

FARMÁCIA PORTUGUESA

ANF CELEBRA 50 ANOS INICIATIVAS COMEMORATIVAS PERCORREM O PAÍS

Declaração pela Saúde: Festejos encerram com o compromisso conjunto da ANF e 49 outras entidades

PAUL SINCLAIR PRESIDENTE DA FEDERAÇÃO INTERNACIONAL FARMACÊUTICA

«Os jovens farmacêuticos estão a entrar numa profissão cheia de promessas»

JAIME MELANCIA PRESIDENTE DA DIREÇÃO DA PLATAFORMA SAÚDE EM DIÁLOGO

«Defendemos, com firmeza, a necessidade de reforçar o papel das farmácias na vida dos cidadãos»



anf

**Uma voz
pela Saúde**

Há 50 anos

A vida passa pela farmácia

DIANA
AMARAL

50 ANOS DE COMPROMISSO COM A SAÚDE DOS CIDADÃOS

Este ano, a Associação Nacional das Farmácias (ANF) celebra 50 anos de história, união e compromisso com a saúde dos portugueses. Cinco décadas em que a farmácia comunitária tem sido protagonista de um percurso marcado pela inovação, proximidade e resiliência. A vitalidade da ANF reflete-se na força coletiva da esmagadora maioria das farmácias que representa, uma rede capilar, coesa e ativa, presente em todo o território nacional, urbano e rural.

A efeméride é também um momento de renovação. Assinalamos este marco com uma nova identidade institucional, que traduz a nossa ambição e prepara o setor para os desafios do presente e do futuro. Esta nova imagem espelha uma visão clara: a farmácia não é apenas parte do sistema de saúde, é o elo integrador entre as políticas públicas e as necessidades reais das pessoas. A sua presença quotidiana na vida das comunidades faz dela um agente imprescindível de coesão social, de proximidade relacional e de confiança técnico-profissional.

Num tempo em que os sistemas de saúde enfrentam desafios estruturais, como o envelhecimento da população, o aumento da prevalência das doenças crónicas, a pressão orçamental ou as desigualdades no acesso, urge colocar a saúde no centro de todas as políticas. Não apenas nas decisões do setor da saúde, mas

também nas políticas económicas, sociais, ambientais e territoriais. A saúde deve ser o fio condutor de uma governação orientada para o bem-estar coletivo.

As farmácias comunitárias, pela sua acessibilidade única e capacidade de resposta local, são parceiras naturais desta transformação. Promovem a literacia em saúde, melhoram a adesão à terapêutica, apoiam a prevenção e a deteção precoce de doenças, e contribuem ativamente para a sustentabilidade do SNS. Estão prontas para fazer mais, com visão estratégica, inovação e compromisso com a qualidade.

A ANF reforça assim o seu posicionamento: uma voz pela saúde. Uma voz que se faz ouvir em defesa do interesse público, da equidade no acesso aos cuidados e da valorização do papel dos farmacêuticos na sociedade. Uma voz que acredita que investir nas farmácias é investir num modelo de saúde mais próximo, mais eficiente e mais humano.

Pessoalmente, é uma honra poder integrar esta Direção num momento tão simbólico. É com enorme sentido de responsabilidade que assumimos a missão de honrar o passado e liderar um novo ciclo de transformação. Com os olhos postos no futuro e a convicção de que as farmácias fazem parte da solução, continuaremos, com renovada energia por, pelo menos, mais 50 anos.

www.anf.pt/noticias/

Diretora _____

Diana Amaral

Coordenação _____

Carina Machado

Direção de Comunicação _____

Marta Roquette

Direção de Marketing _____

Elisabete Alonso

Editor de Fotografia _____

Pedro Loureiro

Capa _____

Pedro Loureiro

Redação _____

Ana Rita Cunha

Carina Machado

Maria Jorge Costa

Nuno Esteves

Pedro Veiga

Teresa Oliveira (WLP)

Tiago Gonçalves

Tânia Pereira

Secretária de Redação _____

Paula Cristina Santos

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 247: outubro 2025

Tiragem: 4.300 exemplares

Impressão e acabamento _____

Lidergraf Sustainable Printing

Publicidade _____

comercial@sauda.pt | 213 400 706

Assinaturas

1 ano (2 edições): 30 euros

Estudantes de Farmácia: 20 euros

FARMÁCIA PORTUGUESA

é uma publicação da

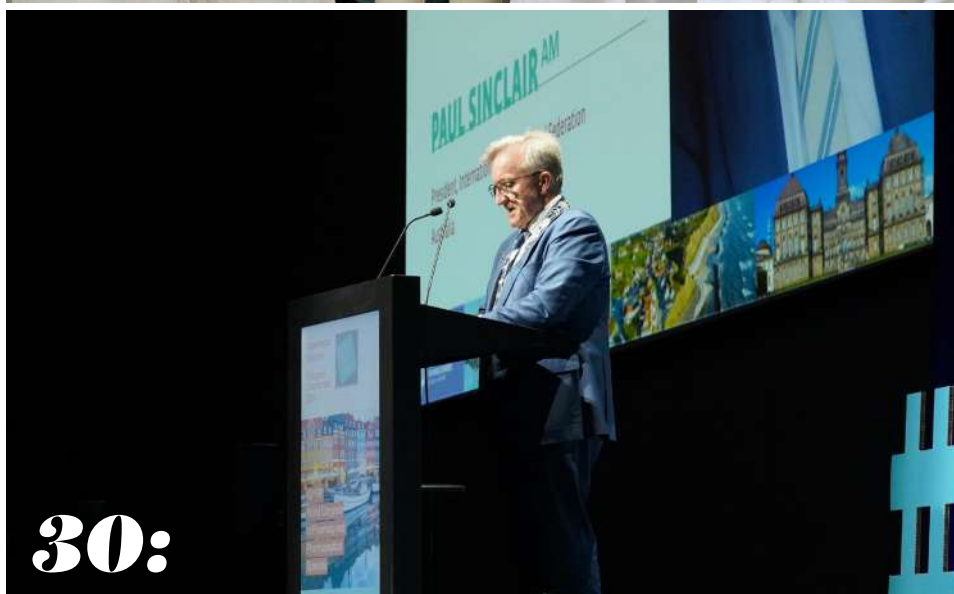
Associação Nacional das Farmácias

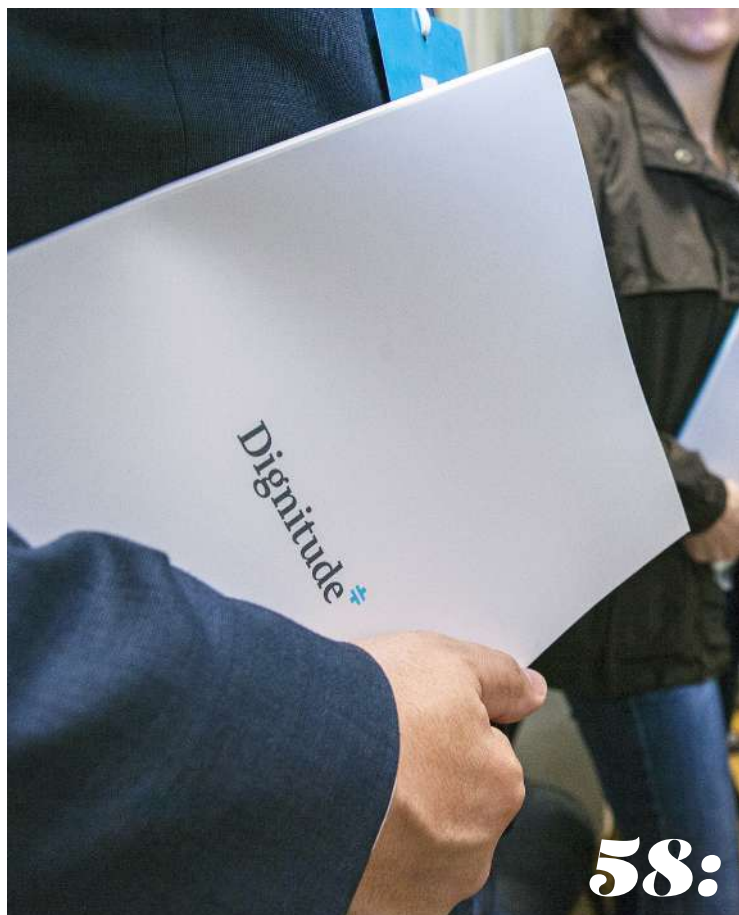
Rua Marechal Saldanha, 1

1249-069 Lisboa

anf:
associação
nacional das
farmácias

Todos os direitos reservados.





OUTUBRO 2025 : 247

ANF 50 ANOS: CELEBRAR A UNIÃO

- 6 UMA VOZ PELA SAÚDE
- 9 UM ANO COMEMORATIVO | FESTEJAR EM PROXIMIDADE
- 15 DECLARAÇÃO PELA SAÚDE

INOVAÇÃO E SUSTENTABILIDADE

- 18 METAMORFOSE DIGITAL
- 22 COMPETÊNCIAS PARA OS PRÓXIMOS 50 ANOS
- 26 COMPROMISSO COM O FUTURO

TRANSFORMAÇÃO DA JORNADA DE SAÚDE DAS PESSOAS

- 30 ENTREVISTA | «APELAMOS À ousadia PARA REDEFINIR A PROFISSÃO»

Paul Sinclair, presidente da Federação Internacional Farmacêutica (FIP)

PARCERIAS LOCAIS

- 38 A PRIMEIRA PORTA
- 42 VALOR ACRESCENTADO

ACESSIBILIDADE E CAPILARIDADE DOS CUIDADOS

- 46 AO SERVIÇO DOS CIDADÃOS
- 48 OPINIÃO | QUEREMOS MAIS FARMÁCIA NA VIDA DO DOENTE

Jaime Melancia, presidente da Plataforma Saúde em Diálogo

SAÚDE EM TODAS AS POLÍTICAS

- 50 ENTREVISTA | «O COMBATE ÀS DEPENDÊNCIAS EXIGE UMA REDE COESA, INTEGRADA E PRÓXIMA DAS PESSOAS»

João Goulão, presidente do Conselho Diretivo do Instituto para os Comportamentos Aditivos e as Dependências

RESULTADOS EM SAÚDE E TRANSMISSÃO DE CONHECIMENTO

- 54 O LABORATÓRIO VIVO DA COMUNIDADE

António Teixeira Rodrigues, DSES-ANF

PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR E QUALIDADE DE VIDA

- 58 SAÚDE E DIGNIDADE

PRESIDENTE

- 62 FARMÁCIA: MAIS DO QUE INTEGRADA, ELO INTEGRADOR

Ema Paulino

UMA VOZ, PELA SAÚDE



A Associação Nacional das Farmácias (ANF) assinala os seus 50 anos com uma nova identidade institucional, traduzindo uma visão renovada para o papel das farmácias na sociedade.

TEXTO: MARTA ROQUETTE

A renovação surge num momento marcado por desafios estruturais para o sistema de saúde português. O aumento da esperança média de vida e consequente envelhecimento da população, acompanhados da expansão das doenças crónicas e degenerativas; a necessidade de reforço na prevenção e no seguimento de doentes, face à pressão crescente sobre o Serviço Nacional de Saúde (SNS) — são, entre outros, fatores que exigem respostas inovadoras. Ao mesmo tempo, são absolutamente incontestáveis

**UMA ASSINATURA
QUE TRADUZ
MISSÃO, VISÃO E VALORES**

**O SISTEMA VISUAL
TEM COMO ELEMENTO
CENTRAL A CRUZ, QUE SE É CONVIDADO
A DESCOBRIR, SÍMBOLO UNIVERSAL
DE SAÚDE, PROXIMIDADE E CONFIANÇA**



tendências como a digitalização da saúde, a integração de cuidados e a procura por soluções mais próximas e acessíveis.

Assim se traçam as linhas de um contexto em que as farmácias comunitárias assumem, já hoje, um papel incontornável. Estão presentes em todo o território, acessíveis a todos, e são muitas vezes o primeiro e último ponto de contacto das pessoas com o sistema de saúde. As farmácias portuguesas são uma rede de proximidade única, capaz de responder com rapidez, confiança e humanidade. Este é o ativo que a ANF quer valorizar na celebração dos seus 50 anos, em que mais do que recordar os feitos do passado, é assumida a oportunidade de projeção do futuro, através do reforço da sua missão, visão e valores, traduzidos numa identidade revitalizada.

A identidade renovada da ANF traduz uma vontade objetiva de reforçar a clareza estratégica e de alinhar

toda a comunicação num ecossistema mais coeso e impactante. O ponto de partida foi um trabalho de análise e recolha participado, envolvendo contributos internos e externos, e complementado por um *benchmark* internacional de organizações congéneres.

O resultado foi a definição de territórios claros para cada marca do portfólio interno da ANF, e a criação de uma arquitetura monolítica que assegura coerência e consistência. Este processo permitiu tornar mais evidente o posicionamento da Associação, mantendo a ligação à história e aos valores fundadores da instituição, modernizar a identidade visual, reforçar a transparência e a proximidade na forma como comunica com a sociedade, enquanto garante maior capacidade de adaptação aos novos desafios.

O sistema visual tem como elemento central a cruz, que se é convidado a descobrir, símbolo universal de saúde, proximidade e confiança, agora reinterpretada de forma contemporânea. Esta cruz funciona como efeito agregador, criando um sistema visual distintivo que confere unidade ao universo de marcas.

**«SOMOS UM ORGANISMO VIVO,
COMUNICANTE, ATENTO
À SOCIEDADE E ABERTO AO MUNDO»**

EMA PAULINO, PRESIDENTE DA ANF

Com esta renovação de identidade e a transformação do seu ecossistema de marcas, a ANF dá um passo decisivo para reforçar a sua visão de fazer das farmácias um pilar de proximidade, inovação e sustentabilidade na saúde, e projetar a modernidade do setor que representa.

O novo posicionamento da ANF encontra expressão na assinatura “Uma Voz pela Saúde”, que traduz o compromisso da Associação com os cidadãos, com os profissionais do setor e com a promoção da saúde em Portugal, posicionando a ANF como uma entidade com voz ativa e interventiva.

Ao celebrar 50 anos, a ANF olha para trás com orgulho pelo caminho percorrido, mas sobretudo olha em frente, pronta para enfrentar os desafios de um setor em transformação. Mais inovadora, mais próxima, mais alinhada e mais transparente, a organização renova o compromisso de continuar a unir as farmácias à sociedade, todos os dias, em todas as etapas da vida, pelos próximos 50 anos.

VALORES DA **anf**

COESÃO: A base da ANF são os princípios associativos de união setorial, promovendo a colaboração e solidariedade entre as farmácias, essencial para a coesão territorial, assegurando a prestação de cuidados de saúde de proximidade.

INOVAÇÃO: Acreditamos que a inovação assente na evidência impulsiona o futuro das farmácias. Desde novas tecnologias até práticas de saúde mais eficientes, estamos comprometidos em garantir que a inovação seja constante e significativa, concretizando a liderança no setor.

COMPROMISSO: Assumimos rigorosos compromissos com as farmácias, profissionais de saúde, entidades do setor, decisores políticos e com a população, criando sinergias que resultam no desenvolvimento do setor e em melhores resultados em saúde.

TRANSPARÊNCIA: Atuamos com clareza e abertura para construir confiança com os nossos parceiros, farmácias e comunidades. Acreditamos que a transparência fortalece a nossa credibilidade e a influência construtiva do setor.

A VIDA PASSA PELA FARMÁCIA

A marca Farmácias Portuguesas, líder no segmento da saúde e bem-estar, apresenta também um novo propósito: Pela Saúde, cuidamos com proximidade — expressão da sua missão de cuidar e de promover a saúde e o bem-estar das pessoas, orientada por valores como a competência, inovação, confiança e proximidade, todos refletidos na campanha “A vida passa pela farmácia”.

O conceito criativo parte de uma verdade simples e poderosa: ao longo da vida, todos passamos pela farmácia. Seja na infância, na idade adulta ou na velhice, a farmácia acompanha-nos nas mais diversas fases e momentos, sempre com disponibilidade, conhecimento e proximidade.

“A vida passa pela farmácia” é, assim, uma homenagem à centralidade da farmácia nas comunidades e à confiança que os cidadãos depositam nos farmacêuticos.



UM ANO COMEMORATIVO FESTEJAR EM PROXIMIDADE



CONHEÇA O WEBSITE OFICIAL
DAS COMEMORAÇÕES

TEXTO: MARIA JORGE COSTA E TIAGO GONÇALVES

15 OUTUBRO 2024

ARRANQUE DAS COMEMORAÇÕES

LISBOA E PORTO

CÁPSULA DO TEMPO "FARMÁCIA 2075"

Era apresentada neste dia a cápsula que, durante um ano, viajou por todo o país, recolhendo as visões da sociedade civil sobre como será a farmácia em 2075. Será nessa altura, no dia 15 de outubro, quando se celebrar o centenário da ANF, que será aberta. Até lá, ficará depositada no Museu da Farmácia.



