

#MAIG 16

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





5 DE MAIG: JORNADA SOBRE PSORIASI I ARTRITIS PSORIÀSICA A BARCELONA

Durant aquest mes de maig, Acció Psoriasis celebrarà la XX edició de les Jornades de Psoriasis i Artritis Psoriàsica: tindran lloc a **Barcelona, Lanzarote, Burgos i Santander**. Les jornades s'organitzen en col·laboració amb el col·legis oficials de farmacèutics, entre els que s'inclou el COFB, i amb els col·legis oficials d'infermeria de les ciutats on se celebren.

Les trobades estan **dirigides a pacients, familiars, personal sanitari** i totes aquelles persones interessades en la psoriasis i l'artritis psoriàsica. **L'entrada és lliure i gratuïta**, limitada a la capacitat de les sales.

Acció Psoriasis compleix així 20 anys organitzant trobades informatives en els quals fa arribar la informació sobre la patologia a pacients i familiars.

XX Jornades de Psoriasis i artritis psoriàsica 2016

Barcelona 5 de maig, 18.00 h
Sala d'Actes del Col·legi de Farmacèutics de Barcelona, C/ Girona, 64-66

Ponències:
Com es diagnostica l'artritis psoriàsica?
Dr. Pere Basile Ruiz, Cap del Servei de Reumatologia de l'Hospital Universitari del Mar
Tinc psoriasis/artritis. I ara què?
Sra. Montserrat Gálvez Miralles, Infermera i Navegant d'Acció Psoriasis
Des anys de Tàndem
Sra. Susana Condejo Rodríguez, Psicologia d'Acció Psoriasis
Millorar l'entrevista metge-pacient
Dra. Narda Linares Domínguez, Dermatòloga de l'Hospital Des de Maig

Jornades per a pacients, familiars i personal sanitari

Organitza

Entrada lliure i gratuïta.
Informació i inscripció: Acció Psoriasis, associació de pacients i familiars de psoriasis i artritis psoriàsica.
www.accionpsoriasis.org
93 280 46 22
psoriasis@pangea.org

Patrocinadors d'Acció Psoriasis:

Vols assistir a la jornada de Barcelona?

És necessari inscriure's prèviament emplenant el següent **FORMULARI D'INSCRIPCIÓ** o posant-se en contacte amb Acció Psoriasis, trucant al telèfon 93 280 46 22 o a través del correu electrònic psoriasis@pangea.org.

5 de maig al COFB (carrer Girona, 64, Barcelona)

Cartell de la jornada a Barcelona (5 de maig)

Més informació:

- [XX Jornades de Psoriasis](#) (via Acció Psoriasis)
- [29 d'octubre: Dia de la Psoriasis i l'Artritis Psoriàsica](#) (Blog)
- [Activitats amb motiu de la Setmana de la Psoriasis i l'artritis psoriàsica](#) (Blog)



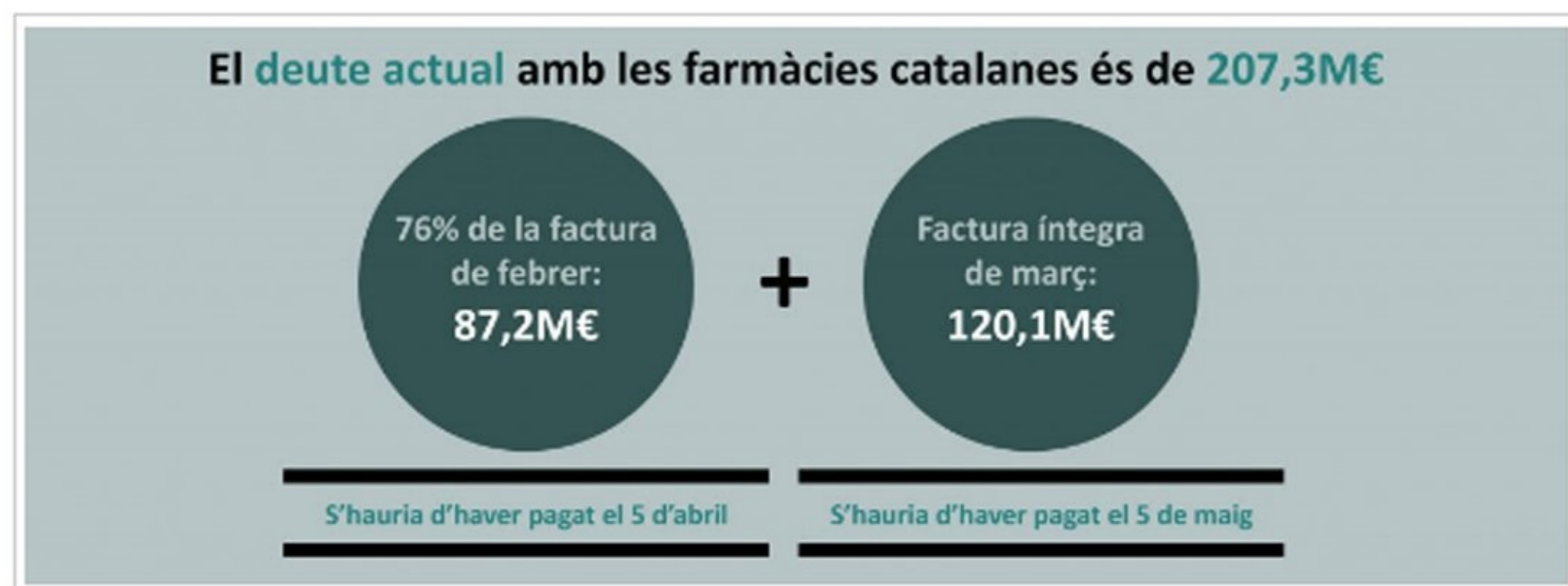
EL DEUTE AMB LES FARMÀCIES CATALANES ASCENDEIX A MÉS DE 200M€

El **deute amb les farmàcies catalanes** ascendeix a un total de **207,3M€**. Aquesta xifra surt de la suma dels **120,1M€** que haurien d'haver rebut avui per la **factura dels medicaments dispensats al març**; i els **87,2M€** pendents corresponents al **76% de la factura de febrer (114,7M€)**.

FLA per posar a zero el deute, pressupostos realistes i finançament suficient

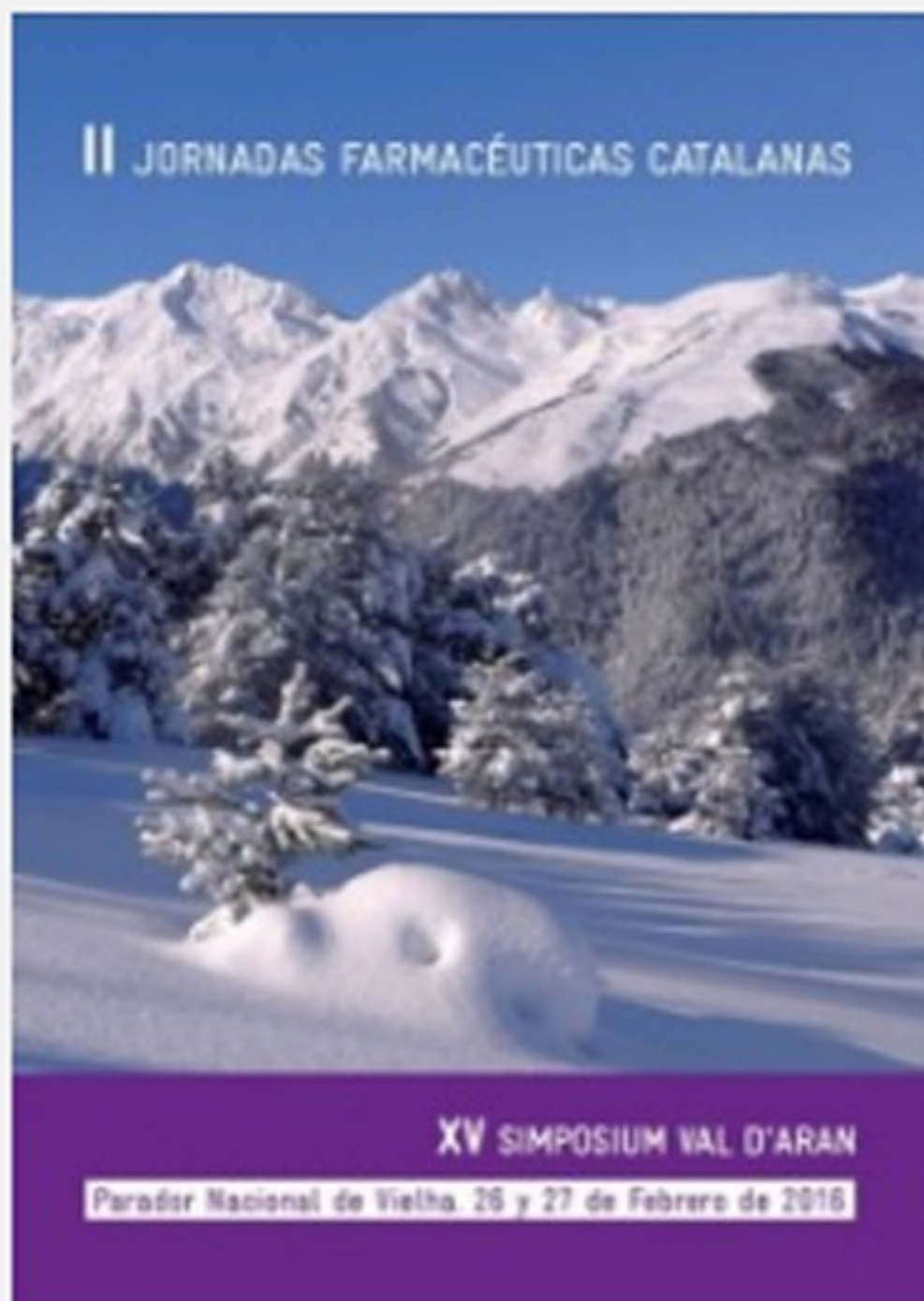
Fa just una setmana, des del Ministeri d'Hisenda s'anunciava que les comunitats autònomes adherides al Fons de Liquiditat Autònoma (FLA) podrien cobrar aquest mes l'import corresponent al primer trimestre de l'any. Un dia després, el vicepresident i conseller d'Economia, Oriol Junqueras, va dir que s'estava treballant per presentar els pressupostos de la Generalitat a finals del mes de maig.

Davant aquestes dues informacions, els representants dels farmacèutics demanen a les Administracions que **el FLA serveixi per posar a zero el deute** amb les farmàcies catalanes i acabar amb els retards que pateixen des del 2011 –actualment s'estan pagant els medicaments gairebé tres mesos després d'haver-los dispensat-. També que els **pressupostos s'ajustin a la despesa real en medicaments** i que el **finançament sigui el suficient per fer front a aquesta despesa**.



Nota de premsa enviada als mitjans de comunicació (també la podeu consultar a la [Sala de Premsa](#) del web institucional www.cofb.org).

II JORNADES FARMACÈUTIQUES DE CATALUNYA I XV SIMPÒSIUM VAL D'ARAN



Cartell de les II Jornades Farmacèutiques de Catalunya i el XV Simposium Val d'Aran

El Parador de Vielha va acollir les **II Jornades Farmacèutiques de Catalunya i la quinzena edició del Simposium Val d'Aran**. Sota la tutela del Consell de Col·legis de Farmacèutics de Catalunya i amb la col·laboració del Col·legi Oficial de Lleida, la trobada va agrupar, els passats 26 i 27 de febrer, més d'un centenar de professionals del sector que acudiren als diferents actes amb l'objectiu de formar-se, trobar un espai de debat i, sobretot, gaudir d'un ambient adient al món professional que desenvolupen, el farmacèutic.

