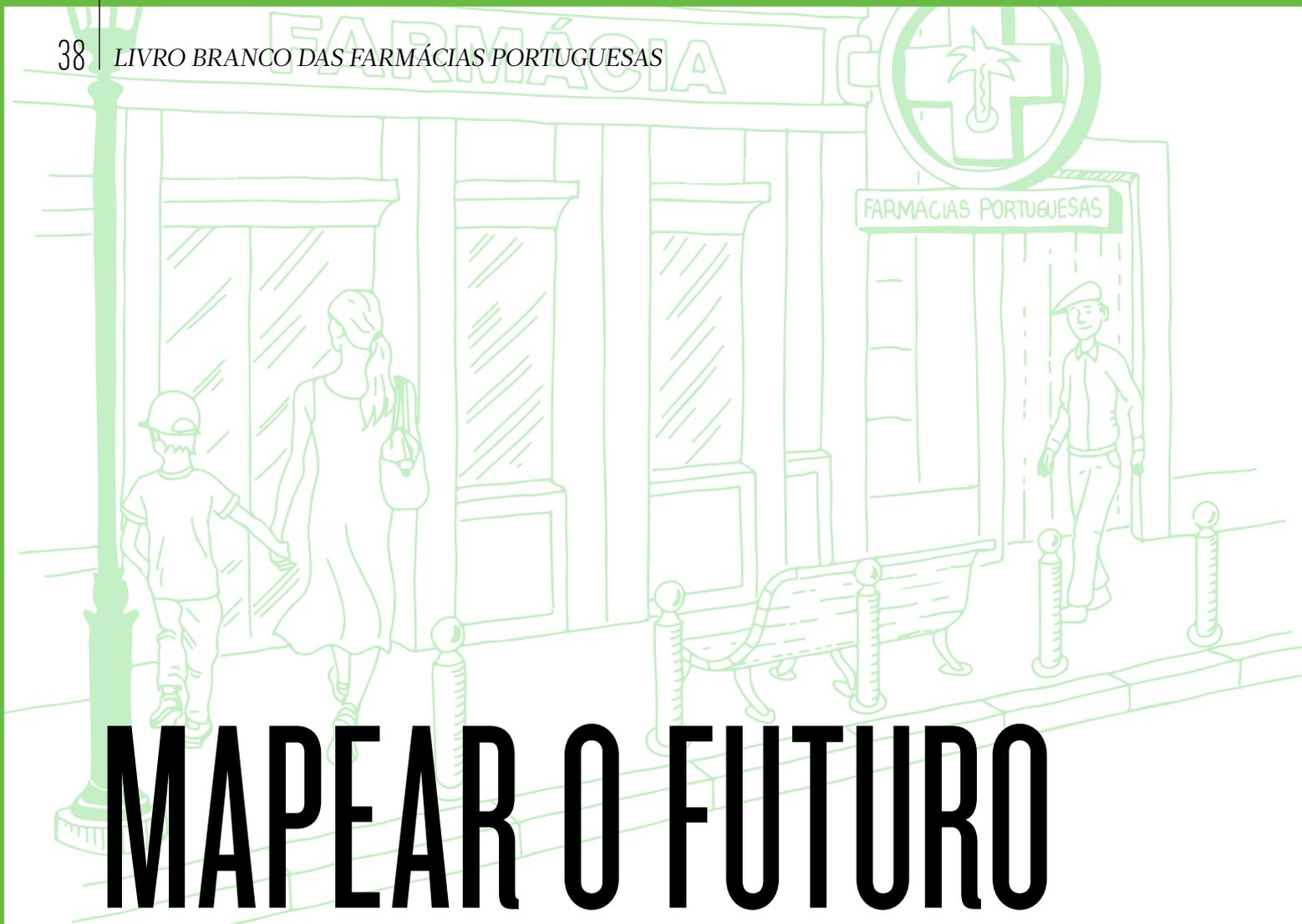
de um projeto ou a implementação de uma intervenção. Tendo em conta o maior envolvimento dos municípios nas políticas de saúde, faz todo o sentido que possamos interagir com eles.

**RFP:** Vivemos num mundo onde são comuns expressões como algoritmo, inteligência artificial, conectividade. A transformação é hoje tão rápida, há tantas oportunidades novas, que lhe pergunto: como é que perspetiva a farmácia em 2036?

**EP:** [risos] Perspetivar a farmácia a mais do que cinco anos é claramente um desafio! Mas já estamos a trabalhar nesse futuro, e a estudar, por exemplo, como é que a plataforma online das Farmácias Portuguesas poderá vir a interagir com dispositivos que muitos de nós já utilizamos no nosso dia a dia, para recolha de sinais vitais, parâmetros bioquímicos e até fisiológicos, que possam alimentar automaticamente o registo de saúde das pessoas na farmácia. Através de algoritmos, é possível identificar parâmetros fora dos intervalos pré-determinados em saúde, e gerar um alerta na farmácia para a ativação de um contacto pessoal. As potencialidades da criatividade humana são enormes, mas mais do que procurar sequer imaginá-las, o que eu quero ver em 2036 são farmácias proativas, capazes de identificar

«NÃO NOS PODEMOS  
RESERVAR A UM PAPEL  
REATIVO. ISSO SERIA REDUTOR»

e agir sobre necessidades não percecionadas pela população. A única certeza que tenho é que até lá não nos podemos reservar a um papel reativo. Isso seria redutor. Temos de manter uma postura proativa, saber integrar novas ferramentas, estar interligados com os restantes membros das equipas de saúde, e sempre disponíveis para fazer parte das soluções, em contínua proximidade das pessoas. Já nos encontramos num patamar de excelência, reunimos muita confiança e muita satisfação com os serviços que prestamos, mas temos de ser exigentes e ambiciosos nas expectativas que geramos. Se nos mantermos numa postura receosa, e ambicionarmos apenas robustecer o que já conhecemos, a nossa relevância para a população será erodida. Temos de ser os nossos próprios disruptores, para que outros não o sejam e nos ultrapassem.



# MAPEAR O FUTURO

*O Livro Branco das Farmácias Portuguesas traça o caminho para a evolução do setor.*



*Aceda aqui ao website do Livro Branco das Farmácias Portuguesas*

TEXTO: PEDRO VEIGA

**D**a Pharmácia de outros tempos à Farmácia dos dias de hoje vai um universo de distância. Antes local dedicado em exclusivo à dispensa de medicamentos, a Farmácia galgou as margens da sua atividade original para passar a disponibilizar um leque alargado de respostas às necessidades de saúde das pessoas.

E agora? Que caminho deve seguir o setor? Qual o modelo de farmácia adequado às exigências dos tempos atuais? E que passos devem ser dados para lá chegar? Foi para dar resposta a estas questões que nasceu o Livro Branco das Farmácias Portuguesas, um documento criado a partir de mais de 2.000 contributos de farmácias, colaboradores da ANF e outros *stakeholders* do ecossistema da Saúde, e que pretende nortear o desenvolvimento da rede de farmácias.