LISBOA

LIVRO "GRÉMIO NACIONAL DAS FARMÁCIAS: CORPORATIVISMO E SAÚDE"

O arranque das celebrações fez-se também de um olhar sobre as origens, com o lançamento do livro "Grémio Nacional das Farmácias: Corporativismo e Saúde", da investigadora Ana Paula Pires. Através da história do movimento associativo farmacêutico, é possível perceber a evolução do setor e da própria profissão.

NOVEMBRO 2024

COIMBRA
"50 ANOS EM 50 PALAVRAS"

A cidade dos estudantes recebeu o lançamento oficial das comemorações dos 50 anos da ANF. Ao mesmo tempo, as fachadas das delegações e da sede, em Coimbra, no Porto e em Lisboa, foram decoradas a preceito, com 50 palavras-chave selecionadas pela Estrutura Associativa da ANF, que refletem os valores da Associação ao longo das últimas cinco décadas.

MARÇO 2025

PORTO
CONCERTO COMEMORATIVO
NA CASA DA MÚSICA

A Orquestra Sinfónica da Casa da Música, no Porto, apresentou um programa especial para celebrar a união das farmácias portuguesas ao longo das últimas cinco décadas, e enaltecer o seu compromisso com a saúde e o bem-estar das comunidades.

MAIO 2025

LISBOA

"50 ANOS. 50 DOCUMENTOS"
NO MUSEU DA FARMÁCIA

O desenvolvimento da farmácia em Portugal foi contado a partir de 50 documentos, expostos no Museu da Farmácia, em Lisboa. Adicionalmente, todos os meses foi exibida uma nova peça, lançando uma outra perspetiva sobre a evolução do setor.

DEZEMBRO 2024



PORTO

CICLO DE CONFERÊNCIAS

Com "Farmácia e comunidade: 50 anos de construção", iniciava, no Porto, o ciclo de conferências promovidas pelas delegações e Estrutura Associativa da ANF, o qual se prolongou até outubro de 2025 e levou o debate da farmácia comunitária de norte a sul do país e ilhas.



TRÓIA

"PHUTURO"

O encontro de dois dias serviu para pensar o futuro da farmácia comunitária à luz do que já hoje se sabe ser uma crescente penetração de inteligência artificial nos processos, assim como dos desafios que as tendências demográficas e sociais irão colocar aos sistemas de saúde.

«A ANF É O ESPELHO DOS SEUS ASSOCIADOS»

TEXTO: MARIA JORGE COSTA

FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO

«Comemorar os 50 anos da ANF é celebrar a força do associativismo que sempre deu vida às nossas farmácias», afirma a presidente da Comissão Organizadora das Comemorações dos 50 anos da Associação Nacional das Farmácias. «Estas comemorações, levadas a todo o país, mostraram que juntos somos mais fortes e que a ANF é o espelho dos seus associados».

Conhecedora profunda do terreno e da realidade do setor, Maria da Luz Sequeira sublinha o papel central das farmácias nas comunidades, enquanto espaços de profissionalismo, acolhimento e confiança. Vê hoje um setor exemplar em modernização e de referência internacional, «resultado do empenho diário das equipas que dão corpo à nossa missão». Vê um modelo de farmácia «que deve a sua existência, antes de mais, à união dos associados da ANF».

A união foi, por isso, o grande valor celebrado ao longo destes 12 meses, que evidenciaram também o quanto ela extravasa o terreno estrito da profissão. As farmácias estão unidas às suas comunidades e envolvidas com diferentes atores sociais e institucionais, desde autarquias, universidades, associações culturais a agentes económicos locais, em todo o país.

Um dos marcos destas comemorações foi a decisão de levar os eventos a todo o país, numa lógica de descentralização e de envolvimento direto da Estrutura Associativa, o que reflete a própria arquitetura da Associação. «Essa opção permitiu evidenciar uma faceta da ANF e das farmácias associadas porventura menos visível, que é a da sua ligação à cultura, à história dos territórios e às comunidades».

Para Maria da Luz Sequeira, «foi muito gratificante constatar, *in loco*, o reconhecimento do poder político



Maria da Luz Sequeira, presidente da Comissão Organizadora das Comemorações dos 50 anos da Associação Nacional das Farmácias

pelo alcance e impacto do trabalho das farmácias nas suas comunidades», e igualmente compensador perceber a diferença feita junto daqueles representantes que admitiram desconhecer o potencial das farmácias «como parceiras sustentáveis do poder local, com capacidade para inovar e intervir socialmente». Esse reconhecimento trouxe responsabilidade acrescida e novas oportunidades de ação, que se esperam promissoras.

No encerramento deste cinquentenário, a responsável da Comissão Organizadora das comemorações afirma o seu «profundo orgulho e gratidão: orgulho no caminho que percorremos juntos; gratidão a todos os que, com dedicação e espírito de serviço, colaboradores da ANF incluídos, transformaram desafios em conquistas, e ajudaram a fazer da ANF uma verdadeira casa de todos. A união é a nossa maior conquista. É a união que nos dá a certeza de que os próximos 50 anos serão ainda mais promissores».

VIANA DO CASTELO

CONFERÊNCIA “FARMÁCIAS COMUNITÁRIAS: UM PILAR PARA AS GERAÇÕES FUTURAS”

JUNHO 2025

BRAGANÇA

CONFERÊNCIA “O DESAFIO DEMOGRÁFICO E O PAPEL DAS FARMÁCIAS”

CASTELO BRANCO

CONFERÊNCIA “O DESAFIO DEMOGRÁFICO E O PAPEL DAS FARMÁCIAS”

LANÇAMENTO DO SITE WWW.ANF.PT

A ANF reforçou o seu compromisso com a transparência através do lançamento do novo site institucional, dando um passo decisivo na afirmação do seu posicionamento e missão.

COIMBRA

CONFERÊNCIA “50 ANOS DE HISTÓRIA: PESSOAS E PROJETOS DA ANF”

FORA DA CÁPSULA

FORA
DA
CÁPSULA
anf 50 anos | Expresso



No contexto das comemorações do 50º aniversário, e através de uma parceria com o “Expresso”, a ANF promoveu uma reflexão com especialistas e líderes de opinião sobre os principais desafios da saúde e o futuro do setor.

O debate aberto de temas atuais e que impactam na vida das pessoas, com destaque ao papel transformador das farmácias, foram as marcas do podcast “Fora da Cápsula”, que teve como objetivo alcançar um público diversificado, contribuindo, assim, para uma sociedade mais informada.



COIMBRA

CONFERÊNCIA “O PAPEL DA FARMÁCIA NOS CUIDADOS INFANTIS”

ÉVORA

CONFERÊNCIA “O PAPEL DAS FARMÁCIAS COMUNITÁRIAS NA SAÚDE PÚBLICA”

VISEU

CONFERÊNCIA “REFERÊNCIAS MUSEOLÓGICAS NOS CUIDADOS DE SAÚDE”

POSTAL COMEMORATIVO DOS CTT



SETEMBRO 2025

FARO

CONFERÊNCIA “A FARMÁCIA COMUNITÁRIA COMO AGENTE DE COESÃO”

BRAGA

CONFERÊNCIA “FARMÁCIAS COMUNITÁRIAS: INOVAÇÃO E FUTURO DIGITAL NA SAÚDE PÚBLICA”

AÇORES

CONCERTO COMEMORATIVO COM A BANDA FILARMÓNICA ALIANÇA DOS PRAZERES

OUTUBRO 2025



LISBOA

CONFERÊNCIA “FARMÁCIAS COMUNITÁRIAS: O PAPEL NA SAÚDE PÚBLICA E NA RESPOSTA ÀS DEPENDÊNCIAS”

VILA REAL

CONFERÊNCIA “FARMÁCIA E VINHO DO PORTO: ENCONTROS COM HISTÓRIA

FARMÁCIAS COM HISTÓRIAS



Em março de 2025, a ANF estreou uma série documental, composta por oito episódios, dando voz a farmácias representativas dos quatro pilares das comemorações dos 50 anos da ANF: Memória, Reconhecimento, Comunidade e Futuro.

Gravada de Norte a Sul do país, passando pelo litoral, interior, centros urbanos e zonas rurais, a série destaca histórias reais e surpreendentes de farmácias, pela sua singularidade e impacto junto das pessoas.

Desenvolvida em formato digital narrativo, a *websérie* teve como objetivos recordar e refletir sobre o contributo das farmácias na saúde das pessoas desde 1975, e reconhecer os protagonistas dessa jornada.

A iniciativa é, em si mesma, um compromisso da Associação com o lançamento das bases para os próximos 50 anos, de união pelas pessoas, pela memória, pelo progresso e pelo conhecimento.



LISBOA

JANTAR COMEMORATIVO DOS 50 ANOS DA ANF

SETÚBAL

**CONFERÊNCIA “O PAPEL DAS FARMÁCIAS
COMUNITÁRIAS: PROXIMIDADE,
RESPONSABILIDADE SOCIAL E FUTURO”**

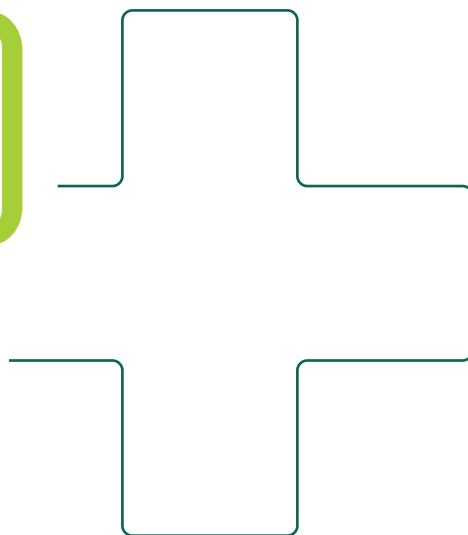
15 OUTUBRO 2025

LISBOA

SESSÃO EVOCATIVA DOS 50 ANOS DA ANF

As celebrações encerraram com uma sessão na Academia de Ciências de Lisboa, onde 49 entidades da sociedade civil, nacionais e internacionais, se juntaram à ANF para a assinatura da Declaração pela Saúde, cujo texto pode ser consultado nas páginas seguintes.

DECLARAÇÃO PELA SAÚDE



«Ao assinarmos a Declaração pela Saúde, celebramos meio século de história da ANF e afirmamos a convicção de que o futuro só se constrói em parceria. É juntos, com instituições que partilham este compromisso, que podemos garantir um sistema de saúde mais inclusivo, sustentável e próximo das pessoas.»

EMA PAULINO

Presidente da Associação Nacional das Farmácias

A saúde é um dos pilares fundamentais para o desenvolvimento sustentável de qualquer sociedade. Num contexto global caracterizado por desafios crescentes, como o envelhecimento da população, o aumento da complexidade das patologias, as desigualdades no acesso a cuidados de saúde e a evolução tecnológica, torna-se essencial promover um espírito colaborativo entre entidades que seja centrado nos objetivos comuns de progresso social do país.

A Declaração pela Saúde exorta à mobilização de 50 entidades do setor privado e social na construção de um futuro em que a saúde seja um direito universal, de fácil acesso e capaz de garantir que o aumento

de esperança de vida seja acompanhado da respetiva qualidade da mesma para toda a nossa população.

Pretende promover a transformação do sistema de saúde, com uma visão que priorize a longevidade saudável, a qualidade de vida e a humanização dos cuidados. Ao adotar uma abordagem holística, procura valorizar todos os fatores que influenciam a saúde, incluindo os determinantes sociais, ambientais, económicos e culturais, os quais são cruciais para a saúde e o bem-estar da população portuguesa.

A proximidade e a capilaridade dos cuidados de saúde são fatores determinantes para a eficácia de um sistema de saúde justo e equitativo e que seja capaz de promover a literacia em saúde a todos os cidadãos. Ao integrar as especificidades territoriais e respeitar as realidades locais, pretende-se fortalecer um sistema que seja acessível, inclusivo e orientado para as necessidades concretas da população.

A colaboração interinstitucional e intersectorial é a chave para a construção de um sistema de saúde verdadeiramente sustentável, inovador e resiliente, capaz de enfrentar os desafios de um futuro incerto e de transformar a sociedade, colocando as pessoas no âmago das decisões sobre a sua organização.

A construção de um sistema de saúde mais sustentável, justo e inclusivo requer a adoção de princípios

sólidos, que se materializem em ações concretas, dirigidas a resultados tangíveis. As entidades signatárias da presente Declaração estabelecem um consenso alargado quanto aos princípios que permitem:

- 1. Transformação da jornada de saúde da pessoa:** a pessoa deve ser o foco da prestação, cujos cuidados não devem ser apenas relativos à doença, mas sim preventivos, proativos e personalizados. Este princípio implica uma abordagem individualizada e participada, em que a jornada de saúde da pessoa se ajusta às suas necessidades e preferências, implicando um papel ativo na gestão da sua saúde;
- 2. Resultados em saúde:** o sucesso de um sistema de saúde deve ser medido pelos seus resultados, que devem ser concretos e mensuráveis. A ênfase deverá estar não apenas na redução da mortalidade e na cura das doenças, mas também na promoção da saúde, na melhoria da qualidade de vida, no aumento da longevidade saudável e na implementação de políticas preventivas eficazes;
- 3. Saúde em todas as políticas:** as políticas públicas devem partir do reconhecimento dos múltiplos fatores que influenciam o bem-estar dos ecossistemas. As condições de vida, os hábitos alimentares, o nível de educação, o ambiente de trabalho, a atividade física e a saúde mental são elementos que devem ser tratados de forma integrada e interdependente;
- 4. Transmissão de conhecimento:** a partilha do conhecimento entre as diferentes entidades é essencial para o progresso contínuo e a inovação no sistema de saúde. Este princípio envolve não só a partilha de boas práticas e experiências bem-sucedidas, mas também o desenvolvimento de uma cultura de aprendizagem contínua, em que a formação dos profissionais de saúde e a educação para a promoção de hábitos de vida saudáveis sejam uma prioridade. A disseminação do conhecimento científico, as boas práticas clínicas e a utilização de tecnologias avançadas devem ser promovidas de forma acessível, sistemática e inclusiva;
- 5. Acessibilidade e capilaridade dos cuidados de saúde:** a acessibilidade geográfica e a capilaridade das instituições de saúde são condições

fundamentais para garantir a equidade no acesso aos cuidados de saúde. Este princípio implica que os serviços de saúde estejam presentes de forma abrangente e eficaz em todo o território nacional, atendendo tanto às zonas urbanas como às zonas rurais. O sistema de saúde deve ser adaptado à realidade de cada território, com soluções que garantam a proximidade dos cuidados e a eliminação das barreiras de acesso, seja por fatores geográficos, económicos ou sociais;

- 6. Promoção do bem-estar e da qualidade de vida:** as políticas públicas devem fomentar espaços públicos seguros e acessíveis, promovendo a adoção de hábitos saudáveis e a prevenção de doenças. Devem também priorizar medidas que tenham em consideração a saúde mental, tal como criar condições que garantam um envelhecimento ativo. Em todas as fases da vida, as pessoas devem poder viver de forma plena, com qualidade de vida, e com acesso às condições necessárias para o seu bem-estar;
- 7. Inovação e sustentabilidade:** a inovação no setor da saúde é crucial para garantir um sistema eficiente e adaptado às necessidades de uma população em constante mudança. Inclui a promoção de tecnologias e modelos de gestão inovadores, que permitam melhorar a eficiência do sistema e aumentar o acesso aos cuidados. A sustentabilidade deve ser garantida através de modelos de financiamento que sejam capazes de responder aos aumentos de procura, garantindo, ao mesmo tempo, a equidade no acesso;
- 8. Parcerias locais e coesão territorial e socio-demográfica:** as comunidades locais devem ser envolvidas de forma ativa na definição de soluções de saúde que respondam às suas necessidades específicas. A promoção da saúde deve ser vista como uma responsabilidade coletiva, envolvendo não só os profissionais de saúde, mas também as autarquias, organizações sociais, escolas, associações culturais e outras entidades da sociedade civil. A criação de redes de apoio e o fortalecimento da colaboração entre estas entidades locais deve ser uma prioridade.



COMPOSIÇÕES EQUILIBRADAS



DOSAGENS ADEQUADAS

Win-Fit - 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

www.ampliphar.com

Saiba mais





O tempo é um recurso estratégico para a farmácia comunitária. A transformação digital serve a sua economia, em benefício do reforço e alargamento da relação com as pessoas.

