

#ABRIL 17



L'actualitat
farmacèutica
a un clic.
Segueix-nos!

Recull mensual del

Blog



COL·LEGI DE
FARMACÈUTICS
DE BARCELONA



NOTICIES FARMACIA

MON COL·LEGIAL

OPINIONS DEL COL·LEGI

RECOMANACIONS

INFARMA

blog.cofb.cat





6 I 7 D'ABRIL: DIES MUNDIALS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I LA SALUT

Avui encetem dues dates que persegueixen la conscienciació global en l'àmbit de la salut: el 6 d'abril se celebra el Dia Mundial de l'Activitat Física i demà és el Dia Mundial de la Salut, que enguany té la depressió com a *leit motiv*. Precisament l'activitat física regular i en nivells adequats és un factor demostrat que redueix el risc de depressió.

El **Dia Mundial de l'Activitat Física** es celebra des del 2002 a tot el món i **Catalunya hi participa des de l'1 d'abril i fins el 30 d'abril**, amb diverses iniciatives de promoció arreu del territori sota el lema "**Gent Activa, Gent Felix**", amb l'objectiu de promoure l'activitat física com a element fonamental de salut i benestar, així com remarcar els efectes beneficiosos d'aquesta pràctica sobre l'esfera emocional, tot **acumulant 30 minuts d'activitat física cada dia en adults i gent gran, i 60 minuts en infants i adolescents**.

Web de la campanya (via Pla d'Activitat Física, Esport i Salut de la Generalitat -PAFES-) – pots inscriure't i participar en el dia mundial aquí.

Dia Mundial de l'Activitat Física (via Generalitat de Catalunya)

Beneficis de l'activitat física: quadre informatiu en 10 punts (PDF: via Esport - DMAF)

Menjar sa i moure's... en reunions de treball, jornades i congressos (PDF: via Departament de Salut)



Pòster oficial del Dia Mundial de l'Activitat Física de la campanya a Catalunya

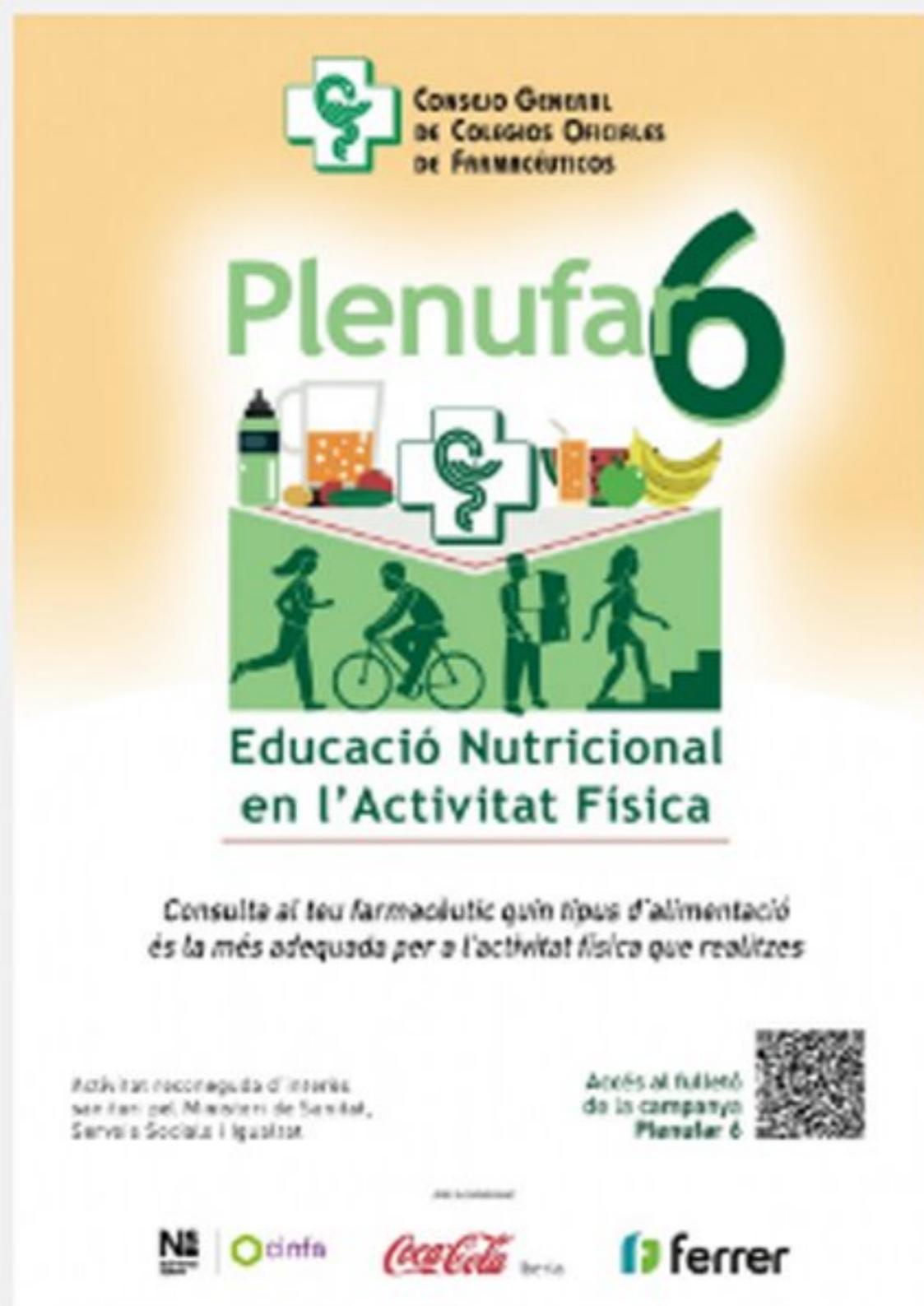


Què recomana l'Organització Mundial de la Salut (OMS)?

- Acumular 30 minuts d'activitat física cada dia en adults i gent gran
- Acumular 60 minuts d'activitat física cada dia en infants i adolescents



6 I 7 D'ABRIL: DIES MUNDIALS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I LA SALUT



Cartell oficial de la sisena edició de Plenufar

A les farmàcies, la campanya Plenufar per incentivar l'educació nutricional en l'activitat física

En l'àmbit farmacèutic, s'ha presentat la sisena edició de la campanya del Pla d'Educació Nutricional pel Farmacèutic (Plenufar). A la província de Barcelona, 300 farmàcies oferiran a finals d'abril, i fins al 15 de juny, educació nutricional en l'activitat física en el marc d'aquesta campanya, una iniciativa del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos a través de la seva vocalia d'Alimentació. Aquesta sisena edició de Plenufar, tracta de donar resposta als milions d'espanyols que cada dia realitzen algun tipus d'activitat o exercici físic, oferint assessorament a aquest grup de població per dur a terme una adequada alimentació concorde a les seves necessitats.

Actualment, la inactivitat física s'ha convertit ja en el quart factor de risc de tota causa de mort, per això des del Consejo recorden que cal insistir en els beneficis de realitzar algun tipus d'activitat física, sense oblidar la necessitat d'una correcta alimentació, per exemple, per prevenir lesions o manques nutricionals i per millorar el rendiment físic.

[Informació sobre la campanya i materials disponibles al web del Consejo.](#)

Farmàcies comunitàries de L'Hospitalet participen aquesta tarda en els **talles d'hàbits saludables i accions que promouen l'activitat física** com a font de salut que organitza la ciutat amb motiu dels dos dies mundials. Més informació en [aquest enllaç](#).



#esportfarma, grup de treball del Col·legi sobre nutrició i esport

La Vocalia d'Alimentació i Nutrició del Col·legi compta amb un grup de treball sobre nutrició i esport. Volen demostrar que l'atenció farmacèutica a esportistes, mitjançant un consell alimentari i consum de complementos alimentosos des de la farmàcia, ajuda a millorar la condició física, la recuperació de lesions i, en general, millora la salut dels esportistes. Podeu saber més sobre ells a Twitter, seguint el **hashtag #esportfarma**.

Amb motiu del Dia Mundial de l'Activitat Física recorden la **importància de la hidratació per als esportistes**. Les recomanacions s'han dividit en tres apartats: abans de fer exercici físic s'aconsella començar a beure 2-3h abans i evitar fer-ho els 30 minuts previs a la competició; mentre dura l'exercici físic, és important anar alternant l'aigua amb sals minerals i carbohidrats, exclouent les begudes amb gas o alcohol i sucres de fruita naturals; i un cop ha finalitzat, es recomana rehidratar-se amb diferents líquids, entre els quals es troben aigua, carbohidrats, sals minerals i sucres de fruita naturals.

RECOMANACIONS D'HIDRATACIÓ PER A L'ESPORTISTA



01 ABANS de fer exercici físic

Comença a beure 2-3h abans
Orina de color clar = ben hidratat!
30min. abans competició = NO beure

02 MENTRE fas exercici físic

Als 30min. = beure aigua
Al cap d'1h. = beure aigua + sals minerals + carbohidrats

Cada 20min. = prendre 150/250ml de líquid
NO beure begudes amb gas o alcohol ni sucres de fruita naturals

Temperatura beguda = 15°C

03 DESPRÉS de fer exercici físic

Rehidrata't!
Prèn aigua + carbohidrats + sals minerals
Ara si pots beure sucres de fruita naturals



+ INFO

Deu abans de tenir sensació de set i comença l'exercici ben hidratat.
Les begudes per a esportistes haurien de portar 6-8% de carbohidrats i entre 460 i 1190 mg de sodi/lit. Preneu-les abans de la competició per atorgar una bona tolerància intestinal.
Beure solucions amb hidrats de carboni i sals minerals, especialment sodi, milloran el rendiment de l'esportista.

