

#MAIG 15

# Recull mensual del *Blog* COL·LEGI DE FARMACÈUTICS DE BARCELONA



NOTÍCIES FARMÀCIA

MON COL·LEGIAL

OPINIONS DEL COL·LEGI

RECOMANACIONS

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

[blog.cofb.cat](http://blog.cofb.cat)







## SEGUIM DENUNCIANT EL RETARD EN EL PAGAMENT DE LES FACTURES

Un total de **226,8M€** és el deute que acumula la Generalitat amb les farmàcies catalanes. Aquesta xifra surt de la suma de la **factura dels medicaments dispensats al març (119,5M€)**, que s'hauria d'haver fet efectiva el **5 de maig**; i la **factura de febrer (107,3M€)**, que s'hauria d'haver pagat el **5 d'abril**.

Després de les negociacions per part del Consell de Col·legis de Farmacèutics de Catalunya (CCFC) i l'empresarial FEFAC, tant amb l'Administració central com amb la Generalitat, finalment el passat 9 d'abril va arribar un FLA Extraordinari amb què es va cobrir la factura pendent del mes de desembre (118,5M€). Tot i això, **el retard continua sent de dos mesos**.

Davant aquesta situació, que encara no té data de resolució, els farmacèutics continuen reclamant que el pagament dels medicaments sigui una prioritat per a les Administracions de la mateixa manera que ho és per als pacients i que s'acabi amb els endarreriments que venen patint des de fa quatre anys.

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

**LA VANGUARDIA**  
 Francesc Pla

### Els cansats

**H**i ha expressions populars que amaguen l'experiència acumulada durant molts anys. Podem ben dir que són sàvies. N'és un exemple aquella que sovint diuen els deutors quan satisfan el deute: "Qui paga descansa", i llavors el que pateix el deute respon "I qui cobra encara més". Real com la vida mateixa.

Si traslladem aquest diàleg a la crua realitat del país, de seguida arribarem a la conclusió que vivim en un país cansat i que els farmacèutics estem exhausts. La situació de l'Administració catalana encara és la que acaba patint qui gasta més del que ingressa. El problema primari és aquest. Tot i ser crucial el debat sobre les causes que han portat el país a aquesta difícil situació, i que també ho és el que fa referència a les polítiques que cal aplicar per endreçar aquest desgavell, una de les coses que avui cal decidir urgentment és la planificació i la prioritització dels pagaments de les factures dels medicaments dels ciutadans de Catalunya en aquestes circumstàncies i posar fi definitivament a la incertesa en què estem instal·lats. Ni més ni menys del que cal que fem la majoria de nosaltres cada dia.

El PLA, vicepresident del Consell de Farmacèutics de Catalunya, ha decidit tenir.

En aquesta mateixa línia de denúncia, recuperem l'article publicat a la secció d'Opinió del diari **La Vanguardia** el **14 d'abril**, signat pel vicepresident del Col·legi, Francesc Pla. El podeu llegir íntegrament a continuació:

### Els cansats

Hi ha expressions populars que amaguen l'experiència acumulada durant molts anys. Podem ben dir que són

sàvies. N'és un exemple aquella que sovint diuen els deutors quan satisfan el deute: "Qui paga descansa", i llavors el que pateix el deute respon "I qui cobra encara més". Real com la vida mateixa.

Si traslladem aquest diàleg a la crua realitat del país, de seguida arribarem a la conclusió que vivim en un país cansat i que els farmacèutics estem exhausts. La situació de l'Administració catalana encara és la que acaba patint qui gasta més del que ingressa. El problema primari és aquest. Tot i ser crucial el debat sobre les causes que han portat el país a aquesta difícil situació, i que també ho és el que fa referència a les polítiques que cal aplicar per endreçar aquest desgavell, una de les coses que avui cal decidir urgentment és la planificació i la prioritització dels pagaments de les factures dels medicaments dels ciutadans de Catalunya en aquestes circumstàncies i posar fi definitivament a la incertesa en què estem instal·lats. Ni més ni menys del que cal que fem la majoria de nosaltres cada dia.





No ens pertoca als professionals fer propostes polítiques capaces d'apaivagar aquest incompliment reiterat dels terminis de pagament, tot i que les dades clarament apunten cap a un finançament insuficient de les obligacions que representa mantenir un Estat de benestar com el que hem decidit tenir.

Els farmacèutics som un col·lectiu divers i, per tant, les opinions sobre les receptes que cal seguir per aconseguir superar aquesta crisi també ho són, però no té fissures alhora d'insistir que no es pot tibar més la corda de la paciència. Estem cansats de no saber si cobrarem o no a final de mes, de si la factura dels medicaments estarà en el FLA (Fons de Liquiditat Autòmic) o si algú, no sabem ben bé qui, decidirà aquell mes no posar-la, d'estar pendants de si el Tresor alliberarà els fons o si no convindrà fer-ho per qualsevol motiu, d'esperar un pressupost realista i no un apunt comptable irreal per tal que el Govern de torn pugui quadrar els comptes que ja sap que no complirà. Estem molt cansats, encara que, com diu una altra sàvia expressió, els cansats fan la feina.





## LA VOCALIA D'ALIMENTACIÓ PARTICIPA EN LA SETMANA DE LA SALUT DE VILASSAR DE MAR



Del 7 al 19 d'abril, Vilassar de Mar va acollir la **4a Setmana de la Salut**, una iniciativa per informar, prevenir i fomentar hàbits saludables entre la població. Ana Maria Andrés, farmacèutica comunitària i membre de la Vocalia d'Alimentació del Col·legi, va donar una xerrada a la biblioteca de la ciutat per explicar quins són els **bons hàbits per a una menopausa saludable**. Un exemple similar són les activitats que engloba el Programa d'Educació Nutricional del COFB (PEN): l'any passat es van realitzar diverses sessions de "Menjar bé quan ets gran" a casals i centres de gent gran, encarregades per la Diputació de Barcelona.

Els canvis de nivell hormonal poden donar lloc a l'aparició d'una sèrie de símptomes més o menys acusats que es poden tractar i prevenir amb una bona alimentació i un estil de vida saludable. Els tres pilars fonamentals per a una correcta alimentació i estil de vida durant

la menopausa impliquen **alimentar-se de forma variada i saludable, hidratar-se i activar-se i relaxar-se**. Podeu consultar el tríptic informatiu que es va entregar [aquí](#). Andres també va difondre els resultats de l'estudi "Educació nutricional en la menopausa", emmarcat en la 5a edició del Pla d'Educació Nutricional pel Farmacèutic (Plenufar).

Aquesta setmana dedicada a la salut al municipi va estar organitzada per la Comissió d'Estils de Vida Saludables de Vilassar de Mar (premi PAAS de Salut Comunitària 2010), de la qual formen part les regidories de Salut Pública, Ensenyament, Esports, Comunicació, Joventut, Medi Ambient i Serveis Socials de l'Ajuntament, els centres educatius del municipi i les seves AMPES i el CAP Dr. Masriera. Durant la setmana es van oferir tallers oberts de prevenció d'accidents, de fer marxa nòrdica, de recuperació del sòl pelvià, de nutrició, de formatges artesans, de massatge infantil, de relaxació, de salut postural i de moviment expressiu, entre d'altres.



Ana Maria Andrés, al centre de la taula, durant la xerrada informativa

Font: Flickr Ajuntament de Vilassar de Mar

**Vídeo i fotos de la 4a Setmana de la Salut** (via web ajuntament Vilassar de Mar)

**Potser també t'interessa:** [Plenufar 5: les dones en edat climatèrica a Catalunya consumeixen més brixeria però menys tabac que la mitjana espanyola](#)



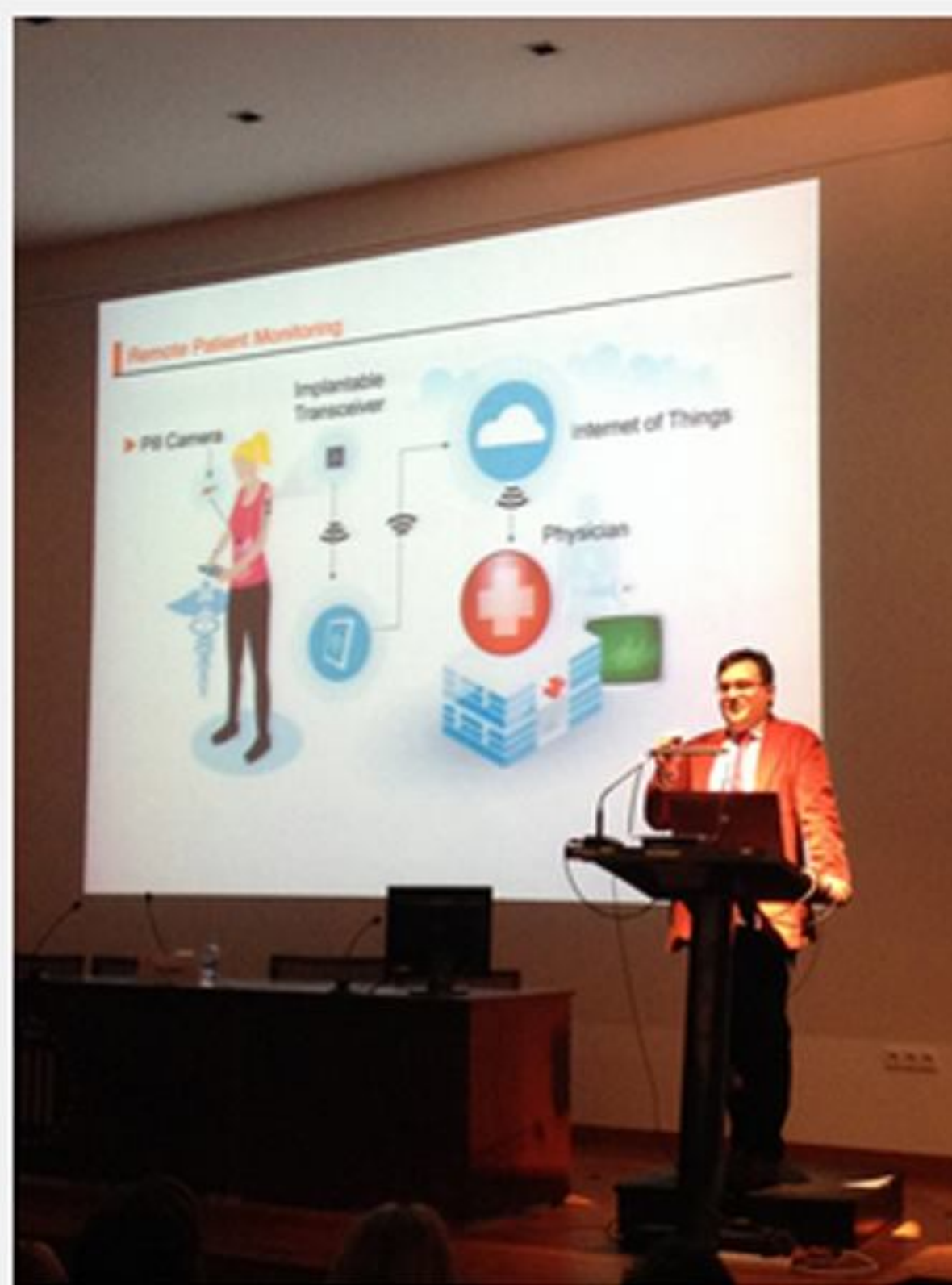
## JORNADA PER ABORDAR EL PAPER DE LES NOVES TECNOLOGIES EN L'ÚS SEGUR DELS MEDICAMENTS