Durant les jornades i el simposium es tractaren diversos temes d'actualitat del sector com, per exemple, la conferència que **Maria Rodríguez-Palmero, directora d'Investigació Bàsica de Laboratoris Ordesa**, va duu a terme sota el nom "*Avances en la alimentación infantil*", la intenció de la qual era explicar els reptes i oportunitats que regeixen en aquest àmbit, així com la investigació per a la millora i la innovació en els aliments infantils. Alhora, Rodríguez-Palmero va ressaltar la importància del paper del farmacèutic en la promoció d'una bona alimentació en l'etapa perinatal.

També s'abordaren temes com "*Medicamentos financiados: precio y modelos de retribución*", una taula rodona que va moderar **Francesc Pla, vocal del Consell de Col·legis de Farmacèutics de Barcelona i vicepresident del COFB**, "*Acceso a los medicamentos; rol fundamental de la farmacia*", on els diferents ponents, com la **presidenta càntabra Marta Fernández Teijeiro o Joaquin Nora, del COF de Tarragona**, van defensar la tornada a les oficines de farmàcia d'aquells medicaments que s'estan retirant en els últims temps d'aquest canal per la seva dispensació en hospitals i, a la conferència de clausura, es va dissertar sobre "*La farmacia en el mundo*", indicant, amb coneixement de causa, els diversos tipus i les possibles vessants de l'exercici professional farmacèutic d'arreu.



Tanmateix, l'esdeveniment va gaudir de la presència d'alguns dirigents de les principals institucions farmacèutiques de Catalunya i Espanya. La presentació la van presidir **Jordi de Dalmases**, president del Consell de Col·legis de Farmacèutics de Catalunya i del COFB, **Jesús Aguilar**, president del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos de España i **Daniel Manso**, vicepresident del Col·legi Oficial de Farmacèutics de Lleida, juntament amb **Juan A. Serrano**, l'alcalde de Vielha. La cerimònia de clausura també va comptar amb presències significatives com **Luís Carlos Medina**, vice-síndic

del Conselh Generau dera Val d'Aran, **David Elvira**, director del CatSalut, en representació del Conseller de Salut de la Generalitat de Catalunya Antoni Comín i, alhora, de Dalmases, Aguilar i Manso.

Per veure tots els ponents dels actes: [Programa de les II Jornades Farmacèutiques de Catalunya i XV Simpòsium Val d'Aran.](#)



Acte d'inauguració de la trobada



ELS FARMACÈUTICS COMUNITARIS, IMPORTANTS ALIATS DE LA POBLACIÓ PER MILLORAR ELS HÀBITS ALIMENTOSOS

"A la farmàcia, amb el menjar SÍ es juga". És el lema de la III Jornada Professional d'Alimentació que va tenir lloc a Madrid el passat 5 de maig i va reunir a farmacèutics de tot l'estat interessats en l'alimentació. Una jornada organitzada pel Consell General de Col·legis Farmacèutics, a través de la Vocalia Nacional d'Alimentació, per afavorir la formació i actualització dels farmacèutics en què es van repassar les principals novetats entorn de l'alimentació i la salut.

Durant l'obertura d'aquesta jornada, **Jesús Aguilar**, president del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos va destacar que "els **farmacèutics comunitaris som un referent sanitari** per als dos milions de persones que entren cada dia en les farmàcies, consultant-nos els seus dubtes sobre els medicaments, i també sobre aspectes relacionats amb la salut, com és l'alimentació". Per la seva banda, Aquilino García, vocal nacional d'Alimentació, va presentar la jornada i va **ressaltar la importància de la formació del farmacèutic en l'alimentació**. La jornada, portada a terme entre els diferents vocals d'Alimentació de tot l'Estat, va destacar per l'elevada participació de molts d'ells com a ponents.

Durant la jornada es van abordar temes com la **nutrició infantil**. Entre altres conclusions, el Llibre Blanc de la Nutrició Infantil resalta que una **alimentació adequada en els primers anys de la vida i una activitat física suficient** és la millor inversió per aconseguir adults més sans.

També es va celebrar una **taula rodona sobre complements alimentosos**, en la qual es va abordar el seu ús en activitat física, en persones majors i en situacions de sobrepès i de degeneració macular associada a l'edat. **El farmacèutic comunitari amb una formació específica és un professional adequat en la cadena sanitària per informar els esportistes**, pacients sans, sobre els augments en les ingestes recomanades i en quins punts nutricionals ha d'incidir depenent de l'esport practicat. També en les persones majors desenvolupa una labor important en la detecció d'interaccions entre medicaments i aliments.



Cartell de la III Jornada Professional d'Alimentació del Consejo



També es va celebrar una **taula rodona sobre complements alimentosos**, en la qual es va abordar el seu ús en activitat física, en persones majors i en situacions de sobrepès i de degeneració macular associada a l'edat. **El farmacèutic comunitari amb una formació específica és un professional adequat en la cadena sanitària per informar els esportistes**, pacients sans, sobre els augments en les ingestes recomanades i en quins punts nutricionals ha d'incidir depenent de l'esport practicat. També en les persones majors desenvolupa una labor important en la detecció d'interaccions entre medicaments i aliments.

També es va presentar un estudi en el qual s'observa un paper cada vegada més important del sedentarisme i la falta d'activitat física en la problemàtica del sobrepès i l'obesitat. A la tarda va tenir lloc la segona taula rodona sobre "Atenció nutricional des de l'oficina de farmàcia", en què es va aprofundir en l'ús dels **probiòtics, prebiòtics i microbiotes; les al·lèrgies i intoleràncies alimentoses, i la síndrome metabòlica**. Finalment, la conferència de clausura va aprofundir en la dieta mediterrània i la seva adaptació a la dieta de l'esportista.

Font: nota de premsa del Consejo ["Los farmacéuticos comunitarios, importantes aliados de la población para mejorar los hábitos alimentarios"](#) (05/05/2016)



Assistents a la jornada d'alimentació del Consejo

Aprofundir coneixements sobre la síndrome metabòlica

Dins la taula rodona "Atenció nutricional des de l'oficina de farmàcia", la **vocal d'Alimentació i Nutrició del COFB, Anna Bach**, va exposar la seva ponència sobre la "**Síndrome metabòlica**". Us traslladem el més destacat de la seva intervenció:

El conjunt de factors de risc cardiovascular (FRCV) -resistència a la insulina, hiperglucèmia, obesitat visceral o abdominal i dislipèmia-, juntament amb altres factors com la hipertensió, conformen l'anomenada **síndrome metabòlica (SM)**. Si afegim a la llista de FRCV l'obesitat global, accedim al concepte de **cardiodiabetesitat**.

ELS FARMACÈUTICS COMUNITARIS, IMPORTANTS ALIATS DE LA POBLACIÓ PER MILLORAR ELS HÀBITS ALIMENTOSOS

El farmacèutic comunitari centra part dels seus esforços en les tasques de promoció de la salut. L'atenció nutricional en el pacient amb síndrome metabòlica planteja múltiples reptes: en primer lloc, ha d'aconseguir uns objectius de paràmetres bioquímics i antropomètrics susceptibles de ser modulats amb estils de vida i alimentació. Més enllà d'aconseguir aquests canvis, **el farmacèutic, com a agent de salut, hauria de motivar, acompanyar, pactar, i proporcionar consell alimentari**, duent a terme un seguiment que permeti millorar la qualitat i esperança de vida del pacient.

Per exemple, el programa de detecció del risc cardiovascular, **Farmacardio**,

pioner a Espanya, **compta amb el farmacèutic com a professional decisiu per a la intervenció en activitats preventives**, potenciant-ho en un àmbit diferent del de la dispensació i reforçant la farmàcia com a centre de salut, accessible, de proximitat i d'interès en actuacions preventives.

L'abordatge de la síndrome metabòlica des de l'oficina de farmàcia mitjançant l'atenció nutricional està àmpliament justificat i fonamentat. La prevenció de la SM des de la farmàcia comunitària pot passar també per una **atenció nutricional utilitzant com a coadjuvants als complements alimentosos**: aquests poden modular la sensibilitat a la insulina, la tolerància a la glucosa, reduir l'obesitat i hipertensió i millorar el patró de perfil lipídic. Els beneficis d'una dieta equilibrada suposen integrar consells d'usos correctes i possibles precaucions sobre complements alimentosos, sempre tenir en compte i entenent la diferència entre fitoteràpia i aquests tipus de complements per al sistema cardiovascular i per controlar el pes i la glucèmia.

Per prevenir, val la pena començar des de la infància: en aquest sentit, sota el lema "On és el plat?", les 2.200 farmàcies de Barcelona van iniciar, ara fa dos anys, una campanya per motivar les famílies a millorar els hàbits alimentaris i lluitar contra un problema en augment com és l'obesitat infantil. La campanya, engegada per la Vocalia d'Alimentació i Nutrició del COFB, facilitava material divulgatiu a les farmàcies: vídeos, díptics i un plat saludable enganxat al terra de cada farmàcia.



Els ponents de la taula rodona "Atenció nutricional des de l'oficina de farmàcia". D'esquerra a dreta: Fermín Jaraiz (COF de Càceres), Jesús Ignacio Pachón (COF Valladolid), Ascensión Marcos (CSIC, FESNAD), i Anna Bach (COFB)



Vídeo de la campanya per prevenir l'obesitat infantil



“A la farmàcia, amb el menjar SÍ es juga”: l'atenció nutricional juga un paper clau a prevenir, i fins i tot modificar, l'evolució de la síndrome metabòlica.

* La jornada es va poder seguir a Twitter a través de @portalfarma, amb l'etiqueta [#IPA2016](#).

Per a més informació:

Espai web [3a Jornada Profesional de la Vocalía de Alimentación: Presentación](#) (via Portalfarma)

Les ponències de la jornada estaran disponibles a la [Sala de Premsa](#) del web en els pròxims dies (via Portalfarma).

Potser també t'interessa:

- [Complements nutricionals i esport? El grup de treball de la Vocalia d'Alimentació estrena el hashtag #esportfarma](#) (Blog)
- [Les farmàcies de Barcelona inicien una campanya per motivar les famílies a millorar els hàbits alimentaris](#) (Blog)



També està disponible la **Guia per al tractament del tabaquisme actiu i passiu, per als professionals**, i un **díptic informatiu**. Teniu tots els materials de la campanya accessibles a **aquest enllaç**.



Decideix-te a deixar de fumar, avui és el dia!

Si estàs pensant a deixar de fumar... pensa que **la farmàcia també et pot ajudar!** El farmacèutic és un professional format en l'àmbit de la promoció de la salut i de la prevenció de la malaltia, fet que l'implica directament en les intervencions de deshabitació tabàquica. El **Programa de Cessació Tabàquica del COFB (PCT)** a les farmàcies pot ser una bona opció.

Veure llistat de farmàcies que formen part del programa (via Farmaceuticonline, el nostre web de salut).



Xapa que identifica als farmacèutics que col·laboren en la campanya

Més informació sobre la campanya: www.setmanasensefum.cat



Segueix el tema a Twitter amb el hashtag **#ssfcat16**.

Potser també t'interessa:

- [Programa de Cessació Tabàquica del COFB](#) (via Farmaceuticonline)
- [Article "Tabac i salut"](#) (via Farmaceuticonline)
- [La farmàcia, present en la VI Jornada de la Societat Catalana d'Atenció i Tractament del Consum de Tabac](#) (Blog)
- [Publicat un article sobre el paper de les farmàcies comunitàries en el control de les malalties respiratòries](#) (Blog)
- [Històries d'exfumadors, un web per ajudar a superar el tabaquisme](#) (Blog)
- [Les farmàcies de Pineda de Mar fan front comú contra el tabaquisme](#) (Blog)



ABRIL: ELECCIONS, IMPAGAMENTS I SERVEIS, ENTRE ELS TEMES MÉS DESTACATS ALS MITJANS DE COMUNICACIÓ

Jordi de Dalmases, reelegit com a president del Col·legi

El 26 d'abril es va donar per tancat el procés electoral del Col·legi, engegat a finals de març, amb la **proclamació de la candidatura encapçalada per Jordi de Dalmases com a electa**, després que no se'n presentessin d'alternatives. D'aquesta manera, el President **liderarà la seva tercera i última legislatura amb una nova Junta de Govern**, formada per 22 membres, que compta amb **7 noves incorporacions** provinents de diferents àmbits de la professió, entre elles, farmacèutiques adjuntes.

