



Según Arte

boletín informativo

Ilustre Colegio de Farmacéuticos de Huelva ■ Año 9 ■ Número 31 ■ Agosto 2018

COF Huelva – Cruz Roja: Estrechando lazos de colaboración en beneficio de los pacientes

página 5



Estudio del Grupo de Atención Farmacéutica sobre el correcto uso de los antibióticos

página 7

III Jornada de Puertas Abiertas

CITA CON TU SALUD

25 de septiembre de 2018
Día Mundial del Farmacéutico



cofh
Ilustre Colegio de Farmacéuticos de Huelva

El Colegio abrirá sus puertas a la sociedad onubense el próximo 25 de septiembre

Ese día tendrá lugar la tercera edición de la jornada 'Cita con tu salud', en la que se mostrarán los servicios que ofrecen las Oficinas de Farmacia de nuestra provincia

página 3

Pilar Pereda, farmacéutica comunitaria y presidenta de la Fundación Laberinto

“Me encantaría que todas las Farmacias onubenses contasen con una hucha solidaria y su información correspondiente, así como panfletos informativos de la Fundación Laberinto”





Tribuna abierta

La grandeza de lo cotidiano

En los pequeños detalles se demuestra la grandeza de la vida. El ejemplo más claro lo tenemos en nuestro ejercicio profesional diario. A simple vista, la dispensación de un medicamento puede resultar de lo más simple y anodino posible, aunque ese 'sencillo' proceso encierra en sí mismo una importancia sobresaliente para lo más preciado que puede tener una persona: su salud.

Es obligación del Farmacéutico, como profesional sanitario más cercano y accesible para la ciudadanía, reivindicar y hacer valer la importancia de un hecho como el proceso de dispensación, ya que en el mismo se produce un rico intercambio de información que nos ayuda a conocer la relación del paciente con su tratamiento y detectar posibles desajustes y errores que puedan suponer un perjuicio para su calidad de vida.

Un gesto tan, a priori, simple como la dispensación, lleva siendo la razón de ser de nuestra profesión desde el comienzo de sus tiempos y sobre el que han pivotado otros muchos servicios que hemos venido prestando -y seguiremos, no me cabe la menor duda- como parte integrante y fundamental de nuestro sistema sanitario y en beneficio de quienes dan sentido a nuestra labor: los pacientes.

En el caso de nuestra provincia, la labor 'simple' pero esencial de la prestación farmacéutica se lleva a cabo de forma reglada y coordinada desde las Farmacias desde hace prácticamente 100 años. Los mismos que en 2019 cumpla nuestro Colegio, quien vela desde hace casi una centuria por el buen desempeño profesional, acorde a la legalidad y la ética, de las boticas repartidas de forma capilar por el territorio onubense así como por los intereses profesionales de sus colegiados.

Es nuestra intención seguir trabajando -al menos otros 100 años- por nuestra profesión, por los farmacéuticos de Huelva, para que cuenten con todas las garantías legales que les permitan desempeñar sin desasosiego su importante trabajo como embajadores de la salud en todos los rincones de nuestra provincia, incluso en aquellos en los que prácticamente sólo queda el farmacéutico y poco más.

Estamos poniendo todo nuestro empeño en vivir el centenario de nuestro Colegio como la ocasión la merece. Y para nosotros no hay mejor celebración que seguir trabajando al servicio de nuestros compañeros con el objetivo de brindarles la oportunidad de continuar haciendo algo tan 'simple' pero a la vez tan grande como es dispensar medicamentos.

Francisco Peinado
Presidente

Nuevos Colegiados

- Concepción Arias San Román
- Cristina Bayo de Prado
- M^a Josefa Benítez Torres
- Ángel Agustín Berbé Gutiérrez
- Sonia Bernat Pascual
- Sandra Carmona García
- Celia Carrillo Gómez
- Santiago Carrión Guerra
- Nazaret Clavijo González
- Raul Córdoba Moreno
- María Cruz Parrales
- Ángeles M^a Cubero Flores
- Luis Díaz Suarez
- M^a Dolores Díaz Iglesias
- José Luis Domínguez Barquero
- Carmen Fernández Rodríguez
- Elisa Galiana Castiñeiras
- M^a del Rocío Garrido Moral
- Rosa M^a Gómez Ruiz
- Marina Hernández Blanco
- Adrián Jurado Infantes
- Irene Magriz Tascón
- M^a Esperanza Mirón Díaz
- Claudia Morais Vargas
- M^a del Mar Ortega Delgado
- Javier Quintero Mora
- Laura Sánchez Bello
- Laura Sánchez de la Campa Valero
- M^a Ascensión Servan Alcantara