TEXTO: TÂNIA PEREIRA

FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO

Todos os dias entram 570 mil pessoas nas farmácias comunitárias portuguesas. Só no último ano, somaram-se a este número cerca de 3 milhões de visitas ao Ecosistema Digital das Farmácias Portuguesas. Estes dados refletem não só a proximidade da rede e a confiança da população, mas também a crescente extensão dessa relação para lá do espaço físico, através de canais digitais.

A convergência entre a simplificação dos processos de gestão e a onnipresença dos canais digitais, promovida pela tecnologia, aliada a uma relação humanista e próxima com os utentes, afirma-se, cada vez mais, como o caminho para a personalização dos cuidados de saúde. O tempo é otimizado, as barreiras são reduzidas, e abre-se espaço para a expansão e reinvenção do papel da farmácia na vida das pessoas.

Com um mercado em constante transformação, impulsionado por tecnologias como a Inteligência Artificial (IA) e a algoritmia, as farmácias enfrentam novos desafios e oportunidades para reforçar o seu papel enquanto agentes de saúde personalizados. Para Ema Paulino, o

desconforto da mudança deve ser encarado como algo positivo, na medida em que «nos faz querer evoluir enquanto profissionais e instituições de saúde». Essa é uma das particularidades das farmácias: o espírito vanguardista, sublinha a presidente da ANF. E, de facto, terá sido nas farmácias que um largo número de portugueses viu pela primeira vez um computador.

Exemplo do pioneirismo na transformação tecnológica e digital do setor da saúde, o Sifarma continua a ser uma peça-chave na modernização da atividade farmacêutica em Portugal. Desenvolvido pela Associação Nacional das Farmácias (ANF), este sistema é o motor tecnológico de 2.377 farmácias em todo o país, apoiando a sua operação diária — da dispensa de medicamentos e produtos de saúde à gestão de stocks e encomendas, e suporte técnico-científico às equipas.

Ciente da importância estratégica do programa, Ema Paulino revela que está para breve o lançamento de uma nova versão do Sifarma, com foco nos princípios de interoperabilidade e eficiência. Trata-se, sublinha, de uma resposta às «necessidades atuais e futuras em termos

tecnológicos e de intervenção profissional das farmácias».

A nova geração do Sifarma foi concebida para dar maior liberdade tecnológica às farmácias. Como explica Paulo Martins, responsável pela Equipa de Gestão do Produto Sifarma da ANF, o objetivo é permitir a integração de ferramentas avançadas de inteligência artificial (IA) e algoritmia, bem como a ligação com sistemas externos — incluindo os do Ministério da Saúde —, algo crucial para a participação das farmácias em programas de saúde pública, como a Campanha de Vacinação Sazonal.

ESTÁ PARA BREVE O LANÇAMENTO DE UMA NOVA VERSÃO DO SIFARMA, COM FOCO NOS PRINCÍPIOS DE INTEROPERABILIDADE E EFICIÊNCIA

Um dos domínios em evolução é a gestão de *stocks*, área central na atividade das farmácias. Está já em desenvolvimento um sistema de algoritmia preditiva que permitirá automatizar as encomendas feitas aos armazénistas, reduzindo tarefas administrativas e libertando os farmacêuticos comunitários para aquilo que melhor sabem fazer: cuidar das pessoas em proximidade.

Desde a sua primeira versão, lançada nos anos 80, o Sifarma tem mantido como compromisso o apoio científico às equipas farmacêuticas, particularmente no ato de aconselhamento. Esta vertente será reforçada com a criação de um agente de IA, desenvolvido especificamente para farmácias, que irá cruzar bases de dados científicas certificadas e fornecer apoio técnico em tempo real. «O agente vai permitir respostas mais rápidas e seguras, sobretudo em situações clínicas *borderline*, reduzindo, por exemplo, a necessidade de consultar individualmente o resumo das características do medicamento (RCM)», adianta Paulo Martins.

A prioridade é clara: minimizar o tempo gasto em tarefas administrativas e maximizar o contacto humano — diálogo, acompanhamento e personalização dos cuidados. Esta reorganização de recursos abre também espaço à diversificação dos serviços disponíveis nas farmácias, respondendo às novas exigências da população. Neste caminho, a algoritmia preditiva e a inteligência artificial não surgem como substitutos, mas



O Sifarma vai incorporar um agente de IA para apoio científico às equipas das farmácias, adianta Paulo Martins, da ANF

como aliados estratégicos na valorização do ato farmacêutico e na construção de uma farmácia cada vez mais centrada nas pessoas.

O reforço do posicionamento das farmácias no ecossistema da saúde e a crescente personalização dos cuidados exigem uma aposta contínua na modernização da jornada de saúde das pessoas — e isso inclui, inevitavelmente, a integração dos canais digitais.

É neste contexto que a Associação Nacional das Farmácias (ANF) tem vindo a consolidar uma estratégia que projeta a marca Farmácias Portuguesas também no universo *online*, dando-lhe uma presença sólida, coerente e próxima.

Para Carolina Tábuas, responsável pela área de *Customer Experience* e Inovação da ANF, «é fundamental integrar o espaço físico com o digital, fortalecendo a ligação emocional entre as pessoas e a rede de farmácias, através de novos pontos de contacto que respondam, de forma real, às necessidades das pessoas». A crescente digitalização da sociedade, aliada ao aumento das iniciativas de promoção da saúde *online*, torna evidente a necessidade de reforçar a presença física das farmácias com uma estratégia omnicanal.

Estando já organizadas em rede no território, as farmácias alargam agora essa proximidade a qualquer lugar e a qualquer hora. «Atualmente existe uma panóplia de funcionalidades às quais as pessoas podem ter acesso



«É fundamental integrar o espaço físico com o digital, fortalecendo a ligação emocional entre as pessoas e a rede de farmácias», defende Carolina Tâbuas, da ANF

fora do espaço físico da farmácia, sem que isso descure a relação de proximidade que existe com o seu farmacêutico», afirma. Através do Ecossistema Digital das Farmácias Portuguesas (www.farmaciasportuguesas.pt), cerca de três milhões de pessoas têm hoje acesso à consulta de artigos de saúde, agendamento de serviços, pesquisa de farmácias de serviço ou verificação dos pontos do cartão Saúde, assim como à pesquisa e encomenda de produtos.

Um dos serviços mais inovadores é a “Wallet Receitas Médicas”, que permite a encomenda *online* de medicamentos sujeitos a receita médica. O processo é simples: após *login* no portal, o utente pode escolher a farmácia, introduzir os códigos da receita eletrónica (por SMS ou manualmente) e optar por receber os medicamentos em casa ou levá-los na farmácia. É ainda possível adicionar produtos de saúde e bem-estar à mesma encomenda. A plataforma guarda os dados da receita, incluindo posologia e prazos de dispensa, tornando todo o processo mais cómodo e seguro.

Este movimento de transformação digital não pretende substituir o contacto humano — pretende ampliá-lo e fortalecê-lo. Como aponta a presidente da ANF, «as pessoas estão mais exigentes em relação ao que as farmácias lhes podem dar, e têm a expectativa de que as suas preferências sejam acomodadas nos cuidados de saúde». Daí a importância de reforçar a omnicanalidade como pilar estratégico da farmácia do futuro, onde

a customização de cuidados e o acompanhamento constante e mais próximo ao longo da jornada de saúde das pessoas serão marcas diferenciadoras.

O objetivo é oferecer uma experiência integrada, onde o digital complementa e valoriza a presença física, mantendo sempre o aconselhamento de profissionais de saúde especializados. Este posicionamento consolida as farmácias e os farmacêuticos como agentes de confiança e referência na promoção da saúde e do bem-estar.

A VERTENTE DIGITAL POSSIBILITA O REPOSICIONAMENTO DA INTERVENÇÃO FARMACÊUTICA

A par da prestação de cuidados, o digital está também a ser utilizado como ferramenta de literacia em saúde, uma das missões centrais do farmacêutico comunitário. O *site* e a *app* das Farmácias Portuguesas disponibilizam artigos atualizados, revistos por profissionais, e a ANF ambiciona ampliar a rede de parceiros e *stakeholders* que contribuem com conteúdos certificados, promovendo o acesso a informação rigorosa e credível. O objetivo, conta Carolina Tâbuas, é «garantir que as pessoas saibam que, além dos medicamentos e produtos dispensados, podem encontrar na farmácia toda a informação de saúde de que precisarem, seja no digital ou no físico».

Por outro lado, a vertente digital permite reposicionar a própria intervenção farmacêutica, através de ferramentas de *marketing automation*, *chatbots*, ou da análise de comportamento do consumidor. Estes recursos ajudam a criar *awareness* sobre serviços disponíveis nas farmácias que muitas vezes não são associados automaticamente a este espaço de saúde — como rastreios, vacinação ou gestão de doenças crónicas.

«As farmácias sempre procuraram formas inovadoras de cumprir a sua missão», sublinha Ema Paulino. E num tempo em que a inteligência artificial e a automação ganham protagonismo, as oportunidades para reinventar a relação com as pessoas são imensas.

No final, tudo converge para o mesmo princípio: a personalização dos cuidados começa — e termina — na relação humana. Automatizando processos administrativos e libertando tempo, as farmácias podem focar-se no que realmente importa: escutar com atenção, aconselhar com rigor e acompanhar de perto cada pessoa que entra e confia nas farmácias portuguesas.

JUNTOS NA HISTÓRIA DA FARMÁCIA!



Em 2025, o **MONAF celebra 40 anos** de dedicação a representar e valorizar os farmacêuticos.

Hoje, celebramos esta história lado a lado com os 50 anos da ANF. É tempo de comemorar conquistas, renovar compromissos e olhar para o futuro com confiança.

Participe nas Comemorações
dos **40 ANOS DO MONAF**



Faça parte desta História!
Assegure um Futuro melhor através do MONAF!



COMPETÊNCIAS PARA OS PRÓXIMOS 50 ANOS

Domínio dos recursos digitais, empatia clínica e literacia em dados estarão entre as aptidões mais valorizadas nos profissionais das farmácias comunitárias.

TEXTO: ANA RITA CUNHA

FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO

O setor da saúde está em constante inovação e em implementação de processos digitais. No entanto, na prática, a grande maioria dos profissionais de saúde é incapaz de fazer um uso adequado das ferramentas digitais, desde aplicações básicas de edição de texto até soluções avançadas, como a telemedicina.

Este cenário não é exclusivo de Portugal. Bélgica, Letónia, Noruega e Itália enfrentam desafios semelhantes, como mostrou o estudo europeu de 2023 “Training Needs Assessment for the Design of Health Care Digital Transformation Courses in EU”. A investigadora e primeira autora do estudo Mélanie Maia, da Universidade Nova de Lisboa, alerta: «A transformação digital pode ser o objetivo, mas se os profissionais não conseguem sequer abrir um *email* ou usar o *software* de trabalho habitual, é preciso recuar».

A GRANDE MAIORIA DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE É INCAPAZ DE FAZER UM USO ADEQUADO DAS FERRAMENTAS DIGITAIS

Num mercado onde surgem inovações tecnológicas diariamente, é urgente começar pela base: formar os profissionais em competências digitais essenciais. Saber usar ferramentas básicas e incorporar, cada vez mais, a Inteligência Artificial (IA) será indispensável. «Já não se trata de se vamos usá-la no trabalho, mas de como. O desafio agora é também ético», destaca a investigadora, que integra o Collaborating Centre on Health Workforce Policy and Planning, Global Health and Tropical Medicine da OMS.



«O farmacêutico deve afirmar-se como um profissional que combina ciência, proximidade e liderança», afirma Helder Mota Filipe, bastonário da Ordem dos Farmacêuticos



«Quando o objetivo é a transformação digital, mas os profissionais não conseguem sequer abrir um email, é preciso recuar e capacitá-los», alerta a investigadora Mélanie Maia

As competências digitais são hoje reconhecidas como transversais a todos os perfis da área da saúde, incluindo os farmacêuticos. Para a investigadora, estas competências são fundamentais para transformar e otimizar o local de trabalho, com impacto direto nos ganhos em saúde.

Nos próximos 50 anos, essa valorização será ainda mais categórica. Para os jovens farmacêuticos portugueses, trata-se de um requisito já evidente, e entusiasmante. «Existe vontade para descobrir mais sobre estes temas e aplicá-los no dia-a-dia», garante Lucas Chambel, presidente da Associação Portuguesa de Jovens Farmacêuticos (APJF).

«O digital vai ser a chave de tudo. A cooperação com novas tecnologias e com a IA será essencial para farmácias comunitárias modernas», defende o presidente da Associação Portuguesa de Estudantes de Farmácia (APEF). Afonso Garcia realça que a integração digital traz benefícios: automatiza tarefas burocráticas e liberta o farmacêutico para o contacto direto com a pessoa, tornando os cuidados mais humanos e reforçando a confiança com a comunidade.

Ao contrário do que se teme, a ligação com as pessoas não sai prejudicada desta equação. «A empatia clínica nunca vai desaparecer», garante Lucas Chambel, recordando que, durante a introdução do serviço de entrega de medicamentos ao domicílio, também se temeu a perda de proximidade — o que não se confirmou.

Junto com a empatia e a proficiência digital, outra competência essencial é a literacia em dados. Com mais de

meio milhão de visitas diárias nas farmácias portuguesas, a análise de dados recolhidos em contexto de atendimento pode aprimorar os serviços prestados: entende-se a evolução da doença, oferece-se um acompanhamento mais adequado e personalizado às pessoas, e ainda se caracteriza a população que é servida dia após dia. Isto é particularmente importante em zonas do interior, onde as farmácias são muitas vezes o único ponto de acesso à saúde.

«Tudo o que recolhemos dos utentes é importante», destaca Afonso Garcia, salientando ainda a necessidade de canais de comunicação eficazes entre os diferentes níveis dos cuidados de saúde, para melhor servir a população. Lucas Chambel acredita, por seu turno, que os farmacêuticos terão um papel crescente no sistema de saúde, e precisam de ferramentas para entender a realidade das pessoas.

Os responsáveis associativos concordam que o perfil do futuro farmacêutico comunitário não será radicalmente diferente do atual, mas vai exigir o reforço de competências já em desenvolvimento. «O papel do farmacêutico vai evoluir conforme a farmácia for ganhando centralidade no sistema de saúde», afirma Lucas Chambel, secundado por Afonso Garcia, que aponta que os novos farmacêuticos serão cada vez mais «interventivos» na comunidade.

Essa visão é partilhada por Ema Paulino, presidente da Associação Nacional das Farmácias (ANF), e por Helder Mota Filipe, bastonário da Ordem dos Farmacêuticos (OF), que alinham na ideia de que o farmacêutico do futuro será cada vez mais valorizado pela sua



Afonso Garcia, presidente da Associação Portuguesa de Estudantes de Farmácia, reforça a importância da literacia em dados na adequação da prestação do serviço farmacêutico



Os jovens farmacêuticos olham para o potencial das novas tecnologias com entusiasmo, «mas a empatia clínica nunca vai desaparecer», diz o presidente da Associação Portuguesa de Jovens Farmacêuticos, Lucas Chambel

capacitação técnico-científica e pela capacidade de gerar ganhos em saúde.

«A visão de futuro está em equipas colaborativas, centradas no doente e orientadas para os resultados. O farmacêutico deve afirmar-se como um profissional que combina ciência, proximidade e liderança», diz o bastonário, para quem os futuros farmacêuticos comunitários continuarão a ser prestadores de cuidados de

proximidade, com intervenção clínica reforçada e papel indispensável na Saúde Pública.

Para Ema Paulino, a par da vertente clínica, o farmacêutico vai ser «chamado a assumir responsabilidade pelos resultados terapêuticos das pessoas que acompanha», com especial ênfase na «otimização da efetividade e segurança das terapêuticas». Torna-se, assim, fundamental desenvolver competências como a monitorização de resultados e a intervenção precoce em situações de risco, e de atuação coordenada com outros profissionais de saúde.

«SEM TALENTO,
NÃO É POSSÍVEL
TER UMA REDE DE FARMÁCIAS
QUE ASSUMA COM CONFIANÇA
O SEU PAPEL ESTRATÉGICO NO SNS»

A literacia em saúde será também cada vez mais relevante. O farmacêutico comunitário estará envolvido na promoção da literacia em saúde, na prevenção da doença e na melhoria da qualidade de vida, ajudando a aliviar a pressão sobre os cuidados primários e hospitalares.

Ema Paulino salienta que o trabalho e responsabilidade do farmacêutico não termina à saída da farmácia. Pelo contrário, estende-se aos lares das pessoas e à forma como estas utilizam os medicamentos. Nesse sentido, será crucial «capacitar os utentes para a autogestão das suas condições e tratamentos».