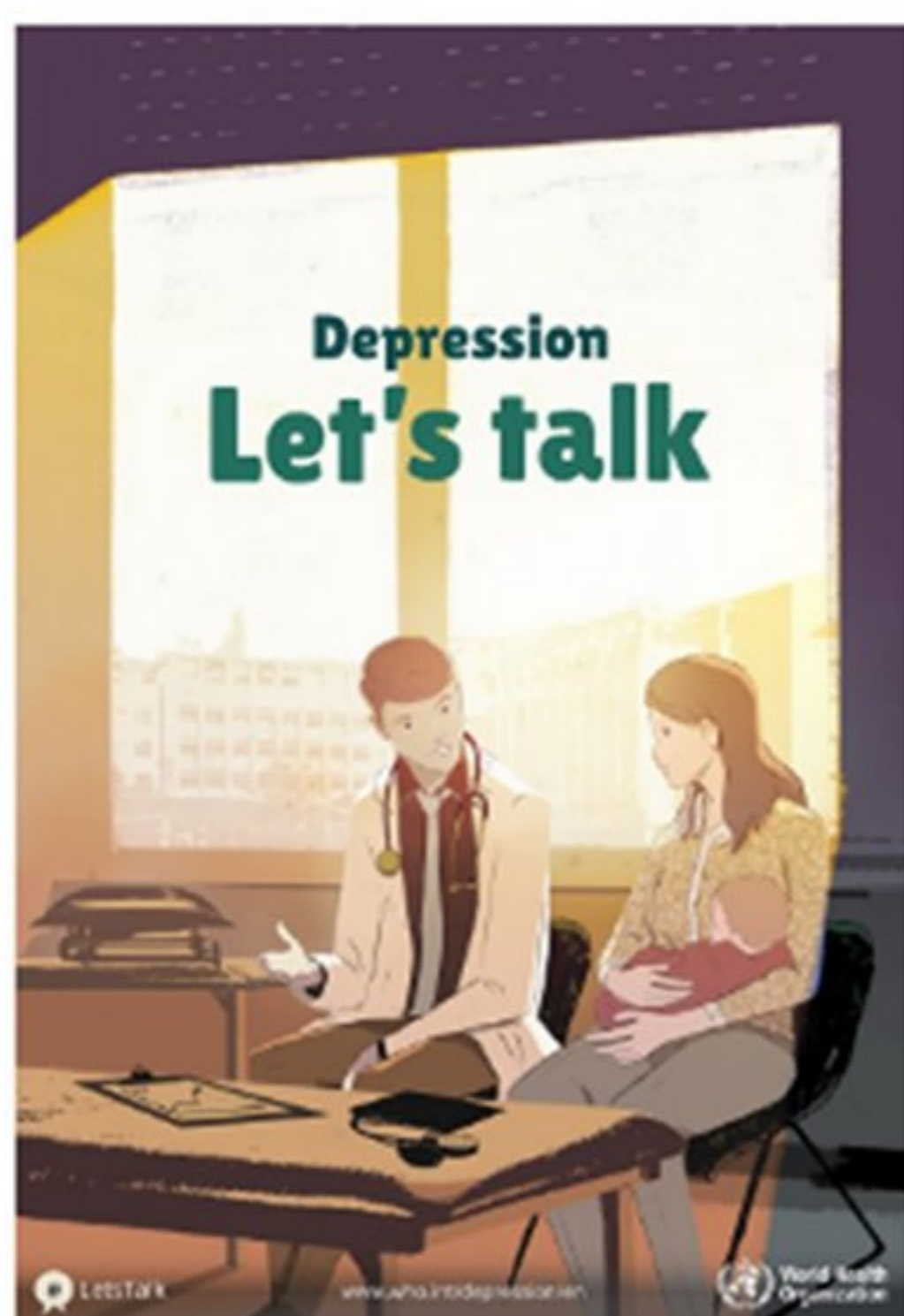
Grup de treball de Complementos i Esport de la Vocalia d'Alimentació i Nutrició



www.farmacelab.cat

Infografia del grup #esportfarma. Clica a la imatge per millorar la visualització, descarregar i compartir

Dia Mundial de la Salut: parlem de la depressió



Pòster oficial de la campanya de l'OMS

El Dia Mundial de la Salut, que se celebra el 7 d'abril de cada any per commemorar l'aniversari de la fundació de l'OMS, ofereix una oportunitat única per mobilitzar l'acció entorn d'un tema de salut específic que preocupi a les persones de tot el món. **El tema de la campanya d'enguany és la depressió.**

Segons indica l'OMS, la depressió afecta a persones de totes les edats i condicions socials i de tots els països. **Més de 300 milions de persones a tot el món viuen amb depressió**, pel que demanen més inversió als diferents països per combatre una malaltia que ha augmentat més d'un 18% entre 2005 i 2015.

La depressió provoca angoixa mental i afecta a la capacitat de les persones per dur a terme fins i tot les tasques quotidianes més simples, la qual cosa té en ocasions efectes nefasts sobre les relacions amb la família i els amics i sobre la capacitat de guanyar-se la vida. En el pitjor dels casos, la depressió pot provocar el suïcidi, que actualment és la segona causa de mort entre les persones de 15 a 29 anys d'edat.



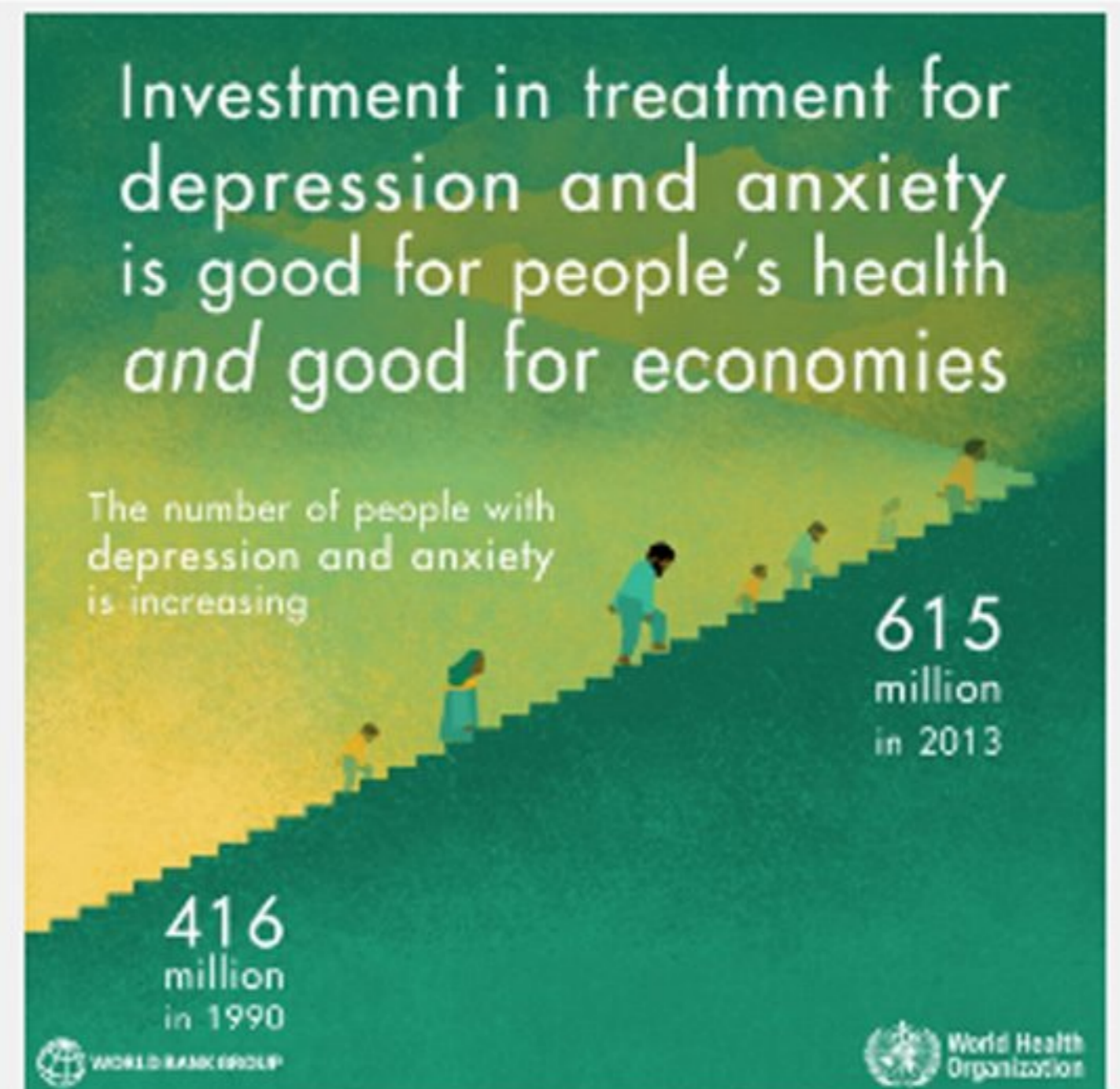
6 I 7 D'ABRIL: DIES MUNDIALS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I LA SALUT

La depressió es pot prevenir i tractar. Una millor comprensió de què és la depressió i de com pot prevenir-se i tractar-se contribuirà a reduir l'estigmatització associada a la malaltia i comportarà un augment del nombre de persones que demanen ajuda.

La intervenció del farmacèutic, clau en l'adherència als tractaments antidepressius

(nota de premsa del Consejo General de Colegios Farmacéuticos)

- La depressió és una de les patologies amb menor grau d'adherència als tractaments. Solament el 28 per cent dels pacients amb depressió compleix adequadament el tractament
- El farmacèutic té una important labor per intervenir en la prevenció i en la informació al pacient, així com en la derivació al metge



Infografia 'El nombre de persones amb depressió i l'ansietat va en augment' (via OMS)

[Consulta els aspectes essencials de la campanya](#) (via OMS)

[Recursos de la campanya per a periodistes](#) (via OMS)

[Depressió](#), via Canal Salut de la Generalitat



Dia Mundial de l'Activitat Física: **#DMAF2017**, **#gentactiva**, **#DiaMundialdeActivitatFísica**

Dia Mundial de la Salut: **#LetsTalk**, **#depression**, **#mentalhealth**, **#DiaMundialdeSalut**, **#DiaMundialdeSalud**



FARMÀCIES ACTIVES EN EL DIA MUNDIAL DE LA SALUT

El 7 d'abril es va celebrar el Dia Mundial de la Salut, en commemoració de l'aniversari de la fundació de l'Organització Mundial de la Salut el 1948. Destaquem el paper actiu de les farmàcies de dues ciutats, Sabadell i L'Hospitalet, per commemorar aquesta data de conscienciació global en l'àmbit de la salut.



L'1 d'abril, la farmàcia comunitària va estar present al Fòrum Salut de Sabadell, una jornada que va voler reivindicar la perspectiva dels usuaris en la millora i transformació del sistema sanitari. Aquest fòrum és un instrument que va néixer amb la pretensió que anualment, al voltant del Dia Mundial de la Salut, s'articulin una sèrie de sessions, taules i debats que puguin ser d'interès a la ciutadania, i en les que s'hi tinguin en compte diferents perspectives.

Web del Fòrum.

Així mateix, les farmàcies de Sabadell **van ubicar un estand a l'exterior del Fòrum, juntament amb altres entitats de la ciutat, per exposar tots els serveis professionals que duen a terme.**

"Es va parlar de la humanització de la salut i de la societat civil organitzada. Hi van participar associacions de malalts, professionals sanitaris -entre ells farmacèutics i farmacèutiques de Sabadell-, membres de l'ajuntament... va ser molt interessant i tothom va sortir molt content" explica **Meritxell Blanchart, coordinadora de les farmàcies del Vallès Occidental Est.**

"Pel que fa a les farmàcies, i malgrat la pluja, també va ser un èxit de participació. Vam ser en total 14 farmacèutics de Sabadell i ens vam organitzar molt bé. Destacar el paper de Rosa Jordana com a relatora d'una de les taules rodones, i Olga Codinach i Susa Gonzalez que van fer les xerrades/tallers sobre 'Bon ús dels medicaments' i 'Com fer bé els tractaments'".