Según Arte boletín informativo Ilustre Colegio de Farmacéuticos de Huelva

<http://www.cofhuelva.org>
comunicacion@cofhuelva.org



EDITA: Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Huelva

DIRECCIÓN: Francisco Peinado Martínez

REDACCIÓN: Mercedes Martín, Eva Alonso, Inmaculada Rite y Tomás Muriel

FOTOGRAFÍA: Archivo COF Huelva

ADMINISTRACIÓN:
c/ Palos, 7. 21003 HUELVA
Telf.: 959 240 500

DEPÓSITO LEGAL: SE-646-08

IMPRIME: www.imprentasand.com



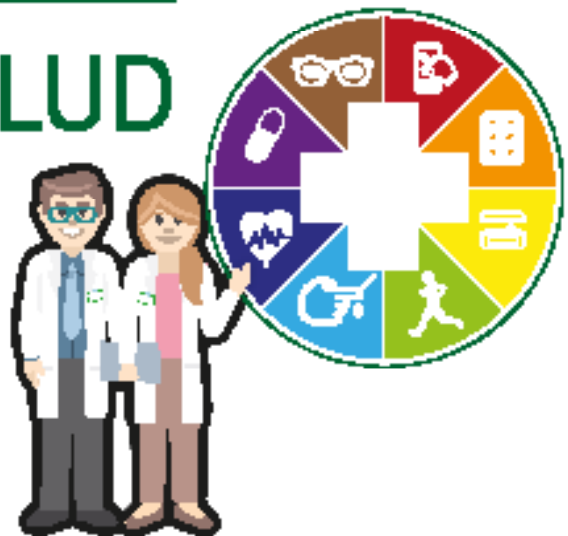
El Colegio abrirá sus puertas a la sociedad onubense el próximo 25 de septiembre

Ese día tendrá lugar la tercera edición de la jornada 'Cita con tu salud', en la que se mostrarán los servicios que ofrecen las Oficinas de Farmacia de nuestra provincia

III Jornada de Puertas Abiertas

CITA CON TU SALUD

25 de septiembre de 2018
Día Mundial del Farmacéutico



El próximo 25 de septiembre, con motivo de la celebración del Día Mundial del Farmacéutico, nuestro Colegio abrirá de par de par sus puertas para acoger la tercera edición de su jornada de puertas abiertas 'Cita con tu salud', que pretende mostrar a la población onubense los servicios complementarios a la dispensación de medicamentos que se ofrecen desde las Oficinas de Farmacia de la provincia así como para poner en valor el papel del farmacéutico comunitario como profesional sanitario más próximo y accesible.

Como ya sucediera en las ediciones precedentes, las personas que nos visiten podrán descubrir las bondades del consejo dermofarmacéutico, el asesoramiento personalizado en alimentación, indicaciones para un mejor control de los botiquines caseros, los beneficios del seguimiento del profesional farmacéutico para asegurar una correcta adherencia a los tratamientos prescritos, la moni-

torización ambulatoria de la presión arterial como prueba más fiable para confirmar o descartar la presencia de HTA o los servicios ya clásicos de óptica o acústica.

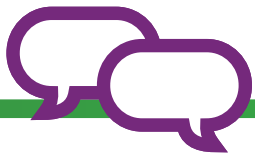
Junto con los stands o espacios destinados a mostrar en qué consiste cada uno de los servicios profesionales sanitarios que pueden encontrarse en nuestras Farmacias, la jornada también comprenderá la celebración de una serie de sesiones informativas con el fin de ayudar a los pacientes asistentes a mejorar su calidad de vida a través, por ejemplo, de una experiencia farmacoterapéutica más completa y beneficiosa.

Como ya sucediera en las ediciones anteriores, junto a la información, asesoramiento y demostración real de los servicios que se prestan desde las Oficinas de Farmacia onubenses, también prestaremos especial atención a conocer de primera mano qué opinan nuestros

pacientes sobre nuestra labor asistencial, los servicios que se prestan, así como aquellas demandas que deseen hacernos.