Com o aumento da esperança média de vida, sobe a carga de doença e o número de terapêuticas que as pessoas utilizam, e os farmacêuticos devem estar aptos a capacitar a população para lidar com a sua saúde e os seus medicamentos.

A valorização de todas estas competências cruza-se com a estratégia da ANF para atrair, reter e desenvolver talento nas farmácias comunitárias. «Sem talento, não é possível ter uma rede de farmácias que assuma com confiança o seu papel estratégico no SNS», reforça Ema Paulino. A ANF procura garantir que o setor conta com profissionais qualificados e motivados, capazes de prestar cuidados eficazes e consistentes ao longo da jornada dos cidadãos. Porque mais do que assegurar cobertura territorial, é necessário gerar impacto mensurável nos resultados em saúde — hoje e nas próximas décadas.



farmácias
portuguesas

anf⁺



Dizer que a Teresa sabe tudo, tudo, tudo sobre saúde pode parecer um exagero, mas está lá muito perto. O seu olho clínico infalível já evitou muitas idas desnecessárias ao hospital, e toda a sua experiência faz com que seja uma mais-valia para a qualidade de vida da comunidade.

Alguns chamam-lhe superpoder. Nós chamamos-lhe propósito.

SER FARMACÊUTICO COMUNITÁRIO É FICAR NA HISTÓRIA DAS PESSOAS.



COMPROMISSO COM O FUTURO

As farmácias comunitárias são agentes transformadores na construção de um sistema de saúde mais justo, resiliente e amigo do ambiente.

TEXTO: ANA RITA CUNHA

FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO

A sustentabilidade é uma das grandes prioridades globais do século XXI e está no centro das agendas internacionais. A tradução do conceito é simples: trata-se da capacidade de satisfazer as necessidades atuais sem comprometer essa mesma capacidade junto das gerações futuras. Falamos, por isso, de um compromisso inadiável com a proteção

ambiental, a equidade social e a viabilidade económica, em que cada decisão tomada hoje deve ser encarada como um passo concreto rumo a um futuro mais saudável, inclusivo, justo e resiliente para todos.

A urgência desta transição está a reconfigurar os modelos de negócio a nível global, a influenciar políticas públicas e a redefinir prioridades regulatórias, e o setor da

SE FOSSE UM PAÍS, O SETOR DA SAÚDE SERIA O QUARTO MAIOR EMISSOR DE GASES COM EFEITO DE ESTUFA DO MUNDO

saúde não está excluído. Nem poderia estar, já que o seu impacto ambiental é avassalador. Se fosse um país, o setor da saúde seria o quarto maior emissor de gases com efeito de estufa do mundo, de acordo com o “Relatório Saúde e Ambiente 2024”, do Conselho Português para a Saúde e Ambiente (CPSA). E 20% dessas emissões estão associadas ao ciclo do medicamento, desde a produção até ao descarte. Um ciclo de que as farmácias fazem parte, e onde representam uma oportunidade concreta de mudança.

Na Farmácia das Neves, em Mujães, distrito de Viana do Castelo, já não há papel. «Não utilizamos papel para praticamente nada», conta o diretor-técnico, Tiago Neves. É assim desde 2015, altura em que foi ali implementada uma plataforma digital. Papel, agora, só quando é legalmente obrigatório ou expressamente requisitado pelos clientes, em particular na emissão de faturas.

«Tudo o que passa pelas nossas mãos é feito de forma digital», conta, referindo-se a processos como gestão de campanhas, preenchimento de formulários e fichas necessárias ao trabalho diário de *backoffice* — que se tornou mais ágil, seguro e sustentável.

A digitalização trouxe ganhos em organização, eficiência e resiliência ambiental. «O papel perde-se, pode ser guardado na pasta errada... Com um arquivo digital, tudo fica controlado», sublinha Tiago Neves. A mudança foi gradual, mas firme. «Fomo-nos habituando. Hoje é natural», acrescenta.

Além disso, desde 2018 que as etiquetas autocolantes nas embalagens foram eliminadas, substituídas por informação afixada nos porta-etiquetas. «O cartão da embalagem não se estraga com o tempo e poupamos imenso papel», explica.

Em Queluz, a Farmácia Quinta das Flores alia sustentabilidade a eficiência económica. «A motivação é dupla», explica a diretora-técnica, Ana Gabriela Falé. Com práticas de reciclagem, gestão de resíduos, poupança de papel e de água, a farmácia tem há anos uma cultura de compromisso ambiental.

Mas foi com a subida dos preços da energia que deu mais um passo: todas as lâmpadas foram substituídas por LED, numa decisão que une consciência ambiental e



Na Farmácia Quinta das Flores, a economia veio potenciar práticas mais sustentáveis



economia de recursos. «A economia veio potenciar práticas mais sustentáveis», admite.

Ambas as farmácias partilham a mesma visão: a sustentabilidade pode «estar na moda», como diz a brincar Tiago Neves, mas é uma responsabilidade que tem vindo a ser assumida antes mesmo de o tema ganhar visibilidade mediática. É que, «moda ou não, o assunto é sério», remata.

A Associação Nacional das Farmácias (ANF) está a consolidar este movimento com o desenvolvimento de uma estratégia nacional de sustentabilidade para o setor, assente nos princípios ESG (Ambiente, Sociedade e Governança). Através de um roteiro para o período 2025-2030, a Associação pretende apoiar todas as farmácias na adoção



Tiago Neves, da Farmácia das Neves, em Mujães, mostra a plataforma digital que permitiu que, desde 2015, o papel fosse substituído em praticamente todos os processos internos

de práticas que reduzam o impacto ambiental, reforcem o contributo social e promovam uma cultura de boa governança. O plano incluirá orientações procedimentais, ferramentas de autoavaliação e partilha de boas práticas já implementadas com sucesso.

«A SUSTENTABILIDADE É UM CAMINHO COLETIVO»

«Este é um projeto muito importante para a ANF, porque pretende não apenas trabalhar com as farmácias na consciencialização para estes temas, mas também sublinhar aquilo que de muito bom já é promovido pela rede», sublinha Diana Amaral, da Direção. Conforme diz, «queremos que esta estratégia de sustentabilidade para o setor seja também um estímulo para que as farmácias façam cada vez mais e melhor», e um instrumento de medição de impacto e valorização das práticas em curso.

De resto, revela, a própria ANF está a aplicar os princípios ESG à sua gestão interna, com o objetivo de dinamizar a mudança pelo exemplo. «A sustentabilidade é um caminho coletivo, onde todos temos um papel a desempenhar». Farmácias como a das Neves ou a Quinta das Flores já provaram que a transição é possível, vantajosa e replicável. Agora, o desafio «é inspirar e apoiar toda a rede».

TRÊS DIMENSÕES DA ESTRATÉGIA

A estratégia de sustentabilidade para o setor das farmácias comunitárias irá assentar nos princípios ESG - Ambiente, Sociedade e Governança.

Vertente ambiental - As alterações climáticas são já uma ameaça real e Portugal é um dos países mais vulneráveis da Europa, como aponta o Banco Central Europeu. O impacto na saúde humana é direto: doenças respiratórias, cardiovasculares e infeções agravadas por fenómenos climáticos extremos são apenas alguns exemplos. Por isso, melhorar o desempenho ambiental das farmácias, através da gestão de resíduos, uso eficiente de energia, digitalização de processos e logística sustentável, é uma prioridade inadiável.

Vertente social - Aspetos sociais, como salários justos, condições de exercício profissional em segurança, diversidade e inclusão no local de trabalho, são fatores considerados nesta vertente. O objetivo é promover a equidade, o envolvimento comunitário, e aprimorar o impacto positivo das empresas sobre todas as pessoas, sejam funcionários, clientes ou outras partes interessadas. O tema reveste-se de dupla importância, sendo as farmácias uma rede prestadora de cuidados de saúde em proximidade, representando bastas vezes o único suporte das populações neste âmbito.

Vertente da governança - Propõe-se reforçar a ética, transparência e responsabilidade na gestão, ajudando as farmácias a responder às exigências crescentes de clientes, profissionais e parceiros.



farmácias
portuguesas

anf⁺



O Manuel escolheu ser farmacêutico ainda mal tinha tamanho para vestir uma bata. Desde pequeno tem sempre a resposta na ponta da língua, e talvez por isso hoje seja o mais rápido, atencioso e disponível a esclarecer dúvidas de saúde e a zelar pelo bem-estar da comunidade. Há quem diga que é um superpoder. Para nós, é vocação.

SER FARMACÊUTICO COMUNITÁRIO É FICAR NA HISTÓRIA DAS PESSOAS.



fip **WORLD** 25 SEPTEMBER
PHARMACISTS DAY

PAUL SINCLAIR

PRESIDENTE DA FEDERAÇÃO

INTERNACIONAL FARMACÊUTICA (FIP)

«APELAMOS À OUSADIA
PARA REDEFINIR A PROFISSÃO»

Em entrevista escrita, o representante mundial dos farmacêuticos fala sobre sustentabilidade, integração, inovação tecnológica e humanização dos cuidados em farmácia comunitária como desafios e oportunidades determinantes do futuro do setor.

ENTREVISTA: CARINA MACHADO

FOTOGRAFIA: FIP

EDIÇÃO DE IMAGEM: PEDRO LOUREIRO

REVISTA FARMÁCIA PORTUGUESA: A sustentabilidade tem sido um pilar central da sua liderança na FIP, especialmente através do programa "SustainabilityRx". De que modo pode essa visão ser aplicada às farmácias comunitárias em Portugal?

PAUL SINCLAIR: O programa "SustainabilityRx" da FIP é um plano de ação conjunto que visa garantir um futuro resiliente, justo e sustentável para as farmácias em todo o mundo. Baseia-se no 21.º Objetivo de Desenvolvimento da FIP, "Sustentabilidade na Farmácia", e destaca a nossa responsabilidade na promoção da saúde e na proteção das bases que a sustentam: o planeta, as comunidades e a profissão. Apoia-se em três eixos principais. O primeiro é a sustentabilidade económica, essencial para que as farmácias prosperem e cumpram a sua missão. Isso exige sistemas viáveis a longo prazo, remuneração justa pelos serviços farmacêuticos, modelos de financiamento que garantam acesso universal e investimento na farmácia como peça-chave dos sistemas de saúde — exemplo disso é a remuneração pelos serviços de vacinação recentemente conquistada em Portugal. O segundo é a sustentabilidade ambiental, que está no centro da nossa missão. A farmácia tem um papel vital no combate às alterações climáticas, desde o desenvolvimento, fabrico, distribuição e descarte dos medicamentos até ao uso responsável de energia e recursos na prática diária. A FIP continuará a apoiar a ANF no avanço de práticas sustentáveis e na demonstração de como os farmacêuticos podem contribuir para a proteção ambiental. Por fim, a sustentabilidade social lembra que a farmácia é, antes de tudo, sobre as pessoas. O acesso a medicamentos e ao conhecimento farmacêutico deve ser equitativo, e as farmácias precisam continuar a ser uma ponte para melhores resultados em saúde, especialmente para grupos vulneráveis. Neste aspeto, as farmácias portuguesas já são um exemplo de proximidade, oferecendo serviços avançados que

ligam a sustentabilidade social ao compromisso dos farmacêuticos com as suas comunidades.

«**É** ESSENCIAL AVANÇAR
COM REFORMAS
QUE RECONHEÇAM O PAPEL CLÍNICO
EM EVOLUÇÃO DOS FARMACÊUTICOS»

RFP: A escassez de profissionais de saúde é um desafio crescente à sustentabilidade dos sistemas de saúde em todo o mundo. De que forma este cenário pode representar uma oportunidade para reforçar o papel das farmácias e dos farmacêuticos comunitários?

PS: Até 2030, estima-se uma escassez global de cerca de 11 milhões de profissionais de saúde. Para os farmacêuticos, este cenário representa uma oportunidade para ampliar o seu âmbito de atuação, aliviar a pressão sobre os cuidados primários e reforçar a colaboração interprofissional nos sistemas de saúde. A FIP, através do relatório "A Farmácia Comunitária em Perspetiva" (2021), demonstrou que os farmacêuticos comunitários estão a assumir funções cada vez mais diversificadas, para além da dispensa de medicamentos. Entre elas, incluem-se decisões clínicas relacionadas com terapêuticas, administração de vacinas, triagem de doenças, primeiros socorros e prestação de cuidados fora das instalações da farmácia. A colaboração interprofissional coloca os farmacêuticos lado a lado com médicos, enfermeiros e outros profissionais, promovendo cuidados centrados nas pessoas. Esta abordagem melhora a gestão terapêutica, combate a polifarmácia inadequada e apoia o tratamento de

doenças crônicas, o uso racional de antimicrobianos e a farmacoterapia personalizada. Consideramos que os cuidados integrados, além de melhorar os resultados em saúde, reduzem custos e mitigam o esgotamento profissional. Para tal, a FIP defende a educação interprofissional, papéis bem definidos, a partilha de dados clínicos e políticas de apoio.

RFP: Por outro lado, e tendo em conta que as próprias farmácias comunitárias se debatem com uma crescente dificuldade em atrair e reter profissionais, que medidas considera a FIP prioritárias para inverter esta tendência?

PS: A Secção de Farmácia Comunitária (CPS) da FIP abordou o desafio da atração e retenção de profissionais com a publicação, em 2023, de um relatório global sobre a sustentabilidade da força de trabalho e ambientes de prática positivos. Baseado também num inquérito a mais de 750 farmacêuticos, o relatório revelou que 62% dos profissionais de farmácia enfrentam *burnout* ou preocupações com a saúde mental, associados à escassez de recursos humanos, jornadas longas, desequilíbrio entre vida pessoal e profissional e pressões financeiras. A maioria referiu ainda a ausência de políticas formais para lidar com essas questões. O documento propõe seis medidas urgentes para garantir uma força de trabalho sustentável e tornar a farmácia comunitária uma carreira atrativa. Entre elas, destaca-se o desenvolvimento de soluções baseadas em evidência contínua, centradas no bem-estar dos profissionais e adaptadas à realidade das farmácias comunitárias; a criação de mecanismos de monitorização; e a inclusão do apoio à saúde mental em programas de expansão da prática. Salienta-se também a importância do reconhecimento e remuneração adequados, campanhas públicas sobre o papel do farmacêutico, e o investimento em investigação que permita enfrentar os desafios atuais com base numa visão de futuro mais otimista.

RFP: De que forma podem as farmácias comunitárias afirmar-se como parceiras essenciais nas políticas de saúde integradas?

PS: A nova "Declaração de Política de Cuidados Farmacêuticos Centrados nas Pessoas", lançada pela FIP em setembro de 2025, reforça o papel das farmácias como prestadores de cuidados de primeira linha. Esta prática, orientada para resultados, exige que os farmacêuticos colaborem com os utentes e

com outros profissionais de saúde para promover a saúde, prevenir doenças e garantir o uso seguro e racional dos medicamentos. A acessibilidade das farmácias e a continuidade dos cuidados prestados são

«NUM CONTEXTO
CADA VEZ MAIS
AUTOMATIZADO, O TOQUE HUMANO
SERÁ O PRINCIPAL DIFERENCIAL
DA FARMÁCIA COMUNITÁRIA»

elementos-chave nesta abordagem. Os farmacêuticos acompanham todo o ciclo do medicamento — desde a prescrição (quando legalmente autorizados), passando pela dispensa, administração e monitorização, até à manutenção de registos rigorosos e ao planeamento terapêutico individualizado. Este envolvimento coloca as farmácias no centro da jornada de saúde das pessoas, oferecendo cuidados próximos, seguros e eficazes.

RFP: Que condições são essenciais para que esse papel seja plenamente reconhecido?

PS: Para além do acompanhamento clínico, as farmácias comunitárias desempenham um papel estratégico na saúde pública, prestando serviços como vacinação, gestão de doenças crônicas e testes rápidos *point-of-care*. Estas intervenções não só reforçam a capacidade do sistema de saúde, como melhoram a articulação com outros profissionais, através de acordos de prática colaborativa. No entanto, para que este papel seja efetivamente reconhecido e potenciado, é fundamental que os governos integrem as farmácias nas estruturas nacionais de saúde. Isso implica garantir o acesso seguro aos dados dos pacientes e assegurar uma remuneração justa pelos serviços prestados.

RFP: Quais são as principais mais-valias das farmácias para os sistemas de saúde que continuam subaproveitadas?