La farmacèutica Rosa Jordana



Meritxell Blanchart, la segona començant per l'esquerra, amb els participants del Fòrum Salut de Sabadell



FARMÀCIES ACTIVES EN EL DIA MUNDIAL DE LA SALUT

També en el marc del Dia Mundial de la Salut i el de l'Activitat Física (un dia després), farmàcies comunitàries de L'Hospitalet van participar el 6 d'abril en els tallers d'hàbits saludables i accions que promouen l'activitat física com a font de salut que organitza la ciutat amb motiu d'aquests dies mundials.

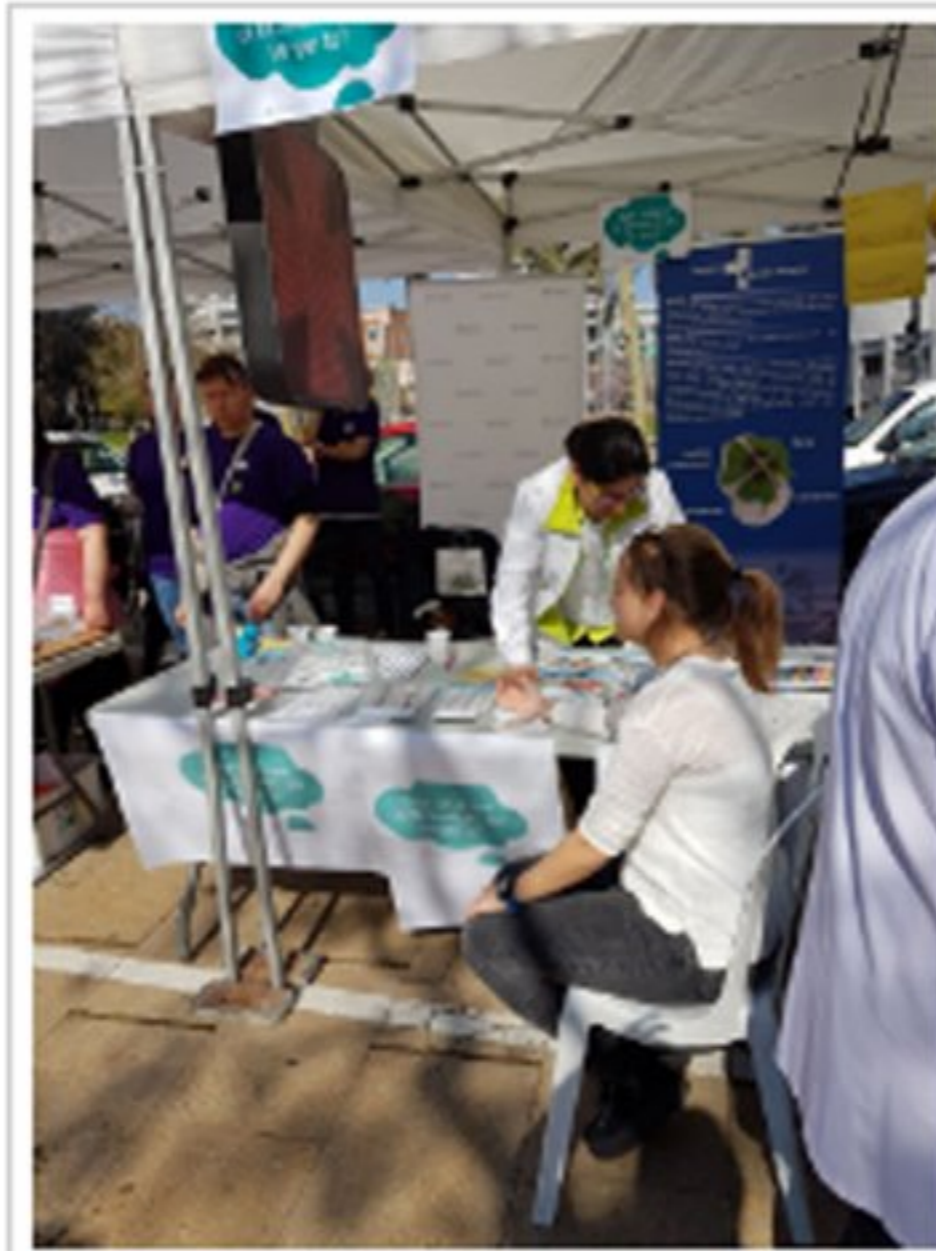


Les farmàcies van estar presents a una carpa a peu de carrer per donar a conèixer, de primera mà, les activitats assistencials que es fan a les farmàcies comunitàries de la ciutat sota el lema "Saps tot el que un farmacèutic pot fer per tu?".

A L'Hospitalet, des de fa 8 anys, se celebren aquests dies mundials amb un acte multitudinari al carrer, amb diferents tallers d'hàbits saludables i accions

que promouen l'activitat física com a font de salut. La jornada va comptar amb la col·laboració, entre altres entitats, de les farmàcies comunitàries de L'Hospitalet. Més informació en [aquest enllaç](#).

A les imatges de sota podeu veure la participació de les farmàcies de L'Hospitalet a la carpa informativa:



Notícies relacionades, via Blog:

- [6 i 7 d'abril: dies mundials de l'Activitat Física i la Salut](#)
- [Dia Mundial contra el càncer de còlon i recte: xifres de la prova de detecció precoç amb la participació de les farmàcies](#)
- [Les farmàcies participen en la Setmana Europea de la prova del VIH](#)



INFARMA, BARCELONA SEU DE L'EMA I ÀGORA SANITÀRIA, TEMES DESTACATS AL MARÇ

Infarma Barcelona 2017: més de 500 repercussions en mitjans

OPINIÓ JORDI DE DALMASES

Mentes abiertas para trascender

El president del COF de Barcelona, sede de Infarma este año, hace un llamamiento a acudir al congreso como punto de encuentro para la reflexión y para construir el futuro.

por Jordi de Dalmases, presidente del COF de Barcelona | 05/03/2017 09:00

compartir

00:00

Imprimir

Es conveniente tomarse un tiempo, de forma periódica, para la reflexión, una reflexión que trascienda los límites del pensamiento entre los que nos movemos en el día a día. Una buena manera de hacerlo, de ir más allá de nuestros horizontes cotidianos, es alejarnos del contexto en el que nos movemos e ir al encuentro de otras visiones, la visión de otros profesionales, de temas que ni siquiera nos habíamos planteado o de aquellos que nos persiguen pero para los que todavía no tenemos una respuesta clara. Cada congreso en el que la profesión tiene la posibilidad de reunirse es una oportunidad para todo ello, e Infarma quiere llevarlo al extremo en esta nueva edición.

Tribuna del President del COFB a Correo Farmacéutico

Del 21 al 23 de març, el recinte firal Gran Via de Barcelona va acollir, com cada dos anys, una nova edició d'Infarma, cita que va tenir un fort impacte als mitjans de comunicació. Aquests en van informar abans, durant i posterior a la celebració del Congrés, **generant més de 500 repercussions entre notícies, articles, reportatges i entrevistes.**

Destacar la inauguració, on va assistir el **conseller de Salut de la Generalitat, Antoni Comín**. En van informar, TVE1 Catalunya (del

minut 16'41" al (17'28") en televisió i RNE-1 Catalunya del minut 32'48" al 34'03") en ràdio, a tall d'exemple, entre altres mitjans de comunicació.

Prèviament a l'esdeveniment, diversos mitjans van entrevistar a organitzadors i convidats del Congrés, concretament a **Jordi de Dalmases**, **Francisca Aranzana**, vocal d'Oficina de Farmàcia i directora d'Infarma, **Daniel Sarto**, director del Saló, i a **Antoni Trilla**, director de Qualitat i Seguretat Assistencial de l'Hospital Clínic de Barcelona i ponent de la conferència inaugural. Tots quatre van ser entrevistats per El Farmacéutico (1, 2, 3 i 4, ordenades respectivament a l'ordre anterior) en uns vídeos on es **desglossaven els objectius principals de la cita**. La Razón, El Global, Farmaventas i Acofar també van parlar amb De Dalmases, El Global (1 i 2) amb Aranzana i Sarto i IMFarmacias també amb el director del Saló. També als dies previs al Congrés, Correo Farmacéutico va publicar una tribuna escrita pel president del Col·legi, Jordi de Dalmases, on es feia una crida al món professional perquè assistís a l'esdeveniment, sota el títol "Mentes abiertas para trascender".



TVE Catalunya informant de la inauguració d'Infarma



INFARMA, BARCELONA SEU DE L'EMA I ÀGORA SANITÀRIA, TEMES DESTACATS AL MARÇ

#Farmaidearium y las Aulas de Actualidad, 'estrenos' sobre 2016

En cada edición, la organización de Infarma introduce novedades en su programa



Infarma 2017 contará con el espacio IF Armaidearium, en el que farmacéuticos emprendedores en el universo 2.0 podrán intercambiar ideas con sus compañeros de profesión

Repercussió d'El Global explicant les novetats del Congrés

Abans de la cita, es van enviar les dues últimes notes de premsa (1 i 2) per explicar, per una banda, **què eren i sobre què anirien les Aules d'Actualitat Professional**, el nou nom que se li van atorgar a les aules actives, i, d'altra, **dos projectes relacionats amb el compromís social i la innovació: Infarma Solidari i #Farmaidearium**. Es van fer ressò mitjans com La Vanguardia (Monográficos Especiales), Correo Farmacéutico, IMFarmacias, Farmaventas, Acta Sanitaria, Farmanatur i Sanifax, Diariofarma, El Global o Consejos de tu Farmacéutico, entre altres.

Finalment, Aranzana va

clausurar la cita afirmant que es tancaven les portes amb la **"mirada posada en el pacient, objectiu comú del sector farmacèutic"**. L'acte també va anar a càrrec de De Dalmases, Jesús Aguilar, president del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos i Luis González, president del COF de Madrid. El tancament va servir, alhora, per passar el testimoni al col·legi madrileny, que organitzarà la següent edició, la 30a. Ho van explicar La Vanguardia, ABC, Correo Farmacéutico, El Global, IMFarmacias, Acta Sanitaria, Farmaventas, Diariofarma, Consejos de tu Farmacéutico, Farmanatur i Sanifax.

Durant el Congrés, el COFB va enviar una vintena de notes de premsa. Més d'un centenar de periodistes es van acreditar per assistir a Infarma Barcelona.