Des del Col·legi, es va enviar una [nota de premsa](#) informant-ho, on es van recollir algunes declaracions del President que recalquen que, amb la nova Junta, **"es consolida un model de fer Col·legi i una manera de veure de professió, amb una forta implicació del farmacèutic en la salut comunitària"**. Alhora, De Dalmases, va voler remarcar que "la incorporació dels nous fitxatges fan **que la mitjana d'edat no arribi als 50 anys i garanteix un relleu generacional** que segueixi fent viable aquest projecte en el futur".

El President també va voler emfatitzar sobre diferents temes que s'han dut a terme durant els últims vuit anys de mandat, com **l'extensió en nombre i desplegament dels serveis professionals, la consolidació de la recepta electrònica, la digitalització de la comunicació del Col·legi o l'impuls de la formació online amb Àgora Sanitària**, "tot plegat amb esforços per poder fer una reducció de quotes i amb l'enorme dificultat que ha suposat fer front als impagaments per part de l'Administració", afegia.

En van fer ressò [La Vanguardia](#), [El Economista](#), [Expansión](#), [Directe.Cat](#) i [Finanzas i](#), en premsa especialitzada, [El Global](#), [Correo Farmacéutico](#), [El Farmacéutico](#), [Redacción Médica](#), [IM Farmacias](#), [Acta Sanitaria](#), [Diariofarma](#), [Farmanatur](#), [Consejos de tu Farmacéutico](#), [Tweet Salud](#) i Sanifax, entre d'altres.

Jordi de Dalmases, reelegit president del Col·legi de Farmacèutics de Barcelona



26/04/2016 19:22 | Actualizado a 26/04/2016 19:37

ACN Barcelona.-El Col·legi de Farmacèutics de Barcelona ha reelegit Jordi de Dalmases com a president de la institució. La nova Junta de Govern, de vint-i-dos membres, tindrà set noves incorporacions provinents dels diferents àmbits d'exercici de la professió. Des del Col·legi se subratlla la mitjana d'edat de la nova junta no arriba als 50 anys i "garanteix un relleu generacional que segueix fent viable aquest projecte en el futur", segons ha dit de Dalmases. El president ha fet un balanç dels darrers vuit anys dels quals ha destacat una extensió "molt important" dels serveis professionals, entre d'altres la detecció precoç del càncer de colon, de la infecció per VIH o la nova xarxa de farmàcies sentinelles.

La Vanguardia va ser un dels mitjans generalistes que en va fer ressò



Els impagaments segueixen estant a l'ordre del dia



L'Informatiu de TVE Catalunya va reservar un espai per explicar el deute de l'Administració amb les farmàcies catalanes

Vam enviar nota de premsa als mitjans per denunciar **un nou retard en els pagaments** per part de l'Administració, produint un deute que **ascendeix als quasi 200 milions d'euros**. I és que, el dia 5 d'aquest mes, s'haurien d'haver rebut **114,7 milions d'euros corresponents a la factura dels medicaments dispensats al febrer i, a més, 83,4 milions d'euros que la Generalitat encara tenia pendents**, provinents del 74% de la factura de gener. Per tant, ens trobem davant un impagament amb una mitjana de retard de **81,9 dies respecte a la data de facturació**, és a dir, de gairebé 3 mesos.

Els telenotícies *L'informatiu* de TVE Catalunya (del minut 9'55" al 10'23") i *8 al dia* de 8tv (del minut 31'40" al 31'57") en van fer ressò, així com *La Vanguardia*, *El País*, *El Mundo*, *ABC Catalunya*, *La Razón Catalunya*, *EFE*, *Europa Press*, *20 minutos Barcelona*, *El Punt Avui*, *Antena 3*, *Expansión*, *Diari de Girona*, *La información*, *Diari de Sabadell*, *Catalunya Press*, *Al Dia*, *Crónica Económica*, *Crónica Global* i *Diario del Alto Aragón* i en premsa especialitzada, *El Global*, *Correo Farmacéutico*, *El Farmacéutico*, *IM Farmacias*, *Acta Sanitaria*, *Redacción Médica*, *Diario Médico*, *Diariofarma*, *Acofar*, *Farmanatur*, *Profesionales Farmacéuticos*, *Farmanatur*, *Mirada Profesional* i *ConSalud*, entre d'altres.

Així mateix, el 18 d'abril *El Global* va publicar un article on se citava el Col·legi que afirmava que **"La situació de les farmàcies catalanes sembla un triatló"**. El mitjà especialitzat va exposar alguns dels motius d'aquesta situació, com la falta de calendaris estables.

FARMACIA /

Incertidumbres y calendarios sin cerrar obstaculizan el pago a las boticas catalanas

Temas relacionados: Antoni Torres - Patronal - Fefac - COF de Barcelona - Gasto - Catalunya - Recetas - Deuda - FLA - Ciudadanos

ÁNGELA DE RUEDA / BARCELONA

@ElGlobalNet

Article d'El Global



ABRIL: ELECCIONS, IMPAGAMENTS I SERVEIS, ENTRE ELS TEMES MÉS DESTACATS ALS MITJANS DE COMUNICACIÓ

Serveis: consolidació del projecte Radars i informe PGEU

A l'abril, El Periódico va decidir realitzar un reportatge sobre el projecte Radars, una iniciativa que va néixer el 2008 al districte de Gràcia amb l'objectiu d'ajudar i facilitar que les persones grans que viuen o es senten soles puguin continuar a la seva llar amb la complicitat del seu entorn, tot garantint el seu benestar social. Es tracta d'un servei en el qual el Col·legi hi col·labora i en el qual, fins al dia d'avui, **458 'farmàcies amigues' s'hi han adherit**.

La peça explica el projecte, per a qui està pensat (**persones de més de 75 anys o més que viuen soles**) i on i com es fa.

Les farmàcies són llocs de confiança per a la gent gran, fet que les confereix en un perfil idoni per al projecte. Les que participen poden ser **radars bàsics**, establint-se com l'espai de

mediació entre els avis i els serveis socials, o com a **radar especialitzat**, ajudant amb la medicació i preparant, entre altres serveis, els SPD (Serveis Personalitzats de Dosificació)

PLAN MUNICIPAL DE BARCELONA

Radars humanos contra la soledad de los ancianos

El proyecto barcelonés que implica a vecinos y comerciantes para 'vigilar' con una mirada sensible y respetuosa a personas mayores en riesgo de exclusión continúa su expansión

COMENTARIS 1



Las hermanas Górriz (izquierda) y Raquel Rivera, al frente de la mercadería Zamar, con buena parte de la clientela mayor.

Reportatge d'El Periódico sobre el projecte Radars

FARMACIA /

Nuevos servicios: España sigue trabajando 'en el papel' mientras crece la brecha con Europa

Temas relacionados: Rocío Mosquera · Alba Soutelo · Patronal · Zaragoza · SEFAC · COF de Barcelona · PGEU · COF de Valencia · COF de Pontevedra · Pacientes · Atención Primaria · Comunidad Valenciana · País Vasco · Murcia · Vacunas

ALBERTO CORNEJO / MADRID

@EIGlobalNet

viernes, 06 de abril de 2016 / 15:29

El éxito actual pasa por conseguir que los concertos recojan futuras funciones que en otros países ya son una realidad

El Global analitza la situació dels serveis professionals de la farmàcia a Espanya

Per altra banda, El Global també va publicar un article en relació a aquests serveis professionals arran de la publicació d'un informe de la patronal farmacèutica europea PGEU. El mitjà explicava que **"la predisposició que mostren el col·lectiu per ampliar les funcions de les oficines de farmàcia no ve sent correspost amb la mateixa celeritat per les Administracions"**.

La notícia recollia declaracions de Mercè Barau, anterior vocal de la Junta de Govern i, tanmateix, valorava que **el Col·legi és una de les poques corporacions nacionals que, tot i les dificultats, poden "presumir" d'estar portant en pràctica diferents serveis de valor afegit, com la detecció del VIH o la del càncer de còlon**.



El Col·legi edita el "Formulari de suport als tractaments pal·liatius"

CATALUNYA.-Farmacèutics llançan un formulari para personalizar los tratamientos paliativos

El Col·legi Oficial de Farmacèutics de Barcelona (COFB) ha editat un formulari para personalizar los tratamientos paliativos de los pacientes que presentan tratar los síntomas más comunes: mucositis, úlceras, radiodermatitis y dolor, la información la distribución está prevista en un corto plazo.

Comparte en Facebook Comparte en Twitter

14/04/2018 17:48

BARCELONA, 14 (EUROPA PRESS)

Notícia de La Vanguardia sobre el formulari

El 14 d'abril es va dur a terme al Col·legi la presentació del "Formulari de suport als tractaments pal·liatius", un llibre editat al COFB en col·laboració amb Aprofarm i els equips PADES (Programa d'Atenció Domiciliària i Equips de Suport), on es recullen 71 formulacions magistrals amb l'objectiu de respondre de forma personalitzada a les necessitats dels pacients que requereixen tractaments pal·liatius, i d'aquesta forma, alleugerir el

dolor, mantenir el funcionalisme vital i corregir efectes secundaris. La intenció és que serveixi per tractar quatre dels símptomes més comuns en aquests pacients: **mucositis, úlceres, radiodermatitis i dolor**. IM Farmacias i El Farmacéutico en van fer una prèvia el dia 4 del mes i, sumant-se a aquestes repercussions La Vanguardia, Al Dia, El Global, Correo Farmacéutico (1 i 2), IM Farmacias, Acta Sanitaria, Diariofarma, Dfarmacia, Farmanatur, Acofar, Consejos de tu Farmacéutico i Sanifax, entre d'altres, també en van informar.

Beques: integració dels farmacèutics en els equips d'atenció domiciliària

Un estudi becat pel Col·legi ha conclòs que la incorporació dels farmacèutics en la unitat d'Atenció Domiciliària (ATdom) per malalts crònics milloraria els resultats clínics i serviria, també, per ajudar a millorar la medicació que se'ls hi dona. Alhora, s'afirma que la integració d'aquesta unitat a Barcelona només encariria el servei en un 10%. Vam enviar una nota de premsa el 13 d'abril i en van fer ressò La Vanguardia, El Periódico, ABC, El Mundo, El Punt Avui i Al Dia i a la premsa especialitzada El Global, Correo Acta Sanitaria, Diariofarma i Farmanatur.

CATALUNYA

La implicación de farmacéuticos en atención domiciliaria detecta 255 problemas de medicación



Interior de una farmacia en Castellón. | EL MUNDO

Es el resultado de un estudio que también concluye que la colaboración del farmacéutico con los equipos de atención domiciliaria mejora la seguridad de los tratamientos

EUROPA PRESS | Barcelona

13/04/2018 18:38

El Mundo en va informar i va especificar que l'estudi havia detectat 255 problemes de medicació



Els investigadors -María Rubio, M. Antonia March, Maria Àngels Via, Dolors Lumbreras, Neus Blancas, Pere Travé i María Belén Guerra-, van realitzar l'estudi a partir del seguiment de 50 pacients del CAP del Montnegre de Barcelona i van recalcar que els malalts que més se'n beneficiarien serien les persones grans amb problemes de cor.

Banc Farmacèutic i el COF de Barcelona signen un conveni per lluitar contra la pobresa farmacèutica

El Banco Farmacéutico y el Colegio de Farmacéuticos de Barcelona colaboran para luchar contra la pobreza farmacéutica

El Colegio de Farmacéuticos de Barcelona (COFB) y el Banco Farmacéutico han firmado un acuerdo para colaborar en la lucha contra la pobreza farmacéutica en España para lograr el acceso de todos a la medicación.