Amb l'objectiu d'abordar els aspectes tant positius com negatius de la incorporació de les noves tecnologies en la pràctica clínica diària dels professionals de la salut, i valorar com influeixen en la prevenció dels errors amb la medicació, prop de 200 professionals es varen donar cita el 14 d'abril a la 6a Jornada monogràfica "Seguretat del pacient i medicaments" organitzada pel Departament de Salut i la Societat Catalana de Farmàcia Clínica. La Jornada, que se celebra bianualment va comptar amb la participació de professionals tant de l'àmbit sanitari com tecnològic.

Com establir mesures que confereixin una major seguretat en la seva pràctica clínica diària, les conseqüències que poden tenir els errors de medicació sobre els pacients i les repercussions que poden representar aquests errors, no només en els pacients sinó també en ells, varen ser algunes de les principals preocupacions dels professionals que van assistir a aquesta jornada, majoritàriament farmacèutics de diferents àmbits.

**Marta Massanés, coordinadora del Programa de Prevenció d'Errors de Medicació de Catalunya, i Manel Rabanal, cap de secció de Vigilància i Publicitat de Medicaments de la Direcció General d'Ordenació i Regulació Sanitàries del Departament de Salut,** resumeixen algunes de les principals conclusions de la Jornada:

En la **conferència inaugural**, **Tino Martí, responsable de l'Àrea Internacional de la Fundació TicSalut**, va explicar que avui en dia no és possible abordar la seguretat del pacient sense les tecnologies de la informació. La introducció de la tecnologia permet construir més processos, millors i diferents ja que no només incrementa la productivitat i la qualitat sinó que afavoreix igualment la innovació estructurada i la transformació dels processos. Així mateix, va destacar la importància de millorar l'aprofitament de la tecnologia dins l'àmbit social, com a eina de col·laboració multidisciplinària i amb el pacient. No obstant, tot i que l'error és humà, la tecnologia també pot fer mal en determinats processos com una identificació incorrecta del pacient, en processos on participen persones amb una manca de familiaritat amb les noves tecnologies, en seleccions de medicació per defecte en grups que tenen unes característiques especials (gent gran, baix pes), o bé la interrupció del flux de treball per un excessiu nombre d'alertes o avisos que puguin interrompre. Per acabar, va suggerir que cal estudiar amb més profunditat com analitzem l'impacte que tenen les noves tecnologies en matèria de seguretat de pacients atès que sovint, és molt difícil avaluar l'impacte que poden tenir determinats aspectes o accions que depenen de nombrosos factors.



Tino Martí, responsable de l'Àrea Internacional de la Fundació TicSalut, a la conferència inaugural





A la **primera taula de la jornada, "Estratègies preventives de seguretat en el circuit del medicament"**, **Arantxa Catalán, de l'Agència d'Informació, Avaluació i Qualitat en Salut (AIAQS)**, considera, segons el seu parer, que vivim en una societat sobrediagnosticada i sobretractada, on els pacients polimedicats són més susceptibles de patir errors amb la medicació i, per això, calen estratègies que confereixin seguretat al sistema i ajudin a reduir la taxa d'aparició d'aquests errors. Va explicar que els pilars bàsic per minimitzar els errors són les eines electròniques, com les *Guies Farmacoterapèutiques electròniques*; les eines d'ajuda a la presa de decisions, com el *Prefasego* o el *Self-Audit*; la conciliació de la medicació entre els diferents processos assistencials, i la revisió de la medicació.

Per la seva banda, **Anna Farriols, del Servei de Farmàcia de l'Hospital Vall d'Hebron**, i **M<sup>a</sup> Carmen Frias, del Servei de Farmàcia de la Corporació Sanitària del Parc Taulí de Sabadell**, van destacar a la seva intervenció que els fàrmacs citostàtics són considerats medicaments d'alt risc, ja que un error de medicació amb algun d'ells pot comportar conseqüències molt greus per al pacient. Són fàrmacs d'estret marge terapèutic, amb els que cal individualitzar les dosis segons el pacient, presenten una elevada toxicitat, etc. Tot això fa imprescindibles els sistemes informatitzats i la tecnologia, per tal de garantir-ne un ús més segur. Van explicar també que aquests sistemes incorporen controls qualitatius que garanteixen que el fàrmac és l'indicat i controls quantitius que garanteixen que la dosi és la que pertoca, i que poder garantir la traçabilitat dels processos permet detectar possibles errors en temps real i establir mesures de seguretat. La seva incorporació ha permès reduir els errors de medicació a taxes de al voltant d'un 0%.

A la **segona taula, "Sistemes personalitzats de dosificació"**, **Mercè Barau, vocal del Col·legi**, va destacar el paper que juga el farmacèutic comunitari en la millora de l'adherència a través d'una eina com són els sistemes personalitzats de dosificació (SPD), un servei que donen les farmàcies de Barcelona des de fa més de 10 anys. Un dels principals punts forts dels SPD a la farmàcia són la preparació correcta de la medicació i l'afavoriment de l'adherència al tractament i el seu ús racional així com el valor afegit que suposa el seguiment farmacoterapèutic per part del farmacèutic comunitari. Per contra, el seu principal punt feble són els recursos humans que s'aporten per realitzar aquests SPD. Per la seva banda, **Aurèlia Garcia, farmacèutica comunitària** i **Marc Tarruell, director comercial d'HD Medi**, van explicar que els robots de dispensació automàtica aporten una millora en la preparació i manipulació dels medicaments amb una dràstica reducció dels errors. No obstant, el fet que un robot et permeti preparar medicació per a un nombre molt més elevat de pacients pot anar en detriment de la capacitat de seguiment farmacoterapèutic d'aquests pacients. Considera que està en mans de cada oficina de farmàcia, i dels professionals que hi desenvolupen la seva pràctica diària, que destinin recursos i dedicació necessaris, per tal de mantenir la qualitat en l'atenció que reben els seus pacients. Per tancar la taula, **Joan Antoni Schoenenberger, del Servei de Farmàcia de l'Hospital Arnau de Vilanova de Lleida**, va remarcar que, en relació als sistemes de dispensació per dosi unitària, cal fer una revisió d'aquests sistemes de dosificació ja que no existeix un model ideal; cada institució hauria de fer el seu propi anàlisi, identificant quins processos aporten valor: identificar llavors quines són les tecnologies més adients especialment per millorar la seguretat i l'eficàcia i seguir un procés actiu d'avaluació continuada.





Tomàs Casasín, vocal d'Hospitals del COFB, durant la seva intervenció

A la tercera i última taula de la jornada, “Experiències innovadores en la millora de la seguretat en la utilització dels medicaments”, moderada per Tomàs Casasín, Cap del Servei de Farmàcia de l'Hospital de Viladecans i vocal d'Hospitals del Col·legi, Sergio Plata, resident de farmàcia del Complex Hospitalari d'Albacete i Alfredo Montero, resident de farmàcia de l'Hospital Nuestra Señora de Candelaria de Tenerife, van destacar que les xarxes socials disposen d'un elevat potencial i la

tecnologia 2.0 permet arribar a molta més gent i de forma molt més àgil i immediata. La difusió de la informació no presenta fronteres, ni entre països ni entre àmbits professionals. Cada xarxa social pot oferir opcions diferents i cal saber quina és més indicada en cada cas i com traure-li el millor profit sent crucial la participació i implicació de tots els actors, incloses les autoritats sanitàries i la indústria farmacèutica.

Finalment, **Enric Macarulla, del centre de simulació 4D Health**, va presentar el projecte 4DHealth, una iniciativa que mitjançant la simulació en un entorn com el real, pretén millorar les competències tant dels professionals sanitaris com dels mateixos pacients/cuidadors, i alhora, se centra en establir barreres per tal de no es produeixin de nou els mateixos errors. És necessari que el professional pugui recrear situacions reals sense tenir el pacient davant, i en aquestes situacions s'observa que, sovint, estem més habituats a identificar els errors de tipus tècnic i no tant els errors no tècnics, és a dir, aquells que estan relacionats amb el factor humà (lideratge, empatia, suport als companys, etc.).

**Més informació i documentació de cada ponència:** [Més de 150 professionals de diferents àmbits es reuneixen per tractar el paper de les noves tecnologies en l'ús segur dels medicaments \(via Gencat\)](#)





## “VOLS DEIXAR DE FUMAR? AQUÍ T’AJUEM. PREGUNTA’NS!”: SETMANA SENSE FUM A LES FARMÀCIES CATALANES (DEL 25 AL 31 DE MAIG)



Xapa identificativa dels farmacèutics que col·laboren en la campanya

El 25 de maig es donarà el tret de sortida a la **Setmana sense Fum 2015**. Les farmàcies catalanes s’han sumat a la campanya, juntament amb l’Agència de Salut Pública de Catalunya, i els professionals de la medicina i la infermeria comunitària -a través de la CAMFIC i de l’Associació d’Infermeria familiar i comunitària de Catalunya, respectivament-, per transmetre als ciutadans que en els professionals sanitaris poden trobar un aliat per ajudar-los a deixar de fumar, la decisió més important que poden prendre per evitar ictus, càncers, infarts o malalties pulmonars obstructives cròniques.

Els farmacèutics, professionals compromesos amb la salut, disposen de **materials divulgatius per ajudar a acabar de convèncer als indecisos i donar les eines necessàries per orientar en el procés de deshabitació tabàquica** a aquelles persones que es decideixin a deixar de fumar.