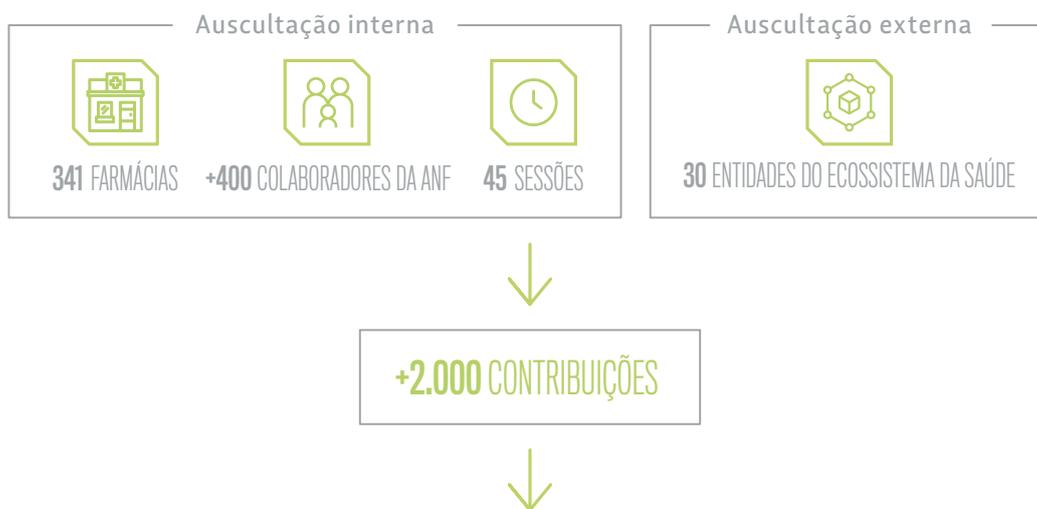
Apresentado publicamente na Assembleia da República, em novembro de 2023, o Livro Branco das Farmácias Portuguesas é um mapa da transformação a que o setor das farmácias se propõe. Assente em mais de uma centena de propostas concretas de ação, o documento serve de ponto de partida à mudança das farmácias em Portugal.

**O** LIVRO BRANCO  
DAS FARMÁCIAS PORTUGUESAS  
ASSENTA EM MAIS DE UMA CENTENA  
DE PROPOSTAS CONCRETAS DE AÇÃO

## COMO SE CONSTRÓI UM LIVRO BRANCO?

### Diagnóstico da situação

Compilação de informação para preparar entrevistas e consolidar estudos



### Sistematização da informação recolhida em:

#### Três dimensões

50 áreas prioritárias  
103 propostas de ação

#### Seis eixos de desenvolvimento

parcial ou totalmente transversais  
a todas as propostas de ação

## TRÊS DIMENSÕES

### I. Transformação da jornada de saúde da pessoa

Esta dimensão reflete a relação da farmácia e dos seus profissionais de saúde com as pessoas e materializa a sua intervenção na sociedade.

**18 ÁREAS PRIORITÁRIAS**  
**36 PROPOSTAS DE AÇÃO**

### II. Capacitação profissional e tecnológica catalisadora da mudança

A segunda dimensão foca-se no desenvolvimento de competências dos recursos humanos das farmácias, assim como na contribuição para a literacia em saúde dos cidadãos.

**13 ÁREAS PRIORITÁRIAS**  
**30 PROPOSTAS DE AÇÃO**

### III. Conhecimento e regulação ao serviço da sociedade

O envolvimento da farmácia comunitária na geração de conhecimento técnico-científico e de evidência em mundo real é um dos temas centrais desta dimensão.

**19 ÁREAS PRIORITÁRIAS**  
**37 PROPOSTAS DE AÇÃO**

## SEIS EIXOS DE DESENVOLVIMENTO



**1** Afirmação da farmácia enquanto espaço de saúde e bem-estar na jornada de saúde da pessoa



**2** Transformação digital ao serviço das farmácias e das pessoas



**3** Geração de evidência científico-profissional em saúde



**4** Valorização das equipas e da profissão



**5** Promoção da coesão territorial como resposta aos determinantes sociais em saúde



**6** Promoção da sustentabilidade económico-financeira



# «REFORÇAR O PAPEL DAS FARMÁCIAS NO ECOSSISTEMA DA SAÚDE»

*Os novos Órgãos Sociais da ANF estão alinhados na missão de expandir os serviços farmacêuticos e contribuir para melhorar o sistema de saúde.*

TEXTO: TIAGO GONÇALVES E CARINA MACHADO  
FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO

«**A**s farmácias estão disponíveis para fazer parte do Plano de Emergência para o Serviço Nacional de Saúde». O anúncio foi feito por Ema Paulino no discurso de tomada de posse dos novos Órgãos Sociais da ANF para o triénio 2024-2026, que teve lugar a 3 de abril, na sede da Associação, em Lisboa.

Dirigindo-se a Rui Santos Ivo, presidente do Infarmed, em representação da nova ministra da Saúde, Ana Paula Martins, a presidente reconduzida disse acreditar que medidas de resposta direta das farmácias em situações clínicas ligeiras ou na identificação dos casos que carecem

«**E** STAMOS, AGORA,  
E MAIS UMA VEZ,  
DISPONÍVEIS PARA OUVIR O QUE  
O GOVERNO PRETENDE DE NÓS»

de referência para o médico «podem ajudar a aliviar a pressão nas urgências hospitalares e nos cuidados de saúde primários», em linha com os objetivos traçados pelo Governo. «Temos a capacidade, as qualificações e a vontade para começar a trabalhar. Estamos, agora, e mais uma vez, disponíveis para ouvir o que o Governo pretende de nós».



*Emma Paulino no discurso da tomada de posse dos Órgãos Sociais para o triénio 2024-2026*



*Rui Santos Ivo, presidente do Infarmed, esteve presente em representação de Ana Paula Martins, ministra da Saúde*



Emma Paulino realçou a redefinição do contributo das farmácias no contexto da Saúde Pública nos últimos três anos. A ampliação do raio de ação foi exemplificada com a intervenção na estratégia nacional de testagem contra a COVID-19 e na campanha de vacinação de 2023-2024. «Com base nestas experiências, o contributo das farmácias para a promoção da saúde, prevenção da doença e apoio ao diagnóstico atempado é tão incontornável como o contributo para a promoção

da acessibilidade ao medicamento e a otimização da sua efetividade e segurança», afirmou.