Infarma 2017 cierra sus puertas con la "mirada puesta en el paciente"

Quieres saber la última de

Barcelona · Cataluña · COF de Barcelona · COF de Madrid · Colegios de Farmacéuticos · Comunidad de Madrid · Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (COGOF) · Farmacéuticos Ingoberna · Francisco Aranzana · Infarma



La clausura a Diariofarma



Barcelona com a futura seu de l'Agència Europea del Medicament (EMA)

AGENCIA MEDICAMENTOS

Colegios profesionales apoyan Barcelona para Agencia Europea del Medicamento

Compartir en Facebook Compartir en Twitter + 0

08/03/17 11:00 AM

Barcelona, 20 mar (EFE).- Los colegios profesionales de médicos, farmacéuticos, economistas e ingenieros de Cataluña han expresado hoy su apoyo a la candidatura de Barcelona como sede de la Agencia Europea del Medicamento (EMA).

Notícia de La Vanguardia explicant el suport de diferents col·legis professionals

Al març es va enviar un comunicat als mitjans on ens posicionàvem, juntament amb el Col·legi de metges de Barcelona i el d'economistes i enginyers industrials de Catalunya per donar suport a la candidatura de Barcelona com la futura seu de l'Agència Europea del Medicament (EMA). Les quatre institucions coincidien que la capital catalana "és l'emplaçament idoni per la seva vinculació a la indústria farmacèutica i la recerca en els camps de

les ciències de la salut, les biociències i la biotecnologia". Van fer difusió de la nota La Vanguardia, Al Dia, El Confidencial, El Dia, El Global, Correo Farmacéutico, El Farmacéutico, IMFarmacias, Diario Médico, Siete Días Médicos, Cincos Días i Sanifax, però la notícia va seguint tenint cabuda a altres mitjans com a El País, Correo Farmacéutico, El Global (1 i 2), entres altres.

Tancament del 2016 d'Àgora Sanitària

El portal formatiu Àgora Sanitària va acumular **més de 12.000 inscrits durant el 2016**, xifra que representa **un increment del 16% respecte a l'any anterior**. Acta Sanitaria, Farmanatur i Sanifax en van informar i van destacar les diferents temàtiques que més han interessat als professionals sanitaris, com les relacionades **amb els símptomes menors**. Altres formacions que han obtingut una bona rebuda són les lligades **amb les àrees de recomanació, el seguiment farmacoterapèutic i les àrees de gestió de la farmàcia**. Se'n va fer difusió mitjançant una nota de premsa enviada des del Col·legi que es pot llegir clicant aquí.

FARMACIA

Y PARA SEGUIMIENTO DEL PACIENTE

Agora Sanitaria registró 12.000 inscripciones en 2016 para formación farmacéutica

Like Twitter WhatsApp G+ 0 Mensajes 0

BARCELONA 17 MAR, 2017 - 7:29 PM

Àgora Sanitaria, el portal de formació online de los colegios oficiales de Farmacéuticos de Barcelona (COFB) y Madrid (COFM), registró durante el año 2016, un total de 12.000 inscripciones para formar profesionales sanitarios en síntomas menores, áreas de recomendación farmacéutica, seguimiento del paciente y gestión.

Acta Sanitaria i les xifres d'inscripcions d'Àgora Sanitària



INFARMA, BARCELONA SEU DE L'EMA I ÀGORA SANITÀRIA, TEMES DESTACATS AL MARÇ

Farmàcia assistencial

Vender un servicio farmacéutico implica creérselo

Un experto en atención farmacéutica y otro en técnicas de venta ofrecen consejos para presentar en la farmacia una cartera de prestaciones que sea atractiva y beneficiosa para los clientes.

Genia Suárez Melado | gsuaerom@consejofarmacautico.com | 21/03/2017 00:00

compartir

(5 votes) 0 comentarios

imprimir



Gráfico que representa el triángulo 'amoroso' de las ventas. (Xavier Fuste)

Els serveis professionals a Correo Farmacéutico

Durant el març, el paper assistencial que, cada cop amb més força, està adoptant el farmacèutic comunitari, va tenir cabuda a dos mitjans: Mataró Ràdio i Correo Farmacéutico. Per una banda, el programa *I... com estàs de salut?* de la ràdio maresmenca va dur a terme una entrevista a **Pilar Gascón**, vocal del Col·legi i secretària del Consell de Col·legis de Farmacèutics (del minut 16'38" al 40'44") per tal de conèixer què es vol dir quan es parla del paper assistencial del farmacèutic i què es duu a terme quan es desenvolupen aquestes funcions. En segon lloc, la publicació de Correo Farmacéutico va informar sobre **els serveis professionals i com vendre'ls; creient-hi i "tenint com a finalitat cobrir una necessitat real d'un usuari"**. La peça

va recollir declaracions de Guillermo Bagaria, vicetresorer i responsable d'Atenció Farmacèutica del Col·legi, extretes de la taula d'Infarma *Claves para gestionar y vender un servicio profesional*.

Premis Correo Farmacéutico a les millors iniciatives de l'any

Com cada any, Correo Farmacéutico concedeix els guardons a les millors iniciatives que s'han dut a terme durant l'any. Enguany, el Col·legi i el Consell n'han obtingut 4 pels projectes *Pren-te el pols; Abans de deixar-t'hi la pell, consulta; Formulario de pal·liatius* i *Programa de*

IV EDICIÓN

Gran éxito de CF en sus Premios a las Mejores Iniciativas de la Farmacia

Más de 600 representantes del sector farmacéutico acudieron a un acto presidido por el secretario general de Sanidad, Javier Castrodoza, los consejeros de Sanidad de Madrid y Extremadura, Jesús Sánchez Marín y José María Vergiles, y responsables políticos de otras autonomías.

Els premis del Correo Farmacéutico



Detecció Precoç del Càncer de Còlon i Recte. Jordi de Dalmases, president del Col·legi, Guillermo Bagarí, vicetresorer del COFB, i Francesc Llambí, vocal del Col·legi, van traslladar-se a Madrid per recollir els diferents premis.

Fonts d'informació

La vacuna contra la meningitis B ja és a les farmàcies

• Salut considera un cas anfibol la mort d'un nen d'origen



La vacuna contra la meningitis B ja és a les farmàcies. / COB

Notícia de RAC1 sobre la vacuna contra la meningitis B

El Col·legi va seguir sent una font de referència pels mitjans al mes de març. I és que, a més de totes les declaracions que s'han recollit en els temes anteriors, l'informatiu del programa 14/15 de RAC1 en va prendre del vicetresorer del COFB, Guillermo Bagarí, **per entendre la situació del sector en relació el desproveïment de la vacuna contra la meningitis B.** La notícia sorgia en el moment que se sabia que s'havien posat a la venda més de 230.000 dosis i, gràcies a aquest fet, Bagarí explicava que es tenia **l'expectativa d'apaivagar la gran demanda de la vacuna**, però recordava que **"el disseny de vacunació està previst per grups de risc"**, és a dir,

"persones a les quals se'ls hi recomani".

El COFB també va ser font d'informació sobre aquesta vacuna per a més d'una desena de mitjans de comunicació.



SETMANA INTERNACIONAL DE LA IMMUNITZACIÓ: DEL 24 AL 30 D'ABRIL

Del dia 24 al 30 d'abril se celebra la **Setmana Internacional de la Immunització**, una iniciativa promoguda per l'Organització Mundial de la Salut (OMS), amb el lema: "**Les vacunes funcionen**" (#VaccinesWork). Aquest any la Setmana se centra en la gran importància que té la vacunació durant tota la vida i el seu paper per assolir els objectius del desenvolupament sostenible.

Els farmacèutics de tot l'Estat se sumen a la campanya: a Espanya les farmàcies són establiments sanitaris òptims per a la informació activa de l'usuari i aproximadament el 30% dels pacients que acudeixen a les farmàcies diàriament reben un consell sanitari en resposta a una demanda aliena a la dispensació d'un medicament.

Segons trasllada el Consejo General de Colegios Farmacéuticos, la informació adequada a l'usuari sobre les vacunes per part del farmacèutic pot ajudar a eliminar falsos mites. **La custòdia, conservació i dispensació de totes les vacunes ha d'estar sota la supervisió d'un professional farmacèutic.** El farmacèutic comunitari pot tenir un paper rellevant, en col·laboració amb la resta de professionals sanitaris desenvolupant funcions com:

- **El seguiment farmacoterapèutic del pacient que rep una vacuna:** especialment per a la detecció de qualsevol reacció adversa que pugui estar associada a l'administració de la vacuna, en col·laboració amb l'equip multidisciplinari de salut.
- **La notificació de sospites de reaccions adverses causades per vacunes** al Sistema Español de Farmacovigilància de Medicaments d'Ús Humà (SEFV-H).



5 HECHOS SOBRE LAS VACUNAS

Circula por ahí mucha **información contradictoria sobre las vacunas**. Cuestiónese lo que lee y oye, y conozca los hechos.

1. Las vacunas son seguras y eficaces

Antes de ser aprobadas, todas las vacunas son sometidas a pruebas rigurosas. Además, las ya aprobadas son evaluadas nuevamente de forma periódica, y hay un seguimiento constante de sus posibles efectos colaterales. Los raros casos de efectos colaterales graves son investigados inmediatamente.



2. Las vacunas previenen enfermedades mortales

La vacunación protege a los niños frente a enfermedades como la difteria, el sarampión, las paperas o la tos ferina. Si no se vacunan, los niños y los adultos son vulnerables a las enfermedades y sus complicaciones, y pueden llegar a morir.

3. Las vacunas proporcionan una inmunidad superior a la que ofrecen las infecciones naturales

La respuesta inmunitaria a las vacunas es similar a la que se produce ante las infecciones naturales, pero tiene menos riesgos. Por ejemplo: las infecciones naturales por Haemophilus influenzae tipo b (Hib), virus de la rubéola y poliovirus pueden producir, respectivamente, déficits cognitivos, defectos de nacimiento en el caso de la rubéola congénita y parálisis irreversible.



4. Las vacunas combinadas son seguras y beneficiosas

La administración de varias vacunas al mismo tiempo no tiene efectos negativos para el sistema inmunitario del niño, reduce sus molestias y permite ahorrar tiempo y dinero. Los niños están expuestos a más antígenos con un simple resfriado común que con las vacunas.



- La promoció de l'ús responsable de les vacunes i la provisió de consell i informació sobre aquest tipus de medicaments (conservació, mecanisme d'acció, possibles reaccions adverses, importància de la seva administració per a la prevenció de malalties, calendari de vacunació, vies d'adquisició, etc.), en col·laboració amb altres professionals de l'equip multidisciplinari de salut.
- La participació en activitats de promoció de la salut i de prevenció de malalties relacionades amb vacunes, tan promogudes per l'administració com per altres institucions.

5. Las enfermedades reaparecerán si detenemos la vacunación

Incluso con mejor higiene, saneamiento y acceso a agua salubre, las infecciones siguen propagándose. Si la población no se vacuna, podrían reaparecer enfermedades infecciosas que se han vuelto raras, como la difteria, el sarampión, las paperas o la poliomielitis.