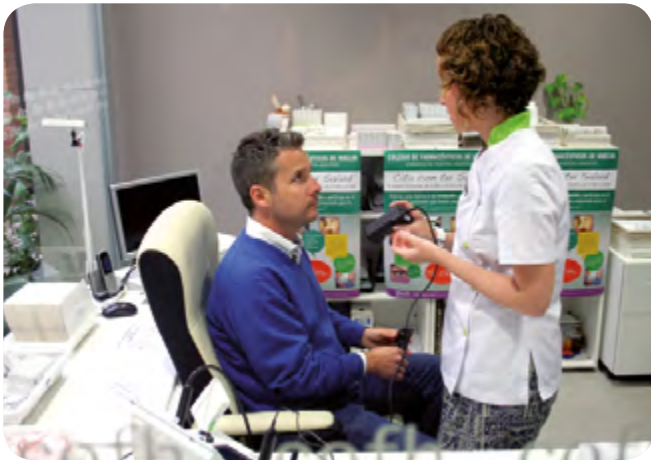
La celebración de esa jornada de puertas abiertas es una ocasión única para interactuar con nuestros pacientes en un ambiente un poco más distendido al habitual de la Farmacia, donde la necesidad de acceder a la mayor rapidez posible a un tratamiento o la falta de tiempo pueden condicionar que podamos ofrecer un consejo profesional más completo y dar a conocer de forma más sosegada todo nuestro potencial como espacio sanitario.

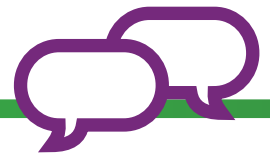
Por todo ello, y dada la importancia que tiene esta cita como ocasión idónea para poner en valor nuestro rol sanitario, te invitamos a ser parte activa de la jornada de puertas abiertas, asumiendo algún turno dentro de los distintos espacios informativos que se instalen en el interior de nuestra sede.



El espléndido precedente de las anteriores jornadas

El espléndido precedente de las anteriores jornadas de puertas abiertas celebradas por nuestro Colegio (en 2013 y 2016 respectivamente) nos invitan a encarar la tercera edición de esta cita con gran ilusión, ya que permiten interactuar con los pacientes para explicarles de manera detallada todo aquello cuanto pueden hacer por su salud las Farmacias de la provincia. Asimismo, la celebración de estas jornadas es una ocasión en la que contamos con el apoyo y el respaldo de las administraciones locales y provinciales, así como de distintos colectivos de pacientes onubenses.





COF Huelva – Cruz Roja: Estrechando lazos de colaboración en beneficio de los pacientes

En estos últimos meses se han desarrollado en nuestras instalaciones dos actividades promovidas por la institución humanitaria internacional, celebradas bajo el formato de charlas-merienda y en las que se les ofrecía información sobre temas de interés relacionados con su salud



Una de las charlas celebradas con Cruz Roja Española.

A lo largo del año son muchas las ocasiones en las que se abren las puertas de nuestra sede para acoger actividades, ya sean promovidas de forma directa por nuestro Colegio -habitualmente de carácter formativo, dirigidas a nuestros colegiados- o desarrolladas en colaboración con otras entidades.

Una de estas entidades con la que mantiene estrechos lazos de colaboración nuestro Colegio es Cruz Roja Española, que a lo largo de este curso ha venido desempeñando actividades orientadas a mejorar la calidad de vida de un colectivo de población cada vez más amplio, habitual de nuestras Farmacias y que precisan de una especial atención por parte de los profesionales sanitarios: las personas de edad avanzada.

En concreto, en estos últimos meses se han desarrollado en nuestras instalaciones dos actividades promovidas por la institución humanitaria internacional, celebradas bajo el formato de charlas-merienda y en las que se les ofrecía información sobre temas de interés relacionados con su salud.



La primera tuvo lugar en el mes de marzo y se centró en el uso racional del medicamento, enfatizando en conceptos esenciales como que una buena adherencia a los tratamientos repercute en una mejor salud. La segunda se celebró a finales de abril y giró en torno al uso de plantas medicinales. Ambas sesiones fueron impartidas por nuestras compañeras M^a José Coronado y M^a José Domínguez, del CIM colegial, y el salón de actos rozó el aforo completo.

Dado el buen resultado de esta actividad es intención prolongar la colaboración entre nuestro Colegio y Cruz Roja con la intención de ampliar el tipo de acciones desarrolladas y al tipo de público al que se dirijan. ■

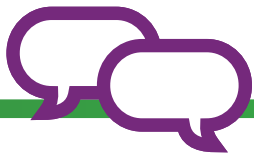


Entrevista a Juan José Blanco, presidente de Cruz Roja en Huelva

El máximo representante de la institución sanitaria en nuestra provincia desgrana cómo es el clima de colaboración con nuestro Colegio y qué iniciativas se prevén llevar a cabo de forma conjunta próximamente

¿Cómo y cuándo se establece la vía de colaboración de Cruz Roja con el Colegio de Farmacéuticos de Huelva?