A presidente da ANF enumerou ainda os vários momentos em que a rede de farmácias foi chamada a contribuir em benefício da saúde das pessoas e da eficiência do sistema de saúde, e as medidas mais emblemáticas em defesa da economia e da coesão territorial do setor, reforçando que «também as farmácias necessitam de condições para continuar este caminho».



## «MANTER AS FARMÁCIAS NO RUMO CERTO»

**U**m mês após a tomada de posse, no dia 3 de maio, realizou-se a primeira reunião de trabalho dos novos Órgãos Sociais da Associação, com a participação de representantes da Direção, da Mesa da Assembleia Geral, do Conselho Fiscal e do Conselho Disciplinar.

«Queremos assegurar, ao longo deste mandato, o reforço do papel das farmácias no ecossistema da Saúde, aprofundando a colaboração que temos vindo a estabelecer com as diferentes estruturas do Ministério da Saúde», referiu Ema Paulino. As farmácias são, muitas vezes, «o único serviço de saúde disponível para a população» e a expansão dos serviços prestados pela rede de farmácias apresenta um «enorme potencial para se alcançar ganhos significativos

em saúde», sublinhou a presidente da ANF.

O espírito de cooperação no alinhamento de objetivos e estratégias para a afirmação do setor fez-se sentir ao longo da reunião. Como referiu a presidente da Mesa da Assembleia Geral, Carolina Mosca, o órgão a que preside assume o compromisso de fazer cumprir os Estatutos da Associação e assegurar a condução dos trabalhos em todos os Conselhos Nacionais e Assembleias Gerais «com imparcialidade e o propósito de fomentar uma troca de opiniões alicerçada num debate construtivo».

Já o presidente do Conselho Fiscal, Diogo Gouveia, destacou a reunião como «uma ótima oportunidade para debater os desafios e oportunidades para o futuro, num fórum alargado e com a missão de manter as farmácias no rumo certo».

## DIREÇÃO



**EMA PAULINO**  
PRESIDENTE  
FARMÁCIA NUNO ÁLVARES  
ALMADA



**PAULO FERNANDES**  
VICE-PRESIDENTE  
FARMÁCIA COELHO  
SEIA



**PAULA DINIS**  
VICE-PRESIDENTE  
FARMÁCIA ALVA  
ARGANIL



**FAUSTO ALMEIDA**  
VICE-PRESIDENTE  
FARMÁCIA TORREENSE  
TORRES VEDRAS



**ANA TENREIRO**  
VOGAL  
FARMÁCIA MIGUEL  
BOMBARRAL



**RAHIM SACOOR ALI**  
VOGAL  
FARMÁCIA CAPARIDE  
CASCAIS



**DIANA AMARAL**  
VOGAL  
FARMÁCIA DE LOMAR  
BRAGA



**PAULO GOUVEIA**  
VOGAL  
FARMÁCIA PEDRA MOURINHA  
PORTIMÃO



**TERESA ALMEIDA**  
VOGAL  
FARMÁCIA ALVES  
PORTO



**FRANCISCO BARROS**  
VOGAL SUPLENTE  
FARMÁCIA DA MISERICÓRDIA  
CASTRO DAIRE



**MIGUEL SAMORA**  
VOGAL SUPLENTE  
FARMÁCIA SÃO LUÍS  
ODEMIRA

## MESA DA ASSEMBLEIA GERAL



**CAROLINA MOSCA**  
PRESIDENTE  
FARMÁCIA CENTRAL  
SABUGAL



**BERTO CABRAL**  
VICE-PRESIDENTE  
FARMÁCIA CABRAL  
VILA PRAIA DA VITÓRIA, ILHA TERCEIRA



**ANABELA COSTA E SILVA**  
SECRETÁRIA  
FARMÁCIA AVER-O-MAR  
PÓVOA DE VARZIM



**HUGO CARTAXO**  
SECRETÁRIO  
FARMÁCIA COSTA AZUL  
GRÁNDOLA

## CONSELHO DISCIPLINAR



**HELENA AMADO**  
PRESIDENTA  
FARMÁCIA LUCIANO & MATOS  
COIMBRA



**LARA NICOLAU**  
SECRETÁRIA  
FARMÁCIA QUINTANS  
LOURINHÃ



**ANDRÉ COELHO**  
VOGAL  
FARMÁCIA PONTES LEITE  
LISBOA



**MARIA JOSÉ VIEIRA**  
VOGAL  
FARMÁCIA S. GONÇALO  
PONTE DE LIMA



**MADALENA NEVES**  
VOGAL  
FARMÁCIA ALGARVE  
LISBOA



**NUNO CARDOSO DA SILVA**  
VOGAL SUPLENTE  
FARMÁCIA LEVER  
VILA NOVA DE GAIA

## CONSELHO FISCAL



**DIOGO GOUVEIA**  
PRESIDENTE  
FARMÁCIA PARREIRA BOGAGE  
BARREIRO



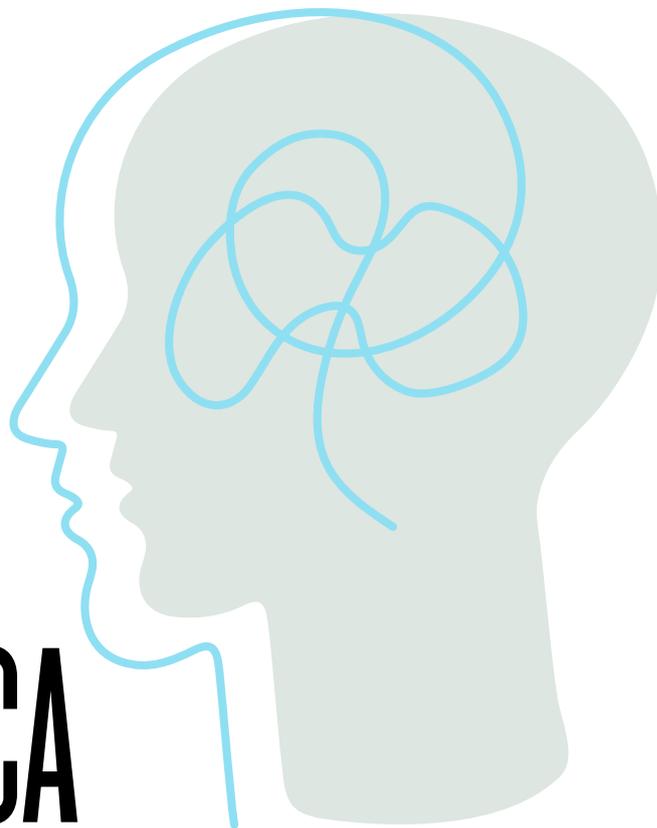
**JORGE ESGALHADO**  
VOGAL  
FARMÁCIA ALMOFARIZ  
ALMADA



**PEDRO MARQUES**  
VOGAL  
FARMÁCIA DA TERRA ENTRONCAMENTO  
ENTRONCAMENTO



**PATRÍCIA GUIMARÃES**  
VOGAL SUPLENTE  
FARMÁCIA GRAMACHO  
MATOSINHOS



# RENOVAÇÃO DA TERAPÊUTICA CRÓNICA NO MUNDO

*Enquanto Portugal está na primeira fase e celebra a conquista, o resto do mundo desenvolvido quer mais serviços e mais remuneração. O estado da arte do serviço demonstra o valor económico da integração dos farmacêuticos no ecossistema alargado da Saúde.*

TEXTO: MARIA JORGE COSTA

**O**s desafios de sustentabilidade com que a generalidade dos sistemas de saúde se confronta, a par de uma visão holística do acompanhamento da saúde das pessoas, têm permitido a aproximação da intervenção entre os vários profissionais de saúde, numa crescente relação de confiança, complementaridade técnica e partilha consentida de dados pessoais.