Organización Mundial de la Salud



Consulte a su médico para saber si tiene todas las vacunas al día

Infografía 5 fets sobre les vacunes (via OMS)
Clica a la imatge per ampliar-la i facilitar la seva lectura



Així mateix, el Ministeri de Sanitat, Serveis Socials i Igualtat ha impulsat la **campanya "Vacuna't: per tu, per tots"**, en la qual ha col·laborat el Consejo General juntament amb prop d'una vintena de societats científiques. Els programes de vacunació dirigits als treballadors sanitaris són part essencial de les estratègies de salut laboral, com assenyala el Ministeri de Sanitat, Serveis Socials i Igualtat en l'informe "Vacunació en treballadors sanitaris".

[Infografia de la campanya \(JPG\)](#)

[Cartell de la campanya \(JPG\)](#)



SETMANA INTERNACIONAL DE LA IMMUNITZACIÓ: DEL 24 AL 30 D'ABRIL

Vídeo promocional Vacunació Treballadors Sanitaris



El COFB aposta per la formació contínua dels farmacèutics amb diversos cursos relacionats amb la vacunació:

- [Pneumònia pneumocòccica: estratègies de prevenció per vacunació](#)
- [Actualització en grip i vacunes antigripals](#)
- [Paper del farmacèutic en els programes de vacunació](#)
- [Tertúlia d'actualitat: quines novetats hi ha en les vacunes contra l'al·lèrgia?](#)
- [Tractament del VIH: quina és la situació de la vacuna?](#)

I també s'ha fet ressò de campanyes informatives a favor de la vacunació ([llegir notícia al Blog](#)).

Al web de salut del Col·legi, Farmaceuticonline, trobareu un apartat informatiu sobre [Vacunes infantils](#).



El Canal Salut de la Generalitat destaca de la campanya de l'OMS que:

- Les vacunes són efectives i segures.
- Utilitzant-les s'han evitat 10 milions de morts entre 2010 i 2015 a tot el món i s'han previngut moltíssims més casos de malaltia i de les seves complicacions.
- Per contrarestar la informació incorrecta que hi ha en moltes webs sobre la seguretat de les vacunes, s'ha creat una xarxa de webs amb informació validada: Vaccine Safety Net (Xarxa de Seguretat vacunal) al web de l'OMS.

A l'apartat del seu web "Sabíeu que..." es desmitifiquen falses creences i evidències sobre la vacunació.



Segueix el tema a Twitter: [#VaccinesWork](https://twitter.com/VaccinesWork)

Fonts i més informació:

- Campanya Setmana Internacional de la Immunització (via OMS)
- Nota de premsa Los farmacéuticos ponen de manifiesto su labor en la Semana Mundial de la Inmunización (via Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos)
- Campanya Promoción de los Beneficios de la Vacunación en Trabajadores Sanitarios (via Ministeri de Sanitat, Serveis Socials i Igualtat)
- Setmana Mundial de la Immunització (via Canal Salut de la Generalitat)
- Vacunacions (via Canal Salut de la Generalitat)

INFECCIONS DE TRANSMISSIÓ SEXUAL

Les infeccions de transmissió sexual (ITS) són un **problema de salut pública per l'elevada incidència que tenen**, per la dificultat de fer un seguiment perquè de vegades són asimptomàtiques, per l'impacte negatiu sobre la salut reproductiva i per les complicacions que se'n poden derivar. **Com a promotor de la salut, el farmacèutic ha de saber l'epidemiologia, l'etiopatogènia i les estratègies de control i tractament de cada patologia.**



Els docents del curs amb Guillermo Bagaria (a la dreta de la imatge), vocal del COFB, que va presentar l'activitat

Amb l'objectiu de promoure la salut sexual de la població, conèixer i reconèixer les ITS d'acord amb la classificació etiopatogènica, les manifestacions clíniques i el tractament farmacològic associat i fer un seguiment farmacoterapèutic adient i proporcionar les recomanacions de salut indicades per prevenir cada ITS, el COFB va organitzar un curs per a farmacèutics comunitaris el passat mes de gener. "El farmacèutic ja participa en moltes activitats de reducció de danys com el PIX, el programa de manteniment en metadona o en la prova de detecció precoç de l'VIH" explica **Cristina Rodríguez**, cap de departament de Formació del Col·legi i coordinadora del curs. **"Totes aquestes actuacions són idònies si van acompanyades de recomanacions per a la prevenció de les ITS i, en cas d'infecció, quines són les principals recomanacions per evitar el contagi"**. En aquest curs s'han abordat les principals patologies i s'han donat eines al farmacèutic per com i què s'ha de preguntar per aconseguir la màxima informació i poder reconèixer les ITS, com fer un seguiment farmacoterapèutic adient i com proporcionar les recomanacions de salut per a la prevenció de cadascuna d'elles.

Infeccions de transmissió sexual tractades al curs:

- Infeccions bacterianes: sífilis, uretritis, cervicitis, malaltia inflamatòria pelviana, linfogranuloma veneri
- Infeccions fúngiques

- Infeccions víriques: herpes genital, infecció pel virus del papil·loma humà, Molluscum contagiosum, Sida, hepatitis B
- Infeccions parasitàries
 - Endoparàsits: tricomoniasis, proctocolitis, enteritis
 - Ectoparàsits: pediculosis pubis, sarna

Consells?

- El **preservatiu és el millor mètode preventiu** davant de qualsevol malaltia de transmissió sexual.
- Cal **evitar l'automedicació** davant la possibilitat de patir una infecció de transmissió sexual.
- Davant qualsevol **dubte** sobre una situació de risc, **consulta amb el metge o farmacèutic**.



Més informació:

- [Infeccions de transmissió sexual](#) (via Farmaceuticonline, el nostre web de salut)
- [Les infeccions de transmissió sexual. Per saber-ne més i prevenir millor \[PDF\]](#): fullet informatiu que ofereix la definició de les infeccions de transmissió sexual, la tipologia, el risc de transmissió, els símptomes, el diagnòstic, els tractaments i les mesures de prevenció (via Canal Salut de la Generalitat)
- [Infeccions de transmissió sexual](#) (via Canal salut de la Generalitat)

El quadre docent va estar format per **Mariam de la Poza**, metgessa de Família i referent d'ITS de l'EAP Carles Ribas de Barcelona, **David García**, metge de família i referent d'ITS de l'EAP Raval Nord, i **Carme Roca**, metgessa de Família i referent d'ITS de l'EAP El Clot.

VIII CURSA INTERCOL·LEGIAL: INSCRIPCIONS OBERTES

VIII Cursa Intercol·legial Sabadell Professional



El pròxim dissabte 22 d'abril el món col·legial té una cita amb l'esport. I és que, un any més, diversos col·legis i associacions professionals organitzen una nova edició de la **Cursa Intercol·legial** amb el suport de l'**Ajuntament de Barcelona** i la coordinació tècnica de **Gesport**, així com amb el patrocini principal de **Banc Sabadell**. L'esdeveniment, que enguany celebra la seva vuitena edició, **començarà a les 9:00 hores i tindrà, com a punt de partida (i d'arribada), el Passeig Olímpic del Port Marítim de Barcelona**. Es tracta d'una

iniciativa adreçada a col·legiats amb la possibilitat que, aquests, puguin inscriure a familiars i/o amics.

La cursa es dividirà en quatre categories, **Infantil (d'11 a 14 anys)**, **Junior (de 15 a 20 anys)**, **Sènior (de 21 a 49 anys)** i **Veterà (de més de 50 anys)** i, tenint en compte aquesta diferenciació, se'n realitzaran dues de simultànies per fer-ho més accessible a tots els participants: **una de 5 quilòmetres per a la categoria Infantil i, per a la resta, una de 10 quilòmetres**. Hi haurà primer, segon i tercer classificat a les quatre categories tan en masculí com en femení.

La recollida del dorsal, la samarreta corporativa i el xip es podrà fer abans de la cursa a la botiga **Prorunners** Barcelona (Ramon Turró, 303. Barcelona) durant el divendres 21 d'abril de 10:00 a 20:00 hores o, si es prefereix, el mateix dia de la cursa de 7:45 a 8:45 hores en el lloc de partida. Els participants rebran una bossa amb obsequis dels col·laboradors que s'entregarà al final de la cursa.

Les inscripcions ja estan obertes i es tancaran el 21 d'abril a les 13:00 hores, és a dir, un dia abans de l'esdeveniment. Si vols participar-hi, **córrer!** Les places són limitades a 500 corredors per ordre d'inscripció. Per apuntar-se: [Inscripció Cursa Adults](#) i [Inscripció Cursa Infants](#)



SAVE THE DATE: VIII Cursa Intercol·legial

- **Dia:** Dissabte 22 d'abril de 2017
- **Hora:** 9:00 hores
- **Lloc:** Passeig Olímpic del Port Marítim de Barcelona
- **Preu:** amb xip groc, 10€ la inscripció d'adults (categories Junior, Sènior i Veterà); amb xip de lloguer 12€ la inscripció d'adults (categories Junior, Sènior i Veterà); inscripció gratuïta per la categoria infantil (amb xip de lloguer: 2€).
- **Inscripcions:** obertes des del 23/03/2017 fins al 21/04/2017 a les 13:00 hores



Recordar que l'únic requisit indispensable per córrer a la Cursa és que cal estar col·legiat i inscriure's seguint el procés establert al col·legi professional al qual es pertany.

Totes les imatges de l'any passat, [aquí](#).