Aquest any el lema de la campanya serà **“Vols deixar de fumar? Aquí t’ajudem. Pregunta’ns!”**, un eslògan que vol deixar palès que els farmacèutics, agents de salut de proximitat, estan compromesos a treballar de manera conjunta per ajudar a totes les persones que s’adrecen a la farmàcia amb la necessitat de deixar de fumar.

Aquesta edició de la Setmana sense Fum 2015 vol sensibilitzar a la població general de la importància que, per la seva salut i per la de les persones del seu entorn, té el fet de deixar de fumar i respirar aire lliure del fum de tabac, i transmetre a les persones que vulguin deixar el tabac que els farmacèutics comunitaris poden ajudar a deixar de fumar a aquells que ho necessitin.



# El teu farmacèutic et dóna **10 motius** per deixar de fumar

## Com milloraria la teva vida sense el tabac?

- Deixar de fumar és la decisió més important que pots prendre per prevenir un infart, un ictus cerebral, una insuficiència respiratòria crònica o un càncer.
- Milloraria la teva funció pulmonar i sentiràs més fàcil per afrontar qualsevol repte físic, des d'unes escales a una mitja marató.
- Milloraria la teva sexualitat i fertilitat.
- Si estàs embarassada, a més de beneficiar-te tu, reduiràs les complicacions en la salut del futur nadó i del part.
- Tomaràs a sentir les olors i a assaborir el menjar. La respiració de primera hora del matí despendrà.
- La teva pell tindrà un nou aspecte, disminuirà les ulleres i la pell-rosca cutània.
- Preservaràs la salut dels qui t'envolten.
- Aumentarà la teva llibertat i autoestima.
- Estalviaràs. Calcula quants diners et representa fumar al cap de l'any i fes una llista de tot el que podries fer amb aquests diners!
- És un repte personal. Pots deixar de fumar: milions de persones, fins i tot amb una dependència atípsica, han abandonat el tabac.

**El fumar provoca greus lesions pulmonars i, entre d'altres, dos casos de càncer de pulmó, un 30% dels càncers de vesícula, el 30% dels infarts i el 30% de les malalties principalment obstructives cròniques.**

### Beneficis de viure sense tabac, a les...

**24-72 hores**

- Millora la circulació per ferir, la pressió arterial i la freqüència cardíaca (diminució al risc d'infart).
- Disminució al risc de bronquitis, al desenvolupament de malalties de la respiració.
- Millora l'olfacte i el gust.

**2-12 setmanes**

- La millora de la respiració i de la circulació sanguínia fan augmentar la resistència corporal i faciliten, per exemple, caminar i córrer.
- Millora l'aspecte de la pell i disminueix les ulleres i la pell-rosca cutània.
- Desparasita o disminueix l'halitos.

**3-5 anys**

- Es redueix un 50% el risc d'infart.
- Es redueix el risc de càncer de cavitat oral, orofaringe i esòfag.

**10 anys**

- El risc d'infart de miocardi tendeix a igualar el d'una persona que no hagi fumat mai.
- El risc de càncer de pulmó es redueix al 50%.

**CONSELL DE COL·LEGIOS FARMACÈUTICS DE CATALUNYA**

## Decàleg de beneficis per deixar de fumar, disponible a les farmàcies catalanes

[illegible]

**Potser també t'interessa:**

- [Llistat de farmàcies incloses al Programa de cessació tabàquica](#)
- [Article "Tabac i salut" al web del Col·legi Farmaceuticonline](#)
- [Històries d'exfumadors, un web per ajudar a superar el tabaquisme \(Blog\)](#)
- [Les farmàcies de Pineda de Mar fan front comú contra el tabaquisme \(Blog\)](#)



## FÓRMULA 2015 DÓNA PAS A FORMACIÓ MAGISTRAL

El projecte formatiu **Fórmula 2015**, un repte impulsat per Aprofarm i l'Associació de Farmacèutics Formulistes (AEFF), ha **divulgat i desenvolupat la formulació magistral en l'àmbit mèdic durant els últims cinc anys**: amb la participació de 60 farmacèutics formadors, s'han realitzat 335 sessions en 150 centres de salut, als quals han assistit 4.200 metges. Els resultats i conclusions d'aquesta iniciativa es van presentar al COFB el 27 d'abril. L'acte va comptar amb la presència del president d'Aprofarm, Francesc Llambí, el president de la Asociación Española de Farmacéuticos Formulistas, Rafael Puerto, el president d'Acofarma, Eladio González, i el president del Col·legi de Farmacèutics de Barcelona, Jordi de Dalmases.



D'esquerra a dreta, Rafael Puerto (AEFF), Jordi de Dalmases (COFB), Eladio González (Acofarma) i Francesc Llambí (Aprofarm - COFB)

### Les conclusions a fi de projecte:

- Bona receptivitat i diàleg per part del metge pel que fa a la formulació magistral.
- Detectat un clar interès per rebre major formació sobre formulació.
- L'interès en la formulació està diversificat en diferents àrees: dermatologia, pediatria, cures pal·liatives, etc.
- Per les enquestes i experiències, és clara la conveniència d'una continuïtat en la formació i diàleg mèdic-farmacèutic.
- El projecte *Fórmula 2015* ha resultat una excel·lent experiència de treball en equip per als farmacèutics en la divulgació d'una àrea professional.
- La formulació es manifesta com una de les vies de contacte, al costat d'altres, en el diàleg amb el metge prescriptor.





Montse Torrell, secretària tècnica d'Aprofarm

De *Fórmula 2015*, "els participants destaquen la bona experiència de visitar el centre mèdic, formar als metges, però també d'aprendre d'ells, en un intercanvi professional molt enriquidor. L'augment de coneixements sobre formulació ha ampliat les àrees d'interès, com la pediatria o la geriatria, que són àrees emergents en formulació" explica **Montse Torrell, secretària tècnica d'Aprofarm**. "Ha estat una bona experiència del farmacèutic que surt de la seva farmàcia, per donar raó de la seva professió i coneixement. El treball en equip, per revertir el desconeixement de la formulació, ha despertat l'interès del metge que ara demanda continuïtat".

Les experiències dels farmacèutics que han participat com a formadors han estat molt gratificants, tant pel contacte amb el metge, com amb altres farmacèutics amb els quals es compartien les sessions. "El metge ha rebut les formacions amb interès creixent i la possibilitat de seguir en contacte per a consultes posteriors. Animem als farmacèutics a participar en el nou projecte que ha servit per créixer a nivell professional i personal" explica Torrell. "*Fórmula 2015* ha canviat el concepte de fórmula magistral pel de medicament individualitzat i el metge ho ha vist com una nova eina del seu arsenal terapèutic. Pel farmacèutic també és interessant veure-ho des del punt de vista del metge".

Per donar continuïtat i resposta a la demanda per part dels metges, *Fórmula 2015* ha propiciat la creació d'un nou projecte, ***Formación Magistral***, en el qual no només se seguiran fent sessions de formació presencials sinó que **s'oferiran les eines que les noves tecnologies ens donen per facilitar la tasca al professional**. Es tracta d'ampliar el projecte de divulgació, a més de les sessions i cursos presencials, amb una plataforma online interdisciplinària per a la formulació. El nou espai web, més enllà de ser un òrgan d'intercomunicació entre professionals, permetrà l'accés als prescriptors a un cercador de fórmules, formularis digitals actualitzats... La nova plataforma compta amb un calendari per localitzar les sessions programades, material formatiu, formularis, consultori, bases de dades de fórmules i altres recursos perquè sigui el centre des d'on neix tot el referent en formulació en l'àmbit mèdic.





### VIII Fòrum Aprofarm: 29 de maig al COFB

Sota el lema "Formulació 2.0: eines online en una nova etapa", el fòrum comptarà amb un intens programa de conferències, taules rodones i nous projectes. [Accedeix al programa \(PDF\)](#).

Entre altres temes tècnics, es presentaran també casos pràctics. En aquesta ocasió es tractarà la formulació en l'embaràs, fórmules específiques per a l'àrea genital i aplicacions de la formulació en cures pal·liatives en el marc del projecte COFB-Aprofarm.

**Imprescindible inscripció** a través del web [www.aprofarm.org](http://www.aprofarm.org) o bé trucant al telèfon 93 322 22 11, **inscripció gratuïta**.







## ELS RETARDS EN ELS PAGAMENTS I ELS INTERESSOS DE DEMORA OMPLEN ELS MITJANS EL MES DE MAIG

**Boi Ruiz parla sobre el retard en els pagaments a les farmàcies, Francesc Homs anuncia problemes de tresoreria que podrien afectar als farmacèutics i la Generalitat haurà d'abonar interessos de demora**

En una entrevista a *Rac1*, se li va preguntar al Conseller de Salut pel retard en el pagament a les farmàcies catalanes i va reconèixer que no és just que les farmàcies estiguin en aquesta situació però va assegurar que la Generalitat deu diners a les farmàcies "per un problema de tresoreria, no per un problema econòmic". Es van fer ressò de l'entrevista alguns mitjans com *Redacción Médica*, *La Vanguardia* i *Abc Catalunya*.

### Més de 2.000 farmàcies reclamen a Salut els interessos de demora pels endarreriments

■ Una sentència dona la raó a un establiment i obliga l'Administració a assumir el 8% dels interessos

13 7 0

COMENTARIS



Una farmàcia de Barcelona

Notícia publicada a El Periódico

Després d'aquestes declaracions, el Portaveu del Govern, Francesc Homs, va anunciar que la Generalitat té problemes de tresoreria tot i que, segons va dir, el mes de maig no afectarien a les farmàcies. Així ho van recollir alguns mitjans de premsa escrita com *El Global*, *Aldia.cat*, *Diari de Girona*, *imFarmacias*; i algunes ràdios, com *Rac1* (a la carta; programa "La nit a RAC1" del 26/05/2015. Bloc de les 21h, del minut 10'14" al 41').

A més de denunciar els retards en els pagaments, els farmacèutics també hem reclamat els interessos de demora d'aquests. La demanda efectuada des del Consell encara està sent estudiada, però un

**jutge ha donat la raó a una farmacèutica que va fer la reclamació com a particular.** Així doncs, la Generalitat haurà d'abonar-li els interessos de demora. Arran d'aquest fet la *Cope* va entrevistar el tresorer del COFB, Joan Calduch (del minut 45'42" al 48'48"), i *La Xarxa* al vicetresorer, Jordi Casas (del minut 16:37 al 18:35). També se'n van fer ressò d'altres mitjans com *La Vanguardia*, *Correo Farmacéutico*, *Abc Catalunya*, *Diari de Girona*, *l'Ara*, *Expansión Catalunya*, *El Periódico*, *Redacción Médica* i *El País*.