Neste contexto, o paradigma do farmacêutico comunitário enquanto profissional que dispensa, garante o acesso e a segurança dos medicamentos, tem vindo a evoluir,

**O** PARADIGMA DO FARMACÊUTICO COMUNITÁRIO TEM EVOLUÍDO PARA UM MODELO DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE CONTRATUALIZADOS

## NO REINO UNIDO, O NHS FINANCIA SERVIÇOS INOVADORES DE APOIO À COMUNIDADE, DESDE 2016

a diferentes ritmos, para um modelo de competências aplicadas na prestação de serviços complementares, em áreas de intervenção clínica contratualizada com serviços de saúde públicos e privados, na prevenção da doença e promoção do bem-estar.

A renovação da terapêutica crónica nas farmácias comunitárias enquadra-se neste cenário. Países europeus e do chamado norte global aplicam o serviço há tempo suficiente para recolher, registar e produzir evidência dos ganhos em saúde para a população e do valor económico para os orçamentos públicos.

À cabeça da experiência neste serviço encontra-se o Canadá. Implementado no país desde 2005, o desaque vai para as várias regiões onde é permitido aos farmacêuticos, em estreita colaboração com o prescriptor, adaptarem a prescrição.

No Reino Unido, percebendo o potencial de proximidade relacional e geográfica dos farmacêuticos comunitários à população, o Serviço Nacional de Saúde (NHS) começou, em 2016, a financiar a criação de serviços inovadores de apoio à comunidade, as boas práticas e o desenvolvimento tecnológico do setor, indispensável num mundo onde a digitalização é uma realidade. A gestão e revisão da terapêutica, em articulação com os médicos prescritores, passou a integrar os serviços prestados, através da criação de planos de acompanhamento dos resultados em saúde. No caso de Inglaterra, a renovação pode ser feita por um período máximo de um ano, sendo que antes de cada dispensa, a condição da pessoa é avaliada pelo farmacêutico, que analisa a necessidade de manutenção da terapêutica ou se sobreveio alguma nova situação que contraindique a dispensa.

Em França, tal como na Bélgica, o serviço foi implementado mais recentemente, no contexto da pandemia de COVID-19, e prevê, igualmente, uma prescrição médica válida para um período até 12 meses, renovada pelo farmacêutico, em consenso com o médico, antes de ser necessário a pessoa recorrer a uma nova consulta.

A medida existe também noutros países, mas no contexto de programas específicos. É o caso da Alemanha,

que avançou, em 2003, com a contratualização de representantes do setor e seguradoras, que resultou em programas de saúde nas farmácias para a asma, diabetes, hipertensão, e apoio a pessoas idosas, e da Finlândia, onde os farmacêuticos comunitários têm, desde o final da década de 1990, um papel ativo no tratamento e prevenção de doenças cardíacas e outros programas de Saúde Pública.

De um modo geral, a discussão sobre a renovação da terapêutica crónica nas mesas de negociações com os diferentes governos faz-se, hoje, em torno da atualização da remuneração dos serviços e do aprofundamento das áreas de intervenção.

## DIFERENTES GOVERNOS DEBATEM A ATUALIZAÇÃO DA REMUNERAÇÃO DOS SERVIÇOS E O APROFUNDAMENTO DAS ÁREAS DE INTERVENÇÃO

### **Portugal: renovação da terapêutica em evolução**

Em Portugal, as pessoas que vivem com doença crónica passaram a ter acesso, no final do ano passado, à medicação na farmácia comunitária sem necessidade de renovar a prescrição no centro de saúde, durante um ano.

A medida pretende combater a falta de acesso às prescrições em tempo útil, uma das causas para cerca de 50% das falhas de adesão à terapêutica, além de constituir das principais razões de deslocação das pessoas às unidades de cuidados de saúde primários, já bastante sobrecarregados. Nas zonas rurais e mais isoladas, o acesso às prescrições é ainda mais limitado.

Durante os 12 meses de duração da prescrição, é na farmácia comunitária que a pessoa com doença é acompanhada e lhe é dispensada a medicação até ao máximo de embalagens previstas para garantir o tratamento durante dois meses.

O serviço deverá evoluir para a criação de um modelo definido e contratualizado entre o SNS e as farmácias, no sentido de potenciar o acompanhamento farmacêutico na gestão da doença, com intervenções protocoladas e referenciação ao médico.



© PEDRO LOUREIRO

**MARIA DA LUZ  
SEQUEIRA**

*Presidente da Comissão Organizadora  
das Comemorações dos 50 anos da ANF*

# O MEIO SÉCULO DA NOSSA ANF DEVE ENCHER-NOS DE ORGULHO

**É** sempre notável e digno de registo o simples facto de uma entidade atingir cinquenta anos de existência.

O meio século da nossa ANF deve encher-nos de orgulho. É um marco histórico demasiado importante para não ser comemorado condignamente, por tudo o que significa.

Aqui presto a minha homenagem aos seus fundadores e aos que deram continuidade ao seu trabalho, que simbolizo na pessoa do colega João Cordeiro, seu presidente e impulsionador durante largos anos.

Como nos ensinam os historiadores, a profissão farmacêutica surgiu do aglutinar da sabedoria árabe com o conhecimento greco-romano. Os boticários tornaram-se os especialistas do medicamento no século XIII, com local próprio para o exercício da sua actividade: a botica. A primeira referência ao boticário remonta ao ano de 1338, no reinado de D. Afonso IV.

Mais perto de nós, as farmácias chegaram mesmo a ser local de reunião e debate de ideias científicas, mas

também literárias e políticas. No século XIX, as mais destacadas figuras nacionais, professores, médicos, farmacêuticos, advogados, e até padres, debatiam o pensamento liberal e progressista que cá chegava. Tolentino e Bocage terão frequentado a botica Azevedos, conspirando com outros correligionários pelos seus ideais republicanos.