PS: Segundo o "Global Situation Report on Pharmacy" (GSRP), os farmacêuticos são frequentemente o primeiro e mais regular ponto de contacto das pessoas

com o sistema de saúde. As farmácias são visitadas duas vezes mais do que os consultórios médicos, e mais ainda no caso de pessoas com doenças crônicas, o que as posiciona como pontos privilegiados de acesso a cuidados primários. Apesar disso, muitas das suas valências continuam subutilizadas. Em áreas como o uso seguro dos medicamentos, por exemplo, serviços de otimização terapêutica, reconciliação medicamentosa, programas de adesão e aconselhamento têm demonstrado eficácia na redução de erros de medicação e reinternamentos hospitalares. Contudo, o seu impacto é limitado em contextos onde o papel dos farmacêuticos permanece confinado à dispensa de medicamentos. Na gestão de doenças crônicas, como a diabetes ou a hipertensão, diversos estudos demonstram que a intervenção dos farmacêuticos pode melhorar significativamente os indicadores clínicos. Ainda assim, a integração formal desses serviços nos cuidados primários é muitas vezes negligenciada pelos decisores políticos. Também os testes rápidos, já utilizados em países como a Austrália ou os Emirados Árabes Unidos para rastreio de infeções respiratórias ou cancro colorretal, permanecem subaproveitados noutros contextos devido a barreiras regulatórias e ausência de financiamento. O mesmo se verifica na administração de vacinas, com exemplos positivos como a Suíça, onde os farmacêuticos contribuem diretamente para o aumento da cobertura vacinal, mas que contrastam com muitos países onde estas competências continuam legalmente vedadas. Na área da promoção da saúde, as farmácias demonstraram impacto em serviços como a cessação tabágica, gestão do peso ou uso racional de antibióticos. No entanto, a ausência de programas estruturados e o fraco reconhecimento institucional limitam o seu alcance. Situação semelhante ocorre com o apoio ao autocuidado e à gestão de situações clínicas ligeiras,

«62%
DOS PROFISSIONAIS DE FARMÁCIA
ENFRENTAM *BURNOUT*»



apesar da elevada taxa de resolução e da boa relação custo-efetividade evidenciada em países como os Estados Unidos e a Austrália. Por fim, a telefarmácia e os serviços digitais têm vindo a revelar resultados promissores, com ensaios e programas-piloto a demonstrarem melhorias na adesão e nos resultados clínicos. Contudo, a falta de regulamentação, financiamento adequado e infraestruturas tecnológicas ainda impede a sua implementação generalizada.

RFP: Referiu amiúde a falta de reconhecimento por parte dos decisores políticos. Porque julga que continua a ser algo tão difícil de alcançar?

PS: São várias as barreiras que continuam a limitar o reconhecimento do potencial das farmácias nos sistemas de saúde, apesar dos avanços registados. Uma das principais é a perceção estreita do papel



«Os jovens farmacêuticos estão a entrar numa profissão cheia de promessas. A saúde digital, a inteligência artificial e a medicina de precisão são catalisadoras e estão a impulsionar a profissão. Agora é o momento para os farmacêuticos abraçarem essas oportunidades», exorta Paul Sinclair

do farmacêutico, muitas vezes reduzido à dispensa de medicamentos, em detrimento da sua formação e competência clínica. Esta visão restrita contribui para a subutilização dos seus conhecimentos e para a falta de reconhecimento formal como prestadores de cuidados de saúde primários. A este cenário somam-se obstáculos de ordem legal e regulamentar. Em muitos países, os farmacêuticos não estão autorizados a prestar serviços como vacinação, testes rápidos ou gestão de doenças crónicas. Além disso, a inexistência de mecanismos claros de reembolso e a classificação ambígua de “prestadores de nível intermédio” impedem que estes profissionais sejam compensados pelos serviços clínicos que efetivamente prestam, comprometendo a viabilidade dessas práticas. Muitos sistemas de saúde não reconhecem formalmente os farmacêuticos como prestadores, o que os impede de faturar os seus serviços. Isto desincentiva a adoção de práticas mais avançadas, mesmo quando existe formação para tal. Acresce ainda a falta de dados específicos e sistematizados sobre os impactos dos farmacêuticos nos resultados em saúde, o que torna o seu contributo invisível nas estatísticas e menos valorizado nas decisões políticas. Para ultrapassar estes desafios, é essencial avançar com reformas que reconheçam o papel clínico em

evolução dos farmacêuticos. Tal passa pela criação de enquadramentos legais que permitam o exercício pleno das suas competências, garantindo remuneração adequada e reconhecimento formal das práticas avançadas. É igualmente necessário reforçar o investimento na formação e no desenvolvimento profissional contínuo, dotando os farmacêuticos de ferramentas para atuarem em áreas como a gestão de doenças crónicas, a saúde pública e os cuidados digitais. A articulação com outros profissionais de saúde, sobretudo nos cuidados primários e em contextos vulneráveis, deve ser incentivada para garantir uma resposta integrada e centrada nas pessoas. Por fim, a integração de tecnologias digitais e inteligência artificial será determinante para expandir o papel das farmácias. A colaboração entre setores, a partilha segura de dados e a interoperabilidade dos sistemas de informação são pilares essenciais para concretizar esse potencial.

«O SETOR DAS FARMÁCIAS
COMUNITÁRIAS EM PORTUGAL
TEM TIDO UMA TRAJETÓRIA ÚNICA»

RFP: A campanha "Think Health, Think Pharmacy", lançada pela FIP, e a colaboração com a OMS, parecem ser passos importantes para reforçar o reconhecimento da profissão. Quais são os próximos desenvolvimentos nesta área?

PS: A FIP orgulha-se particularmente da campanha global "Think Health, Think Pharmacy", que tem como objetivo reforçar o reconhecimento da farmácia junto de governos, decisores políticos, reguladores e do público em geral. A mensagem é simples e poderosa: sempre que se pensa em saúde, deve pensar-se também na farmácia. Lançada em maio de 2024, durante a Assembleia Mundial da Saúde, esta campanha entra agora no seu segundo ano, com o compromisso renovado de expandir a sua visibilidade e impacto. Nos próximos meses, a campanha será reforçada com ações prioritárias lideradas pelo *Bureau* da FIP, que visam consolidar o papel da profissão como parceira essencial nas políticas de saúde globais. Paralelamente, e no âmbito do 83.º Congresso Mundial de Farmácia e Ciências Farmacêuticas, realizado recentemente em Copenhaga, a FIP apresentou uma das suas iniciativas mais ambiciosas: o "Global Situation Report on Pharmacy 2025". Este relatório oferece um retrato abrangente e atualizado da profissão farmacêutica a nível mundial, abordando áreas fundamentais como a força de trabalho, a formação e especialização, a expansão das competências clínicas, a digitalização dos serviços, a inovação, a mobilidade internacional, a equidade no acesso, a segurança do doente e a resiliência profissional. Com base nos dados mais recentes do "Global Pharmaceutical Observatory" e em contributos das organizações-membro e parceiros regionais, o GSRP não é apenas uma fonte de evidência robusta — é também uma ferramenta de advocacia estratégica. Permite demonstrar, com dados concretos, o impacto da farmácia nas prioridades globais em saúde.

RFP: A tecnologia e a inteligência artificial (IA) foram destacadas como motores de transformação no último Congresso da FIP. Como vê a sua integração na farmácia comunitária e o seu contributo para a humanização dos cuidados?

PS: Representam uma oportunidade para transformar a prática e reforçar a centralidade do farmacêutico no cuidado à pessoa. Tarefas administrativas como a gestão de *stocks*, validação de prescrições ou monitorização da adesão terapêutica podem ser automatizadas, permitindo que os profissionais dediquem mais

tempo à componente clínica e à relação com o utente. Ferramentas de apoio à decisão com base em IA contribuem ainda para uma atuação mais segura e personalizada, auxiliando na identificação de interações medicamentosas, riscos terapêuticos ou estratégias de tratamento. Soluções digitais como assistentes virtuais e *chatbots* ampliam o acesso à informação, sobretudo fora do horário habitual da farmácia, sem comprometer a qualidade ou a proximidade dos cuidados. Em suma, longe de desumanizar o serviço, estas tecnologias libertam o farmacêutico para o que é insubstituível: escutar, acolher e cuidar com empatia. A IA pode, assim, contribuir para uma abordagem mais personalizada e inclusiva, respeitando as dimensões linguísticas, culturais e clínicas dos pacientes - e tornando-se, desse modo, uma aliada na humanização do cuidado farmacêutico. A FIP tem liderado esta transição, com iniciativas como o "AI Toolkit for Pharmacies", que oferece orientações práticas sobre a aplicação segura e ética da IA, disponível em várias línguas, e a mais recente "Declaração de Política sobre IA na Prática Farmacêutica" estabelece princípios globais para a sua adoção responsável.

RFP: Num cenário cada vez mais digital, como deverão evoluir as competências do farmacêutico comunitário?

PS: A literacia digital e a capacidade de interpretar dados serão fundamentais para integrar com segurança os sistemas baseados em IA na prática clínica. Será também imprescindível o domínio de temas como a ética, a privacidade e a governação digital, uma vez que, mesmo com apoio tecnológico, a responsabilidade clínica continuará a ser do profissional. Contudo, as competências humanas manter-se-ão, e até ganharão importância acrescida. A empatia, a comunicação eficaz, o raciocínio clínico e a construção de confiança são qualidades que a tecnologia não substitui. Pelo contrário, num contexto cada vez mais automatizado, o toque humano será o principal diferencial da farmácia comunitária.

RFP: A ANF está a celebrar meio século de vida e de uma história profundamente relacionada com o modelo de farmácia comunitária português. Como avalia a evolução desse modelo e que perspetiva tem sobre o mesmo?

PS: Antes de mais, em nome de toda a FIP, quero felicitar a ANF pelo seu 50º aniversário. O setor das



farmácias comunitárias em Portugal tem tido uma trajetória única, marcada tanto por vitórias quanto por desafios, mas o vosso modelo atual coloca as necessidades e os cuidados com as pessoas acima de tudo. O foco e a dedicação dos farmacêuticos portugueses na procura permanente da melhor forma de prestar cuidados de saúde nas suas comunidades alinha com o tema da FIP para o Dia Mundial do Farmacêutico deste ano: "Think Health, Think Pharmacist". Juntos, celebremos o alargamento da vossa prática e do leque de serviços oferecidos, e muito particularmente o papel que desempenharam durante a COVID-19. Dito isto, a FIP incentiva a que continuem a dialogar e a debater com o Governo e o SNS no sentido de se encontrarem soluções público-privadas na entrega de serviços de saúde com cobertura universal através das farmácias comunitárias, e garantir modelos de remuneração sustentáveis, que recompensem o investimento em conhecimento e capacitação, tanto para o Governo como para os farmacêuticos. É igualmente crucial o envolvimento com o órgão regulador nas discussões que dizem respeito ao reconhecimento de especialidades e prática avançada, pois isso é inevitável. O território farmacêutico global está a desenvolver-se

«SEMPRE QUE SE PENSA
EM SAÚDE, DEVE
PENSAR-SE TAMBÉM NA FARMÁCIA»

rapidamente, seja através da tecnologia, das mudanças na saúde ou do crescente reconhecimento do papel essencial dos farmacêuticos na cobertura universal de cuidados centrados nas pessoas, que vão muito além do papel tradicional. Os jovens farmacêuticos estão a entrar numa profissão cheia de promessas - liderando a otimização de medicamentos, sendo pioneiros na investigação e moldando a educação em saúde. A saúde digital, a inteligência artificial e a medicina de precisão são catalisadoras e estão a impulsionar a profissão. Agora é o momento para os farmacêuticos abraçarem essas oportunidades. Juntos, apelamos à ousadia, para aproveitar as competências diversificadas dos farmacêuticos e redefinir a profissão para um futuro brilhante.

Leia a entrevista na íntegra em www.anf.pt

Alívio de gases, cólicas infantis e câibras.



Disponível na sua
farmácia.



97% dos bebés
choram menos^{*(1)}



Alívio de gases, cólicas
infantis e câibras.



SEM AÇÚCAR,
ÁLCOOL E CORANTES



9/10 bebés
dormem melhor^{*(1)}

***quando tratados para suspeita de cólica com infacol**

Este produto é um dispositivo médico. Leia atentamente a rotulagem e as instruções de utilização. INFACOL suspensão oral está indicado para o tratamento das cólicas e câibras, em crianças. Dosagem: um conta-gotas cheio (0,5ml) administrado antes de cada alimentação. Se acha que o seu bebé pode ser alérgico a qualquer um dos ingredientes, fale com o seu médico ou farmacêutico antes de dar INFACOL. BRAVEPERSPECTIVE - CONSULTORIA LDA; Rua Dr. Alfredo da Costa, 25 A Loja 1, 1495-237 Algés (Portugal) Setembro de 2025 MKT.003.INF.25

⁽¹⁾ Goldman M, Beaumont T (2017) A real world evaluation of a treatment for infant colic based on the experience and perceptions of 4004 parents. Br J Nurs 26(5, Suppl 1): S1-S12



A PRIMEIRA PORTA

FARMÁCIA IDEAL
FEIJÓ

Na Farmácia Ideal está bem firme a ideia de que o trabalho dos seus farmacêuticos vai além da dispensa de medicamentos ao balcão. Em parceria com a Junta de Freguesia local, foi criado o projeto Olimpíadas da Saúde, que materializa esta vocação em prol da saúde dos cidadãos.

REPORTAGEM: TERESA OLIVEIRA | WL PARTNERS
FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO

Acelebrar uma década de funcionamento, a Farmácia Ideal tem procurado aliar à dispensa de medicamentos uma importante componente de promoção da saúde junto dos cidadãos que acompanha diariamente. Raquel Ramalheira, diretora-técnica, frisa isto mesmo. «Ao longo destes 10 anos o nosso trabalho foi muito além da dispensa de medicamentos», explica, acrescentando que o espírito da equipa a levou a criar diversos projetos de proximidade, «pensados para sensibilizar a comunidade para fatores de risco, muitas vezes pouco conhecidos, colmatar a dificuldade de acesso a alguns rastreios, incentivar estilos de vida mais saudáveis ou responder a lacunas de literacia em saúde que fomos identificando».

A COLABORAÇÃO ENTRE A FARMÁCIA E A AUTARQUIA «É QUASE UM CASO DE ESTUDO»

Entre as várias iniciativas que promovem, destacam-se as Olimpíadas da Saúde. O evento, desenvolvido em parceria com a Junta de Freguesia de Laranjeiro e Feijó, já vai na terceira edição e tem registado uma adesão crescente. «Sentimos que precisávamos de ir ao encontro da população e as Olimpíadas surgiram dessa vontade», refere Raquel Ramalheira. O apoio da Junta tem sido determinante para a concretização do evento. Luís Palma, presidente da autarquia, sublinha que «o projeto da Farmácia Ideal, que nos desafiou desde o início, é fundamental, porque garante proximidade e disponibiliza iniciativas dirigidas à prevenção, através de um conjunto de rastreios e de sensibilização para questões ligadas à saúde».

O contributo da Junta de Freguesia neste evento traduz-se sobretudo em apoio logístico, licenciamento e divulgação, mas, como acrescenta o seu presidente, a



A Farmácia Ideal sai à rua para um dia onde a saúde se associa à componente lúdica



relação com a Farmácia Ideal não se limita a este projeto. O autarca recorda, por exemplo, que, na pandemia, «as primeiras máscaras que a Junta distribuiu a trabalhadores e IPSS vieram da Farmácia Ideal». Para Luís Palma, esta colaboração de proximidade entre as duas entidades «é quase um caso de estudo». Quanto às Olimpíadas, «não são apenas mais uma atividade», afirma, «pela dimensão crescente, por acontecerem num espaço público e pela capacidade de envolverem toda a população deste bairro, são um evento muito expressivo».

Durante um dia, de manhã à tarde, as Olimpíadas disponibilizam gratuitamente dezenas de rastreios a participantes dos «oito aos 80 anos». Para além das



Os rastreios realizados durante as Olimpíadas da Saúde são o início de uma relação que prossegue na farmácia

medições mais habituais — como a glicemia, colesterol, pressão arterial ou visão —, os utentes encontram exames menos comuns, como testes de intolerância à lactose ou ao glúten, despiste de insuficiência venosa, rastreios dérmicos e capilares, assim como avaliações nutricionais específicas para determinadas faixas da população, como é o caso dos idosos. «As pessoas têm a oportunidade de fazer um *check-up* mais completo», explica a diretora-técnica. Cada participante recebe ainda um “passaporte” onde ficam registados os resultados dos rastreios realizados. «Sempre que detetamos uma situação de risco ou parâmetros fora do normal, encaminhamos o utente para o médico ou para acompanhamento farmacoterapêutico», refere. «Nestas edições das Olimpíadas já sinalizamos situações que permitiram diagnósticos precoces, e isso mostra o papel crucial do farmacêutico na prevenção, no acompanhamento do doente e na integração em rede».