Abans de tot això, el dia 5, com cada mes, **des del Col·legi es va tornar a denunciar el retard en els pagaments**, que aleshores tornava a ser de dos mesos, una xifra que ascendia a més de 220 milions d'euros, corresponents a les factures de febrer i març. Van recollir la denúncia tant els mitjans de premsa generalista, com *La Vanguardia*, *Europa Press*, *El País Catalunya*, *l'Ara*, *l'ACN* i *Antena 3*; com els mitjans de premsa especialitzada, com *Acta Sanitaria*, *Correo Farmacéutico*, *El Global*, *imFarmacias* i *Redacción Médica*.





# ELS RETARDS EN ELS PAGAMENTS I ELS INTERESSOS DE DEMORA OMPLEN ELS MITJANS EL MES DE MAIG



## El farmacèutic: agent i veu de salut

Els farmacèutics no només som agents de salut, també en som veu. Així ho demostren les contínues **aparicions als diferents mitjans informant sobre problemes de salut que preocupen la població**. Un d'ells és el risc que existeix en l'automedicació, sobre la qual va parlar Mercè Barau, vocal d'Atenció Farmacèutica del COFB, al programa **"La vida és dura"** de **Ràdio 4** (a partir del minut 22'53").

Per la seva part, la vocal d'Ortopèdia del COFB, Montserrat Gironès, va participar en la II Jornadas Andaluzas de Atención Farmacéutica en Ortopedia y Productos Sanitarios. En l'acte, tal com recull ***El Global***, es va destacar el **paper del farmacèutic com a agent de salut i com a detector del dependent**, exemplificant-ho en el projecte Radars. Altres projectes que situen el farmacèutic al capdavant de la farmàcia assistencial són el del **cribatge del càncer**

**de còlon**, tal com recull ***Correo Farmacéutico***, i de **detecció precoç del VIH**, tal com es va mencionar a la tertúlia de **"Els matins"** de **TV3**, que va comptar amb Bonaventura Clotet, president de la Fundació Lluïta contra la Sida, que dura del 4:06:00 al 4:30:00 (al 4:21:36 es mencionen les proves per detectar el VIH de forma precoç, entre elles les que es fan a les farmàcies).

## Más cribados de cáncer de colon

El autor analiza la situación actual de los cribados de cáncer de colon en España y del papel de la farmacia.

Pedro Pérez Segura, Oncólogo y coordinador de la Alianza para la Prevención de Cáncer Colorrectal. | 18/05/2015 00:00

compartir

☆☆☆☆ (votar) 0 comentarios

imprimir | tamaño

Les voy a proponer un reto mental: si alguien les dijese que existe una enfermedad que cada año se diagnostica, sólo en España, a más de 30.000 personas, que si no se detecta a tiempo puede acabar con la vida de los pacientes y que, en el mejor de los casos, obliga a tratamientos complejos y tóxicos y de alto coste social y económico, ¿no les parecería necesario intentar mejorar el diagnóstico precoz de esa enfermedad?

Segunda parte del reto: si, además les dijese que existen pruebas sencillas, indoloras, reproducibles, científicamente válidas y altamente eficientes desde el punto de vista económico, para el diagnóstico precoz con un impacto en tasa de curación del 90 por ciento, ¿no se plantearían el porqué no se están aplicando ya esas pruebas en nuestro país?

### La cercanía de la farmacia favorece la adherencia a los programas

La solución del reto es sencilla: la enfermedad a la que nos referimos es el cáncer colorrectal y la prueba es el cribado poblacional con el test de sangre oculta en heces.

### POCO A POCO

Bueno, pues este complejo reto que les he planteado no se empezó a resolver en nuestro país hasta hace unos pocos años. En 2009 sólo un 4 por ciento de la población diana (sujetos mayores de 50 años sin otros factores de riesgo asociados) tenía acceso a programas de cribado; en la

actualidad, estas cifras se elevan al 28 por ciento y, si se cumplieren las recomendaciones del Ministerio de Sanidad, para el año 2020 deberían estar incluidos el cien por cien de la población referida.

Noticia publicada a Correo Farmacéutico



— SEGÚN UNA ENCUESTA —

## Siete de cada diez personas desconoce la enfermedad de la psoriasis

Directorio: Psoriasis Barcelona Selectividad Catalunya



EUROPA PRESS

Notícia publicada a Europa Press

El COFB també ha sigut notícia per acollir diferents actes entre els quals es troben algunes ponències realitzades durant la **I Setmana de la Psoriasis a Catalunya**, en la qual es van realitzar activitats per sensibilitzar la població sobre aquesta malaltia que afecta al **2,3 % de la població mundial, i a 170.000 persones a Catalunya**. En el marc d'aquesta setmana es va realitzar l'exposició "El que la pell amaga", que va passar per Barcelona i recorrerà diferents ciutats de l'Estat. Se'n van fer ressò mitjans com *Correo Farmacéutico*, la *Gaceta Médica* i *Infosalus*. També ha acollit el **VII fòrum Aprofam**, del qual se'n van fer ressò *El Farmacéutico* i *imFarmacias*, i la xerrada sobre **nutrició i ús de complementos alimentaris durant l'embaràs i la lactància**, tal com va recollir *imFarmacias*.

Altres aparicions en mitjans han estat la de la vocal de Plantes Medicinals i Homeopatia del COFB, Maria José Alonso, a *Correo Farmacéutico* per participar en la **Jornada Fitoterapia en Síndrome Metabólico**, organitzada per la Sefit; i la de la cap del Departament d'Asesoria Jurídica de la Junta de Govern del COFB, Mercè Gras, que va valorar a *Correo Farmacéutico* el **decret regulat a Aragó sobre el servei professional d'SPD**. Sobre aquest, Gras va explicar que "es molt important, al donar notorietat a la prestació d'un servei professional".





# ELS RETARDS EN ELS PAGAMENTS I ELS INTERESSOS DE DEMORA OMPLEN ELS MITJANS EL MES DE MAIG

## Setmana sense fum

### Los farmacéuticos catalanes se implican en la semana sin humo



Notícia publicada a imFarmacias

Amb motiu de la Setmana sense fum, que es va celebrar del 25 al 31 de maig, **les farmàcies catalanes van ser notícia per oferir als fumadors ajuda per deixar de fumar**. Els farmacèutics van participar en la campanya, realitzada juntament amb l'Agència de Salut Pública de Catalunya i els professionals de la medicina i la infermeria comunitària, mitjançant **10 motius importants per deixar aquest hàbit que perjudica la salut**.

Es van fer ressò de la iniciativa algunes ràdios, com la de Terrassa, que va entrevistar el Director de Projectes i Recerca del Consell, Rafel Guayta, i altres mitjans com El Global,

El Farmacèutic, l'Abc, Correo Farmacèutic, El Periódico, imFarmacias, Es tu sanidad i La Vanguardia.





## Nou equip al Consejo

Aquest darrer mes s'ha acabat de formar el nou comitè directiu del Consejo, liderat per Jesús Aguilar, nou president de l'organització. El president del COFB, **Jordi de Dalmases, forma part del Consejo com a vicepresident**. En declaracions a Sanifax, De Dalmases ha destacat com algunes de les virtuts d'aquest equip són "l'experiència i el coneixement profund de la professió".

Han recollit la notícia mitjans com [El Global](#), [Correo Farmacéutico](#), [imFarmacias](#), [Redacción Médica](#) i [Acta Sanitaria](#).

NUEVO PRESIDENTE DEL CONSEJO GENERAL DE COF

### Jesús Aguilar buscará definir un nuevo modelo retributivo para las farmacias

El presidente del COF de Burgos y del Consejo de COF de Castilla y León, Jesús Aguilar, ha encabezado la única candidatura en las elecciones del Consejo General, por lo que se convierte en el sustituto de Carmen Peña.

J. T. Luis Aguilar@corredofarmacologico.com | 950502015 | 11.48

compartir

55555 (1 voto)

imprimir |



Nueva Junta de Gobierno del Consejo General de COF: Práxedes Cruz (vicepresidente), Luis González (vicepresidente), Rosa López-Torres (tesorera), Jesús Aguilar (presidente), Luis Amaro (secretario general), Fe Ballesteros (contadora) y Jordi de Dalmases (vicepresidente). (Luis Comacho)

Notícia publicada a Correo Farmacéutico

07 May  
2015

Noticias

Farmacéuticos se formarán a través de Ágora Sanitaria sobre cómo recomendar en el insomnio

Notícia publicada a Farmaventas

## Àgora Sanitària forma en matèria d'insomni

El portal de formació online dels Col·legis de Farmacèutics de Madrid i Barcelona, [Àgora Sanitària](#), segueix **ampliant els seus cursos per tal de donar eines als professionals que treballen a les farmàcies per respondre a les necessitats dels pacients**. En aquest cas, en matèria d'insomni, tal com han recollit alguns mitjans com [Acta Sanitaria](#), [imFarmacias](#) i [Farmaventas](#).



## PLANIFICANT UN GRAN VIATGE: TALLER DE FINANCES PERSONALS

Durant el mes de març i com a iniciativa de l'EFPA (European Financial Planning Association) a Espanya, van tenir lloc al Col·legi uns tallers sota el títol "Introducció a les finances personals. Planificant un gran viatge". Al llarg de tres dies, es va donar resposta a aquestes i d'altres preguntes que molts farmacèutics es plantegen: quin percentatge de despeses no tinc controlat? Sé qui és el meu patrimoni net? Actius/Deutes? Quina part d'ingressos hauria d'estalviar? Quins són els enemics de la meua jubilació..?

Els tallers van estar impartits de manera voluntària per assessors financers membres de l'EFPA - associació d'assessors i planificadors financers patrimonials que vol ajudar a millorar les capacitats financeres de la societat amb formació i projectes d'educació financera-, amb l'objectiu d'**incrementar la cultura financera del col·lectiu farmacèutic**. El professorat va ajudar als assistents a saber planificar les finances personals tenint en compte totes les possibles variables vitals i financeres. També els van donar a conèixer les eines que poden ajudar a augmentar la seva capacitat financera personal.