Compartir en Facebook Compartir en Twitter

22/04/2019 12:27

La Vanguardia va informar sobre la col·laboració entre les dues institucions

Banco Farmacéutico y el COF de Barcelona, juntos contra la pobreza en medicamentos

Jordi de Dalmases, presidente del Colegio de Farmacéuticos de Barcelona, y Aixa Grenchat, presidente de la ONG Banco Farmacéutico, han firmado un acuerdo de colaboración enfocado a paliar la pobreza farmacéutica.

COF (redaccion@cof-farmacéuticos.com) | 22/04/2019 14:18

Compartir Compartir Compartir

4 comentarios



Aixa Grenchat y Jordi de Dalmases. (CF)

Correo Farmacèutic va adjuntar la fotografia amb el moment de l'acord

El 22 d'abril els mitjans informaven sobre el conveni establert entre l'ONG Banc Farmacèutic i el Col·legi per unir esforços en la lluita contra la pobresa farmacèutica. Després de la signatura, el president del COFB, Jordi de Dalmases, assegurava que el conveni reconeixia **“una activitat duta a terme des de fa gairebé una dècada”**, ja que, el Col·legi, entre altres accions, col·labora des de fa anys amb la “Jornada de Recollida de Medicaments”.

Una de les primeres activitats que ha dut a terme Banc Farmacèutic després de signar el conveni és **establir un circuit entre els treballadors socials dels Centres d'Atenció Primària (CAP) i farmàcies de la ciutat perquè aquests pacients no hagin de renunciar al seu dret a la salut.**

En van informar La Vanguardia, Telecinco, El Economista, La información, La Voz Libre, Diario siglo XXI i Correo Farmacèutic, El Farmacèutic, dFarmacia i PMFarma, entre d'altres.



Jornada de dermofarmàcia al Col·legi

El Col·legi va acollir, el passat 21 d'abril, la segona edició del *Taller sobre dermofarmàcia COCO'S DAY*, un esdeveniment organitzat per l'Anefp (Asociación para el Autocuidado de la Salud) on es van abordar temes com **la situació del mercat de la dermocosmètica a la farmàcia espanyola**.

La premsa especialitzada [El Global](#), [Correo Farmacéutico](#), [El Farmacéutico \(1 i 2\)](#), [IM Farmacias](#), [Diariofarma](#), [Infosalus](#) i [ConSalud](#) va cobrir la jornada remarcant **la pujada del mercat de la dermocosmètica en un 5% el 2015**, entre altres xifres. També van afegir declaracions de Núria Bosch, anterior vocal de Dermofarmàcia i Productes Sanitaris del Col·legi i actual vicetresorera, on assegurava que **"l'usuari valora positivament la professionalitat i la seguretat que li proporciona el farmacèutic, així com el valor afegit que li ofereix l'oficina de farmàcia"**.

Segundo Taller sobre dermofarmacia COCOS Day de anefp

El mercado de dermocosmética en la farmacia creció un 5,5% en 2015

22 Abril 2016

Publicado en Crónicas



Foto de familia de los ponentes. De izquierda a derecha: Núria Bosch, Cristina Tiemblo, Concha Almarza, Jaime Puj, Rosalía Gosalbo, Eva March, María Rivera, Iveta Riu, Genia Hernández, Tamar Troncoso y Paz Arrau

El mercado de productos de dermocosmética en la farmacia creció un 5,5% en 2015 con unas ventas de 1.537 millones de euros, según los datos presentados por Concha Almarza, directora general de IMS Health España en la segunda edición del Taller sobre dermofarmacia COCOS Day,

organizado por la **Asociación para el Autocuidado de la Salud (anefp)**.

El Farmacéutico va ressaltar el creixement del 5,5% de la dermocosmètica el 2015

Farmacias de Barcelona formarán a ciudadanos sobre plantas medicinales y control del peso

Quieres saber lo último de:

Barcelona Cataluña Ciudadanos COF de Barcelona Colegios de Farmacéuticos Eficacia Fitoterapia Formación Homeopatía Organización Mundial de la Salud (OMS)

Notícia de Diariofarma sobre les conferències

major formació per als farmacèutics en aquest camp. Alonso també va participar en un debat sobre l'homeopatia a Ràdio 5.

El 29 d'abril [La Vanguardia](#) va publicar una notícia sobre **la prevenció dels polls amb declaracions de Núria Bosch**, anterior vocal d'Alimentació i Nutrició i actual vicetresorera del Col·legi, **on explica algunes recomenacions per combatre'ls**.

Espirulina

El Grup de complements de la Vocalia d'Alimentació del Col·legi va exercir com a font d'informació sobre les propietats de l'espirlulina a [DMedicina](#).

Seguim sent referència

[Diariofarma](#) va informar sobre les xerrades formatives que **oferiren les farmàcies de Barcelona als ciutadans per conscienciar de la importància d'un ús adequat i responsable del control de pes mitjançant medicaments tradicionals a base de plantes medicinals**. A més, el mitjà va recollir la **conferència a càrrec de María José Alonso, anterior vocal de Plantes Medicinals i Homeopatia del Col·legi**, ponència que pretenia aconseguir una



QUATRE FARMACÈUTICS AL PÒDIUM DE LA VII EDICIÓ DE LA CURSA INTERCOL·LEGIAL

Més de 250 corredors es van donar cita el dissabte 16 d'abril per participar a la **Cursa Intercol·legial**, un circuit que comptava amb 10 quilòmetres situats a la zona de la Mar Bella de Barcelona i 5 quilòmetres per al de la cursa infantil. **42 farmacèutics** es van animar a participar a la **setena edició** d'aquest esdeveniment esportiu.



La farmacèutica **Aida Arnaiz** va tornar a guanyar en la categoria veterana femenina millorant la marca que va fer l'any passat (0:48:34), i **Mercedes López** va quedar segona, en aquesta mateixa categoria, amb la marca 0:52:28.

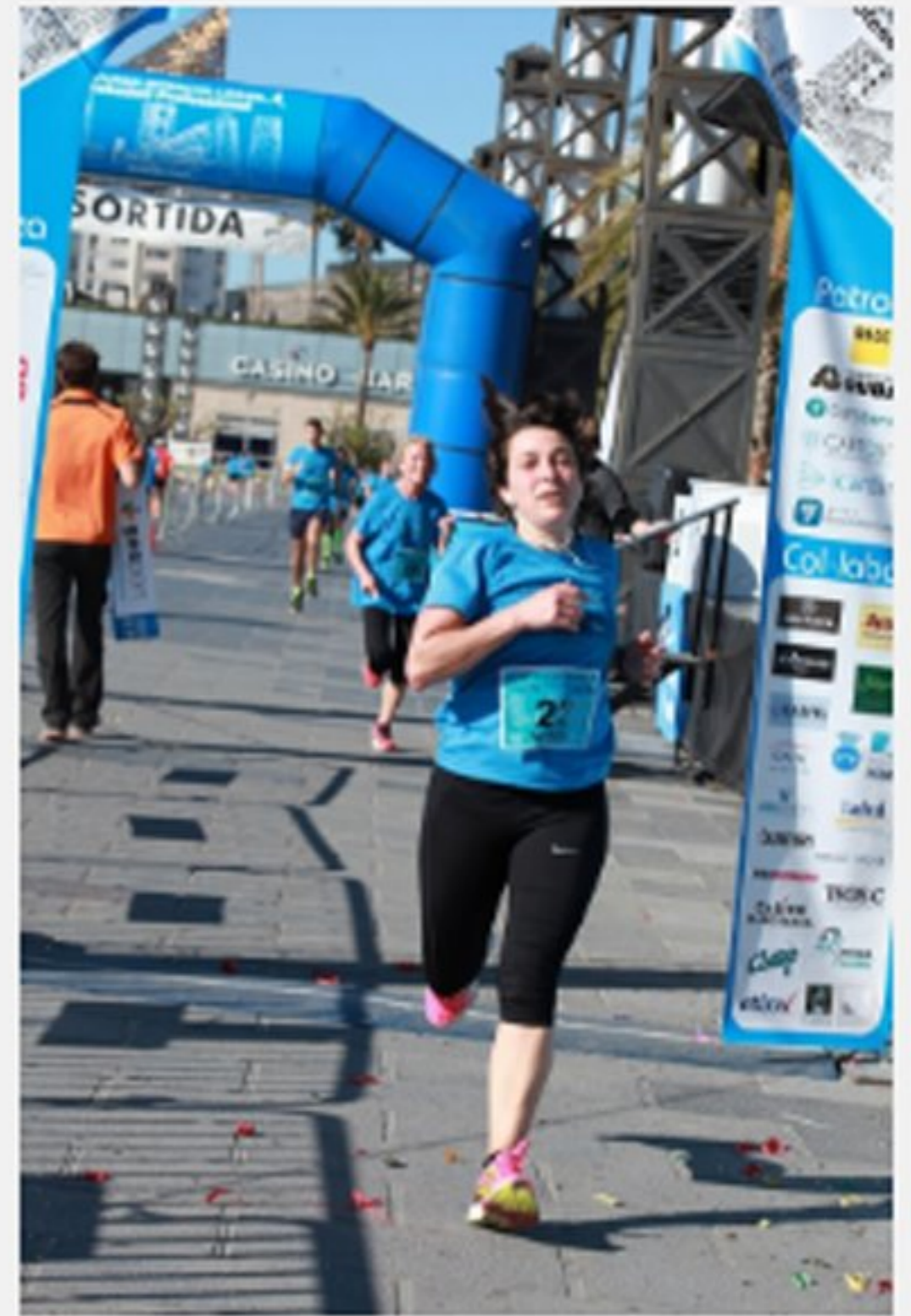
Marc Morales amb la marca 0:38:10 va quedar setè de la general i també va fer pòdium quedant segon en la categoria júnior masculina i **Rafa Beaus**, amb la marca 0:41:29, va quedar tercer en aquesta categoria.

La primera farmacèutica que va entrar en meta en el lloc 22 de la general va tornar a ser **Mónica Blázquez** amb marca 0:48:31, quedant sisena en la categoria de sèniors femenina.

Podeu accedir a la **classificació** amb tots els participants a través del web oficial de la cursa <http://www.cursaintercol.cat/>. També a totes les **imatges** mitjançant la plataforma [Flickr](#).



Pòdium júnior masculí, amb Marc Morales en segon lloc i Rafa Beaus en tercer



Mònica Blàzquez, la primera farmacèutica en creuar la línia de meta

Després de l'entrega de premis es va celebrar el sorteig dels regals que ofereixen les empreses col·laboradores de la cursa entre tots els participants. L'activitat, que té com a objectiu fomentar les relacions socials a través de l'esport, també està oberta per a familiars i amics dels col·legiats i associats dels vint col·lectius professionals que organitzen la cursa.



Guanyadores en la categoria veterana femenina: Aida Arnaiz i Mercedes López, primer i segon lloc respectivament



QUATRE FARMACÈUTICS AL PÒDIUM DE LA VII EDICIÓ DE LA CURSA INTERCOL·LEGIAL

Moltes gràcies a tots els participants, fins l'any vinent!



Organització i premiats a la setena edició de la cursa

Potser també t'interessa:

- [Complements nutricionals i esport? El grup de treball de la Vocalia d'Alimentació estrena el hashtag #esportfarma \(Blog\)](#)
- [Nutrició esportiva: el COFB dóna suport a la cursa de Vilafranca del Penedès \(Blog\)](#)
- [Dos farmacèutics, guanyadors a la VI cursa intercol·legial \(Blog\)](#)



QUÈ EN SABEM DELS FÀRMACS NOUS?