A estagnação da farmácia anterior ao 25 Abril e a posterior instabilidade político-social impulsionaram um grupo de jovens farmacêuticos a transformar o Grémio Nacional das Farmácias, até aí muito espartilhado política e economicamente, numa associação de nova dinâmica. Seria a ANF – Associação Nacional das Farmácias. Era o início de uma nova era para as farmácias portuguesas.

As farmácias aderiram de boa vontade a este projecto que lhes perspectivava maior autonomia do sector farmacêutico e mais eficaz representação dos seus interesses. Perceberam que era vital estarem unidas. Os

interesses particulares eram mesquinhos face ao que a Farmácia poderia ser no futuro.

Têm sido várias as frentes de actuação da ANF. Sublinho algumas:

- Na década de oitenta, a informática despontava. A ANF foi pioneira nesse início da explosão digital que hoje conhecemos, adaptando exemplarmente os seus benefícios ao funcionamento das farmácias.
- Formação Contínua.
- Centro de Informação do Medicamento e Intervenções em Saúde (CEDIME), Laboratório de Estudos Farmacêuticos (LEF) e Centro de Estudos e Avaliação em Saúde (CEFAR). Importantes para garantir fiabilidade e segurança ao medicamento e cuidados de saúde de qualidade.
- Criação de projectos de apoio à população. Serviços farmacêuticos inovadores, desde a troca de seringas e recolha de radiografias, até ao recente projecto de vacinação, sem descurar a defesa ambiental, através de parceria na sociedade VALORMED.
- Genéricos. A ANF cedo percebeu que o aumento exponencial de custos para o Estado e os doentes, resultante da maior longevidade e do acesso dos cidadãos a mais cuidados de saúde, tinha nos genéricos um aliado. Foram memoráveis os acérrimos debates televisivos em ambiente de desinformação "científica".
- Plataforma Saúde em Diálogo, um ponto de encontro para a promoção da saúde e protecção da doença.
- Departamento de Apoio aos Associados (DAA), para suporte e orientação dos associados.
- No plano cultural, o Museu da Farmácia, que muito nos orgulha, inaugurado simultaneamente com a nova sede da Associação, teve origem na colecção de peças acumuladas pelos colegas Guerreiro Gomes e Salgueiro Baço, e foi fruto da sua perseverança, que aqui também homenageio.

«**F**AZER DAS FARMÁCIAS  
A REDE DE CUIDADOS  
DE SAÚDE PRIMÁRIOS DEVE  
SER UMA IMPOSIÇÃO LÓGICA»

Como disse António Arnaut, o “pai do Serviço Nacional de Saúde”, as farmácias são o braço longo do SNS. É exactamente este enorme potencial das farmácias comunitárias que tem de ser aproveitado.

Os próximos anos serão desafiantes. Quer porque o cidadão é mais e mais exigente, quer porque a tecnologia avança a ritmo imparável e o novo mundo da IA não pode ser descurado.

As tecnologias disponíveis nos cuidados de saúde irão impor novos modelos de prestação de cuidados de saúde, mais ágeis e eficientes. Fazer das farmácias a rede de cuidados de saúde primários deve ser uma imposição lógica.

Há que consolidar um modelo de intervenção que aproveite os recursos existentes nas farmácias, através da prestação de cuidados personalizados nas situações clínicas ligeiras, na preparação individualizada da medicação, na dispensa de medicamentos em proximidade, na renovação da terapêutica.

«**A** PROVEITEMOS O SENTIMENTO  
DESTA NOSSA DATA  
HISTÓRICA, QUE SE APROXIMA,  
PARA NOS UNIRMOS MAIS UMA VEZ  
E, EM ESPÍRITO CONSTRUTIVO,  
CONTRIBUIRMOS PARA SOLUÇÕES  
PRAGMÁTICAS E DESAPAIXONADAS»

Em 2023, foi apresentado o Livro Branco das Farmácias Portuguesas. É uma peça essencial para o desenvolvimento contínuo das farmácias em Portugal, projetando o futuro do sector e da sua acção no contexto da saúde, com as farmácias a desempenhar um papel fundamental em cada etapa da jornada de saúde do indivíduo.

A ANF, como sempre acontece, passou por momentos mais e menos felizes. Teve momentos de grande sucesso e outros de grande preocupação. Aproveitemos o sentimento desta nossa data histórica, que se aproxima, para nos unirmos mais uma vez e, em espírito construtivo, contribuirmos para soluções pragmáticas e desapaixonadas.

Os nossos cinquenta anos assim o exigem. Temos mais uma vez de estar à altura das nossas responsabilidades.

FARMÁCIA SENOS

# UMA FARMÁCIA DE MULHERES

TEXTO: SANDRA COSTA

FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO

*No bicentenário da Farmácia Senos, celebra-se a história da primeira mulher farmacêutica de Ílhavo, opositora ao regime de Salazar e comprometida com a terra onde nasceu. A neta e a bisneta de Eduarda Senos seguem-lhe os passos.*



No espaço centenário localizado na zona histórica de Ílhavo, a Farmácia Senos concilia modernidade com tradição

**A** Farmácia Senos, em Ílhavo, comemora 200 anos, tal como a Fábrica da Vista Alegre, a escassos quilómetros. Podia ser coincidência, mas não é. Quando em 1824, José Ferreira Pinto Basto funda a famosa fábrica portuguesa traz consigo um boticário, que inaugura a farmácia. É possível que o propósito do proprietário fosse dispor de um laboratório junto da fábrica para descobrir a ambicionada técnica de produzir a porcelana. «Eu interpreto assim. Um farmacêutico era um químico», diz Ana Senos, a atual proprietária dessa farmácia originária.

Durante três gerações, a farmácia permaneceu na família Cunha, antes de passar para as mãos da avó de Ana Senos. Manuel Ferreira da Cunha, neto do fundador, e Eduarda Senos tinham personalidades muito diferentes: ele monárquico e conservador; ela republicana, progressista e feminista. Em comum tinham o amor à farmácia e à qualidade técnica da profissão.

Por não ter filhos e procurar quem o sucedesse na farmácia, ele convidou-a a exercer na sua farmácia, por bilhete postal, por volta de 1935. Ela acabara de licenciar-se na Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto. «Ele queria alguém com competências técnicas e não eram muitos os que iam além dos três anos de curso que se completavam em Coimbra», explica Ana Senos. A família Senos não era, de resto, comum para a época. As três filhas de uma criada numa República de Estudantes

## **N**A ORIGEM DA FARMÁCIA SENOS, EM 1824, ESTÁ A FÁBRICA DA VISTA ALEGRE, LOCALIZADA A ESCASSOS QUILOMETROS

de Coimbra conseguiram graus superiores: duas tornaram-se farmacêuticas e uma professora.