El tresorer del COFB, Joan Calduch, al centre de la imatge, amb els assessors de l'EFPA

"Acceptar que la rendibilitat i el risc van de la mà, que l'horitzó temporal és una variable rellevant, que cal definir una situació desitjada en un horitzó temporal concret i que per apropar-nos-hi cal planificar les etapes i que cal tenir i comunicar a les persones més properes un registre de tot el que portem a la 'motxilla' financera, són alguns dels conceptes financers que hem de tenir clars.

Malauradament no formen part de l'educació reglada ni de la universitària en el cas dels farmacèutics. Aquests tallers han estat una primera aproximació a aquests conceptes i a les finances personals. Crec que el temps emprat pels assistents no ha estat en va i que els ha transmès coneixements financers útils"

explica **Joan Calduch, tresorer del Col·legi**. "En aquests tallers es va dotar als assistents de nocions i criteris financers bàsics per tal de gestionar les finances personals de manera efectiva. Conceptes com fons d'emergència, volatilitat, PIAS, tipus de riscos financers... ja formen part del bagatge dels assistents".





Les sessions van començar per determinar els objectius i el punt de partida dels alumnes, aprofundint en la seva visió vital i financera, per passar a estructurar "el gran viatge", la planificació financera personal.

1. A la primera etapa es va respondre a la pregunta "On sóc?" fent balanç familiar, coneixent el pressupost i el control de despeses.

2. A la segona etapa, per determinar els preparatius abans del viatge, els alumnes van saber com aconseguir seguretat econòmica per a la seva família, com constituir el fons d'emergència i van adquirir coneixements financers bàsics.

3. Ja a la tercera etapa es va respondre a una altra pregunta: "quant em costarà?", per exemple: la jubilació". En aquesta sessió es va parlar de l'endeutament, de si és millor comprar o llogar -coneixent la visió vital i la financera-, per acabar d'adquirir conceptes per decidir si amb els diners és millor invertir en una renda fixa o renda variable.

4. Finalment, a la quarta etapa d'aquest "viatge", es proposava "quin mitjà de transport utilitzaré?": en aquesta part del taller, es va plantejar als alumnes la possibilitat de tractar amb un assessor sobre quines són les preguntes que més l'interessen en funció de la seva situació i necessitats, prèviament analitzades.



"L'elevada assistència als tallers així com la puntuació de 8 com a valoració global del curs ens fan concloure que va ser un encert acceptar la proposta de l'EFPA i que les finances personals són motiu d'interès del nostre col·lectiu" conclou Calduch.

**Amb la col·laboració de:**



## CONSELLS EN MICRONUTRICIÓ I FITOTERÀPIA PER A LES AL·LÈRGIES

En els darrers anys hi ha hagut un **increment del nombre de persones afectades per al·lèrgies** en els països desenvolupats. Tot i que els factors són diversos, prevalen els genètics i els ambientals. Les al·lèrgies es poden relacionar amb malalties de l'aparell respiratori com l'asma o la rinitis al·lèrgica, amb malalties de la pell com l'eczema i la urticària o altres reaccions greus d'anafilaxi, o bé afeccions de l'aparell digestiu. Un punt comú d'aquestes manifestacions és la hipersensibilitat i la reacció excessiva del sistema immunitari a substàncies estranyes (pols, àcars, aliments, etc).

Els règims dietètics restrictius o els hàbits alimentaris incorrectes poden provocar dèficits dels micronutrients necessaris per mantenir un bon estat de salut. La **micronutrició s'interessa per l'impacte dels micronutrients sobre la salut, avalua les mancances i els desequilibris i cerca els mitjans per a reparar-los**. El farmacèutic, com a professional sanitari, pot intervenir per **mantenir i optimitzar un bon estat fisiològic, fomentar una bona salut i millorar el benestar i la qualitat de vida de la població**.



“És freqüent que els pacients afectats per processos al·lèrgics consultin els seus problemes a les farmàcies. En molts d'aquests casos, un reajustament dels hàbits alimentaris i, si cal, un consell adequat en micronutrició i fitoteràpia, poden millorar aquestes reaccions i ajudar a la seva resolució” explica **Maria Jose Alonso, vocal de Plantes Medicinals i Homeopatia del COFB i una de les coordinadores del curs**.





Per aprofundir en la fisiopatologia i els tipus d'al·lèrgies i conèixer quins són els micronutrients i productes fitoteràpics que poden ajudar a aquests pacients, el passat 12 de març va tenir lloc al COFB el curs "L'al·lèrgia: consells de micronutrició i fitoteràpia" impartit pel doctor **Francesco Borella**, llicenciat en medicina i cirurgia per la Universitat de Ginebra (Suïssa), format en pediatria i psiquiatria en hospitals de Ginebra, amb formació especialitzada en acupuntura, homeopatia, fitoteràpia, naturopatia i psicoteràpia i membre docent de l'IEDM (Institut Europeu de Dietètica i Micronutrició).



En aquesta formació, coordinada per Alonso i Anna Bach, vocal d'Alimentació i Nutrició del COFB, es va fer un recorregut per la fisiopatologia de les al·lèrgies respiratòries i alimentàries, repassant la seva fisiopatologia, causes i tractaments amb micronutrients i fitoteràpics, destacant el paper que la permeabilitat intestinal i la polisensibilització tenen en el cas de les al·lèrgies alimentàries i respiratòries, fent especial atenció als problemes de nadons i nens. Es van revisar també els principals nutrients, micronutrients i fitoteràpics i la seva utilització en els diferents problemes, com ara el magnesi i el zinc entre els minerals, les vitamines A i D, la l-glutamina i els àcids greixosos omega 3 i omega 6, o el groseller negre (*Ribes nigrum*), el plantatge de fulla estreta (*Plantago lanceolata*) o la planta de té (*Camellia sinensis*) entre les plantes medicinals. També es van conèixer les diferents soques probiòtiques com ara el *Bifidobacterium lactis* LA 303, el *Lactobacillus acidophilus* LA 201, el *Lactobacillus plantarum* LA 301, el *Lactobacillus salivarius* LA 302 o el *Bifidobacterium lactis* LA 304. Durant el curs es van desenvolupar diferents casos pràctics per desglossar els aspectes fisiològics de cada situació i aportar les solucions complementàries en micronutrició i fitoteràpia.





## Campanya europea d'anafilaxi i al·lèrgies alimentàries



El Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos desenvolupa la campanya europea d'anafilaxi i al·lèrgies alimentàries promoguda per l'Acadèmica Europea d'Al·lèrgia i Immunologia Clínica (EACCI). S'han editat fulletons i pòsters per promoure l'educació sanitària i avançar en la prevenció des de les farmàcies, davant la progressiva incidència que s'està produint a tota Europa, tant d'anafilaxi com d'al·lèrgies alimentàries.

[Més informació de la campanya \(via Portalfarma\)](#)

**Amb el patrocini de:**

**PiLeje**

LA MICRONUTRICIÓN



## ATENCIÓ FARMACÈUTICA EN INSUFICIÈNCIA RENAL

L'envelliment de la població fa que moltes malalties esdevinguin cròniques i que això comporti un augment de l'ús de medicaments. Amb el pas dels anys es produeix un deteriorament fisiològic de la funció renal que pot fer que els medicaments deixin d'eliminar-se adequadament, s'acumulin i provoquin efectes indesitjables. **Fer una atenció farmacèutica correcta ajuda el farmacèutic a garantir l'ús efectiu i segur dels medicaments que utilitzen els pacients que presenten algun grau de deteriorament de la funció renal i que són atesos a les farmàcies.**



A principis de març, el COFB va acollir el curs "Control de pacients polimedicats amb insuficiència renal" adreçat a farmacèutics comunitaris que volguessin aprofundir en l'ús segur dels medicaments en el grup de població que pateix algun grau de deteriorament de la funció renal. El curs va ajudar als alumnes a comprendre el perfil d'aquests pacients, a aplicar les eines de cribratge adequades al cas, fer el control dels medicaments emprats i establir el pla farmacèutic d'atenció que vetlli per fer-ne un ús efectiu i segur.

**"A la farmàcia és molt important conèixer l'estat renal del pacient ja que una mala eliminació renal pot portar problemes de toxicitat del fàrmac. Per tant, un empitjorament de la funció renal pot comportar canvis en la dosificació del medicament"** explica Mercè Barau, coordinadora del curs i vocal d'Atenció Farmacèutica del Col·legi.





El doctor Pere Travé, especialista en anàlisis clíniques i bioquímica clínica

Al llarg de tres sessions en format taller es va explicar quina és la interpretació clínica dels paràmetres analítics d'alteració de la funció renal a partir de casos pràctics, quins són els mètodes per calcular la funció renal i l'aplicació del coneixement dels valors dels paràmetres de la funció renal, des del cribatge fins a l'adequació posològica de la medicació en el seguiment farmacoterapèutic.

El professorat va estar format per Pere Travé, doctor en Farmàcia, diplomad a l'Institut Pasteur de París, especialista en anàlisis clíniques i bioquímica clínica; i M. Àngels Vía, doctora en Farmàcia, màster en farmàcia assistencial i atenció farmacèutica, professora associada de la facultat de Farmàcia de Barcelona i farmacèutica comunitària a Mataró.

Amb el patrocini de:





## COACHING POST CÀNCER DE MAMA DES DE LA FARMÀCIA

El coaching o entrenament personal és un sistema pràctic fet a mida per ampliar el coneixement i la bona gestió dels recursos personals (competències, emocions, etc.) d'una persona. El **coaching pot ajudar a aquelles dones que han superat un càncer de mamà i els farmacèutics poden jugar un paper important en aquest procés ajudant a aquestes pacients un cop acabat els tractaments**. Per parlar-ne, el Col·legi va organitzar una conferència el 12 de març, que va anar a càrrec de la Dra. **Neus Salvatella**, dermatòloga i llicenciada en Medicina i Cirurgia per la Universitat de Barcelona i Doctora en Dermatologia per la Universitat Autònoma de Barcelona, màster en Coaching i Lideratge Personal en la UB, i coach de l'Associació Live, i **Cristina Porta**, Presidenta i fundadora de l'Associació **Live! Hoyempiezounanuevavida.com**. L'acte també va comptar amb les experiències de tres testimonis.