Cada any surten nous fàrmacs al mercat i el farmacèutic compta amb un ampli estoc de productes destinats a diferents simptomatologies i malalties. Com a professional sanitari, el farmacèutic ha de saber què aporten de nou aquests fàrmacs per proporcionar el millor consell. Per ampliar informació sobre les noves molècules aparegudes en els últims dos anys en el mercat en els grups terapèutics en què hi ha hagut innovacions d'àmbit d'aplicació a la farmàcia comunitària, el COFB va organitzar el **cicle de quatre conferències "Què en sabem dels fàrmacs nous?"** que va tenir lloc el passat mes de febrer:

- **Antidepressius, ansiolítics i fàrmacs per al tractament de l'alcoholisme:** impartida per Rafael Maldonado, metge i catedràtic de farmacologia del laboratori de neurofarmacologia de la Universitat Pompeu Fabra.
- **Fàrmacs per tractar l'MPOC i antiasmàtics:** impartida per Rosa Madrudejos, farmacèutica d'atenció primària, i Montserrat Llordés, metgessa de família del CAP Terrassa Sud, ambdues de la Mútua Terrassa.
- **Patologies dermatològiques de més prevalença i els nous fàrmacs corresponents. Vacuna herpes zòster, fàrmacs per l'herpes simple, per la rosàcia i per la queratosi actínica:** impartida per M. José Tribó, dermatòloga del Servei de Dermatologia de l'Hospital del Mar, Parc de Salut Mar de Barcelona.
- **Fàrmacs per al tractament de la síndrome de l'intestí irritable (SII):** impartida per Agustín Balboa, metge especialista en aparell digestiu del Centre Mèdic Teknon.



Rafael Maldonado, a la sessió d'antidepressius, ansiolítics i fàrmacs per al tractament de l'alcoholisme



Rosa Madrudejos explicant quins són els fàrmacs per tractar l'MPOC i antiasmàtics

L'arsenal terapèutic disponible està renovant-se contínuament i és de gran importància per al farmacèutic estar actualitzat per poder donar una atenció farmacèutica de qualitat. "En el cas dels medicaments inhalats, aquest fet esdevé doblement necessari: d'una banda, durant els darrers anys s'han comercialitzat multitud de principis actius nous i, per tant, **és imprescindible per al farmacèutic conèixer què aporten i quin és el seu lloc en terapèutica;** d'altra banda, **la innovació també ve determinada per l'aparició de nous dispositius d'administració dels medicaments inhalats**" explica Rosa Madrudejos, en referència a la sessió de fàrmacs per tractar l'MPOC i antiasmàtics.

QUÈ EN SABEM DELS FÀRMACS NOUS?

En la sessió impartida al COFB es van revisar els nous fàrmacs inhalats comercialitzats així com les característiques de tots els dispositius per a la seva administració. “En aquest sentit, el **farmacèutic** ha de poder constituir-se en un **professional clau en l’educació del pacient i col·laborar en el seguiment farmacoterapèutic del**



pacient des de l’oficina de farmàcia: comprovant la tècnica inhalatòria, valorant l’efectivitat dels tractaments, incorporant les preferències dels pacients en la selecció del millor dispositiu, millorant l’adherència terapèutica, etc.” matisa **Montserrat Llordés**.

Pel que fa a la sessió de patologies dermatològiques de més prevalença i els nous fàrmacs corresponents -vacuna herpes zòster, fàrmacs per l’herpes simple, per la rosàcia i per la queratosi actínica- **M. José Tribó** ens trasllada el seu parer: “crec que aquesta experiència didàctica i formativa és de vital importància, ja que vam tenir l’oportunitat de conèixer els nous fàrmacs de les patologies dermatològiques de més prevalença. **Aquests espais poden assegurar que tothom que participa es mantingui actualitzat i es faci coneixedor de les últimes eines de tractament de les que disposem**”. I afegeix: “d’altra banda, està molt ben orientat als farmacèutics, ja que estan fent una gran tasca a la salut pública i a la privada. **Les sessions els permeten familiaritzar-se amb efectes adversos dels medicaments i adquirir actituds terapèutiques** per explicar als pacients qualsevol dubte relacionat amb el seu tractament, ajudant així als metges que disposen de molt poc temps. En general, una experiència molt enriquidora i també molt necessària”.



Ma. José Tribó, a la seva conferència sobre patologies dermatològiques de més prevalença i els nous fàrmacs corresponents



El doctor Balboa a la conferència sobre els fàrmacs per al tractament de la síndrome de l'intestí irritable (SII)

La síndrome de l'intestí irritable (SII) és una de les patologies digestives més freqüents, que pot afectar a més del 10% de la població general i que, malgrat el seu bon pronòstic, provoca una important afectació de la qualitat de vida relacionada amb la salut als pacients que la pateixen.

“No és fàcil viure amb SII i realment les alteracions que pot provocar són tan variades que possiblement un pacient amb SII sigui el menys semblat quant a símptomes que un altre pacient amb SII”, explica el doctor **Agustín Balboa**. “Qualsevol novetat, tant quant a hàbits

higiènic-dietètics -sabem ara que l'exercici, o determinades dietes poden ajudar a alguns d'aquests pacients-, o tractaments farmacològics, serà benvinguda” matisa Balboa. A banda dels ja coneguts antidiarreics i els laxants per al restrenyiment, “potser el més interessant en els últims anys sigui la demostració que un **fàrmac emprat per al tractament de la hipercolesterolèmia, com és la resinolestiramina, ha resultat molt eficaç en el control de la diarrea d'alguns pacients amb SII**”. Pel que fa als pacients amb restrenyiment destaca “la recent arribada de **linaclotida**, un fàrmac d'acció tòpica -no s'absorbeix- i que actua com a laxant i com analgèsic al còlon”. I puntualitza: “tots dos han estat ben rebuts entre el col·lectiu de gastroenteròlegs”.

La sala de conferències estava plena durant la seva xerrada: “l'audiència va participar en les preguntes i va demostrar un gran interès en el tema. En aquest sentit, és d'agrair que una iniciativa com aquests cursos de formació siguin acollits de forma tan entusiasta” conclou Balboa.

El cicle de conferències va estar coordinat per **Cristina Rodríguez**, cap del Departament de Formació i Desenvolupament Professional del COF de Barcelona.

Amb la col·laboració de:

Primera sessió

Segona sessió



TÈCNICS I AUXILIARS DE FARMÀCIA DE BARCELONA ES FORMEN EN SISTEMES PERSONALITZATS DE DOSIFICACIÓ

Dilluns que ve, **16 de maig**, començarà la segona edició del curs *online* dirigit a tècnics i auxiliars de farmàcia sobre **sistemes personalitzats de dosificació (SPD)** i la seva **correcta implementació**. Aquesta formació, impartida pel COF de Barcelona a través de la plataforma cofb.net, amb el patrocini de [Mylan](http://mylan.com), pretén aportar els coneixements i les eines necessàries perquè, aquest col·lectiu de professionals sanitaris, pugui contribuir a optimitzar i desenvolupar un programa de millora de l'adherència amb els criteris de qualitat i seguretat recollits a la Guia de seguiment farmacoterapèutic amb sistemes personalitzats de dosificació –elaborada pel Consell de Col·legis Farmacèutics de Catalunya i el Departament de Salut–.



Les inscripcions estaran obertes fins al mateix dia de l'inici del curs i es poden fer a través de la [web del COFB](http://webdelcofb.net).



Un dels objectius principals del programa serà dotar als participants de les **bases teòriques del seguiment perquè, així, desenvolupin SPD en equips**, ja que la cooperació i coordinació entre tots els membres de la farmàcia és fonamental. Alhora, també se'ls proporcionarà **un entrenament específic sobre el millor procés metodològic per l'elaboració de l'SPD**.



Una farmacèutica assessora a una pacient amb l'ús del SPD

Què són els SPD i quina importància tenen?

El Sistema Personalitzat de Dosificació (SPD) és un servei que ofereixen les farmàcies **per ajudar a pacients crònics i amb més d'una patologia a seguir correctament els tractaments**. A Barcelona fa més de 10 anys que des del COF Barcelona es va impulsar i consisteix en la **confecció d'un blíster que el farmacèutic prepara, en coordinació amb el metge del pacient, amb la medicació ordenada per dies de la setmana i horaris**. Sota la supervisió del farmacèutic titular, que és el responsable del programa, **el tècnic o auxiliar pot col·laborar en la detecció de persones que puguin necessitar**



el servei i pot participar en el procés d'elaboració dels dispositius de dosificació. Fins al moment, el miler de farmàcies que hi participen han atès aproximadament a més de 21.500 pacients.

Formació teòrica i pràctica durant 5 setmanes

El curs, que fins al moment ja té més de 80 inscrits, tindrà una durada de **5 setmanes** i estarà dividit en dues parts: **una teòrica**, en la qual es presentaran els continguts de forma visual i esquematitzada per facilitar l'aprenentatge; i **una pràctica**, amb casos de pacients simulats perquè l'usuari pugui aplicar el procés d'elaboració del seguiment farmacoterapèutic. Del 16 al 22 de maig es farà l'aprenentatge de l'aula virtual per tal que els alumnes es presentin i s'adaptin a l'entorn; i del 23 de maig al 20 de juny del 2016, el desenvolupament del curs.

Els alumnes estaran agrupats en aules virtuals de 75 persones amb un tutor a la seva disposició que els acompanyarà en tota la formació. Alhora, se'ls proporcionarà un conjunt de continguts, entre ells, un correu electrònic personal i específic, un fòrum del curs, una agenda de treball i una guia del participant, amb l'objectiu d'agilitar l'aprenentatge.

A la **primera edició**, que va tenir lloc del 15 de febrer al 21 de març, s'hi van inscriure un total de 182 alumnes, l'índex de participació va ser del 97% i **un dels aspectes més valorats** va ser que els **continguts eren útils en el desenvolupament de l'activitat professional.**

Nota de premsa enviada als mitjans de comunicació, també la podeu consultar a la [Sala de Premsa](#) del web institucional (via www.cofb.org).

ATÒPIA: FARMACOLOGIA, FORMULACIÓ I COSMÈTICA

La intervenció del farmacèutic permet detectar persones amb atòpia i aconsellar un tractament o derivar al metge. **Conèixer la farmacologia i les possibilitats de tractament amb medicaments individualitzats permet proporcionar un bon consell farmacèutic.** Així mateix, els coneixements en dermocosmètica complementen l'atenció farmacèutica i permeten oferir productes complementaris per tractar els símptomes.



Per obtenir els coneixements i adquirir les eines per fer una intervenció farmacèutica òptima per atendre pacients amb atòpia -repassant la farmacologia, la formulació magistral i la cosmètica-, el COFB va organitzar el 3 de març el curs **"Atòpia: farmacologia, formulació i cosmètica"** amb la col·laboració d'[Aprofarm](#).

Mitjançant una sessió multidisciplinària amb tres xerrades impartides per un metge especialista, un farmacèutic expert en atenció farmacèutica i dermocosmètica, i un farmacèutic expert en fórmules magistrals, els alumnes van poder conèixer la farmacologia dels tractaments de l'atòpia, els tractaments personalitzats amb formulació magistral i els cosmètics complementaris.

L'equip docent va estar format per **Maribel Iglesias**, dermatòloga de l'Hospital Universitari Sagrat Cor; **Gemma Vila**, farmacèutica substituïda, diplomada en salut pública, vocal de SEFAC Catalunya, implicada en el desenvolupament de l'atenció farmacèutica; **Montserrat Torrell**, farmacèutica, secretària tècnica d'Aprofarm; i **Francesc Llambí**, professor associat de la Unitat de Tecnologia Farmacèutica de la Facultat de Farmàcia de la UB, president d'Aprofarm i vocal de la Junta de Govern del COF de Barcelona. Llambí va dirigir l'acte, i també el va coordinar juntament amb **Núria Bosch**, vocal de Dermofarmàcia i Productes Sanitaris del COFB.



La doctora Maribel Iglesias, dermatòloga de l'Hospital Universitari Sagrat Cor

Iglesias va oferir una xerrada de revisió de l'atòpia estructurada en preguntes freqüents que rep el dermatòleg en la seva consulta: "Pot debutar la dermatitis atòpica després de la infància? És la histamina el mediador principal del prurit en la pell atòpica? S'ha de contraindicar la higiene diària en pacients amb dermatitis atòpica? Estan indicats els probiòtics i prebiòtics?". A continuació, **Llambí** va fer un repàs al tractament farmacològic i les estratègies terapèutiques, centrant-se especialment en les formulacions magistrals que poden aportar un tractament més individualitzat a aquests pacients. Des de les solucions astringents per a les fases més agudes, diferents tipus d'emulsions -per a pells sensibles, amb corticoides, combinats amb antibiòtics, antipruriginosos-, fins a les mesures d'higiene i hidratació per al manteniment del pacient atòpic.