Plànol del recorregut (clicar per augmentar-lo)

Per a més informació:

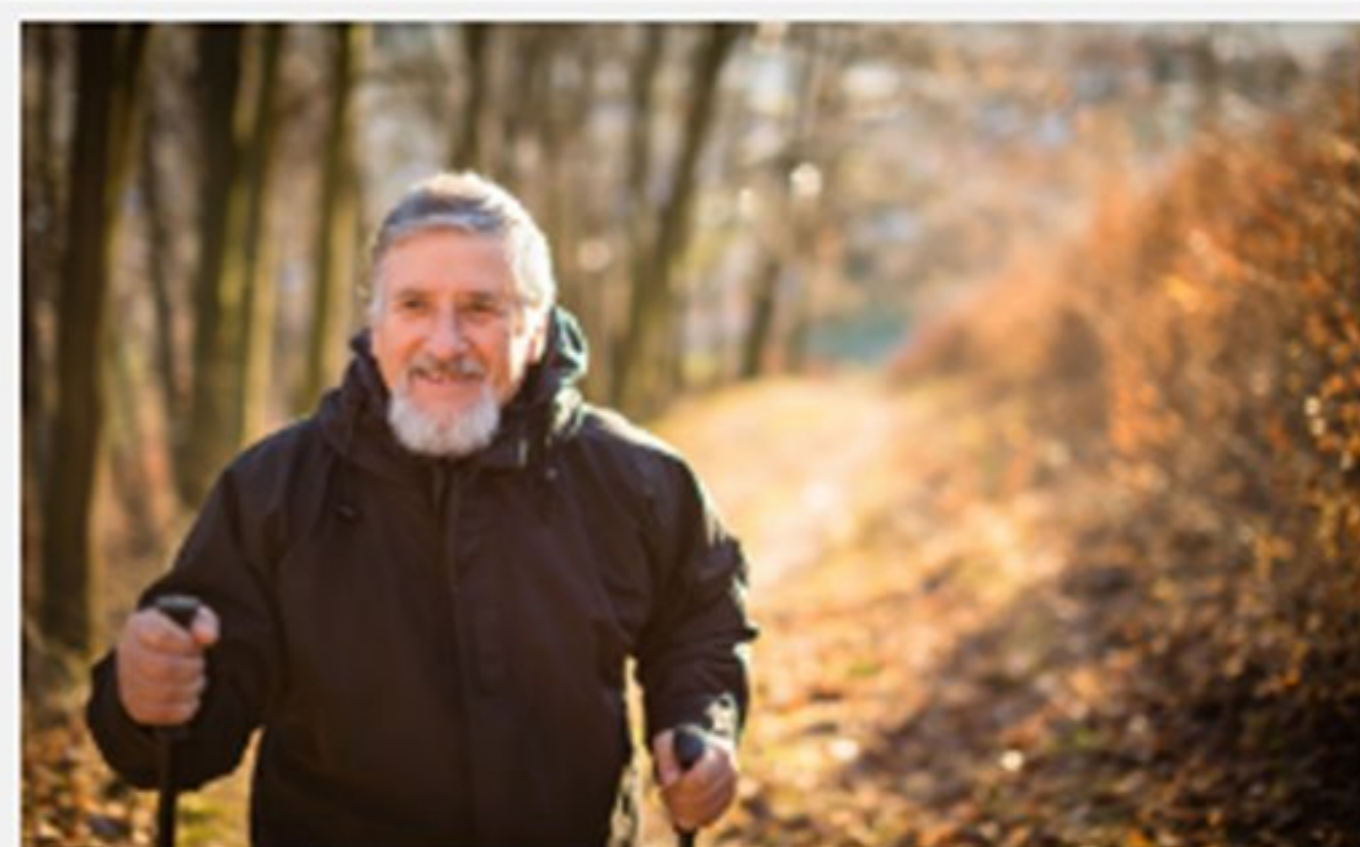
- [Pàgina web de la competició](#)

Edicions passades recollides al Blog:

- [Quatre farmacèutics al pòdium de la VII edició de la Cursa Intercol·legial \(2016\)](#)
- [Dos farmacèutics, guanyadors a la VI cursa intercol·legial \(2015\)](#)
- [La farmacèutica Aida Arnaiz, guanyadora a la V cursa intercol·legial en la categoria de veterans \(2014\)](#)
- [La farmacèutica Eva Vallcanera, guanyadora a la Cursa intercol·legial \(2013\)](#)

SALUT ARTICULAR: CONSELLS I RECOMANACIONS

Amb el temps, les articulacions poden arribar a desgastar-se i aparèixer l'artrosi o altres alteracions osteoarticulals. Aquestes patologies produeixen una afectació en el cartílag i l'os que pot donar lloc a fibril·lació, ulceració i pèrdua del cartílag. Per prevenir aquests problemes és fonamental mantenir un equilibri nutricional òptim combinat amb exercici físic i una reducció dels factors de risc com la sobrecarrega articular i l'obesitat. Per millorar la qualitat de vida de les persones amb artrosi, lesions articulars o altres trastorns musculars i esquelètics cal seguir unes pautes de salut articular fonamentades en un estil de vida saludable, una dieta adequada i complementar amb l'ús de la fitoteràpia i altres complementos naturals que poden ajudar a prevenir el trastorn i alleujar els símptomes quan ja s'ha instaurat la patologia.



Mantenir un equilibri nutricional òptim combinat amb exercici físic és fonamental per a una bona salut articular

Al curs sobre salut articular, que va tenir lloc al COFB el passat mes de gener, farmacèutics comunitaris van tenir l'oportunitat de revisar els coneixements bàsics de les patologies més freqüents que afecten la salut articular i saber com reforçar el paper de la farmàcia en la prevenció de la malaltia i la promoció de la salut. També van poder conèixer les característiques i l'evidència dels diferents principis actius indicats i aprendre a potenciar el consell farmacèutic relacionat amb la cura de les articulacions, complementari de la indicació farmacèutica i les mesures no farmacològiques, mentre posicionen la categoria de salut articular a la farmàcia.

El programa va fer un repàs al concepte de salut articular -prevenció de la malaltia i promoció de la salut-; la descripció de situacions, patologies i tipus de pacients relacionats amb la salut articular; la revisió de tractaments farmacològics; els principis actius d'indicació farmacèutica: complementos alimentosos i fitoteràpia; la gestió de la categoria i el consell farmacèutic i alimentari.

Quins consells conductuals li podem facilitar al pacient?

Docent: M. José Alonso, farmacèutica especialista en farmàcia industrial i galènica

- Apostar per una alimentació equilibrada i mantenir un pes adequat (brous de peix, aus, vacu... amb cocció llarga i inclusió d'espínacs, ous, cartílags, gelatina, etc.).
- Exercici moderat (natació, pilates, ioga, tai-txi, bicicleta, marxa nòrdica amb bastons...) de forma regular.
- Evitar esports d'impacte sobre l'articulació.

- No forçar les postures, evitar sostenir una postura molt de temps.
- Calor o fred local (calor à crònic; fred à agut).
- Compliment terapèutic.



Algunes recomanacions per tractar l'artrosi?

Docent: Alba Gurt, metge d'atenció primària del CAP Vila Olímpica

- Les guies terapèutiques se centren en el dolor del pacient encara que s'ocupen poc de la seguretat i no tenen en compte la progressió de la malaltia.
- En el tractament a llarg termini de l'artrosi, la seguretat és un element

primordial.

- La teràpia no farmacològica és recomanable però presenta un baix compliment terapèutic.
- Davant de l'autotractament d'alguns pacients, cal tenir en compte que no coneixen els riscos d'alguns dels efectes secundaris més rellevants, com el risc cardiovascular i el risc d'insuficiència renal.

Per què apostar per la categoria en salut articular a la farmàcia?

Docent: Eloi Merencio, farmacèutic comunitari de Barcelona

- Satisfà les necessitats actuals de la majoria de pacients (adolescents, dona menopàusica, esportistes, tercera edat...).
- Té un elevat potencial de creixement per l'envelliment poblacional i l'augment de la pràctica esportiva.
- El farmacèutic té un paper clau en l'adherència, el servei de seguiment farmacoterapèutic, la detecció de la comorbiditat i l'automedicació, etc.
- Ofereix especialització a la farmàcia.
- Fidelitza al pacient i contribueix a la sostenibilitat de la farmàcia.



SALUT ARTICULAR: CONSELLS I RECOMANACIONS

El curs va estar coordinat per **Anna Bach**, vocal d'Alimentació i Nutrició, i **Josep Allué**, vocal de Plantes Medicinals i Homeopatia del COF de Barcelona. "Un curs molt pràctic basat en casos, des de la vessant més mèdica amb la solució a base de tractaments farmacològics i no farmacològics, i també tots els principis actius d'indicació farmacèutica (complements alimentosos i fitoteràpia). Vam anar des de la teoria dels conceptes de salut articular a la gestió de casos i la gestió de la categoria a la farmàcia" explica Bach.



Imatge de la sessió formativa d'Alba Gurt

Potser també t'interessa:

- [Dolor reumàtic](#) (via Farmaceuticonline, el nostre web de salut)

Amb la col·laboració de:



ACTUALITZACIÓ EN VIH

La infecció pel virus de la immunodeficiència humana (VIH) i l'enorme incidència que ha tingut en la població mundial han propiciat un canvi quantitatiu i qualitatiu de la investigació. Els avenços dels últims anys han permès ampliar el coneixement sobre el virus, definir les pautes de tractament antiretroviral (TARV), fixar les bases per desenvolupar les vacunes, incorporar noves estratègies d'eradicació i fer de la retrovirologia humana una de les àrees més dinàmiques de la biomedicina. **Els nous reptes en la teràpia antiretroviral i la personalització del tractament són objectius de salut que ajuden a millorar la qualitat de vida dels pacients amb VIH.**

El 2 de març farmacèutics d'hospitals, d'atenció primària i de l'administració sanitària es van reunir per fer una reflexió conjunta de diferents especialistes amb punts de vista diversos sobre les noves estratègies terapèutiques. El curs "**Actualització en VIH**" va permetre als assistents aprofundir en el coneixement de les noves estratègies terapèutiques, analitzar el posicionament de les diferents guies terapèutiques, conèixer les alternatives d'abordatge de la malaltia i com personalitzar els tractaments. També incorporar nous reptes del tractament antiretroviral (TARV) i evidenciar el cost-eficàcia dels tractaments.

Els professors que van conformar el quadre docent, ens donen els seus punts de vista sobre el curs:

"El curs sobre actualització en VIH ha comptat amb una bona assistència de farmacèutics amb molt bona predisposició per part d'ells i aconseguint un bon grau de dinamisme i interacció" explica **Josep Vilaró**, responsable de Malalties Infeccioses del Consorci Hospitalari de Vic. "Vaig parlar del tema de l'envelliment de les persones amb VIH. Les conclusions es podrien resumir en què gràcies al tractament antiretroviral actual (TAR) les persones han aconseguit una esperança de vida similar a les persones no infectades i, per tant, cada vegada tindrem persones més velles per atendre. Les persones amb VIH semblen envellir una mitjana de 10 anys abans que les persones no infectades i presenten més comorbiditats en edats més joves. Aquestes particularitats juntament amb la **polifarmàcia, que suposa el tractament de les comorbiditats, les interaccions farmacològiques i la pròpia toxicitat dels diferents antiretrovirals, condicionen una major complexitat i nous reptes en el maneig d'aquests pacients fent cada vegada més necessària la coparticipació dels farmacèutics**".



ACTUALITZACIÓ EN VIH



Elisabeth Deig, del Servei de Medicina Interna de la Unitat de Malalties Infeccioses VIH de l'Hospital General de Granollers, comenta que **"la feina del metge i del farmacèutic hospitalari han d'anar de la mà**. Cada vegada, es fan més tractaments individualitzats, i crec és important que el farmacèutic que fa la dispensació sàpiga els motius per els quals porta aquest tractament, si és un pacient que ha fracassat en tractament previ, si hi ha efectes secundaris o si se'n

valen prevenir". I afegeix: **"Crec que si el farmacèutic te aquesta informació dels pacient pot fer una feina de forma més eficient i coordinada amb el metge, com per exemple insistir en l'adherència, detectar efectes secundaris, etc.** D'altra banda, crec que el farmacèutic d'oficina de farmàcia també ha de conèixer els tractaments que porta el pacient per tal d'evitar interaccions amb altres fàrmacs o productes naturals...". Deig anima "a mantenir aquest tipus de reunions, la passada crec que va anar molt bé, amb una molt bona assistència i participativa".