“En els tallers de coaching que imparteixo a associacions de persones afectades pel càncer de mama, em crida l'atenció el fet de que, després de la malaltia, moltes dones “s'autoritzen” a ser elles mateixes”, explica Neus Salvatella. “Com puc ajudar als demés si no m'ajudo abans a mi mateixa? Ens hem de cuidar per cuidar. Ens hem d'estimar per estimar”. La malaltia allunya de la rutina diària i permet veure la vida amb perspectiva i analitzar qui som i què volem. “Tenim capacitat de triar la resposta que volem donar a un estímul o petició. Som responsables de les nostres conductes i comportaments, de la nostra vida i acceptem les conseqüències derivades de les nostres decisions. Som producte de les nostres decisions, no de les nostres condicions”. El coach acompanya a la persona que vol fer un canvi en la seva vida potenciant fortaleces i habilitats, descobrint pors i creences limitadores i elevant el nivell de consciència. Ajuda a aquestes pacients a construir un nou futur.



Cristina Porta, per la seva banda, va explicar en què consisteix el projecte **Live! Hoyempiezounanuevavida.com**: és una associació sense ànim de lucre que vol impulsar i acompanyar al col·lectiu de dones “post-càncer” de mama per reiniciar la seva vida i començar una nova etapa acceptant les seves limitacions socials i físiques. El seu web és la seva seu i es vehiculen a través d'una plataforma amb tres àrees: web/revista femenina digital, xarxes socials i programes socials (suport a dones “post-càncer de mama”, col·loquis, tallers i ajudes). Des de l'associació donen a conèixer diferents eines per facilitar el camí per al creixement personal i benestar de les pacients. Ofereixen atenció social i psicològica, teràpies, assessorament jurídic, imatge personal, plans d'oci... El seu objectiu és oferir tot el necessari perquè el reinici de la nova vida d'aquelles dones que han passat un càncer de mama sigui estimulants i positiu.





Núria Bosch, vocal de Dermofarmàcia i Productes Sanitaris, i Maria José Alonso, vocal de Plantes Medicinals i Homeopatia

“El farmacèutic pot ajudar des de la farmàcia a aquests pacients que han patit o estan en tractament de càncer de mama ja que per **accessibilitat, confiança, proximitat i coneixements** sovint ens consulten sobre dubtes en els tractaments, efectes secundaris i productes de dermofarmàcia que poden ajudar a millor la seva qualitat de vida” explica Núria Bosch, vocal de Dermofarmàcia i Productes Sanitaris del COFB i moderadora de l’acte. “El farmacèutic ha d’escoltar amb empatia, preguntant qüestions tals com “Com et puc ajudar?” o “Què et preocupa?” i donant consells que poden ser d’utilitat per al pacient”.

La conferència va estar coordinada per M. José Alonso, vocal de Plantes Medicinals i Homeopatia del COFB.



Amb la col·laboració de:

**SOIVRE®**  
COSMETICS

**CASAAMETLLER**  
LA TEVA MASIA DEL S.XXI





## ACTIVITATS AMB MOTIU DE LA SETMANA DE LA PSORIASI I L'ARTRITIS PSORIÀSICA

### 22 de maig: Jornada sobre psoriasi oberta a pacients, familiars i personal sanitari (COFB)

Durant el mes de maig, Acció Psoriasi celebra la **XIX edició de les Jornades de Psoriasis i Artritis Psoriàsica** amb l'objectiu d'apropar informació sobre aquestes patologies als pacients interessats en expressar els seus dubtes. Les jornades tindran lloc al llarg del mes de maig i principis de juny en diverses ciutats de la geografia espanyola (Barcelona, Castelló, Santiago de Compostel·la i Osca), en col·laboració amb els Col·legis Oficials de Farmacèutics i amb els Col·legis Oficials de Infermeria.

A Barcelona, el COFB acollirà el **22 de maig a les 18h** una de les jornades sobre psoriasi oberta a pacients, familiars i personal sanitari (**entrada lliure i gratuïta, cal fer inscripció**). Hi haurà les següents ponències:

- “Els assajos clínics: com la investigació clínica pot fer arribar els avenços de la investigació bàsica als pacients amb psoriasi”, a càrrec del Dr. José Manuel Mascaró, consultor del servei de Dermatologia de l'Hospital Clínic i professor titular de la UB.
- “Tinc psoriasi. Menjo bé?”, a càrrec de Carme Roure, infermera i nutricionista d'Acció Psoriasi.
- “Visitant al metge”, a càrrec de Susana Catalejo, psicòloga d'Acció Psoriasi.

### 19 de maig: jornada multidisciplinària en psoriasi i artritis psoriàsica (Hospital de Sant Pau)

Aquesta jornada formativa s'adreça a professionals sanitaris amb l'objectiu d'actualitzar la informació sobre aquestes malalties de la que disposen els metges de família, els professionals d'infermeria i les oficines de farmàcia.

Compta amb el suport del Consell de Col·legis Farmacèutics de Catalunya, el Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, la Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària (CAMFiC) i el Consell de Col·legis d'Infermeres i Infermers de Catalunya. Es tracta d'una iniciativa *multistakeholder* que s'inicia a Barcelona i que està previst que s'estengui a la resta de l'Estat.

La jornada tindrà lloc a l'auditori de l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau de Barcelona. L'entrada és lliure i gratuïta. Consulta el **programa i accedeix a les inscripcions a través d'aquest enllaç**.





### Del 18 al 22 de maig: exposició "Lo que la piel esconde"

L'exposició vol sensibilitzar sobre les comorbiditats d'aquesta malaltia, que a la ciutat de Barcelona afecta prop de 37.000 persones, a la província

barcelonina a més de 125.000 pacients i, a Catalunya, a més de 170.000. La mostra explica que, més enllà de tractar-se d'una malaltia de la pell, la psoriasi pot desencadenar en altres problemes de salut, com ara trastorns psicològics, obesitat, diabetis, hipertensió, arteriosclerosi, afectació de les ungles i malaltia de Crohn.



- **18 i 19 de maig, de 9 a 21 hores:** l'exposició estarà ubicada al **carrer del Mas Casanovas**, a l'entrada de l'Hospital de Sant Pau, al costat de la boca de metro Guinardó / Sant Pau (Línia 4).
- **20, 21 i 22 de maig, de 9 a 21 hores:** la mostra es trasllada als **Jardins de Salvador Espriu** (Jardinets de Gràcia), a Passeig de Gràcia (entre Avinguda Diagonal i carrer Sèneca).

Els visitants podran descobrir, a través de sis figures que representen a pacients amb psoriasi, el que aquesta malaltia amaga sota la pell, a través de capes superposades que descriuen el que pateixen. La mostra comptarà també amb el suport d'un professional sanitari que ajudarà a resoldre qualsevol dubte al voltant de la malaltia.

És una iniciativa d'Acció Psoriasi, amb la col·laboració de AbbVie. La mostra passarà per Ferrol, Logronyo, Móstoles, Mataró i Marbella. A Barcelona, l'acció compta també amb el suport del nostre Col·legi, l'Ajuntament de la ciutat, la Generalitat de Catalunya i el Col·legi Oficial d'Infermeria de Barcelona.

[Fotografies de l'exposició \(via Flickr\)](#)





## 2A EDICIÓ DEL CURS DE PREVENCIÓ DE LA LEGIONEL·LOSI: DEL 15 AL 19 DE JUNY

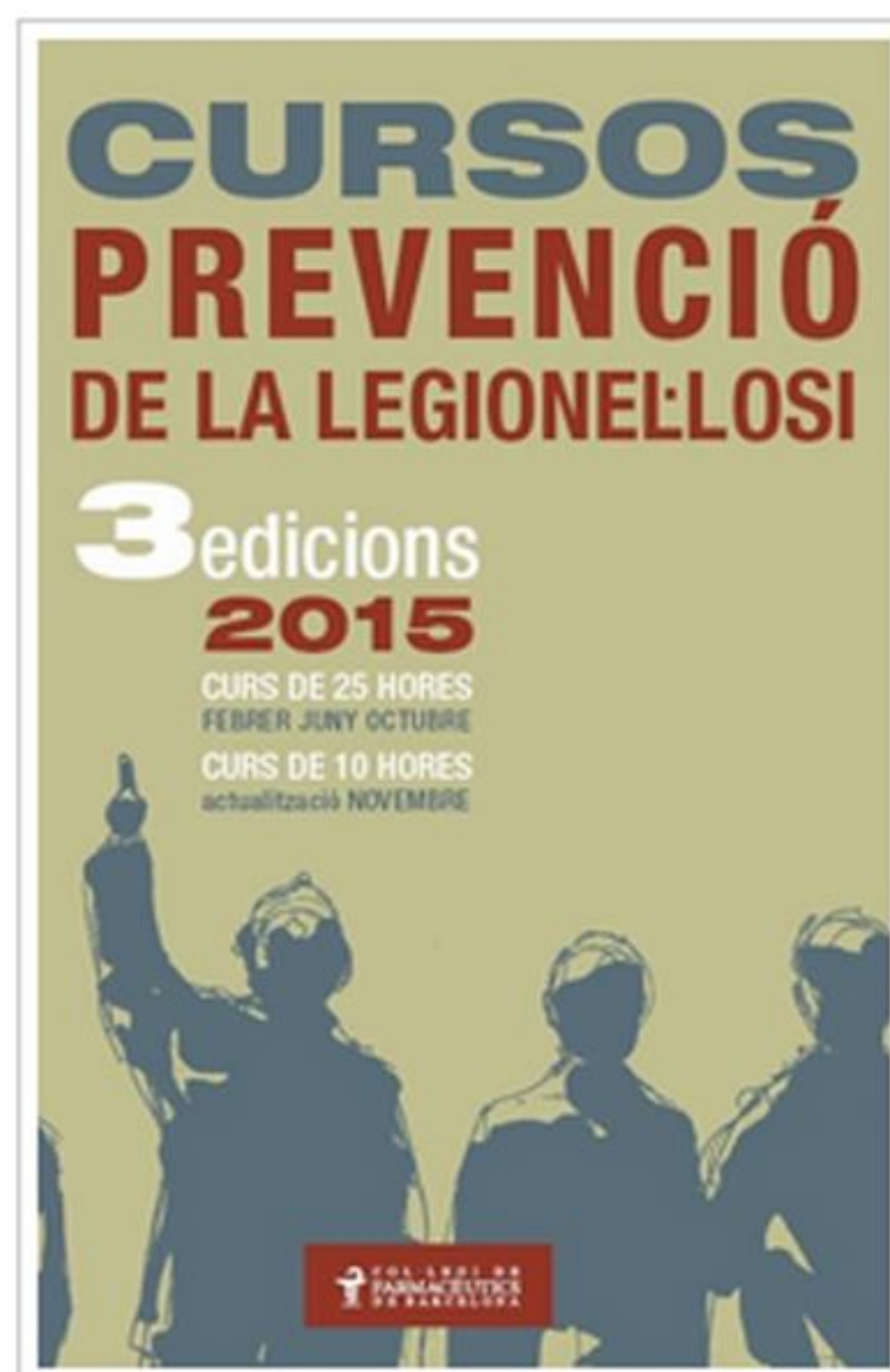
Nova edició del curs per al manteniment higienicosanitari d'instal·lacions de risc davant la legionella del 15 al 19 de juny, adreçat a tots aquells professionals que, per la seva activitat laboral, realitzen tractaments de prevenció de la legionel·losi (Decret 352/2004, de 27 de juliol i publicat en el DOGC núm. 4185 de data 29 de juliol del 2004). Aquesta formació està autoritzada per la Direcció General de Planificació i Recerca en Salut i homologat per la Direcció General de Salut Pública del Ministeri de Sanitat i Consum amb data 25 d'abril del 2003.