Torrell va aportar algunes mostres de les diferents formulacions proposades, es va poder provar les diferents textures que es poden elaborar per formulació magistral i es va donar una breu pinzellada dels mètodes d'elaboració. Finalment, **Vila** va presentar els protocols d'intervenció farmacèutica en dermatitis atòpica i el qüestionari elaborat per SEFAC. Quant al consell dermocosmètic, es va presentar un estudi comparatiu dels diferents actius inclosos en productes cosmètics del canal farmacèutic i els seus avantatges respecte als d'altres canals.



Francesc Llambí, president d'Aprofarm i vocal de la Junta de Govern del COF de Barcelona



ATÒPIA: FARMACOLOGIA, FORMULACIÓ I COSMÈTICA

El format del curs va resultar molt enriquidor per a tots els assistents, aconseguint un enfocament transversal de la patologia, la seva farmacologia i consells al pacient.

Potser també t'interessa:

- [El COF de Barcelona edita un formulari per personalitzar els tractaments pal·liatius dels pacients](#) (Blog)
- [La farmàcia, experta en cosmètica](#) (Blog)
- [VIII Fòrum Aprofarm: una nova versió d'Aproformula facilita la coordinació entre el metge prescriptor i el farmacèutic formulador](#) (Blog)
- [La Formulació Magistral té molt per aportar en Dermatologia](#) (Blog)

Amb la col·laboració de:





DISPONIBLE UN NOU NÚMERO DE CIRCULAR FARMACÈUTICA, LA REVISTA CIENTÍFICA DEL COL·LEGI



Innovació en l'elaboració de tractaments de quimioteràpia a la farmàcia hospitalària implementant robotització, característiques i posicionament del anticoagulant oral Edoxaban i tractaments disponibles per als angiodemes, temes destacats del **nou número de la revista científica del COFB, Circular Farmacèutica.**

Trimestralment, el Col·legi edita aquesta publicació científica que recull articles elaborats per professionals sanitaris de reconegut prestigi. També s'hi inclouen els resultats dels treballs becats pel Col·legi.

Aquesta publicació està disponible en PDF. Sumari del nou número:

Vol. 74, núm. 1, primer trimestre 2016

- Editorial: T. Casasín
- Farmacoteràpia: Tipus d'angioedemes i tractaments disponibles / Edoxaban, característiques i posicionament en la teràpia anticoagulant / Innovació en l'elaboració de tractaments de quimioteràpia a la farmàcia hospitalària. Implantar la robotització en la preparació.
- Espigolant
- Alimentació i nutrició: Fitxes de recomanacions dietètiques en pacients hipertensos.
- Salut pública: La tragèdia de la taliomida a Espanya, 1959-1965
- Innovadors
- Vademecum Cultural

[Veure números anteriors de Circular Farmacèutica \(via cofb.org\)](http://cofb.org)

ELS BIOSIMILARS ARRIBEN A LA FARMÀCIA, QUÈ HEM DE SABER?

A finals del 2015 es va comercialitzar a Espanya la primera insulina biosimilar de dispensació a la farmàcia comunitària, la insulina glargina Abasaglar, nom comercial de la nova opció de tractament per als pacients amb diabetis tipus 1 i 2. Fabricada pels laboratoris Lilly i Boehringer Ingelheim, ha estat llençada al mercat espanyol com un biosimilar de la insulina Lantus del laboratori Sanofi. Es tracta de la primera insulina basal biosimilar del continent europeu.



Fernando de Mora (UAB)

Font: "Medicaments i farmàcia" Canal Salut, Generalitat.

Però un medicament biosimilar no és un medicament genèric, ja que els medicaments biològics, com és el cas de les insulines, estan **produïts per organismes vius manipulats genèticament**, la qual cosa els distingeix dels medicaments de síntesi química. Són molècules d'estructura

Davant l'arribada d'aquest nou fàrmac, el COFB va acollir el 31 de març una conferència per informar els farmacèutics sobre les novetats que implica l'arribada de medicaments biosimilars a la farmàcia. **Fernando de Mora**, director del Departament de Farmacologia, de Terapèutica i de Toxicologia de la Facultat de Medicina de la Universitat Autònoma de Barcelona, juntament amb **Xavier Cos**, metge de família, director del CAP Sant Martí de Provençals (ICS) i Vice Chairman Primary Care Diabetes Europe, van ser els docents responsables de la formació.

Def. Biosimilars. Es defineixen com aquells productes medicinals d'origen biotecnològic similars a altres fàrmacs biològics innovadors, la patent dels quals ha expirat, produïts per un fabricant diferent, en noves línies cel·lulars i nous processos. Es tracta així de medicaments similars, però no exactament idèntics, als productes de referència, fins fa poc se'ls anomenava també amb el terme biogenèrics per analogia amb els fàrmacs genèrics de síntesi tradicionals.



Xavier Cos (CAP Sant Martí de Provençals)



complexa i grans, i en aquest cas, els seus biosimilars no són una còpia calcada de la molècula original sinó estructures funcionalment bioequivalents, que han demostrat que les lleus diferències estructurals existents entre els dos productes inherents a la condició de biològic, no significa canvis en el seu comportament farmacocinètic, ni farmacodinàmic i per tant que ofereix les mateixes garanties terapèutiques.



Mercè Barau (COFB)

“En principi els biosimilars, a diferència dels genèrics, **no seran intercanviables ni podran substituir-se les prescripcions**, encara que el metge sí que podrà adequar la prescripció de medicaments, com la insulina o l'hormona de creixement, pel seu biosimilar” explica **Mercè Barau, vocal de la Junta de Govern del COFB i coordinadora** de l'acte. “Amb l'experiència que tenim a Europa, sembla que determinades molècules com és el cas de la insulina, el seu biosimilar es podran autoritzar amb els estudis de farmacocinètica i farmacodinàmica, ja que els estudis d'eficiència i seguretat ja s'han fet amb la molècula original”. I matisa: “a la

conferència també es va comentar que a les diferents comunitats autònomes **no es canviaran tractaments però quan s'hagin de començar de nous es començarà el biosimilar**”.

Més informació:

[Preguntas y respuestas sobre medicamentos biosimilares \(medicamentos biológicos similares\) \(via EMA – European Medicines Agency\)](#)

[Medicaments biotecnològics i biosimilars \(via Canal Salut – Medicaments i Farmàcia, Gencat\)](#)

Amb la col·laboració de:



ANTONI COMÍN: “ELS FARMACÈUTICS SÓN AGENTS SANITARIS CLAU PER LA GARANTIA DEL DRET A LA SALUT DELS CIUTADANS”

- Són paraules del conseller de Salut durant l'acte de presa de possessió de la nova Junta de Govern del Col·legi de Farmacèutics de Barcelona que va tenir lloc ahir
- Posar cada cop més focus en la detecció i prevenció de malalties va ser un dels aspectes que va destacar el president del COFB, Jordi de Dalmases, durant el seu discurs
- La candidatura, proclamada electa el passat 26 d'abril, compta amb set noves incorporacions que fan possible un relleu generacional que continuï amb la voluntat d'impulsar la professió per fer arribar també més lluny el que podem oferir als pacients

“Els farmacèutics són agents sanitaris clau per la garantia del dret a la salut dels ciutadans”, com un dret “real i efectiu”, juntament amb la resta d'agents sanitaris. Són paraules del conseller de Salut de la Generalitat, Antoni Comín, durant l'acte de la presa de possessió de la nova Junta de Govern del Col·legi de Farmacèutics de Barcelona que va tenir lloc ahir, 18 de maig. “Teniu un paper imprescindible –va prosseguir– en els dos grans reptes del sistema sanitari: el canvi demogràfic i l'envelliment, on podeu ajudar a fer front a la cronicitat; i el canvi tecnològic, especialment en tractament i farmàcia”, en el qual serà necessari comptar amb el coneixement expert del farmacèutic.

En aquesta línia, el Conseller va fer un repàs de les actituds i fets que havien tingut lloc en l'anterior mandat de Jordi de Dalmases, president del COFB des del 2008 que continuarà estant al capdavant de la institució durant quatre anys més. El conseller va destacar **programes en què participen els farmacèutics, “els professionals més propers als ciutadans” i que deixen palès el seu “compromís amb el sistema de salut”**. Tant Comín com De Dalmases van mencionar els programes de detecció precoç de càncer de còlon i recte i VIH -que s'han estès gràcies als bons resultats obtinguts-, així com Radars, a través del qual s'identifiquen persones en risc d'exclusió social.



D'esquerra a dreta: el president del COFB, Jordi de Dalmases, el conseller de Salut, Antoni Comín, i el secretari del Col·legi, Jordi Casas



Més focus en la prevenció i la detecció precoç de malalties

“A partir d’ara volem seguir impulsant **l’evolució del rol del farmacèutic comunitari** i consolidar la **cartera de serveis**, amb la definició del paper dels farmacèutics en l’atenció als pacients crònics”. Durant el discurs un cop va prendre possessió del seu càrrec en la seva darrera legislatura, De Dalmases va posar l’èmfasi en apostar **cada cop més per la prevenció i la detecció precoç de malalties, i en què els tractaments aconseguixin l’efecte buscat gràcies a un bon seguiment terapèutic des de la farmàcia.**

“Ens agradaria molt impulsar un **projecte que permetés la implicació transversal dels diferents àmbits assistencials d’exercici de la professió: atenció primària, farmàcia hospitalària i farmàcia comunitària**, amb l’objectiu d’aconseguir una major integració dins de l’atenció comunitària. I també, treballar amb la visió d’una **farmàcia integrada amb la resta de professionals sanitaris**”, va afegir De Dalmases.

El President va manifestar la voluntat de continuar construint un Col·legi **útil per als ciutadans i per als col·legiats que respongui a les funcions públiques “d’autocontrol, representació i impuls de la professió en benefici de la societat”**, així com continuar apostant per la tecnologia i per la formació dels professionals. També va fer referència als **retards en el pagament** que pateixen les farmàcies, destacant que malgrat les dificultats, s’ha demostrat **“la capacitat de la farmàcia catalana de no deixar un sol pacient sense medicaments, i que per sobre de tot hi és el compromís ferm amb la nostra missió amb la societat”**. “Esperem que el **nou pressupost que aprovi el Parlament doti amb una xifra lògica el cost de la prestació farmacèutica ambulatoria**, que no tornem a pressupostar 900 milions quan tothom sap que la despesa estarà al voltant dels 1.350”, va afegir el president.

Set noves incorporacions que garanteixen un relleu generacional

En aquesta Junta proclamada electa el passat 26 d’abril són **set les noves incorporacions a l’equip de Govern** i s’han produït canvis a secretaria, vicetresoreria, a les vocalies de número 2, 3 i 5, i a les vocalies de Dermofarmàcia i Productes Sanitaris, Distribució, Hospitals i Plantes Medicinals i Homeopatia. Aquesta renovació, en paraules del President, contribueix al fet que **“la mitjana d’edat sigui de menys de 50 anys i a fer possible un relleu generacional que garanteixi seguir en la línia que sempre ha caracteritzat aquest Col·legi: la voluntat d’impulsar la professió per fer arribar també més lluny el que podem oferir als pacients”**.