Esse “passaporte” tem também a função de facilitar o «seguimento dos dados de saúde de uma pessoa», acrescenta Raquel Ramalheira. «O rastreio feito nas Olimpíadas é muitas vezes o primeiro passo: dá origem a medições posteriores, conversas com o utente

e a possibilidade de mudanças na sua situação clínica, que se refletem numa melhoria significativa da qualidade de vida da pessoa de forma verdadeiramente impressionante».

Os rastreios são sempre feitos com um elemento da Farmácia Ideal presente, uma garantia do acompanhamento posterior. «Se encontramos valores preocupantes, pedimos aos utentes que nos procurem: “Olhe que o conheço, temos de voltar a fazer o exame”», descreve Cindy Mendes, técnica de farmácia, mencionando a relação de proximidade que já se estabeleceu. «Como nos conhecem, regressam para avaliar a evolução dos valores».

**«NAS OLIMPÍADAS
JÁ SINALIZAMOS SITUAÇÕES
QUE PERMITIRAM DIAGNÓSTICOS PRECOSES,
E ISSO MOSTRA O PAPEL CRUCIAL
DO FARMACÊUTICO NA PREVENÇÃO»**

Para a técnica, a gratuidade dos rastreios é uma das chaves do sucesso. «Além da falta de conhecimento ou da menor disponibilidade para procurar estes serviços, sabemos que, infelizmente, há muitas pessoas que simplesmente não têm forma de os pagar», explica. Por isso, o objetivo foi sempre o de não excluir ninguém.

O ambiente em que o evento decorre também contribui para a forte adesão. Num parque, ao ar livre, com insufláveis para as crianças e momentos culturais como chamariz, as pessoas sentem-se mais disponíveis para avaliar a sua saúde. «Temos vários utentes que fazem parte de associações, ranchos folclóricos, cantares alentejanos e que nos dizem que querem estar ali no palco. É engraçado ver este envolvimento. O palco tem sempre ação».

EM 2024, MAIS DE 500 PESSOAS PARTICIPARAM NAS OLIMPIADAS DA SAÚDE

Com mais de 500 participantes na edição de 2024, número que é previsível ser superado este ano, o balanço tem estado acima das expectativas. «É um número que para nós era impensável, sobretudo estando no Feijó e não no centro da cidade de Lisboa, por exemplo», reconhece Cindy Mendes. «Foi uma enorme satisfação perceber que conseguimos mobilizar tanta gente».

Uma das participantes das Olimpíadas é Natércia Nunes, frequentadora assídua da farmácia e que não perde uma edição. Avança com o exemplo de uma vizinha para justificar a importância que atribui a este projeto, a qual, graças às Olimpíadas, descobriu uma doença e iniciou tratamento. «Isto pode fazer toda a diferença na saúde das pessoas», comenta. Para si, o



A Farmácia Ideal conta com dez anos de profundo envolvimento com a comunidade onde se insere



Raquel Ramalheira e Cindy Mendes com Luís Palma, presidente da Junta de Freguesia de Laranjeiro e Feijó

ambiente descontraído e a combinação da vertente clínica com a recreativa são determinantes. «Se fosse apenas para receber “picadinhas” talvez as pessoas não aderissem tanto, mas assim junta-se o útil ao agradável. Eu já fiz rastreios de visão, diabetes, pressão arterial, pele... Há sempre muita adesão».

O balanço, para a equipa da Farmácia Ideal, não podia ser mais positivo. «O retorno da população é o que nos motiva a continuar e a procurar fazer sempre mais e melhor», afirma Raquel Ramalheira, reforçando a visão que tem da profissão. «O farmacêutico é muito mais do que um dispensador de medicamentos. Muitas vezes, a farmácia é a primeira porta de acesso à saúde e temos uma capacidade de adaptação incrível às necessidades da nossa comunidade».



FARMÁCIA JORDÃO PEDROSA
VALE DA AMOREIRA

VALOR ACRESCENTADO

Do interesse da Farmácia Jordão Pedrosa sobre a comunidade, nasceu um projeto de literacia em saúde, que mobilizou uma Unidade de Cuidados na Comunidade e a Câmara Municipal da Moita.

REPORTAGEM: TERESA OLIVEIRA / WL PARTNERS
FOTOGRAFIA: MÁRIO PEREIRA

O projeto Trazer + Saúde ao Vale nasceu de um olhar atento da Farmácia Jordão Pedrosa sobre a realidade do Vale da Amoreira, concelho da Moita, onde está localizada. No início de 2019, após a mudança de gestão da farmácia, a nova equipa decidiu analisar os padrões de dispensa e consumo de medicamentos feito pela população do Vale, com os resultados a revelarem um nível de literacia em saúde

O TRAZER + SAÚDE AO VALE
É UM PROGRAMA PARA
A PROMOÇÃO DA LITERACIA EM SAÚDE



A comunidade abrangida pela Farmácia Jordão Pedrosa tem baixos níveis de literacia em saúde e poucas preocupações com a prevenção

baixo e pouco recurso a medidas de prevenção. «As pessoas, quando procuram cuidados, fazem-no já numa fase adiantada da doença, o que também é visível pelos medicamentos que dispensamos», descreve Dulce Fonseca, diretora-técnica e coproprietária desta farmácia.

Do diagnóstico realizado surgiu a ideia de criar um programa para a promoção do conhecimento em saúde. «Pensámos numa intervenção que acrescentasse valor e, por isso, o nome do projeto é Trazer + Saúde ao Vale», explica a farmacêutica. «O nosso objetivo», refere, «é alertar para os fatores preditores de doença e para sinais que levem a população a procurar cuidados médicos numa fase mais precoce».

NA ESCOLA, AO LADO DA FARMÁCIA, HÁ ALUNOS DE 65 NACIONALIDADES. O PROJETO RESPONDE TAMBÉM A ESTA ELEVADA DIVERSIDADE CULTURAL

Para avançar com a ideia — e face ao exíguo espaço da farmácia — contactou a Biblioteca Bruno Vieira Amaral, a menos de 100 metros de distância, para ali realizar as sessões. Além de encontrar acolhimento à sua proposta, foi posta em contacto com as enfermeiras Mafalda Rosa e Clara Saramago, da Unidade de Cuidados na Comunidade Saúde na Rua (UCCSR). A Unidade já intervinha no território e partilhava o diagnóstico da Farmácia Jordão Pedrosa, nomeadamente decorrente do seu trabalho «com múltiplos parceiros, como câmaras, juntas, lares, centros de dia, escolas, polícias», recorda Mafalda Rosa, a coordenadora da UCCSR.

A pandemia de COVID-19 veio interromper este projeto, já com sessões de literacia em saúde realizadas na biblioteca, o qual regressaria em 2022, com mais força e com o apoio institucional da Câmara Municipal da Moita. Além de disponibilizar o auditório da biblioteca para as sessões, contribui ainda para a sua divulgação e garante um acompanhamento contínuo, numa articulação tripartida com a Farmácia Jordão Pedrosa e a UCCSR quanto aos temas a abordar. A vereadora com o pelouro do Serviço da Promoção da Saúde, Anabela Rosa, afirma que «foi com muita satisfação que dissemos logo que sim. O projeto beneficiava do *know-how* da farmácia e



«Tenho vontade de ir e de aprender», declara Florência Santos, frequentadora assídua das sessões de literacia



A equipa responsável pelo projeto, que junta a Câmara Municipal da Moita, a Unidade de Cuidados na Comunidade Saúde na Rua, e a Farmácia Jordão Pedrosa

da UCCSR e respondia a problemas específicos da população do Vale da Amoreira. Temos tido um *feedback* muito positivo e gostaríamos até que fosse replicado».

As sessões, realizadas mensalmente e suspensas apenas nos meses de verão, têm sido diversificadas: gripe e patologias de inverno, acesso dos migrantes à saúde, asma e alergias, doenças cardiovasculares, diabetes, alimentação saudável, proteção solar, doenças da mama, saúde sexual e reprodutiva, segurança em casa, entre muitos outros tópicos. Por vezes contam

com convidados para abordar os temas, como técnicos do município, entidades do SNS ou organizações que trabalham na área da saúde. Para a enfermeira Clara Saramago, que com Dulce Fonseca dinamiza os encontros, esta diversidade ajuda a chegar a públicos diferentes. «Apesar de a maioria dos participantes ser sénior, também temos muitos utentes em idade jovem, com filhos pequenos». Para aumentar o alcance do programa, existe a ideia de criar um *podcast*, quase um resumo destas sessões, para que os habitantes do Vale da Amoreira possam ter acesso ao projeto de educação para a saúde em horários que lhes sejam mais convenientes.

:MUITAS VEZES, UMA QUEIXA DURANTE UMA SESSÃO OU PARTILHADA NA FARMÁCIA ABRE CAMINHO A UMA INTERVENÇÃO IMEDIATA

A componente educativa é central, mas o projeto vai além disso. Muitas vezes, uma queixa durante uma sessão ou partilhada na farmácia abre caminho a uma intervenção imediata. «Houve uma situação em que a Dra. Dulce me contactou sobre uma avó com um problema com a neta», relata Clara Saramago. Seguiu-se um rápido encaminhamento, logo resolvido com a respetiva equipa

médica, exemplo que revela como a rede que este projeto reforçou se traduz em respostas concretas.

O projeto tem igualmente abordado realidades específicas do território, como a elevada diversidade cultural e mobilidade populacional. Na escola secundária, ao lado da farmácia, estudam alunos de 65 nacionalidades. «Para um território tão pequeno, é bastante impressionante», comenta Dulce Fonseca. Para dar resposta a esta realidade, a sessão “Acesso dos migrantes à saúde”, com a participação do município e do Centro Local de



As sessões realizam-se na Biblioteca Bruno Vieira Amaral, a 100 metros da farmácia

Apoio à Integração de Migrantes (CLAIM), deu formação a profissionais de saúde sobre os direitos e deveres dos migrantes nesta área e esclareceu dúvidas sobre o atendimento a estes utentes. «Para nós é um despertar para as culturas que contactam com a farmácia e que também nos fazem pensar. Somos uma farmácia só de mulheres, mas há muitas culturas em as esposas ficam em casa e que são os homens que vêm à farmácia. Como nos relacionamos com eles? Há toda uma série de questões comunicacionais que para nós são interessantes», afirma a farmacêutica.

A pertinência e bom acolhimento do projeto transparece no testemunho de uma participante, Florência Santos, frequentadora assídua desde 2020. «É muito interessante: houve coisas que relembrei da escola, outras que não sabia e que aprendi», relata. «Tenho vontade de ir, de aprender, e de ouvir também a opinião das outras pessoas. Foi uma boa ideia e deve continuar para o nosso enriquecimento». Entre os vários encontros em que participou, destaca um sobre alergias, patologia que afeta a sua filha. «Fui muito bem

informada», assevera, tendo transmitido o que aprendera à filha. Os participantes partilham o que aprendem com «familiares, amigos ou vizinhos», revela Clara Saramago, multiplicando o impacto do projeto.

OS PARTICIPANTES PARTILHAM O QUE APRENDEM COM «FAMILIARES, AMIGOS OU VIZINHOS», MULTIPLICANDO O IMPACTO DA INICIATIVA

Com mais de trinta sessões realizadas, o balanço é mais do que positivo. «Há uma cumplicidade que nos permite captar a atenção», descreve Dulce Fonseca, sobre as centenas de participantes que Trazer + Saúde ao Vale já contabiliza, provando que a literacia é essencial para a prevenção em saúde, comunidades mais saudáveis e informadas.



AO SERVIÇO DOS CIDADÃOS

Farmácias na Europa disponibilizam serviços de forma cada vez mais integrada com os sistemas nacionais de saúde.

TEXTO: PEDRO VEIGA

:P Pharmacy, apothecary, φαρμακείο, pharmacie. São muitas as formas de escrever farmácia quando se viaja pelo continente europeu, mas se a grafia da palavra muda de país para país, torna-se também evidente aquilo que é comum quando se atravessa uma fronteira: da costa atlântica ao leste europeu, do círculo polar ártico às praias do Mediterrâneo, farmácia é sempre sinónimo de proximidade, disponibilidade, qualidade e confiança.

O reconhecimento destas características tem permitido o aprofundamento da integração das farmácias nos sistemas nacionais de saúde de vários países europeus, numa tendência inegável — ainda que, dependendo do país, feita a ritmos e com amplitudes distintas — de alargamento do leque de serviços contratualizados com as farmácias.

:EM 2024, PASSOU A SER POSSÍVEL A DISPENSA DE ANTIBIÓTICOS NAS FARMÁCIAS FRANCESAS SEM NECESSIDADE DE PRESCRIÇÃO MÉDICA, LIMITADA A UM CONJUNTO DE CONDIÇÕES CLÍNICAS DE BAIXA GRAVIDADE

França tem liderado a aposta no recurso ao potencial das farmácias para criar respostas de proximidade aos desafios de saúde, em complementaridade com a rede de cuidados de saúde primários. Exemplo disso são os rastreios ao cancro colorretal. Com uma adesão na casa dos 25%, muito longe da taxa recomendada de 65%, o

país integrou as farmácias no processo em 2022. Essa decisão permitiu que qualquer pessoa entre os 50 e os 74 anos que desejasse participar no rastreio o pudesse passar a fazer numa farmácia. O resultado: entre janeiro e agosto de 2023, as farmácias rastrearam 540 mil pessoas elegíveis. No mesmo período de 2024, o número de pessoas rastreadas subiu para as 820 mil, um crescimento de 52% em apenas um ano. Alain Delgutte, da Direção da Ordem dos Farmacêuticos francesa, descreveu o impacto da medida, durante a sua participação na Conferência “Há mais Saúde na Farmácia — Rastreios e Prevenção: Inovar em Saúde Pública”, em novembro de 2024: «até aqui, as pessoas iam ao médico e depois vinham à farmácia, isso mudou. A farmácia é hoje a primeira porta de entrada no sistema, e só depois seguem para o médico».

O recurso à rede de farmácias na resolução de situações clínicas ligeiras é outro exemplo da estratégia do Estado francês para a área da Saúde. Na sequência de alterações introduzidas em 2023 pela “*Loi de financement de la sécurité sociale*”, passou a ser possível, em meados de 2024, a dispensa de antibióticos na farmácia sem necessidade de prescrição médica. Este tipo de atuação está limitado a um conjunto reduzido de condições clínicas, de baixa gravidade, como são os casos da infeção bacteriana da orofaringe e da infeção urinária não complicada feminina, e devem ser feitas de acordo com um protocolo de intervenção farmacêutica previamente acordado, que inclui, entre outros critérios de decisão, a realização de testes rápidos para a confirmação da natureza da infeção.

A experiência francesa faz eco do programa britânico “Pharmacy First”, um dos eixos da estratégia do Serviço Nacional de Saúde inglês (NHS) para capitalizar a experiência e conhecimento dos farmacêuticos com vista ao aconselhamento e tratamento de sete situações clínicas ligeiras, entre as quais o mesmo tipo de dor de garganta e de infeção urinária do caso francês. O “Pharmacy First” arrancou no final de janeiro de 2024. No primeiro aniversário, contabilizava mais de dois milhões de intervenções farmacêuticas registadas.

Em Portugal, os dados mostram o potencial da intervenção das farmácias em situações de patologia aguda simples. Em 2024, foram registados mais de 174 mil casos resolvidos nas farmácias, com 96% dos utentes tratados sem necessidade de recorrer a cuidados de saúde primários.

Outro dos exemplos da inclusão das farmácias na resposta aos desafios de Saúde Pública vem da Bélgica.

Num país com cerca de 11,8 milhões de habitantes, as estimativas indicavam que uma em cada seis pessoas consumia medicação para dormir ou sedativos. Perante estes níveis de consumo, o Ministério da Saúde e o Institut National d'Assurance Maladie Invalidité belgas avançaram, em fevereiro de 2023, com o financiamento de um projeto-piloto para procurar reverter o consumo excessivo e/ou prolongado de benzodiazepinas e de sedativos não benzodiazepínicos, que está associado a problemas potenciais do sistema nervoso, problemas psiquiátricos e, no caso dos idosos, a um risco de queda mais elevado. A estratégia envolve a participação de utentes, médicos e farmacêuticos, num esforço de desprescrição, que pode durar entre 50 dias a um ano. A iniciativa esteve em fase de testes até ao final de 2024 e, a 21 de março deste ano, o serviço foi formalmente contratualizado com as farmácias e tornado permanente, como parte de uma estratégia mais alargada de promoção da Saúde Mental. Durante o anúncio público da implementação do programa, o ministro belga da Saúde, Frank Vandenbroucke, reforçou que «precisamos de garantir que este tipo de medicação é usado com bom senso, e o farmacêutico tem um papel importante nisso».