Fulletó informatiu (PDF)

**INSCRIU-TE** (via [www.cofb.org](http://www.cofb.org))

Està prevista una tercera edició d'aquest curs del 19 al 23 d'octubre.

Els dies 16 i 17 de novembre el COFB acollirà també un curs d'actualització adreçat a tots aquells professionals que faci cinc anys que hagin fet la formació i continuïn desenvolupant la seva tasca en el camp de la prevenció de la legionel·losi.



Del 23 al 27 de febrer, el Col·legi va acollir la **primera edició** d'aquest curs. Els alumnes van valorar molt positivament aquesta formació, amb una **nota mitjana de 9**.



## COM DONAR VALOR A LA DERMOFARMÀCIA?

L'oficina de farmàcia compta amb una àmplia varietat de productes de dermofarmàcia sobre els que pot orientar en el consell del tractament. **Aquesta recomanació dermofarmacèutica s'ha de basar en una informació argumentada dels productes més adequats i en el coneixement de les necessitats de l'usuari.** La indicació acurada d'aquests productes incrementarà el seu benestar personal i l'ajudarà a reforçar positivament la seva imatge.



Núria Bosch, vocal de  
Dermofarmàcia i Productes Sanitaris  
del COFB

L'actualització dels professionals de l'oficina de farmàcia en les noves línies sorgides per tractar i controlar les diferents alteracions dermatològiques o fisiològiques és fonamental per donar el millor consell de salut i una recomanació personalitzada en cada cas. "Per donar valor a la dermofarmàcia i diferenciar-nos, **és necessari oferir un consell professional personalitzat al l'usuari i la formació és bàsica per conèixer tant les necessitats com els productes disponibles**" explica Núria Bosch, vocal de Dermofarmàcia i Productes Sanitaris del COFB i coordinadora del curs.

Per adquirir els coneixements, les habilitats i les tècniques necessàries per donar el consell més adient en cada una de les àrees de consulta diària a la farmàcia i aprendre a recomanar els productes i els tractaments dermofarmacèutics adequats en pediculosi, higiene dental, tipus de pell, tractament de l'acne i en fotoprotecció, el Col·legi va organitzar el curs "Dermofarmàcia: consells i recomanacions" al mes de març.





El consell dermofarmacèutic és clau per millorar la satisfacció i aconseguint fidelitzar a l'usuari i per diferenciar a la farmàcia. Bosch resumeix els aspectes més destacats dels temes tractats al curs:

- **Pediculosis:** un bon consell i seguiment pot determinar l'èxit del tractament i evitar les freqüents reinfestacions. Aplicant protocols adequats augmenta la satisfacció de l'usuari que sovint ve a la farmàcia en busca d'informació.
- **Higiene Dental:** conèixer les diferents patologies i necessitats per a la higiene bucal permet recomanar el producte més adequat i millorar la qualitat de vida de l'usuari.
- **Tipus de pell:** per oferir un bon consell professional, s'han de conèixer els diferents tipus de pell, necessitats i varietat de productes disponibles a la farmàcia. Cal oferir un bon consell i fer seguiment dels tractaments.
- **Acne:** sovint les pautes higiènico-dietètiques són claus en l'èxit d'un tractament, per evitar brots i fer que l'usuari es senti millor. Per exemple, és important donar un consell acurat de maquillatge o en la fotoprotecció adequada a cada cas.
- **Fotoprotecció:** el farmacèutic té un paper rellevant en la prevenció dels efectes nocius del sol, tant en els relacionats amb el càncer com en el fotoenvelliment. L'educació sanitària és clau en aquest camp on cal ajudar a prevenir: consells d'índex de protecció solar necessari, textura adequada, derivació al metge, hàbits de vida...

El professorat dels curss va estar format per Gabriela Bacchini, bioquímica clínica i *medical advisor* de Ferrer Health Care; Xavier Calvo, llicenciat en odontologia per la Universitat de Barcelona (UB), màster en periodòncia per la Universitat Internacional Catalunya (UIC), màster d'investigació en odontologia per la Universitat Internacional Catalunya (UIC) i *medical advisor* de Dentaïd; Vivians Lagos, farmacèutica i *category manager* d'Isdin; Leonor Prieto, farmacèutica i directora científica i de formació de Laboratoris La Roche-Posay; i Eva Solano, farmacèutica i visitadora mèdica de Cumlaude (Dermofarm).



Gabriela Bacchini de Ferrer Health Care





## TERTÚLIA D'ACTUALITAT: TRASTORN PER DÈFICIT D'ATENCIÓ (TDAH), VELLES I NOVES OPCIONS TERAPÈUTIQUES



El **trastorn per dèficit d'atenció (TDAH)** és un dels trastorns psiquiàtrics (neurobiològics) del nen i de l'adolescent més prevalent i representa un dels motius de consulta més freqüents al pediatra, neuròleg, psicòleg o psiquiatre infanto-juvenil. Les repercussions potencials que té sobre el desenvolupament personal i familiar del nen afectat fa que sigui un dels trastorns més investigats en els últims anys. Els nens amb aquest trastorn tenen un major risc de fracàs escolar, problemes de comportament i dificultats de relació social-familiar com a conseqüència dels símptomes propis del TDAH. **Conèixer i detectar el trastorn, avaluar-lo correctament i plantejar objectius terapèutics adequats i estratègies familiars i docents és fonamental per abordar el problema de salut i ajudar els nens i adolescents afectats.**

El TDAH va ser el tema escollit per abordar a la **Tertúlia d'actualitat** que va tenir lloc al Col·legi el 22 d'abril. La ponent, la **Dra. Marta García, psiquiatra de la Unitat de trastorn per dèficit d'atenció de l'Hospital Clínic de Barcelona**, parla al vídeo de quina és la seva visió d'aquesta patologia i quines són les estratègies terapèutiques actuals d'abordatge de la patologia. També dóna resposta a altres qüestions: quina és la millor opció terapèutica, quins són els tractaments farmacològics més efectius i amb quin criteri cal iniciar-los o quina és la seguretat dels medicaments farmacològics per tractar el TDAH. La doctora també destaca el **paper del farmacèutic: "pot ajudar a monitoritzar al pacient i controlar la medicació, contribuint a la millora de l'ús dels fàrmacs prescrits"**.





Dra. Marta García, psiquiatra de la Unitat de trastorn per dèficit d'atenció de l'Hospital Clínic de Barcelona

Propera Tertúlia d'actualitat: **Noves propostes en cures pal·liatives i malalties avançades**, dimecres 27 de maig. **INSCRIU-TE!**

Amb el patrocini de:







## DIA NACIONAL DE LA NUTRICIÓN: COM UTILITZAR ELS COMPLEMENTS DE L'ALIMENTACIÓ DURANT L'EMBARÀS I LA LACTÀNCIA?



La Federación Española de Sociedades de Nutrición (FESNAD) celebra el 28 de maig el **XIV Dia Nacional de la Nutrición** dirigit a destacar la importància de seguir una alimentació saludable per a la dona embarassada i en període de lactància. És per això que el **Col·legi** ha organitzat aquest migdia una **conferència dirigida als farmacèutics sobre l'ús dels complements de l'alimentació en aquests períodes**, i en la qual s'ha donat resposta a les consultes i dubtes que arriben a la farmàcia.

L'acte ha anat a càrrec de **Francisca Molero**, ginecòloga i sexòloga, directora del Instituto Iberoamericano de Sexología, directora de l'Institut de Sexologia de Barcelona i coordinadora del Màster de Sexologia Clínica i Salut Sexual (UB), i ha estat moderat per **Anna Bach**, vocal d'Alimentació i Nutrició del COFB.

És important saber que l'alimentació de la mare, inclús des d'abans de la gestació, té un paper fonamental per afavorir un

millor estat de salut materno-infantil.

Uns hàbits de vida saludables, a més d'una dieta adient i un control adequat de la gestació, són importants per aconseguir un bon pronòstic en l'embaràs i la lactància. Així doncs, una bona alimentació ajuda a reduir les molèsties freqüents i el risc de malalties en la mare i el bebè.

Durant l'embaràs augmenten els requeriments energètics, de proteïnes, vitamines i minerals. En ocasions la dieta no és suficient i és necessari recórrer a complements.



Francisca Molero i Anna Bach





### Complements més destacats recomanats per a dones embarassades i postpart:

- **Àcid fòlic.** Nutrient essencial que intervé en la síntesi de l'ADN i les proteïnes. Prevé l'espina bífida i altres conseqüències. 2 o 3 mesos abans de concebir, es recomana una dosi de 0,4 mg/dia i una ingesta rica en folats per aquelles dones sense antecedents; si existeixen factors de risc per aquesta lesió (antecedents, epilèpsia en tractament amb carbamazepina o àcid valproic, tractament amb metotrexat, diabetis mellitus o obesitat) la dosi ha de ser de 4-5 mg/dia com a mínim un mes abans de la preconcepció, i durant, almenys els 3 primers mesos.
- **Iode.** L'OMS dictamina que el dèficit d'aquest element és la primera causa, després de la inanició extrema, de retard mental i paràlisi cerebral evitable en el món. Es tracta d'un nutrient essencial per a la síntesi d'hormones tiroïdals. A Espanya, entre el 30 i 50% de les embarassades no consumeix les dosis diàries de iode recomanades, amb grans variacions segons diferents zones geogràfiques. Societats científiques recomanen la suplementació amb iode durant tot l'embaràs i la lactància amb 200 micrograms més del recomanat en població general (205-300 micrograms en total). Durant la lactància cal continuar amb aquests complements perquè augmenten el coeficient intel·lectual en més del 10% segons el Sistema Nacional de Salut.
- **Ferro.** Deficiència nutricional més freqüent a l'embaràs, i en el segon i tercer trimestre es pot donar un balanç negatiu en què no s'arriben a cobrir els requeriments a través de l'alimentació. Es recomana durant aquest període 30 mg./dia de ferro elemental, equivalent a 150 mg. de sulfat ferrós o 300 mg. de gluconat ferrós. En el cas de la lactància, 15 mg./dia.
- **Calci.** La població espanyola arriba als nivells recomanats. Es recomanen uns 1.000 mg./dia (equivalents a 3 racions de làctics). Aliments i complements que contenen calci poden reduir l'absorció de ferro, pel que convé prendre'ls per separat. Algunes formes galèniques de complements multivitamínics inclouen els dos nutrients, que s'alliberen de forma separada.