La nova Junta de Govern

- 1 President – Jordi de Dalmases Balañá
- 2 Vicepresident – Francesc Pla Santamans
- 3 Secretari – Jordi Casas Sánchez



ANTONI COMÍN: “ELS FARMACÈUTICS SÓN AGENTS SANITARIS CLAU PER LA GARANTIA DEL DRET A LA SALUT DELS CIUTADANS”

- 4 Tresorer – Joan Calduch Porta
- 5 Vicetresorera – Núria Bosch Sagrera
- 6 Vocal 1 – Francesc Llambí Mateos
- 7 Vocal 2 – Guillermo Bagaria de Casanova
- 8 Vocal 3 – Aina Surroca Rebes
- 9 Vocal 4 – Josep Manel Llop Talaverón
- 10 Vocal 5 – Marta Amat Flinch
- 11 Vocal d'Anàlisi – Lluïsa Juan Pereira
- 12 Vocal d'Alimentació i Nutrició – Anna Bach Faig
- 13 Vocal d'Atenció Primària – Roser Vallès Fernández
- 14 Vocal de Dermofarmàcia i Productes Sanitaris – Marta Alcalde Matarranz
- 15 Vocal de Distribució – Ana Maria Culleré Córdoba
- 16 Vocal d'Hospital – Cristina Roure Nuez
- 17 Vocal de Plantes Medicinals i Homeopatia – Josep Allué Creus
- 18 Vocal d'Indústria – Ramon Bonet Miralbes
- 19 Vocal d'Investigació i Docència – M. Pilar Gascón Lecha
- 20 Vocal d'Oficina de Farmàcia – Francisca Aranzana Martínez



21 Vocal d'Ortopèdia – Montserrat Gironès Saderra

22 Vocal de Salut Pública – Núria Oliva Salart



Peu de foto:

[Primera fila, d'esquerra a dreta]: Cristina Roure, vocal d'Hospitals; Josep Allué, vocal de Plantes Medicinals i Homeopatia; Guillermo Bagaria, vocal 2; Núria Bosch, vicetresorera; Francesc Pla, vicepresident; Jordi de Dalmases, president; Jordi Casas, secretari; Joan Calduch, tresorer; Francesc Llambí, vocal 1; Aina Surroca, vocal 3; Pilar Gascón, vocal d'Investigació i Docència.

[Segona fila, d'esquerra a dreta]: Roser Vallès, vocal d'Atenció Primària; Anna Bach, vocal d'Alimentació i Nutrició; Josep Manel Llop, vocal 4; Núria Oliva, vocal de Salut Pública; Lluïsa Juan, vocal d'Anàlisi; Marta Alcalde, vocal de Dermofarmàcia i Productes Sanitaris; Francisca Aranzana, vocal d'Oficina de Farmàcia; Ana Maria Culleré, vocal de Distribució; Montserrat Gironès, vocal d'Ortopèdia; Marta Amat, vocal 5; Ramon Bonet, vocal d'Indústria.

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

FORMACIÓ SOBRE COM INVERTIR EN SALUT DE FORMA EFICIENT

Els gestors sanitaris amb més formació en els processos d'avaluació són cada vegada més selectius i exigents amb el finançament dels medicaments amb càrrec als fons públics. Per aquest motiu, **les administracions sanitàries centrals i regionals demanen que les noves alternatives terapèutiques o preventives que accedeixen al mercat demostrin inequívocament eficàcia, seguretat, efectivitat i eficiència.**

Aquests nous medicaments també han d'aportar informació del valor socioeconòmic i la utilitat terapèutica que tenen per aconseguir, en primer lloc, el preu i el finançament, i en segon, per accedir a la cartera de serveis de les prestacions sanitàries del sistema públic de salut (inclusió en les guies farmacoterapèutiques, recomanacions en guies clíniques, informació als professionals, metges i farmacèutics responsables de la utilització en la pràctica clínica habitual). D'aquesta forma, **l'avaluació econòmica s'està convertint en un pilar estratègic en la presa de decisions i la selecció de medicaments en la pràctica clínica habitual.**

Els dies 3 i 4 de març va tenir lloc el curs **"Com invertir en salut de forma eficient? Aplicació de l'anàlisi cost-efectivitat i d'impacte pressupostari a la presa de decisions i la selecció de medicaments"** organitzat pel Col·legi conjuntament amb la Societat catalana de Farmàcia Clínica (SCFC). El curs estava adreçat a farmacèutics d'atenció primària, d'hospitals i de l'administració sanitària; agents sanitaris, responsables de serveis centrals de CA i serveis de salut; i membres de comissions de nous medicaments amb interès a aprofundir els aspectes relacionats amb l'avaluació econòmica d'intervencions sanitàries (Farmacoeconomia).



El curs va permetre als alumnes assistents:

- Conèixer les principals eines farmacoeconòmiques de suport a la presa de decisions i selecció de medicaments: anàlisi cost-efectivitat, anàlisi cost-utilitat i impacte pressupostari.
- Revisar les tècniques de modelització en l'avaluació econòmica d'intervencions sanitàries.
- Adquirir els coneixements necessaris per fer una lectura crítica d'estudis d'avaluació econòmica d'intervencions sanitàries.
- Actuar com a fòrum de discussió sobre l'aplicació dels estudis d'avaluació econòmica en la presa de decisions i selecció de medicaments d'alt impacte pressupostari en la pràctica clínica habitual.



El docent responsable de la formació va ser el doctor en Farmàcia (especialitat farmacologia) per la Universitat Complutense de Madrid **Miguel Ángel Casado**, màster en gestió de la indústria farmacèutica per l'Institut d'Empresa i diplomad en farmacoeconomia i anàlisi de l'ús de medicaments per la Escuela Nacional de Sanidad – Instituto de Salud Carlos III, director de Pharmacoeconomics & Outcomes Research Iberia i director científic de PORIB Gestión Eficiente de la Salud, membre del comitè editorial de la revista Pharmacoeconomics Spanish Research Articles i Pharma Market.

També és codirector del màster d'avaluació sanitària i accés al mercat de la Universitat Carlos III de Madrid. El curs va estar coordinat per **Tomàs Casasín**, vocal d'Hospitals i **Roser Vallès**, vocal d'Atenció Primària, ambdós del COF de Barcelona, i **Julio Martínez**, president de la Societat Catalana de Farmàcia Clínica (SCFC).

La valoració dels alumnes assistents al curs és de 9 com a nota mitjana.

Amb la col·laboració de:



ATENCIÓ PRIMÀRIA: COMUNICACIÓ EFICAÇ I XARXES SOCIALS



Carlos F. Oropesa

Actualment tenim a la nostra disposició de manera constant una gran quantitat d'informació a través d'internet i xarxes socials. Així el gran repte que té actualment el farmacèutic d'Atenció Primària és saber gestionar adequadament tota aquesta informació. I què vol dir gestionar adequadament la informació? I com ho podem fer? **Carlos Fernández Oropesa**, un dels farmacèutics *bloguers* d'Atenció Primària més influents de tota Espanya (és membre del comitè editorial del blog oficial [Farmacia de Atención Primaria](#) de la Sociedad Española de Farmacéuticos de Atención Primaria i farmacèutic d'atenció primària de l'àrea de gestió sanitària nord-est de Granada) va donar resposta a aquestes preguntes **al taller sobre xarxes socials i gestió de la informació**, que va tenir lloc al COFB el 31 de març.

F. Oropesa va explicar com és d'important el **lideratge dels farmacèutics d'atenció primària en la gestió del coneixement sobre medicaments entre els professionals de la salut**. Per mantenir aquest lideratge, cal que els **farmacèutics estiguin constantment actualitzats** amb la informació que realment sigui rellevant, saber de tot aquest excés de dades **quina font és fiable i important per difondre-la**. En definitiva, han de saber gestionar la informació per poder gestionar el coneixement de manera fiable.

“Com que tenim altres tasques i no podem estar tota la nostra jornada pendents de totes les fonts d'informació, són bàsics i de gran ajuda els gestors de les fonts d'informació. Un exemple molt útil que és va explicar és **Feedly**, aplicació disponible de manera lliure a Internet i que permet endreçar i consultar d'una manera àgil totes aquelles fonts d'informació que nosaltres hem prioritzat prèviament per ser unes fonts de confiança i importants dins la comunitat científica” assenyala Roser Vallès, vocal d'Atenció primària del COFB. “També ens va explicar altres aplicacions com **l'One Note** o la importància de la utilització de les xarxes socials per a la nostra tasca professional”.



Roser Vallès, vocal d'Atenció Primària del COFB, i el docent del curs

“Com ha passat en altres tallers que ens ha donat el F. Oropesa, la informació que ens ofereix sempre ens ajuda a millorar el nostre dia a dia i ser més eficients en el nostre temps dedicat a la gestió de la informació. I tota això d’una manera pràctica, senzilla i amena, sempre és un plaer escoltar-lo” conclou Vallès.

El dia a dia del farmacèutic d’atenció primària ofereix múltiples oportunitats per fer presentacions o exposar davant dels professionals sanitaris que formen part de l’equip assistencial. Si aprenem a comunicar-nos efectivament podem construir una comunicació més satisfactòria entre els professionals sanitaris de manera que aconseguim expressar de forma clara i directa allò que volem transmetre.

El taller “**Comunicació eficaç en atenció primària**”, que va tenir lloc el 19 d’abril, el va conduir la periodista **Carme Chaparro**, presentadora i coeditora de Informativos Telecinco, col·laboradora habitual en diferents publicacions de premsa escrita i tertuliana de Punto Radio. L’objectiu era oferir diferents eines, als farmacèutics i farmacològs que treballen a atenció primària, que poden ajudar a millorar la tècnica de comunicació sobretot en les presentacions en públic. Mitjançant exemples reals i molt divertits de presentacions públiques de personatges famosos (sobretot polítics), Chaparro va donar algunes directrius bàsiques a tenir en compte, per exemple:



La periodista i docent de la formació, Carme Chaparro

- És imprescindible una **bona preparació prèvia** davant de qualsevol acte de comunicació.
- Ser **molt clars i concisos en els missatges** (millor pocs missatges i clars que no intentar transmetre moltes idees en poc temps).
- **Repetir aquests missatges** i sobretot **posar passió i honestedat** en la nostra comunicació.

La segona part del taller va consistir en filmar a tots els alumnes durant les seves presentacions orals d’un minut aproximadament sobre un tema lliure que escollien ells mateixos. Després, entre tots, es va analitzar cadascuna de les gravacions des del punt de vista de la tècnica de comunicació (llenguatge verbal i no verbal).

“Va ser un taller molt útil ja que per als farmacèutics d’atenció primària és fonamental dominar les tècniques de comunicació. **Una de les nostres tasques principals és la gestió del coneixement i forma part d’aquesta gestió el saber transmetre aquest coneixement**, és a dir, comunicar i actuar com assessors per la resta de professionals d’atenció primària” explica Roser Vallès, vocal d’Atenció Primària del COF Barcelona.



ATENCIÓ PRIMÀRIA: COMUNICACIÓ EFICAÇ I XARXES SOCIALS



La vocal del COFB, Roser Vallès, va presentar el taller als farmacèutics assistents

Ambdues formacions estaven adreçades a farmacèutics d'atenció primària i van estar coordinades per Roser Vallès Fernández, vocal d'Atenció Primària del COF de Barcelona, i Esther Amado, vocal a Catalunya, Sociedad Española de Farmacéuticos de Atención Primaria (SEFAP).

Amb la col·laboració de:

Comunicació eficaç en atenció primària



Taller de xarxes socials



DIA NACIONAL DE LA NUTRICIÓ: ELS FARMACÈUTICS RECORDEN LA IMPORTÀNCIA DE LA HIDRATACIÓ EN GENT GRAN I ESPORTISTES

 EL COS TÉ SET,
BEUS **PROU AIGUA?**



**el farmacèutic
et dóna
consell alimentari**

 COL·LEGI DE
FARMACÈUTICS
DE BARCELONA

Cartell de la campanya

Les farmàcies de Barcelona podran oferir a partir de demà, 28 de maig, Dia Nacional de la Nutrició, xerrades informatives i consells sanitaris per conscienciar sobre la importància de la hidratació als dos col·lectius amb més risc: gent gran i esportistes. Aquesta iniciativa, que porta per lema “El cos té set, beus prou aigua?”, s’ha posat en marxa des de la Vocalia d’Alimentació i Nutrició del Col·legi de Farmacèutics de Barcelona (COFB) en el marc de la campanya “Hidratar-se és salut”, promoguda per la Federació Espanyola de Societats de Nutrició, Alimentació y Dietética (FESNAD), amb motiu de la 15a edició d’aquest Dia Nacional.