«OS SERVIÇOS FARMACÊUTICOS SÃO UMA COMPONENTE FUNDAMENTAL DA PRESTAÇÃO DE CUIDADOS DE SAÚDE»

Os casos citados são apenas uma pequena parte do leque de perto de 50 serviços farmacêuticos distintos que são disponibilizados pelas farmácias de 33 países analisados no mais recente “PGEU Policy Brief on Pharmacy Services in Europe”. O documento, apresentado a 23 de setembro no Parlamento Europeu, refere outros exemplos, como a reconciliação terapêutica, a referência para outros prestadores de cuidados de saúde ou a vacinação, para ilustrar a diversidade e o valor aportado pela intervenção farmacêutica, e concluir que «os serviços farmacêuticos não são mais um “adicional”: são uma componente fundamental da prestação de cuidados de saúde».



JAIME MELANCIA

Presidente da Direção da Plataforma Saúde em Diálogo

QUEREMOS MAIS FARMÁCIA NA VIDA DO DOENTE

A Associação Nacional das Farmácias celebra 50 anos. Meio século entrelaçado com o percurso da saúde em Portugal, marcado por uma forte sinergia entre as farmácias e a população. A sociedade deve a estas instituições reconhecimento pelo papel insubstituível no acesso equitativo ao medicamento, na prevenção e deteção precoce da doença, no acompanhamento dos doentes e na intervenção em inúmeras situações clínicas ligeiras.

Celebramos o passado, mas é essencial projetar o futuro, com as farmácias ainda mais presentes na vida das pessoas, assumindo um papel mais ativo na melhoria da sua qualidade de vida. Pela sua capilaridade, nível técnico-científico dos seus profissionais e relação de confiança com a população, estão numa posição única para intervir de forma estruturada e eficaz no sistema de saúde. Este potencial, ainda pouco aproveitado, deve ser canalizado para maior integração nas estratégias de promoção da saúde, prevenção da doença e acompanhamento contínuo dos doentes, sobretudo os que vivem com doenças crónicas.

A Plataforma Saúde em Diálogo, que representa mais de 80 associações de doentes, defende com firmeza o reforço do papel das farmácias na vida dos cidadãos. Não é apenas uma aspiração - é uma resposta real às necessidades de quem vive com doença. A possibilidade de levantar medicação hospitalar nas farmácias comunitárias é um exemplo claro de como facilitam a vida das pessoas, evitando deslocações, reduzindo barreiras no acesso e promovendo uma maior adesão ao tratamento. É um

primeiro passo de uma mudança que exige articulação entre autoridades públicas, profissionais de saúde, indústria farmacêutica e, sobretudo, os próprios doentes, cuja experiência deve ser valorizada e integrada nas decisões.

É urgente avançar com um registo único de dados em saúde, acessível de forma segura a todos os prestadores de cuidados, incluindo os farmacêuticos. Esta ferramenta permitirá um acompanhamento clínico mais integrado, evitará a repetição de exames, assegurará maior continuidade nos cuidados e trará ganhos aos doentes e ao SNS.

As farmácias estão numa posição privilegiada para liderar ações de literacia em saúde, promoção de estilos de vida saudáveis e referenciação atempada para cuidados adequados. A sua presença no território e a confiança da população tornam-nas agentes fundamentais na ligação entre cidadãos e sistema de saúde. O seu papel deve ser mais interventivo, apoiando as pessoas na gestão das suas doenças, promovendo o autocuidado, reforçando a adesão terapêutica e contribuindo para uma vida mais longa e saudável.

Como ponto de contacto próximo com o SNS, as farmácias devem ser o elo entre doentes e restantes profissionais de saúde, contribuindo para uma jornada de cuidados mais fluida, coordenada e centrada na pessoa. O futuro da saúde passa por uma maior presença da farmácia na vida do doente - no acesso, acompanhamento, prevenção, escuta ativa e apoio diário. No caminho que propomos, as farmácias são parte ativa da solução e ninguém fica para trás.

NOVO

NUROFEN®
DEIXE A DOR CONNOSCO

**AINDA MAIS FÁCIL
DE ENGOLIR**

NUROFEN

NUROFEN



2x **IBUPROFENO**
QUE É ABSORVIDO
MAIS RÁPIDO*

 *2x mais rápido que Nurofen na forma ácida, no formato comprimidos, com base no RCM.

Nurofen Xpress Minicaps 400 mg cápsulas moles é um medicamento não sujeito a receita médica de venda exclusiva em farmácia indicado para o tratamento sintomático de curta duração de dor ligeira a moderada, como dores de cabeça, menstruais, de dentes e febre e dor associadas a constipação, em adultos e adolescentes com mais de 40 Kg de peso corporal (12 anos de idade e acima). Não tome se tem e/ou já teve alergia ao ibuprofeno ou aos excipientes, à soja ou ao amendoim, ao ácido acetilsalicílico ou a outros anti-inflamatórios não esteroides (AINEs), distúrbios na produção das células sanguíneas, úlcera/hemorragia péptica, hemorragia ou perfuração gastrointestinal ao tomar AINEs, hemorragia no cérebro ou outra hemorragia ativa, insuficiência cardíaca, renal ou hepática grave, desidratação grave ou se está nos últimos 3 meses de gravidez. Leia cuidadosamente as informações constantes da embalagem e do folheto informativo. Em caso de dúvida ou de persistência dos sintomas, consulte o seu médico ou farmacêutico. Reckitt Benckiser Healthcare, Lda., Rua D. Cristóvão da Gama, nº 1, 1º C/D - 1400-113 Lisboa - NIPC 504225910. RT-M-y3FHPPH



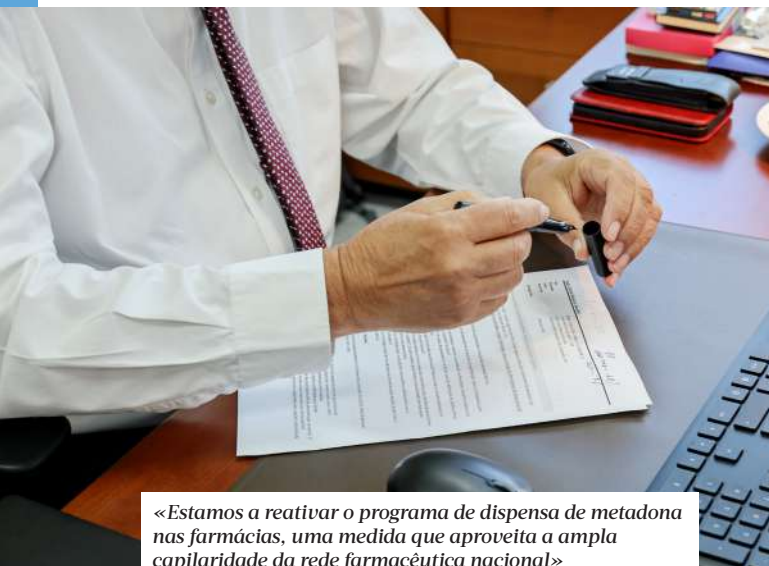
JOÃO GOULÃO

PRESIDENTE DO CONSELHO DIRETIVO DO INSTITUTO PARA
OS COMPORTAMENTOS ADITIVOS E AS DEPENDÊNCIAS

«O COMBATE ÀS DEPENDÊNCIAS EXIGE UMA REDE COESA, INTEGRADA E PRÓXIMA DAS PESSOAS»

João Goulão, referência nacional na área dos comportamentos aditivos e dependências, expõe a sua visão sobre o papel das farmácias na administração dos tratamentos de substituição e no combate à toxicodependência em Portugal.

ENTREVISTA: MARIA JORGE COSTA
FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO



«Estamos a reativar o programa de dispensa de metadona nas farmácias, uma medida que aproveita a ampla capilaridade da rede farmacêutica nacional»

REVISTA FARMÁCIA PORTUGUESA: Qual o papel das farmácias na gestão de tratamentos de substituição, como a metadona, e no combate à toxicodependência?

JOÃO GOULÃO: Tenho de começar por dar os parabéns à ANF pelos 50 anos. A Associação tem sido uma parceira estratégica fundamental nestas décadas para o sucesso das nossas políticas. Tenho responsabilidades nesta área desde 1997 e devo sublinhar a colaboração que sempre existiu com a ANF e as farmácias que representa, a qual continua a ser um exemplo de proximidade e de trabalho conjunto. Dito isto, estamos a reativar o programa de dispensa de metadona nas farmácias, uma medida que aproveita a ampla capilaridade da rede farmacêutica nacional. Isso permite facilitar o acesso e dar maior conforto aos utentes, especialmente aos que usam drogas injetáveis, beneficiando a adesão ao tratamento e melhorando a qualidade de vida. A metadona, como fármaco substitutivo, é crucial no tratamento da dependência de opiáceos, e a possibilidade de a dispensar nas farmácias equilibra a necessidade de acompanhamento rigoroso com a conveniência para os utentes, minimizando o estigma e a exclusão social.

RFP: Falou na importância do acesso facilitado para melhorar a adesão ao tratamento. Que impacto é que esse modelo tem na continuidade terapêutica dos utentes?

JG: A adesão à terapêutica é fundamental para o sucesso dos tratamentos e as farmácias, por serem mais próximas das comunidades, terem horários alargados e maior flexibilidade geográfica, reduzem as barreiras

que os utilizadores enfrentam para aceder à medicação. Além disso, evitar deslocações frequentes a unidades especiais pode diminuir o risco de abandono do tratamento, que é um dos principais obstáculos para resultados positivos a longo prazo. Temos cerca de 20.000 utentes com tratamentos diários à base de metadona, e esperamos que uma parte significativa possa usufruir desta facilidade.

RFP: E em termos de segurança e acompanhamento, como é feita a articulação com as farmácias para garantir que tudo decorre de forma segura e eficaz?

JG: A articulação é feita com base na prescrição feita por profissionais das unidades do Instituto para os Comportamentos Aditivos e as Dependências (ICAD), que mantêm um acompanhamento clínico rigoroso. As farmácias prestam o serviço de dispensa, com farmacêuticos formados para compreender esta área específica, numa rede local integrada. Para garantir uma resposta eficaz e segura, teremos protocolos de comunicação e uma formação contínua para os profissionais. Também acreditamos na importância de contactos regulares entre farmácias e unidades locais para discussão de casos, reforçando a coesão da rede.

RFP: Tendo em conta a complexidade destas respostas, como tem sido o envolvimento político e institucional para garantir uma atuação coerente e eficaz?

JG: A competência para implementar políticas eficazes depende muito do envolvimento político transversal a várias áreas. O combate à toxicodependência envolve hoje quatro ministérios, do Trabalho à Justiça, da Educação à Saúde. A extinção do Instituto da Droga e da Toxicodependência (IDT), em 2012, fragmentou respostas, passando responsabilidade para as ARS, mas com disparidades na implementação. A criação do ICAD, com uma capacidade robusta de atuação direta no terreno, com mais de 1.400 profissionais, veio restaurar a eficácia e uniformidade das intervenções.

RFP: Nesse contexto, quão importante é termos uma coordenação nacional?

JG: É fundamental garantir critérios uniformes, coordenação estratégica e evitar desigualdades regionais. Ao mesmo tempo, a implementação prática deve respeitar as realidades locais, com redes de parceiros nos distritos e zonas, garantindo eficácia e adequação às necessidades.



«A possibilidade de dispensar metadona nas farmácias equilibra a necessidade de acompanhamento rigoroso com a conveniência para os utentes, minimizando o estigma e a exclusão social», diz João Goulão

RFP: Olhando para o presente e futuro próximo, que novos desafios têm surgido no panorama das dependências em Portugal?

JG: Embora o uso de heroína por via injetável tenha diminuído drasticamente, assiste-se ao aumento do consumo de cocaína, estimulantes e novas substâncias sintéticas, muitas sem terapias específicas eficazes até agora. Além disso, a chegada progressiva de opiáceos sintéticos potentes, como o fentanil, aumenta a complexidade dos tratamentos e a necessidade de respostas rápidas e adequadas. A inovação terapêutica é uma prioridade para acompanhar estas mudanças, mas o impacto social e de saúde pública exige abordagens multidimensionais.

RFP: De que forma perspetiva a expansão do papel das farmácias neste âmbito?

JG: Além dos tratamentos substitutivos, as farmácias podem desempenhar um papel crucial na prevenção e redução de riscos. O “drug checking”, análise prévia das substâncias adquiridas pelos utentes, é um exemplo de como se pode minimizar os riscos associados ao consumo. A dispensa de medicamentos hospitalares, como os antivirais para hepatites e VIH, e os programas de testagem, aconselhamento e educação para

práticas mais seguras, são outras vertentes onde as farmácias se podem destacar, aproveitando sua proximidade e confiabilidade junto das populações.

ASSISTE-SE AO AUMENTO DO CONSUMO DE COCAÍNA, ESTIMULANTES E NOVAS SUBSTÂNCIAS SINTÉTICAS

RFP: Para terminar, com base em toda a evolução, que visão tem para o futuro do combate às dependências em Portugal?

JG: Acredito que com uma estratégia integrada, inovação terapêutica e formação contínua de profissionais, conseguiremos melhorar significativamente a qualidade de vida dos utentes, prevenir dependências, reduzir impactos e promover a reinserção social. É um compromisso que exige entusiasmo e dedicação, mas que traz vitórias essenciais e valoriza cada progresso, mesmo que pequeno.



ANTÓNIO TEIXEIRA RODRIGUES
Direção de Soluções e Evidência em Saúde,
da Associação Nacional das Farmácias

O LABORATÓRIO VIVO DA COMUNIDADE

1. A farmácia que se cruza com todos nós

Ao fundo da rua onde vivo existe uma farmácia. Bonita, próxima, acessível. Nela cruzam-se turistas e vizinhos, passageiros apressados e residentes habituais, uns doentes, outros saudáveis.

Eu cruzo-me com esta farmácia todos os dias — a caminho do trabalho, no regresso das compras, antes de uma corrida ou depois de um farto jantar. Cruzo-me com ela saudável e constipado, vencido pelo peso das horas ou renovado pelo dia que começa.

Ela conhece, porque ali permanece, os meus hábitos e rotinas. É sobre essa permanência — e sobre o valor que dela emerge — que vos pretendo falar hoje.

◀◀ **A** O BALCÃO OU NO GABINETE
DA FARMÁCIA, TEMOS
INSTRUMENTOS DE RECOLHA DE DADOS,
MEIOS DE DIAGNÓSTICO E OUTRAS TECNOLOGIAS
QUE TORNAM POSSÍVEL INVESTIGAR
ENQUANTO CUIDAMOS»

2. Da permanência à ciência

Todos os dias, nas centenas de milhar de visitas que recebe, a farmácia intervém na pessoa que a procura. Cada um desses contactos deixa uma marca silenciosa: os dados. Aquilo que um matemático inglês definiu como novo petróleo, e a que Perakslis e Coravos, no "Lancet Digital Health", transportando o conceito para a saúde, intitularam de novo sangue da saúde¹, tem potencial transformador dos cuidados: dos dados geramos informação, da informação conhecimento, do conhecimento evidência, da evidência novos cuidados.

Podemos imaginar este processo como um somatório coletivo de cada um destes atos (atendimentos, visitas) individuais. Se, num espaço curto de tempo, várias pessoas visitam a farmácia com sintomas respiratórios, a farmácia pode identificar o primeiro sinal de um surto na comunidade². Se um número significativo de utentes revela baixa adesão à terapêutica ou controlo de doença, a farmácia pode intervir em barreiras relacionadas com a literacia em saúde ou referenciar barreiras de acesso aos cuidados.

3. A farmácia como sentinela da saúde da comunidade

A farmácia não é apenas um ponto de atendimento individual: é também um observatório populacional,

capaz de transformar o dia-a-dia em ciência. Pelo referido, a farmácia, que é simultaneamente homóloga e antítese do pensamento Orwelliano, pretende ser aqui a sentinela da saúde, rede sensorial e capilar para o estudo, investigação e intervenção. Observa a realidade local e comunitária, identifica padrões e deteta sinais que podem ser transformados em conhecimento e evidência.

Daqui emergem duas perspetivas que importa considerar: por um lado, o valor intrínseco da investigação; por outro, a investigação como motor transformador dos cuidados prestados pela farmácia.

4. O valor intrínseco da investigação

O termo investigação transporta-nos para um mundo caricatural: a bancada cheia de reagentes, gobelés, caixas de petri, cultura de células e bico de bunsen. Tubos de ensaio com líquidos de cores bem fortes e denominação que nunca a das cores primárias ou secundárias (para um daltónico como eu, sempre me pareceram escolhas de alguma arrogância cromática).

Esta é a investigação dita fundamental. Dela, dos seus resultados, da aplicação de métodos que dela derivam ou de outros que a ciência desenvolveu, surge a investigação clínica³, pilar indispensável na prestação de cuidados de saúde.