Eduarda foi a primeira mulher farmacêutica de Ílhavo. Com o senhor Cunha, o seu «grande mestre», aprendeu a valorizar a qualidade farmacêutica e juntou-lhe a atenção ao utente, «aquilo que distingue a farmácia comunitária, quando ainda nem se usaria o termo». Com esta fórmula conseguiu impor-se num mundo maioritariamente masculino: as restantes três farmácias de Ílhavo, todas na mesma rua, foram lideradas por homens. A relação de respeito com o homem que lhe abriu as portas da profissão manteve-se até ao fim e ela só alterou o nome da farmácia de Cunha para Senos nos anos 70, «já após a sua morte e depois de um tempo de luto».

«Ela sempre cuidou da função social da farmácia», explica Ana Senos. Antes da criação do Serviço Nacional de Saúde e numa terra com muitas carências económicas, que vivia sobretudo da pesca do bacalhau, a

**E**DUARDA SENOS  
SEMPRE CUIDOU  
DA FUNÇÃO SOCIAL DA FARMÁCIA.  
VENDIA A CRÉDITO, PORQUE  
O DINHEIRO DAS CAMPANHAS  
DO BACALHAU CHEGAVA  
A CADA SEIS MESES



Foi uma mulher à frente do seu tempo: republicana, progressista e feminista

farmácia era um apoio fundamental. Eduarda vendia a crédito, porque o dinheiro das campanhas do bacalhau chegava a cada seis meses. Pedia dinheiro emprestado a uma amiga, esposa de um capitão de um navio bacalhoeiro, para comprar estreptomomicina para os utentes com tuberculose. «Era uma Finanfarma caseira», ri-se Ana Senos, aludindo à sociedade financeira de crédito que hoje apoia as farmácias.

Ainda hoje ouve com prazer histórias sobre a avó, contadas com apreço por antigos trabalhadores da Fábrica da Vista Alegre, os principais clientes da farmácia. Vinham buscar medicamentos e, nos embrulhos, levavam informação sobre os comícios da campanha de Humberto Delgado, convocatórias para reuniões e anúncios de greves. Ao contrário dos marinheiros da

pesca do bacalhau, muito pró-regime, na Fábrica da Vista Alegre havia um núcleo forte de oposição. «A minha avó fez a campanha toda do Humberto Delgado. Ia com eles aos comícios, no carro do meu avô», orgulha-se Ana Senos. Eduarda era antissalazarista, identificava-se com o Movimento Democrático Português / Comissão Democrática Eleitoral (MDP/CDE). O marido, professor de História no Porto, só vinha a casa nos fins de semana, desconhecia a atividade política da mulher. «Por força da ausência dos homens, Ílhavo era uma terra de matriarcado», atalha a farmacêutica.

A visionária Eduarda começou cedo a arquitetar a continuidade da farmácia. E se os filhos não revelaram interesse, foi para a neta que se virou. «Ela achava que a farmácia era uma profissão feminina. Queria afirmar

as mulheres na profissão». Ana passou a infância na farmácia, era a menina dos recados. «Não tive muita liberdade para pensar que havia mundo para além da farmácia». Ao fim de 44 anos de profissão, se voltasse atrás voltaria a ser farmacêutica, garante.

## É UMA «PROFISSÃO DE BANDA LARGA», QUE AJUDA A RESOLVER OS PROBLEMAS DAS PESSOAS, ORGULHA-SE ANA SENOS

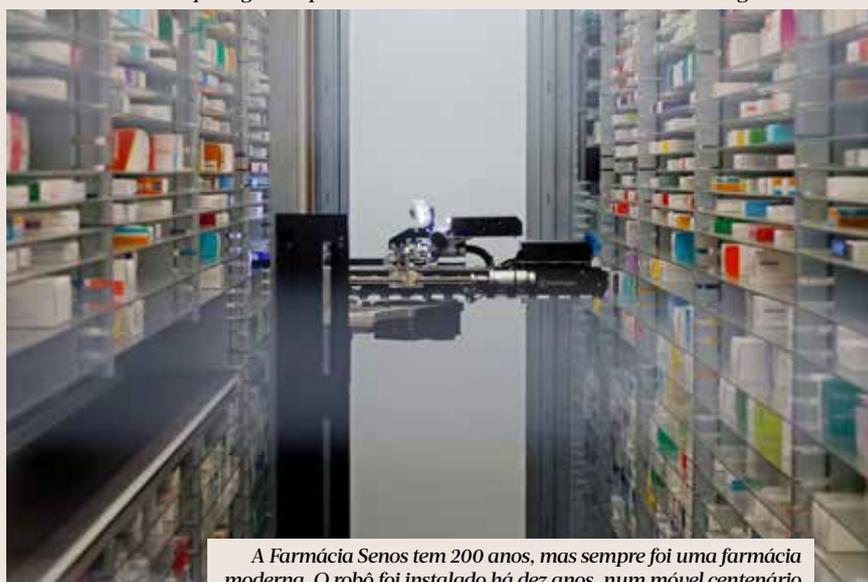
É uma «profissão de banda larga», que ajuda a resolver os problemas das pessoas. «O aconselhamento e o cuidado ao outro faz-nos chegar ao fim do dia realizados», diz a farmacêutica que gosta de pensar na casa que gere como «uma farmácia de família e gerações».

A Farmácia Senos tem 200 anos, mas sempre foi uma farmácia moderna, nota Ana. No início do século XX, o antecessor era sócio de várias sociedades farmacêuticas europeias, a avó fez sempre questão de manter-se atualizada e «dar o melhor da arte». Ana dá continuidade à herança. No espaço centenário localizado na zona histórica de Ílhavo, na rua conhecida como Direita ou das Farmácias, concilia modernidade e tradição. «Há dez anos instalámos o nosso robô num móvel centenário, e os dois coabitam pacificamente».

Para o futuro, deseja continuar a «cumprir as Boas Práticas de Farmácia» e dar resposta às necessidades da comunidade. «Queremos ser parte ativa da solução do grande problema da Saúde», garante Ana. Com ela, tem a filha, Joana Santos, que seguiu os passos da mãe e da avó, e é a diretora técnica da Farmácia do Cais, a outra farmácia da família, também em Ílhavo. A continuidade está assegurada.



Ana Senos, proprietária da Farmácia Senos, com a filha, Joana Santos, que seguiu os passos da mãe e da avó. A continuidade está assegurada



A Farmácia Senos tem 200 anos, mas sempre foi uma farmácia moderna. O robô foi instalado há dez anos, num móvel centenário



Ana Senos gosta de pensar na casa que gere como «uma farmácia de família e gerações»

PROGRAMA ABEM

# DO ACESSO AO MEDICAMENTO

Mais de 36 mil pessoas já foram ajudadas pelo programa.