“Considerem que la gent gran es troba entre els grups de risc de deshidratació, ja que tenen un menor consum de líquids, a causa, principalment, d’una disminució de la sensació de set i canvis en el sentit del gust”, explica Anna Bach, vocal d’Alimentació i Nutrició del COFB. “Pel que fa als esportistes –afegeix– el mateix exercici físic és el que pot conduir a la deshidratació si no es prenen les mesures pertinents, fet que porta també a un pitjor rendiment en l’esport que es practica”. “Amb aquesta campanya volem

precisament que el farmacèutic, a través del seu consell sanitari, pugui contribuir a prevenir els problemes de salut que se’n poden derivar de no hidratar-se correctament, i aconseguir, d’aquesta forma, que aquests dos col·lectius gaudeixin d’una millor qualitat de vida”, concreta Anna Bach.

Sota el lema “El cos té set, beus prou aigua?”, la Vocalia d’Alimentació i Nutrició del COF de Barcelona ha preparat materials perquè els farmacèutics puguin oferir consells sanitaris a aquests dos col·lectius, que són els que tenen més risc de deshidratació.

Aquesta iniciativa pròpia s’ha posat en marxa en el marc de la campanya “Hidratar-se és salut”, promoguda per la Federació Espanyola de Societats de Nutrició, Alimentació y Dietética (FESNAD), amb motiu de la 15a edició d’aquest Dia Nacional



DIA NACIONAL DE LA NUTRICIÓ: ELS FARMACÈUTICS RECORREN LA IMPORTÀNCIA DE LA HIDRATACIÓ EN GENT GRAN I ESPORTISTES

12 qüestions clau per mantenir-se hidratat correctament

En aquest context, des de la vocalia d'Alimentació i Nutrició el passat 19 de maig es va organitzar una **formació pràctica centrada en estratègies d'hidratació en gent gran i esportistes** a càrrec d'Anna Paré, farmacèutica i dietista-nutricionista, membre actiu de la vocalia d'Alimentació del COFB; Assumpció Roset, comissionada d'Alcaldia de la Gent Gran de Barcelona i ex vocal d'Alimentació i Nutrició del COFB; i Andreu Prados, farmacèutic i dietista-nutricionista, especialitzat en comunicació del sector de la salut. Amb aquest acte, moderat per Anna Bach, **els farmacèutics van obtenir les eines necessàries per després poder organitzar xerrades o oferir consell sanitari sobre aquest tema a la mateixa farmàcia, o bé a centres, com els Centres d'Atenció Primària (CAP).**

Alhora, també compten amb el suport de **diferents materials divulgatius elaborats per a aquesta campanya.**

Per una banda, un **díptic que conté 12 qüestions clau sobre com mantenir-se hidratat.** Algunes de les recomanacions que es donen són beure al voltant de sis gots d'aigua al dia per ajudar a equilibrar les pèrdues diàries; mantenir-la a una temperatura no inferior a 10°C-15°C i hidratar-se cada 30 minuts si es va a caminar o a fer exercici. D'altra banda, també respon a preguntes com **quins són els senyals de deshidratació** –boca seca, pell encartonada, orina fosca i amb mala olor, mareig, cansament i mal de cap-, o bé quins són els medicaments que requereixen més aigua –alguns diürètics, els antihistamínics, els laxants i els quimioteràpics-.

Hidratació també és salut

1. Beus aigua en forma que no tinguis set? Les infusions, les gelatines, els líquids vegetals i els sucos de fruita natural també compten.
2. Amb quina freqüència es beu? Cal beure aigua tot el dia, fins i tot fora dels apartats i en petites quantitats.
3. Saps quant gots d'aigua beus al dia? Al voltant de sis gots a equilibrar les pèrdues diàries.
4. En quines situacions has de beure més aigua? Quan et moves més, quan fa calor, tens febre, diarrea o vòmits.
5. Saps quins són els aliments que aporten més aigua? La fruita, la verdura i les herbes.
6. Quins malalties requereixen beure més aigua? El mal de cap, les infeccions d'orina i els problemes respiratoris.
7. Quins medicaments requereixen beure més aigua? Alguns diabètics, els antiàstèmics, els laxants, els quimioteràpics.
8. Saps que TOTS els medicaments s'han de prendre amb un got d'aigua? És millor que sigui sense gas i amb els medicaments que tenen fibra (al segell, la cistella, Plonago evita...) i encara més.
9. Saps quins són els senyals de la deshidratació? Boca seca, pell "encartonada", orina fosca i amb mala olor, mareig, cansament i mal de cap.
10. Saps quines són les begudes que no hidraten? El cafè i el te, les begudes alcohòliques i les encorçades.
11. La temperatura de l'aigua és important per obtenir una bona hidratació? Sí, la temperatura del aigua no ha de ser inferior a 10-15°C.
12. Quan vas a caminar o fer exercici t'empertes aigua? Cada 30 minuts has d'hydratar-te.

Díptic amb 12 qüestions clau sobre com mantenir-se hidratat



RECOMANACIONS D'HIDRATACIÓ PER A L'ESPORTISTA



01 ABANS de fer exercici físic

Comença a beure 2-3h abans
Drinca de color clar i 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 30min. = prendre 150(250ml) de líquid
NO beure begudes amb gas o alcohol i suc de fruita naturala

Temperatura beguda = 10°C

03 DESPRÉS de fer exercici físic

Rehidrata't!
Prèn aigua + carbohidrats + sals minerals
Ara sí pots beure suc de fruita naturala



+ INFO

Beu abans de tenir sensació de set i comença l'exercici ben hidratat
Les begudes per a esportistes han de portar 6-8g de carbohidrats i entre 400 i 1100 mg de sodi/lit. Prèn abans de la competició per exemple una lletada hidratant.
Beure suc amb hidrats de carboni i sals minerals, especialment sodi, millora el rendiment de l'esportista.

Grup de treball de Consulta d'Esport i de la Vocalia d'Innovació i Mitjans



Infografia amb recomanacions per als l'esportista

Gent gran

Més específicament, **per a la gent gran**, a més de proporcionar aquest díptic, s'ha recuperat un recull de **20 consells sobre envelliment actiu i saludable**, elaborat pel grup de treball de la Vocalia, amb l'objectiu que les recomanacions sobre hidratació vagin en la línia de promoure aquest estil de vida.

Esportistes

Pel que fa als esportistes, les recomanacions s'han dividit en tres apartats. En primer lloc, **abans de fer exercici físic**, s'aconsella començar a beure 2-3h abans i evitar fer-ho els 30 minuts previs a la competició. En segon lloc, **mentre dura l'exercici físic**, és important anar alternant l'aigua amb sals minerals i carbohidrats, excloent les begudes amb gas o alcohol i suc de fruita naturala. Per últim, **un cop ha finalitzat**, es recomana rehidratar-se amb diferents líquids, entre els quals es troben aigua, carbohidrats, sals minerals i suc de fruita naturala.

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



EL COL·LEGI COL·LABORA EN LES ACTUALITZACIONS DE DOS DICCIONARIS ESPECIALITZATS: LÈXIC DE FÀRMACS I DEMCAT

El Col·legi de Farmacèutics de Barcelona col·labora en les actualitzacions dels diccionaris en línia **Lèxic de fàrmacs** i **Diccionari enciclopèdic de medicina** (DEMCAT). Les novetats es poden consultar a les webs corresponents.



Enguany, el **Lèxic de fàrmacs** ha inclòs un total de **seixanta noves entrades**, denominacions que componen les principals novetats terminològiques que s'han produït, i aprovat, al llarg del 2015. Els termes han estat seleccionats per especialistes del Centre d'Informació del Medicament del Col·legi i pel TERMCAT, que ha dut a terme la revisió terminològica. Totes les entrades es poden consultar en català, castellà, francès i anglès, a partir de les accions terapèutiques que tenen i/o pel 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. L'actualització es realitza anualment.



Pel que fa al **Diccionari enciclopèdic de medicina** (DEMCAT), ha estat actualitzat amb les dades resultants del treball terminològic dut a terme durant l'any 2015 en el marc del projecte DEMCAT, que té com a objectiu l'elaboració d'un nou diccionari de medicina en llengua catalana. El contingut del diccionari en línia es va revisant i completant progressivament en actualitzacions periòdiques, en funció de les fases del projecte. El DEMCAT compta amb l'assessorament del Comitè Científic de Farmacologia, constituït a mitjans de juliol de l'any passat,

del que forma part Núria Casamitjana, responsable del Centre d'informació del Medicament (CIM) del Col·legi.

Acord de confidencialitat, epratuzumab o medicament biofarmacèutic són alguns exemples de les prop de 1.300 fitxes noves que han estat creades al llarg de l'any. A dia d'avui, el diccionari conté **72.500 fitxes**, de les quals **3.150 han començat l'etapa de validació final** (és el cas de **amprenavir, rinitis al·lèrgica o virus de l'Ebola**).

Font de la notícia: [TERMCAT](#) i [DEMCAT](#)

Potser també t'interessa:

- [El Col·legi forma part del Comitè de Farmacologia del nou 'Diccionari enciclopèdic de medicina' DEMCAT](#) (Blog)
- [Sofosbuvir, plazomicina, cadazolid... nous medicaments a l'actualització del Lèxic de fàrmacs](#) (Blog)

RECOMANACIONS DEL FARMACÈUTIC: L'ASMA



Logo del Dia Mundial de l'Asma (via Gina)

Avui, 3 de maig, és el **Dia Mundial de l'Asma**, una iniciativa que promou anualment la Global Initiative for Asthma (GINA) amb l'objectiu de conscienciar a la població de les càrregues que suposa aquesta malaltia a qui la pateix i de la possibilitat de tenir-la sota control, portant una vida saludable sense limitacions. L'asma és un dels temes destacats al nostre web de salut Farmaceuticonline.

És tracta d'una **malaltia inflamatòria crònica** de les vies aèries que dificulta el pas de l'aire a través dels bronquis. Es presenten episodis repetits de tos i/o xiulets, i és reversible ja sigui espontàniament o mitjançant l'administració de broncodilatadors. Té una **gran prevalença a la població infantil**: es calcula que entre el 5 i el 10% dels nens menors de 10 anys en tenen. No obstant, no sempre es diagnostica adequadament, i això en dificulta el control. **Els primers símptomes es presenten abans dels 5 anys** i és més freqüent en els nens que en les nenes.



- Es recomana una educació del pacient perquè sàpiga com ha d'actuar i quan cal anar al metge.
- És necessari augmentar les capacitats i la confiança del malalt respecte a la malaltia.
- Convé insistir-hi en la pràctica dels exercicis respiratoris.
- Cal educar el pacient perquè sàpiga reconèixer els seus propis desencadenants i mirar d'evitar-los, o bé saber actuar per controlar-los.



[Consulta altres consells del farmacèutic](#)

Teniu **més informació** sobre les seves causes, símptomes i senyals, els seus objectius i tractament, els medicaments més comuns per tractar-lo i la seva administració, el seguiment de la seva evolució i les preguntes més freqüents **al nostre web de salut, Farmaceuticonline: [l'asma](#)**.



RECOMANACIONS DEL FARMACÈUTIC: L'ASMA

Més informació:

Amb motiu del Dia Mundial, a Espanya, el **grup de vies respiratòries de l'Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)** posa a lliure disposició informació relativa als passos per a un control de la malaltia; en el següent enllaç us podeu descarregar els document "Cinco Pasos positivos para reducir el impacto del Asma", elaborat pel grup de treball que ajuden a tenir un millor control de la malaltia, i el Decàleg de l'asma, per centrar els punts importants del seu tractament, ambdós en PDF.

- Día Mundial del Asma (via Portalfarma)
- Asma (via OMS)
- Consell farmacèutic sobre asma infantil (Blog)
- Consells en micronutrició i fitoteràpia per a les al·lèrgies (Blog)
- Paper de la farmàcia comunitària en la prevenció i control de l'MPOC (Blog)



Blog  COL·LEGI DE
FARMACÈUTICS
DE BARCELONA