Essa investigação gera valor para a farmácia de várias formas. Uma, mais transversal, merece especial destaque: um espaço que investiga é, inevitavelmente, um espaço inovador — e não existe inovação duradoura sem investigação. Quando a farmácia se envolve na produção de conhecimento, deixa de ser apenas um local de prestação de cuidados para ser um laboratório vivo da comunidade, capaz de testar novas abordagens, avaliar o impacto de serviços de saúde e adaptar-se às necessidades emergentes na sua comunidade. Um exemplo disto é a forma como os países procuram afirmar-se, cada vez mais, na captação e realização de ensaios clínicos. Seja pela dimensão clínica, da maior relevância para as pessoas que tratam, seja pela económica, como fonte relevante de financiamento, os ensaios clínicos são apenas mais um exemplo onde as farmácias portuguesas podem ser um contributo diferenciador e um ativo relevante para a estratégia de saúde do País.

5. Observação, investigação e prestação de cuidados

Recorro-me da expressão "*from the bench to bedside to population*" (Watts G, British Medical Journal)⁴ para aprofundar o que aqui se pretende: a observação e a investigação têm um papel transformador nos

cuidados de saúde. A farmácia, pela sua natureza, pode ser um ponto de encontro entre o cuidado assistencial e a investigação clínica, transformando observação em inovação que regressa novamente à farmácia, em benefício das pessoas de que cuidamos todos os dias.

Nos hospitais mais inovadores, as pessoas veem-se hoje lado a lado com as bancadas de investigação, recebem tratamentos enquanto observam investigadores, num símbolo de que ciência e cuidados partilham o mesmo espaço. A farmácia, como sentinela da saúde da comunidade, aproxima-se dessa visão: no balcão ou no gabinete de atendimento, temos ao nosso alcance instrumentos de recolha de dados, meios de diagnóstico e outras tecnologias que tornam possível investigar enquanto cuidamos.

Um caso hipotético, baseado em evidência, ilustra o valor potencial do que estamos a falar. A avaliação do grau de dispneia permite ao farmacêutico identificar e intervir nas pessoas com maior risco de mortalidade na doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC)⁵. O conhecimento dos resultados agregados do grau da dispneia de toda a população que a farmácia serve é essencial para suportar a intervenção de outros níveis de cuidados (cuidados primários, saúde pública e cuidados hospitalares, por exemplo). Além disso, avaliar a técnica de inalação (frequentemente baixa)⁶ e a adesão à terapêutica (igualmente baixa)⁷, possibilita a geração de evidência sobre intervenções capazes de identificar as pessoas em risco e melhorar os seus resultados em saúde. Tudo isto são atividades que a farmácia pode desenvolver (não raras vezes, já desenvolve).

«UM ESPAÇO QUE INVESTIGA
É, INEVITAVELMENTE,
UM ESPAÇO INOVADOR»

6. O desafio do nosso tempo

Os desafios que os sistemas de saúde enfrentam tornam crucial o papel de investigação da farmácia.

As necessidades crescem, decorrentes do envelhecimento e maior longevidade e, simultaneamente, da inovação tecnológica, que teima em trazer tecnologias que nos dão melhor qualidade de vida e melhores resultados em saúde (uma “chatice”!).

Deste cenário emergem desafios adicionais: alguns conjunturais, como a escassez de profissionais de saúde

(profecia que arrisco neste exercício); outros estruturais, como a sustentabilidade financeira.

É neste contexto que ganha relevo um conceito caro às farmácias comunitárias (a relação benefício-risco), aqui combinado com a dimensão económica: o custo-efetividade. Para ilustrar o conceito, adapto uma metáfora da música do Samuel Mira, *Recado*: se a saúde se comprasse em frascos, o custo-efetividade pretende garantir que compremos o maior número de frascos possível com o dinheiro disponível.

A aplicação deste princípio coloca uma exigência ao sistema de saúde: conhecer o custo-efetividade de cada intervenção — seja um medicamento, uma cirurgia, uma estratégia para melhorar a adesão terapêutica ou uma campanha de educação em saúde. Aqui, a farmácia comunitária pode ter um papel essencial: com a sua proximidade à população e a sua capacidade de recolher dados do mundo real, pode fornecer a evidência necessária para que as decisões de financiamento e política de saúde sejam mais justas, eficazes e sustentáveis — mais baseadas em evidência!⁸

7. O laboratório vivo da comunidade

A farmácia é, em simultâneo, um espaço de cuidados, de observação e de investigação. Reconhecer e investir neste papel é investir num futuro onde a evidência nasce do quotidiano e regressa, em benefício de todos, à comunidade que a gerou.

Referências:

1. Perakslis, Eric et al. Is health-care data the new blood? The Lancet Dig Health.
2. A Teixeira Rodrigues et al. HiCorr: an influenza surveillance model using over-the-counter sales from community pharmacies. European Journal of Public. 2021.
3. Lei n.º 21/2014, de 16 de Abril. Lei da investigação clínica.
4. Watts G. From bench to bedside to population. BMJ. 2009.
5. Sundh J et al. The Dyspnoea, Obstruction, Smoking, Exacerbation (DOSE) index is predictive of mortality in COPD. Prim Care Respir J. 2012.
6. Rodrigues AT et al. Effectiveness of a pharmacist-led intervention on inhalation technique for asthma and COPD patients: The INSPIRA pilot cluster-randomized controlled trial. Respir Med. 2021.
7. Vauterin D et al. Medication adherence to inhalation therapy and the risk of COPD exacerbations: a systematic review with meta-analysis. BMJ Open Respir Res. 2024.
8. Evidence, policy, impact. WHO guide for evidence-informed decision-making. Geneva: World Health Organization; 2021.

A solução ideal para
o alívio dos seios nasais

Energia para a tua melhor
versão, todos os dias!

O tratamento
inovador
para deixar
de fumar



O aliado da sua
saúde digestiva!



Para todos os tipos
de infeções vaginais

CONTACTE O SEU DELEGADO DE FARMÁCIA!

servicoaclientes@aflofarm.pt

Dextazin 1,5 mg comprimido (citisiniclina) é um medicamento não sujeito a receita médica de dispensa exclusiva em farmácia, para ajudar a parar de fumar e reduzir o desejo de nicotina em fumadores dispostos a parar de fumar: Dextazin permite uma redução gradual da dependência de nicotina, aliviando os sintomas de abstinência. O consumo de tabaco deve ser interrompido o mais tardar ao 5.º dia de tratamento e não deve ser continuado durante o tratamento, pois pode agravar as reações adversas. Não recomendado em menores de 18 anos, doentes com mais de 65 anos e doentes com compromisso renal ou hepático. Mulheres a tomar contraceptivos hormonais de ação sistémica devem usar um segundo método contraceptivo de barreira, por exemplo, preservativos. Leia cuidadosamente as informações constantes do acondicionamento secundário e do folheto informativo e, em caso de dúvida ou de persistência dos sintomas, consulte o médico ou o farmacêutico. Paramais informações deverá contactar o titular da autorização de introdução no mercado: Aflofarm Farmacja Polska Sp. z o.o., Partyzancka 133/151, 95-200 Pabianice, Polónia, Tel. (42) 22-53-100, email: aflofarm@aflofarm.pl | DTZ 14-09/25 | Lafemidia comprimidos vaginais é um dispositivo médico. Leia atentamente a rotulagem e as instruções de utilização. LAF 28-09/25 | Irigaston conjunto de lavagem nasal e sinusal é um dispositivo médico que se destina à preparação quer de soluções isotónicas, quer de soluções hipertónicas para lavagem nasal e sinusal em adultos e crianças com mais de 4 anos. Leia atentamente a rotulagem e instruções de utilização. IRG 15-09/25 | NeoDigest é um suplemento alimentar à base de extratos de plantas. Não exceder a toma diária indicada. NEO 13-09/25 | MaxTeron é um suplemento alimentar, para mais informações consulte o site: www.maxteron.pt | MAX 15-09/25



SAÚDE E DIGNIDADE

A Associação Dignitude celebra uma década de ação social com resultados que falam por si: mais de 42 mil vidas mudadas e milhões poupados ao sistema nacional de saúde.

TEXTO: TIAGO GONÇALVES

FOTOGRAFIA: PEDRO LOUREIRO

Em 2015, um dado preocupante lançou um alerta social: um em cada dez portugueses não conseguia comprar os medicamentos de que necessitava. Da constatação dessa realidade nasceu a Associação Dignitude, um projeto com um propósito claro e urgente: garantir que ninguém fosse excluído do acesso à saúde por razões económicas.

A 4 de novembro de 2015, em Coimbra, vozes influentes do setor social e da saúde uniam-se para dar vida à Dignitude. Entre os rostos fundadores estão figuras marcantes como Maria de Belém Roseira, ex-ministra da Saúde; o Presidente da República Ramalho Eanes; a investigadora Odette Ferreira; ou António Arnaut, considerado o "pai" do Serviço Nacional de Saúde. «A



Maria de Belém Roseira, uma das sócias fundadoras da Associação Dignidade, durante o Dê Troco a Quem Precisa, uma das campanhas de recolha de fundos do programa Abem

Dignidade resulta de uma ideia generosa de um conjunto de pessoas que dedicaram a sua vida a aplanar assimetrias sociais», recorda Maria de Belém. Para António Arnaut, a iniciativa assentava «no princípio elementar da solidariedade, em que todos nos devemos sentir responsáveis por todos».

A associação, uma IPSS de âmbito nacional, nasceu, em 2015, do esforço conjunto da Associação Nacional das Farmácias (ANF), Associação Portuguesa da Indústria Farmacêutica (Apifarma), Plataforma Saúde em Diálogo e Cáritas Portuguesa, com financiamento da Portugal Inovação Social, de investidores sociais e dos próprios associados.

Poucos meses após a sua criação, a Dignidade lançou o seu programa mais emblemático — o Abem: Rede Solidária do Medicamento. Desde maio de 2016, este projeto já permitiu a mais de 42.000 pessoas em todo o país aceder, sem custos, a todos os medicamentos prescritos e comparticipados pelo SNS, com anonimato, dignidade e respeito pela condição de cada um.

«O Abem está alicerçado numa rede colaborativa, que envolve câmaras municipais, juntas de freguesia, IPSS, empresas, farmácias e cidadãos», explica a diretora-executiva da Dignidade, Maria João Toscano. Após

uma avaliação rigorosa das condições socioeconómicas, as entidades locais referenciam os beneficiários. Estes recebem um cartão Abem, nominal e intransmissível, que lhes permite aceder aos medicamentos sem qualquer custo nas farmácias aderentes.

EM PORTUGAL, SEGUNDO O INE, 1,9 MILHÕES DE PESSOAS ESTÃO EM RISCO DE POBREZA

Atualmente, o programa conta com 198 entidades parceiras, mais de 1.200 farmácias e uma estrutura de financiamento baseada num fundo solidário, alimentado integralmente por donativos. «Cada cêntimo doado é convertido em saúde», sublinha Paula Dinis, presidente da Dignidade. «Graças à generosidade dos portugueses, conseguimos já ajudar mais de 23.000 famílias — é profundamente gratificante».



A PERCENTAGEM DE BENEFICIÁRIOS QUE NÃO CONSEGUIAM ADQUIRIR OS MEDICAMENTOS PRESCRITOS CAIU DE 61% PARA 5% APÓS ENTRAREM NO PROGRAMA ABEM

Porém, a importância do programa vai além disso: os resultados de impacto social e económico são significativos. Um estudo independente da consultora Sair da Casca revelou que, entre 2016 e 2023, o Abem permitiu poupar ao Estado cerca de 29 milhões de euros - resultado do cumprimento adequado das terapêuticas, que evitou internamentos e visitas desnecessárias aos serviços de urgência.

Igualmente impressionante é o impacto direto na vida das pessoas: a percentagem de beneficiários que não conseguiam adquirir os medicamentos prescritos caiu de 61% para 5% após entrarem no programa. Isto traduz-se em melhoria real do estado de saúde, mais qualidade de vida e mais equidade no acesso aos cuidados.

Contudo, apesar do impacto comprovado, o desafio continua. Em Portugal, 1,9 milhões de pessoas estão em risco de pobreza, segundo o INE. Muitas enfrentam diariamente a escolha impossível entre os alimentos e os medicamentos. Para Maria João Toscano, o caminho passa por alargar de forma responsável e sustentável o programa Abem, de modo a chegar a mais pessoas. A via mais direta passaria pela integração do modelo numa estratégia pública de acesso ao medicamento. «Faz todo o sentido pensar numa parceria formal com o Estado. O Abem já tem uma rede nacional montada,

uma estrutura sólida e resultados validados. Podemos fazer ainda mais, se todos unirmos esforços», afirma.

Ao celebrar dez anos de existência, a Associação Dignitude prova que solidariedade, inovação social e responsabilidade partilhada podem mudar vidas - e sistemas. É uma história de compromisso com os mais vulneráveis. Uma história de 42.000 rostos que deixaram de estar sozinhos no arranque da sua jornada terapêutica. E uma história que está longe de terminar.

A Win-Fit[®] imuno D₃

VITAMINA C 500mg + VITAMINA D3 20 µg

+ REFORÇO DAS DEFESAS



A PROTEÇÃO É A MELHOR SOLUÇÃO !

A Win-Fit[®] - 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.

Saiba mais



Acreditamos em Self Care

www.ampliphar.com

winfitimuno.pt

FARMÁCIA: MAIS DO QUE INTEGRADA, ELO INTEGRADOR



EMA
PAULINO

Celebrar 50 anos da Associação Nacional das Farmácias é olhar com orgulho para o passado e, sobretudo, assumir com responsabilidade o futuro. Meio século de história confirmou o valor insubstituível das farmácias: garantir o acesso ao medicamento, otimizar a sua efetividade e segurança, estar próximas das pessoas e construir, dia após dia, uma relação de confiança com a comunidade.

Mas o desafio de hoje exige mais. As farmácias não são apenas parte integrante do sistema de saúde - já são, em muitos territórios, o elo que o liga e fortalece. O elo entre políticas públicas e realidades locais, entre o digital e o humano, entre a sustentabilidade e a inovação. O caminho está em ampliar e consolidar este papel, tornando-o visível e reconhecido em toda a rede.

Todos os dias, mais de meio milhão de pessoas entra numa farmácia - o equivalente a 5% da população portuguesa. Isto significa que, ao final de um mês, as farmácias têm a possibilidade de contactar, teoricamente, com todo o país. Cada encontro é uma oportunidade para prevenir, acompanhar e apoiar. A transformação digital, com a próxima geração do Sifarma e o ecossistema *online* das Farmácias Portuguesas, está a abrir caminho a uma farmácia mais ágil e proativa, capaz de antecipar necessidades e personalizar respostas. A tecnologia torna-se, assim, uma ferramenta estratégica para reforçar a proximidade e multiplicar o impacto do cuidado farmacêutico.

A sustentabilidade é outro eixo fundamental. Com o roteiro 2025-2030, assente nos princípios ESG, a ANF compromete-se a apoiar toda a rede na adoção de práticas que protejam o ambiente, promovam equidade social e consolidem uma cultura de boa governação. Porque cuidar da saúde é também cuidar do futuro.

O farmacêutico comunitário está a transformar-se. Com novas competências digitais, literacia em dados e responsabilidade clínica reforçada, assume-se como corresponsável pelos resultados em saúde, acompanhando as pessoas para lá da farmácia e ajudando-as a gerir melhor as suas doenças e os seus medicamentos.

A farmácia é, cada vez mais, um laboratório vivo da comunidade: produz evidência, apoia a investigação e contribui para políticas mais justas e eficazes. É também um espaço de solidariedade, onde o acesso digno ao medicamento se concretiza todos os dias, seja através da intervenção clínica, seja em programas como o Abem.

Nestes 50 anos, reafirmamos a nossa assinatura: Uma voz pela saúde. Uma voz que ecoa na defesa do SNS, na proximidade às pessoas e na ambição de colocar a saúde no centro de todas as políticas.

O futuro da farmácia é digital, sustentável e profundamente humano. E continuará a ser o elo integrador de que Portugal precisa para garantir que ninguém fica para trás.

AQUI HÁ GATO



E CÃO
E PIRIQUITO
E HAMSTER
E PAPAGAIO
E TARTARUGA

**Seja qualquer for o animal,
as farmácias precisam de
ter um espaço dedicado.**

O Espaço Animal prepara as farmácias para dar a resposta adequada com formação das equipas, a escolha dos produtos certos e o apoio permanente de uma equipa de veterinários para esclarecer dúvidas 24h/365 dias.

Contacte-nos: globalvet@globalvet.pt



Espaço Animal

15.º Congresso
das Farmácias

ExpoFarma

Pela Saúde, cuidamos com proximidade

28, 29 e 30 de maio de 2026

Centro de Congressos de Lisboa

anf
associação
nacional das
farmácias