TEXTO: RITA JUSTO | WL PARTNERS  
FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO

**D**esde 2016 que o Programa *abem*: Rede Solidária do Medicamento tem expandido a sua atuação. Através desta iniciativa já foram apoiadas mais de 36 mil pessoas em situação de carência, que, com este apoio, conseguem adquirir os seus medicamentos para terem uma vida mais digna.

Segundo o Índice de Saúde Sustentável, desenvolvido pela Nova Information Management School, um em cada dez portugueses não comprou os medicamentos prescritos porque não tem dinheiro para os pagar.

Para Maria João Toscano, diretora-executiva da Associação Dignidade, «com o apoio de todos, o *abem*: vai continuar a fazer uma grande diferença na vida de quem mais precisa». Alinhando-se com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), o principal objetivo é continuar a evidenciar e consciencializar a sociedade para as dificuldades que muitas famílias têm em aceder aos medicamentos de que necessitam.

Nos últimos oito anos, o Programa *abem*: tem vindo a diminuir a percentagem daqueles que nem sempre têm possibilidade de adquirir os medicamentos que lhes são

**A** PERCENTAGEM DE BENEFICIÁRIOS QUE NEM SEMPRE COMPRA OS MEDICAMENTOS PRESCRITOS PELO MÉDICO PASSA DE 61% PARA 5% DEPOIS DE TEREM O CARTÃO *ABEM*

prescritos. Segundo a avaliação de impacto social, atualizada em 2023, um dos principais impactos que o Programa *abem*: tem na vida dos beneficiários é a melhoria da sua condição de saúde, através do cumprimento da terapêutica possibilitado pela aquisição da medicação necessária. A percentagem de beneficiários que nem sempre compra os medicamentos prescritos pelo médico passa de 61% para 5% depois de terem o cartão *abem*:. Outro impacto é a melhoria da qualidade de vida dos beneficiários, ao evitar o corte noutras despesas essenciais para fazer face à aquisição de medicação.

Por todas estas razões, ajudar é a palavra de ordem.

# “DÊ TROCO A QUEM PRECISA”

A 11.ª edição da campanha “Dê Troco a Quem Precisa” decorreu no mês de maio, em cerca de 600 farmácias aderentes. Durante este período, as pessoas foram convidadas a doar o seu troco para o Programa *abem*., de forma a apoiar os mais vulneráveis no acesso ao medicamento.

## ABEM: EM NÚMEROS

\* De maio de 2016 a 30 de abril de 2024



**36.738**  
BENEFICIÁRIOS



**20.773**  
FAMÍLIAS APOIADAS



**169**  
CONCELHOS ABRANGIDOS



**191**  
ENTIDADES  
REFERENCIADORAS



**2.754.274**  
EMBALAGENS DE MEDICAMENTOS  
DISPENSADAS



**1.182**  
FARMÁCIAS ADERENTES

### APOIE O PROGRAMA ABEM:

MB WAY (932 440 068)

Transferência bancária  
(PT50 0036 0000 9910 5914 8992 7)

# VIAGEM AO MUNDO DA VACINAÇÃO



*O Museu da Farmácia proporciona uma visão universal da história da vacinação. Do século XVIII aos dias de hoje, há muito para ver.*

TEXTO: IRINA FERNANDES  
FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO



Mural do antigo edifício do Laboratório Sanitas, em Lisboa, alusivo à indústria farmacêutica nacional

«O museu tenta criar pontes e é isso que fazemos logo à entrada!», assevera em tom convidativo João Neto, diretor do Museu da Farmácia. No espaço museológico, sediado em Lisboa, a história da vacinação atravessa o período do século XVIII até aos dias de hoje apresentando-se, para já, em formato peculiar. «Esta exposição não tem data de término», pois «está entrosada em todo o museu».

No piso térreo e no primeiro andar, o acervo é rico e oferece a contemplação de objetos que espelham a fé, a magia, os recuos e as conquistas daquela que foi uma das maiores descobertas científicas do mundo: a vacinação. O primeiro ponto de paragem é um «mural de 1953 de um laboratório, onde está uma vaca», nomeia João Neto. «Explicamos, aí, a importância que os animais tiveram – em particular a vaca – na história da vacinação», antecipa. Foi, precisamente, devido à varíola bovina que se viria a descobrir o novo medicamento: a vacina.

A varíola foi responsável por inúmeras epidemias descritas ao longo da História. Estima-se que a doença matava 400 mil pessoas por ano na Europa no século XIX. Após anos de estudo e observação, o médico inglês Edward Jenner (1749-1823) verificou que quando havia surtos de varíola havia uma classe profissional que não ficava doente: as leiteiras e os leiteiros que ordenhavam as vacas.



**A** VARÍOLA DIZIMOU MILHARES DE VIDAS, EM TODO O MUNDO. ESTEVE NA ORIGEM DA PRIMEIRA INOCULAÇÃO

A 14 de maio de 1776, Jenner protagoniza a primeira inoculação. Decide inocular uma criança, James Phipps, de oito anos, filho do seu jardineiro. Nesse momento percebeu que a sua vacina contra a varíola tinha o potencial de transformar a medicina e salvar vidas!

«Na nossa coleção temos os primeiros objetos usados no século XIX, as lancetas. Tudo começa quando Jenner corta as borbulhas da varíola das vacas (com uma lanceta) e aquele líquido é inoculado nas pessoas», partilha João Neto, revelando que «suspeita-se, agora, que algo similar já se fazia na Turquia».

## AS MOSTRAS DA VACINA SPUTNIK V E OUTRAS DE COMBATE À COVID-19 FAZEM PARTE DO ACERVO DO MUSEU DA FARMÁCIA



Vacina conhecida como Comirnaty Omicron XBB.1.5, usada na prevenção da COVID-19

Conjunto de lâminas para vacinação, do século XVIII

Seguindo viagem pelos corredores do Museu da Farmácia, há peças especiais às quais poucos conseguem ficar indiferentes. Um desses exemplos é o cartaz de propaganda de 1977, divulgado nos EUA, onde duas das mais conhecidas personagens do filme de ficção científica norte-americano "Star Wars: Episódio IV - Uma Nova Esperança", deixam um apelo à vacinação: «Pais da Terra, os vossos filhos estão totalmente imunizados? Certifique-se – ligue para o seu médico ou departamento de saúde hoje mesmo. E que a força esteja convosco!», anunciava o cartaz.