Al seu torn, **Josep Mallolas**, consultor sènior del Servei d'Infeccions de l'Hospital Clínic de Barcelona i professor associat de la Facultat de Medicina de la Universitat de Barcelona, trasllada que en la seva ponència va destacar "la història de la infecció pel VIH, el descobriment del virus i dels antiretrovirals així com les fases per les que hem passat: els primers 10 anys varen ser desoladors, sense tractaments, i només veiem un enorme nombre de persones morint per aquesta nova malaltia; els següents 10 anys, van aparèixer tractaments altament actius però molt tòxics, i **els darrers 10 anys vivim amb opcions de tractament molt actives, còmodes, sense efectes adversos destacables i que, en definitiva, permeten que el pacient tingui una expectativa de vida pràcticament igual que la població general**".





El curs va estar coordinat per **Cristina Roure**, vocal d'Hospitals del COF de Barcelona, i **Julio Martínez**, president de la Societat Catalana de Farmàcia Clínica (SCFC).

Enllaços relacionats:

- [Sida](#) (via Farmaceuticonline, el nostre web de salut)
- [VIH: Programa de detecció mitjançant test ràpid](#) (via Farmaceuticonline, el nostre web de salut)

Amb la col·laboració de:



NOVES DENOMINACIONS INCLOSES AL 'LÈXIC DE FÀRMACS' EN LÍNIA

Coincidint amb la recent celebració a Barcelona del congrés [Infarma 2017](#), el Col·legi de Farmacèutics de Barcelona i el [TERMCAT](#) han publicat l'actualització anual del [Lèxic de fàrmacs](#) en línia. Concretament, s'han incorporat a l'obra les **noves denominacions comunes internacionals de fàrmacs aprovades al llarg del 2016**, i és el fruit del treball conjunt d'ambdues institucions per a mantenir aquest repertori de terminologia permanentment actualitzat.



El [Lèxic de fàrmacs](#) conté més de tres mil termes, amb la denominació catalana i la categoria lèxica; els equivalents en castellà, francès i anglès; les accions terapèutiques o els mecanismes d'acció més habituals de cada fàrmac (antibiòtic, immunomodulador, antivíric, etc.), i el número CAS, una identificació numèrica, única per a cada compost químic, que atorga el Servei de Resums Químics (Chemical Abstracts Service, CAS), la divisió d'informació de la Societat Americana de Química.

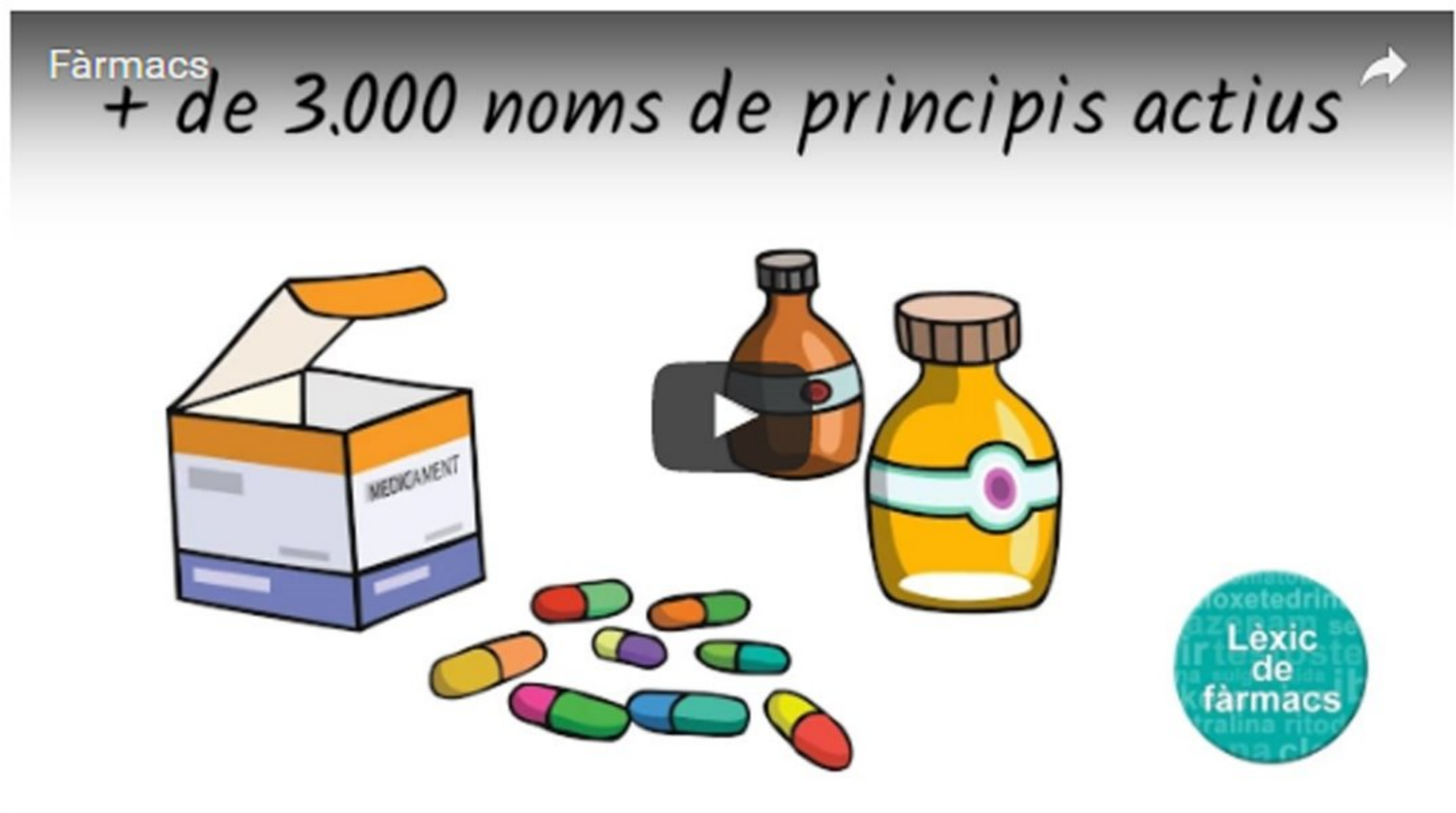


En català és omperazole o omeprazol? Com es diu ibuprofè o ibuprofèn? Al [Lèxic de fàrmacs](#) trobaràs més de 3.000 noms de principis actius! **[CONSULTA'L](#)**

NOVES DENOMINACIONS INCLOSES AL 'LÈXIC DE FÀRMACS' EN LÍNIA

Aquest lèxic va ser editat en paper el 2008 pel Col·legi, i cada any se'n publica en línia l'actualització. Enguany, es difon acompanyat d'un vídeo que divulga, de manera visual, el contingut i la utilitat del *Lèxic de fàrmacs*.

Vídeo presentació de l'actualització del *Lèxic de fàrmacs*



Font de la notícia: [El TERMCAT actualitza el Lèxic de fàrmacs en línia](#) (via TERMCAT)

Actualitzacions anuals anteriors, via Blog:

- [El Col·legi col·labora en les actualitzacions de dos diccionaris especialitzats: Lèxic de fàrmacs i DEMCAT \(2016\)](#)
- [Sofosbuvir, plazomicina, cadazolid... nous medicaments a l'actualització del Lèxic de fàrmacs \(2015\)](#)
- [El Col·legi col·labora en l'actualització del diccionari Lèxic de fàrmacs \(2014\)](#)
- [Escriu correctament els noms dels fàrmacs amb Lèxic de fàrmacs \(2013\)](#)

OBERTA LA CONVOCATÒRIA DE BEQUES COL·LEGIALS 2017 (FINS AL 18 DE MAIG)

Ja està oberta la convocatòria de beques del Col·legi de Farmacèutics de Barcelona per al 2017: **dues beques per projectes professionals i una beca per innovació**, de 9.000 euros cadascuna. Cada beca té una durada màxima d'un any que ha de coincidir amb el curs acadèmic 2017/2018. El termini de presentació de la **sol·licitud finalitza el 18 de maig**.



Les **beques per projectes professionals** es convoquen per ajudar el desenvolupament de projectes relacionats amb l'atenció i la recerca farmacèutiques, en l'àmbit de les activitats professionals de l'àrea de la farmàcia: anàlisi, alimentació i nutrició, atenció primària, dermofarmàcia i productes sanitaris, distribució, hospitals, plantes medicinals i homeopatia, indústria, investigació i docència, oficina de farmàcia, ortopèdia i salut pública.

La **beca per innovació** està destinada a premiar projectes innovadors en l'àmbit de productes, de serveis, de processos, de màrqueting o d'organització, el resultat dels quals faci augmentar el valor afegit de l'exercici professional farmacèutic.



L'investigador principal del projecte ha de ser un farmacèutic col·legiat al Col·legi en el moment de presentar la sol·licitud. Tots els farmacèutics col·legiats poden optar-hi. **Consulta les bases** (PDF).

Formulari per formalitzar la sol·licitud de beca corresponent a la convocatòria 2017-2018 (PDF) - els sol·licitants poden optar a la beca per desenvolupar un projecte professional o a la d'innovació; cal assenyalar l'opció desitjada.



OBERTA LA CONVOCATÒRIA DE BEQUES COL·LEGIALS 2017 (FINS AL 18 DE MAIG)

Projectes premiats en edicions anteriors?

Convocatòria 2016/2017:

- Farmacogenètica de les estatines: cap a una medicina personalitzada.
- Bicarbonat nebulitzat, una de les peces que faltava per evitar les infeccions en fibrosi quística.
- Beca innovació: Desenvolupament d'una aplicació per dispositius mòbils sobre interaccions entre medicaments i exercici físic.

Convocatòria 2015/2016:

- Impacte assistencial de la incorporació de la Salut Mòbil (mHealth) en la pràctica clínica del pacient trasplantat cardíac.
- Risc de sagnat dels nous anticoagulants orals en comparació amb acenocumarol en la pràctica clínica habitual.

Convocatòria 2014/2015:

- Avaluació del seguiment farmacoterapèutic realitzat en pacients d'una Unitat d'Optimització de la Farmacoteràpia.
- Avaluació de l'efectivitat i la seguretat en la pràctica clínica habitual del cinacalcet en pacients amb malaltia renal crònica i hiperparatiroidisme secundari sense tractament renal substitutiu.
- Accèssit: Avaluació clínica i econòmica de la integració del farmacèutic en un equip d'atenció domiciliària multidisciplinari.