En general, l'alimentació ha de ser **variada, equilibrada, fraccionada** (com a mínim, 5 àpats al dia), en horaris regulars, esmorzars abundants, beure un mínim de dos litres d'aigua diaris, i menjar aliments frescs així com reduir els precuinats i els enllaunats.

**Consells d'alimentació** en aquesta [presentació](#) (PDF, via FESNAD)

Amb el patrocini de:







## SEGUIM DENUNCIANT EL RETARD EN EL PAGAMENT DE LES FACTURES

Un total de **226,8M€** és el deute que acumula la Generalitat amb les farmàcies catalanes. Aquesta xifra surt de la suma de la **factura dels medicaments dispensats al març (119,5M€)**, que s'hauria d'haver fet efectiva el **5 de maig**; i la **factura de febrer (107,3M€)**, que s'hauria d'haver pagat el **5 d'abril**.

Després de les negociacions per part del Consell de Col·legis de Farmacèutics de Catalunya (CCFC) i l'empresarial FEFAC, tant amb l'Administració central com amb la Generalitat, finalment el passat 9 d'abril va arribar un FLA Extraordinari amb què es va cobrir la factura pendent del mes de desembre (118,5M€). Tot i això, **el retard continua sent de dos mesos**.

Davant aquesta situació, que encara no té data de resolució, els farmacèutics continuen reclamant que el pagament dels medicaments sigui una prioritat per a les Administracions de la mateixa manera que ho és per als pacients i que s'acabi amb els endarreriments que venen patint des de fa quatre anys.

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

**LA VANGUARDIA**  
 Francesc Pla  
**Els cansats**  
 Hi ha expressions populars que amaguen l'experiència acumulada durant molts anys. Podem ben dir que són sàvies. N'és un exemple aquella que sovint diuen els deutors quan satisfan el deute: "Qui paga descansa", i llavors el que pateix el deute respon "I qui cobra encara més". Real com la vida mateixa.  
 Si traslladem aquest diàleg a la crua realitat del país, de seguida arribarem a la conclusió que vivim en un país cansat i que els farmacèutics estem exhausts. La situació de l'Administració catalana encara és la que acaba patint qui gasta més del que ingressa. El problema primari és aquest. Tot i ser crucial el debat sobre les causes que han portat el país a aquesta difícil situació, i que també ho és el que fa referència a les polítiques que cal aplicar per endreçar aquest desgavell, una de les coses que avui cal decidir urgentment és la planificació i la prioritització dels pagaments de les factures dels medicaments dels ciutadans de Catalunya en aquestes circumstàncies i posar fi definitivament a la incertesa en què estem instal·lats. Ni més ni menys del que cal que fem la majoria de nosaltres cada dia.  
 Els farmacèutics som un col·lectiu difícil, però, per tant, les opinions sobre les receptes que cal seguir per aconseguir superar aquesta crisi també ho són, però no hi fems ara d'insistir que no es pot tirar més la corda de la paciència. Estem cansats de no saber si cobrem o no a final de mes, de si la factura dels medicaments estarà en el FLA (Fons de Liquiditat Autonòmic) o si, almenys, no sabem ben bé què, decidirà aquell que no pot pagar-hi, d'estar pendent de si el Tresor alliberarà els fons o si no es podrà fer-ho per qualsevol motiu, d'esperar un pressupost realista i no un apunt comptable lliurat per tal que el Govern de torn pugui quadrar els comptes que ja sap que no complirà. Estem molt cansats, encara que, com diu una altra sàvia expressió, els cansats fan la feina.■

F. Pla, vicepresident del Consell de Farmacèutics de Catalunya

En aquesta mateixa línia de denúncia, recuperem l'article publicat a la secció d'Opinió del diari **La Vanguardia** el **14 d'abril**, signat pel vicepresident del Col·legi, Francesc Pla. El podeu llegir íntegrament a continuació:

### Els cansats

Hi ha expressions populars que amaguen l'experiència acumulada durant molts anys. Podem ben dir que són

sàvies. N'és un exemple aquella que sovint diuen els deutors quan satisfan el deute: "Qui paga descansa", i llavors el que pateix el deute respon "I qui cobra encara més". Real com la vida mateixa.

Si traslladem aquest diàleg a la crua realitat del país, de seguida arribarem a la conclusió que vivim en un país cansat i que els farmacèutics estem exhausts. La situació de l'Administració catalana encara és la que acaba patint qui gasta més del que ingressa. El problema primari és aquest. Tot i ser crucial el debat sobre les causes que han portat el país a aquesta difícil situació, i que també ho és el que fa referència a les polítiques que cal aplicar per endreçar aquest desgavell, una de les coses que avui cal decidir urgentment és la planificació i la prioritització dels pagaments de les factures dels medicaments dels ciutadans de Catalunya en aquestes circumstàncies i posar fi definitivament a la incertesa en què estem instal·lats. Ni més ni menys del que cal que fem la majoria de nosaltres cada dia.





No ens pertoca als professionals fer propostes polítiques capaces d'apaivagar aquest incompliment reiterat dels terminis de pagament, tot i que les dades clarament apunten cap a un finançament insuficient de les obligacions que representa mantenir un Estat de benestar com el que hem decidit tenir.

Els farmacèutics som un col·lectiu divers i, per tant, les opinions sobre les receptes que cal seguir per aconseguir superar aquesta crisi també ho són, però no té fissures alhora d'insistir que no es pot tibar més la corda de la paciència. Estem cansats de no saber si cobrarem o no a final de mes, de si la factura dels medicaments estarà en el FLA (Fons de Liquiditat Autòmic) o si algú, no sabem ben bé qui, decidirà aquell mes no posar-la, d'estar pendants de si el Tresor alliberarà els fons o si no convindrà fer-ho per qualsevol motiu, d'esperar un pressupost realista i no un apunt comptable irreal per tal que el Govern de torn pugui quadrar els comptes que ja sap que no complirà. Estem molt cansats, encara que, com diu una altra sàvia expressió, els cansats fan la feina.



## QUÈ ÉS L'AL·LÈRGIA? PREVENCIÓ, DETECCIÓ I TRACTAMENT



Com cada any, la primavera arriba **acompanyada de l'al·lèrgia**, una reacció immunològica específica de l'organisme cap a una substància normalment inofensiva. N'hi ha relacionades amb el clima, la situació geogràfica o les condicions higièniques; i de diferents tipus: rinitis al·lèrgica, urticària, èczemes, etc. Acostumen a provocar-les factors com **el pol·len, les partícules de la pols, les espores de les flors o dels fongs, determinats aliments, la goma de làtex, el verí dels insectes o, fins i tot, els medicaments.**

No tothom pateix al·lèrgies. En general, les tenim quan ens exposem a les substàncies que generen l'al·lèrgia (al·lèrgens) en un moment en què les defenses del cos estan baixes. I, de vegades, el sistema immunològic reacciona davant una falsa alarma.

Quan una persona al·lèrgica entra en contacte amb l'al·lèrgen per primera vegada, el seu sistema immunològic tracta aquest element com a invasor i es mobilitza per combatre'l. Les persones que no són al·lèrgiques, en canvi, expulsen les partícules estranyes quan estan al coll, empassant-se la mucosa nasal o tossint-la.

### La rinitis al·lèrgica, la més comuna

La rinitis al·lèrgica és una de les malalties al·lèrgiques més comunes; de fet, l'OMS la considera **una de les sis malalties que més freqüentment afecten la població**. Es tracta de la reacció al·lèrgica de les membranes de la mucosa nasal quan entren en contacte amb una o més substàncies al·lèrgogènes. N'hi ha de dos tipus, les **estacionals** (persones sensibles als pòl·lens de les plantes i a les espores de fongs i floridures) i les **cròniques** (causades pels àcars, pèls i cèl·lules de descamació dels animals domèstics, i espores de fongs).

Els **principals símptomes** de la rinitis al·lèrgica són els esternuts, la secreció nasal aquosa, la congestió nasal, la picor als ulls i llagimeig, i la picor al nas i a la gola.





## Àcars i fongs

Els **àcars** són microorganismes de la família dels aràcnids que viuen als matalassos, als coixins o al mosaic de les cases. S'alimenten d'escames o cèl·lules mortes que desprèn la nostra pell. El que causa l'al·lèrgia són els seus excrements.

Els **fongs** són plantes microscòpiques que creixen a llocs humits. Són a la pols que s'acumula als objectes que han estat molt temps endreçats o tancats. Poden aparèixer com a petits punts blancs, verds o negres als aliments. Aquesta substància genera milers d'espores que contaminen l'aire i, en inhalar-les, produeixen l'al·lèrgia.

## Prevenició, detecció i tractament

**El mètode més comú per detectar una al·lèrgia són els tests cutanis**, que mesuren la resposta de la persona a un al·lèrgen de prova que s'injecta per via intradèrmica.

És molt difícil prevenir les al·lèrgies, tot i que **hi ha algunes recomanacions**, coma ara evitar els al·lèrgens, evitar estar massa estona a l'aire lliure en èpoques de pol·linització, o evitar catifes, coixins de plomes i mantes de llana.



Tanmateix, les al·lèrgies no tenen cura, tot i que se'n poden controlar els símptomes amb tractaments. En aquest sentit, **el paper del farmacèutic és molt important a l'hora de resoldre consultes dels afectats.**

Per a més informació consulta el [web de salut del COFB](#).

## Potser també t'interessa:

- [Consells en micronutrició i fitoteràpia per a les al·lèrgies](#) (Blog)
- [Tertúlia d'Actualitat: quines novetats hi ha en les vacunes contra l'al·lèrgia? Amb vídeo](#) (Blog)
- [A la primavera augmenten les visites per al·lèrgies a la farmàcia](#) (Blog)





*Blog*  COL·LEGI DE  
FARMACÈUTICS  
DE BARCELONA