Mas há mais: «Temos um outro objeto, uma pistola, uma peça que foi criada por um escocês, e muito utilizada

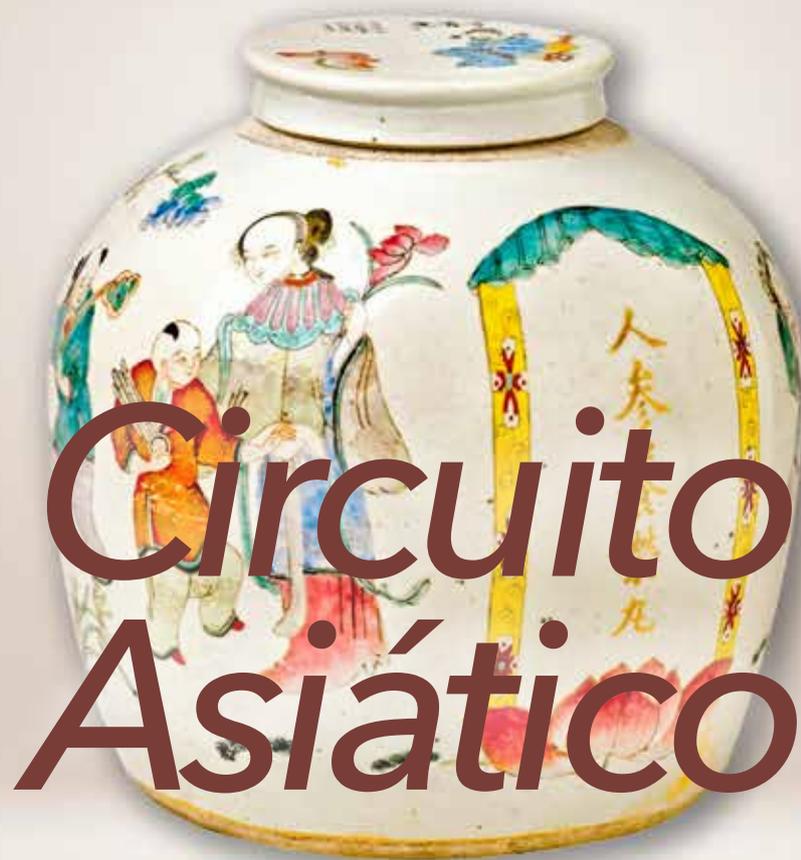
nos EUA, para disparar uma vacina», conta o diretor do museu, evocando que em determinados países existiu relutância na aceitação científica das vacinas. «As pessoas tinham de ser vacinadas à força».

Nesta viagem sobre a história da vacinação, a seringa é, pois, um objeto indissociável. «As pessoas olham para a seringa como um objeto essencial da história da ciência ligada à saúde. E, por outro lado, a seringa mostra que a farmácia passou a ser mais um ponto importante dessa conquista da saúde», detalha o responsável.

Expostos numa vitrine, no átrio, o kit de prevenção da sida e outros materiais referentes ao Programa Troca



MUSEU da FARMÁCIA



# Circuito Asiático

O MUSEU DA FARMÁCIA INTEGRA O CIRCUITO ASIÁTICO, QUE REÚNE OS 18 MUSEUS DE LISBOA QUE APRESENTAM AS MAIS SIGNIFICATIVAS COLEÇÕES DE ARTE ASIÁTICA, PROPORCIONANDO AOS VISITANTES UMA VISÃO COMPLEMENTAR E ABRANGENTE DE OBJETOS DAS MAIS VARIADAS PROVENIÊNCIAS, PERÍODOS E TIPOLOGIAS, NUMA VIAGEM PELO TEMPO E DIFERENTES LATITUDES.

Museu da Farmácia Lisboa  
T. 213 440 688

10h00-18h00, dias úteis (última entrada: 17h30)  
10h00-13h00 | 14h00-18h00, sábados (última entrada: 12h30 | 17h30)

de Seringas "Diz Não a Uma Seringa em Segunda Mão", iniciado em 1993, merecem uma paragem demorada.

Embora não exista ainda uma vacina contra a sida, foi pela mão da Professora de Ciências Farmacêuticas e investigadora Odette Ferreira – uma das mais importantes cientistas portuguesas, pioneira na investigação sobre a infeção do VIH/sida em Portugal – que foi desenvolvido o primeiro programa de troca de seringas do país. O programa permitiu prevenir a transmissão do Vírus da Imunodeficiência Humana (VIH) e outras infeções transmitidas por via sanguínea entre pessoas que utilizavam drogas injetáveis.

As conquistas respeitantes à descoberta de uma vacina capaz de travar a pandemia de COVID-19, que assolou o mundo no ano de 2020, estão igualmente representadas. «Temos amostras de todas as vacinas usadas no combate à COVID-19», frisa João Neto. «Quando, em agosto de 2020, o presidente russo Vladimir Putin foi à televisão falar da vacina, eu falei com a embaixada para nos doarem essas peças. Temos as duas doses da vacina Sputnik V».

Evocando os dias em que a comunidade científica pouco ou nada sabia sobre o novo coronavírus, denominado SARS-CoV-2, responsável pela doença COVID-19, João Neto sublinha a importância da descoberta de uma vacina, e não de um comprimido. «Por ser uma vacina, as pessoas encheram o peito de esperança entendendo que a vacina ia evitar que a doença entrasse no seu corpo», observa João Neto.

Inaugurado em junho de 1996, o Museu da Farmácia está em permanente transformação. «Em breve vamos receber um frasco da vacina respeitante à última estirpe da varíola. Estamos em conversações com a anterior secretária de Estado da Saúde, Margarida Tavares, para nos ser feita essa doação», anuncia João Neto.

Está também prevista a criação de um «espaço próprio dedicado inteiramente à vacinação», conclui.



*O escarificador cutâneo era, no início do século XIX, um instrumento utilizado para a vacinação da varíola (doença infecciosa)*



**0** MUSEU VAI CRIAR UM ESPAÇO PRÓPRIO DEDICADO À VACINAÇÃO

CONGRESSO NACIONAL  
DOS FARMACÊUTICOS

# MAIS INOVAÇÃO, MELHOR SAÚDE.

21 • 22 • 23 NOVEMBRO

CENTRO DE CONGRESSOS DE LISBOA

## INSCRIÇÕES ABERTAS

SAIBA MAIS EM [CNF2024.PT](https://cnf2024.pt)





Reforce o

# SISTEMA IMUNITÁRIO dos seus utentes



+12 anos



AGRADÁVEL SAVOR LARANJA



ADEQUADO A DIABÉTICOS

Por um preço baixo\*

**DUPLA AÇÃO** Vitamina C + Zinco

**UMA DUPLA COM TRIPLA VANTAGEM**

- 1 Cuida das tuas defesas
- 2 Reduz o cansaço e a fadiga
- 3 Por um preço baixo\*

Redoxon +Zn é um suplemento alimentar. Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado, equilibrado e de um modo de vida saudável. Contém vitamina C e zinco que contribuem para o normal funcionamento do sistema imunitário. A vitamina C contribui para a redução do cansaço e da fadiga. \*Análise realizada com os dados de Abril 2023, em valor, consultando os PVP médios de 50% dos produtos com vitamina C e zinco, no mercado de imunidade, fonte hmR. CH-20240516-160