Convocatòria 2013/2014:

- Optimització del tractament amb Infliximab per a la malaltia inflamatòria intestinal: implantació de la monitorització farmacocinètica i influència del polimorfisme d'IL1 β
- Avaluació global de l'estabilitat de l'hemoglobina en els tests immunològics de les proves sang oculta en femta dins del programa de cribratge de càncer colorectal de l'ICO: podem estar tranquils?

LA FIGURA DEL FARMACÈUTIC, NECESSÀRIA EN LA RUTA ASSISTENCIAL DE LA INSUFICIÈNCIA CARDÍACA I LA FIBRIL·LACIÓ AURICULAR



Guillermo Bagaría, vicetresorer del COFB, va presentar el curs

És necessari que el farmacèutic dels diferents àmbits assistencials s'integri, juntament amb la resta de professionals sanitaris, en la ruta assistencial de la insuficiència cardíaca i la fibril·lació auricular. És una de les conclusions a les quals es va arribar a la formació organitzada pel COF de Barcelona, juntament a la Societat Catalana de Farmàcia Clínica, sobre els pacients amb insuficiència cardíaca (IC). Durant el curs, impartit per agents de salut de diferents àmbits -metges d'atenció primària, cardiòlegs, geriatres, infermeres, farmacèutics hospitalaris, farmacèutics d'atenció primària i farmacèutics comunitaris- també es va destacar la importància de la coordinació entre els diferents professionals sanitaris a l'hora d'abordar aquests

tipus de pacients.

Recomanacions de salut per prevenir la insuficiència cardíaca i detectar problemes relacionats amb la medicació, dos dels objectius del curs

Al voltant d'un centenar de farmacèutics es van formar a aquest curs, patrocinat per Novartis, que va tenir lloc el passat 6 d'abril i va estar coordinat per **Antonio Sánchez**, cap de Servei de Cardiologia del Consorci Sanitari de Terrassa; **Roser Vallès**, vocal d'Atenció Primària del COFB; **Guillermo Bagaría**, vicetresorer del COFB; **Cristina Roure**, vocal d'Hospitals del COFB; i **Julio Martínez**, president de la Societat Catalana de Farmàcia Clínica (SCFC).

Al llarg de quatre hores, els alumnes van poder **aprofundir coneixements davant qüestions com quines són les recomanacions de salut i estil de vida òptim per prevenir o retardar l'aparició de la insuficiència cardíaca; els tractaments farmacoterapèutics indicats; l'evidència científica de cada tractament i la combinació d'aquests fàrmacs; la detecció de problemes relacionats amb els medicaments (PRM) (les interaccions, la dificultat d'adherència i l'incompliment terapèutic, entre d'altres); així com el debat sobre com integrar i millorar la comunicació i la coordinació de l'equip assistencial per millorar la qualitat de vida del pacient amb IC.** Alhora, també es va comptar amb la participació d'una pacient crònica, membre del programa de pacients experts d'IC del Departament de Salut, que va donar el seu testimoni del seu pas pel procés assistencial, des del diagnòstic fins a fases avançades de la malaltia.



LA FIGURA DEL FARMACÈUTIC, NECESSÀRIA EN LA RUTA ASSISTENCIAL DE LA INSUFICIÈNCIA CARDÍACA I LA FIBRIL·LACIÓ AURICULAR



El metge Mariano de la Figuera



El cardiòleg Roman Freixa



La farmacèutica Montserrat Iracheta



La farmacèutica Mariona Roca

El quadre docent va estar format per **Montserrat Brugada**, infermera, gestió de casos a l'UGAP 3-4 de Santa Coloma de Gramenet; **Mariano De la Figuera**, metge de família de l'EAP Sardenya de Barcelona; **Mercedes Fernandez**, pacient crònica experta; **Roman Freixa**, cardiòleg, cap del Servei de Cardiologia de l'Hospital Moisès Broggi de Sant Joan Despí/L'Hospitalet de Llobregat; **Montse Iracheta**, farmacèutica comunitària a Santa Coloma de Gramenet, vocal de l'executiva catalana de la SEFAC i professora associada de la Facultat de Farmàcia (UB); **Núria Molist**, geriatra de l'Hospital de la Santa Creu de Vic; **Mariona Roca**, farmacèutica d'atenció primària del Consorci Sanitari de Terrassa-Servei de farmàcia integral; i **Salvador Tous**, farmacèutic comunitària a Barcelona, vocal de l'executiva catalana de la SEFAC i màster d'informació i consell sanitari a l'oficina de farmàcia.

L'aparell circulatori, una de les prioritats del Pla de Salut 2016-2020

D'acord amb els objectius del [Pla de Salut 2016-2020](#) del Departament de Salut, els principals reptes a desenvolupar han de servir per donar resposta a les necessitats de salut de la població i treballar per la consolidació d'un sistema sanitari centrat en les persones. **Entre les àrees que prioritza el nou Pla hi ha l'aparell circulatori**, tant el cardiovascular com el cerebrovascular, és per això que **s'ha de posar a l'abast dels professionals eines per adquirir, mantenir i potenciar les competències necessàries per dur a terme les actuacions definides en aquest Pla.**

Un exemple d'èxit de la participació del farmacèutic en la ruta assistencial de la fibril·lació auricular és la campanya "Pren-te el pols", organitzada pel Departament de Salut, la Fundació Ictus i el Consell de Col·legis Farmacèutics de Catalunya. En el marc d'aquesta iniciativa, **370 farmàcies comunitàries, 40 ajuntaments i 105 centres de salut van treballar conjuntament per millorar la detecció, el diagnòstic i el tractament de l'arítmia cardíaca, i contribuir així a prevenir l'ictus**, considerada la primera causa de mort en les dones i la tercera en els homes.

Nota de premsa enviada als mitjans de comunicació. També es pot consultar a la [Sala de Premsa](#) del web institucional.

INTERACCIONS EN LA MEDICACIÓ: QUÈ SÓN I COM S'ORIGINEN?



En major o en menor mesura, els medicaments han estat, són o seran presents en la nostra vida. Depenent de les necessitats de cadascú, se'n farà ús més o menys esporàdic, però és important tenir-los a l'abast per tal de resoldre les diferents patologies que poden sorgir al dia a dia o per millorar l'adherència de malalts polimedicats, entre altres qüestions. Per tant, són molt pròxims a tots nosaltres però, tenim constància de quina manera, com i amb què poden interactuar? Entenem què significa?

Es parla d'interacció quan un fàrmac **no exerceix l'efecte esperat a causa de la presència d'un aliment o d'un altre medicament** i, en conseqüència, **se'n modifica l'eficàcia**. Tot i això, aquesta influència **no té per què ser sempre negativa**, que també, ja que, **a la mateixa manera que pot impedir-ne l'absorció, també la pot afavorir**. Per tant, és fonamental que **com a pacient se sàpiga la medicació que es pren, per a què serveix, com s'ha d'ingerir en relació amb els àpats i quins són els possibles efectes, si n'existeixen, si se li administra més d'un medicament, és a dir, saber quins són els fàrmacs que es poden prendre junts i quins sols.**

INTERACCIONS EN LA MEDICACIÓ: QUÈ SÓN I COM S'ORIGINEN?

Cal tenir en compte que...

- “En dejú” significa que la medicació s’ha de prendre almenys una hora abans de menjar o dues hores després d’haver acabat.
- Quan s’indica “amb els àpats” vol dir durant l’àpat o just després de dinar.
- En tots els casos cal evitar el consum de begudes alcohòliques.
- Cal tenir en compte que les interaccions entre aliments i medicaments van en tots dos sentits, és a dir, que hi ha fàrmacs que poden impedir l’absorció d’algun dels nutrients dels aliments. Per exemple, l’ús continuat de laxants pot impedir l’absorció de vitamines liposolubles o el consum habitual de cafè o te en grans quantitats pot impedir l’absorció de ferro, entre diferents exemples.

Les interaccions són molt variades i poden oscil·lar des d’augmentar la toxicitat d’un medicament en ingerir-lo amb determinats aliments, fins a anul·lar-ne l’efectivitat en prendre’l amb uns altre

INTERACCIONS EN LA MEDICACIÓ

Les interaccions poden oscil·lar des d’**augmentar la toxicitat** d’un medicament en ingerir-lo amb determinats aliments o plantes medicinals, fins a **anul·lar-ne l’efectivitat** en prendre’l amb uns altres.

S’ha d’estar **especial alerta amb el pacient polimedicat, com els malalts crònics o la gent gran**, ja que, en la majoria de casos, se’ls hi recepta més d’un fàrmac.

En cas que es tingui qualsevol dubte, el farmacèutic pot aconsellar-lo i ajudar-lo com a expert en el medicament.

RECOMANACIONS DEL FARMACÈUTIC
blog.cofb.cat

COL·LEGI DE FARMACÈUTICS DE BARCELONA

Infografia per compartir. Clica a la imatge per ampliar-la i facilitar la lectura

Cal tenir en compte que, a mesura que augmenta el nombre de medicaments que el pacient ha de prendre, s’incrementa la possibilitat d’interaccions. D’aquesta manera, s’ha d’estar especial alerta amb el **pacient polimedicat, com els malalts crònics o la gent gran**, ja que, en la majoria de casos, se’ls hi recepta més d’un fàrmac.

Sobretot en el cas del segon grup, ja que es tracta d’un dels segments de la població més vulnerables davant qualsevol malaltia i amb més risc de presentar problemes derivats amb els medicaments. Per això, cal tenir-los presents i evitar problemes d’adhesió a la medicació, dificultat que el farmacèutic pot promoure a prevenir amb els Sistemes Personalitzats de Dosificació (SPD), un blíster personalitzat on indica al pacient en quin moment del dia s’ha de prendre el medicament.



la gent gran és un dels segments de la població més vulnerables davant qualsevol malaltia i amb més risc de presentar problemes derivats amb els medicaments



- Les probabilitats d'interacció entre medicaments són baixes, però no es poden obviar, pels riscos que puguin comportar.
- Alguns medicaments poden interaccionar també amb aliments o amb plantes medicinals.

En cas que es tingui qualsevol dubte, el farmacèutic pot aconsellar-lo i ajudar-lo com a expert en el medicament.

Influeix el que mengem en la nostra medicació? (via Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos)



Font i més informació:

- [Medicaments i aliments. Interaccions](#) (via Farmaceuticonline, el nostre web de salut)
- [Medicaments. Interaccions](#) (via Farmaceuticonline)
- [Gent gran i medicaments](#) (via Farmaceuticonline)
- [Aliments que interaccionen amb medicaments: què cal tenir en compte?](#) (Blog)



Blog  COL·LEGI DE
FARMACÈUTICS
DE BARCELONA