Cruz Roja siempre pretende dar la respuesta más completa a las personas con las que trabaja,



para ello establece alianzas con administraciones, organizaciones, empresas, y, como en este caso con Colegios profesionales. Por ello, entendiendo que existían intereses comunes y un amplio espectro de posibles colaboraciones, y gracias a la iniciativa del propio Colegio de Farmacéuticos, a finales de 2017, empezamos conversaciones para conocer esas sinergias, las motivaciones, los intereses comunes para poder establecer la necesaria colaboración de ambas entidades para la realización conjunta de actividades relacionadas con la prevención y la promoción de la salud.

¿Qué finalidad persigue la línea de colaboración que mantienen Cruz Roja y el Colegio de Farmacéuticos?

Este acuerdo tiene entre sus finalidades y objetivos dar respuestas integrales a las personas, personas que se acercan a Cruz Roja con alguna necesidad y personas que van a las farmacias, y no digo clientes, porque sabemos que en muchos casos, la relación con la farmacia trasciende lo meramente comercial. Pues bien, nuestras intenciones es proporcionar la respuesta más integral posible, gracias, entre otras, a esta alianza. Esta colaboración permite llevar a cabo múltiples actividades en proyectos relacionados con la prevención de enfermedades y la promoción de la salud, todo ello realizado gracias a la solidaridad y generosidad de todas las personas que conforman el Colegio de Farmacéuticos, que son grandes expertas en todo lo relacionado con la salud.

¿Cuál es el elemento que más valora de esta vía de colaboración entre ambos colectivos?

Son muchos los elementos que valoramos como muy positivos

en esta colaboración. Por enumerar alguno puedo decir que nos ha sorprendido gratamente la permeabilidad que tiene el Colegio, es decir, la facilidad con la que asume las propuestas que le hemos lanzado. Siempre tienen un SI o un vamos a verlo, todo ello por el interés de hacer la vida más fácil a las personas. Ha sido fácil encontrar las sinergias entre el Colegio de Farmacéuticos y Cruz Roja que, con la firma de este acuerdo, maximizaremos entre otras cuestiones, la capilaridad de ambas entidades, de la red de oficinas de farmacia de la provincia, como espacios sanitarios más próximos y accesibles para el paciente, y de la red de asambleas locales de Cruz Roja en toda la provincia para responder a las necesidades actuales de las personas.

También valoramos la cercanía en el trato hacia las personas y hacia nosotros como entidad. Son personas de cuerpo a cuerpo, estando ahí al lado de las personas a las que puedan aportar nuevos conocimientos y hábitos que mejoren su salud.

Por otro lado es de gran valor la profesionalidad de las personas que donan su tiempo para dar respuestas, a lo mejor, en forma de taller de plantas medicinales, o de 'revisemos el botiquín'... Es impresionante todo lo que se aporta a las personas en esos encuentros, profesionales farmacéuticos con todos sus conocimientos y experiencias mostrados en charlas, condensados en un ratito para enseñar cuidados a nuestros mayores, por ejemplo.

Estos son a nuestro juicio los aspectos más destacables, entre muchos otros que me podría llevar mucho tiempo enumerar.

¿Cómo valoran desde Cruz Roja la labor sanitaria que presta el farmacéutico comunitario?

Desde Cruz Roja entendemos que la labor que realiza el farmacéutico en el medio comunitario es prioritaria, puesto que se trata de una persona de referencia en contacto directo con la población y capaz de detectar cualquier situación de vulnerabilidad. Son un nexo de unión entre el paciente y Cruz Roja, para facilitar autonomía, independencia, potenciar una red de relaciones...

En muchas ocasiones son las personas con las que nuestros mayores, por seguir con el mismo ejemplo, reciben un "buenos días" con una sonrisa, hablan de su vida pasada, de sus preocupaciones.

¿Qué proyectos pretenden llevar a cabo próximamente?

Son muchas las propuestas e ideas que tenemos en mente. Hemos empezado por calendarizar charlas, que se imparten en las propias dependencias del Colegio de Farmacéuticos, todos los meses por profesionales farmacéuticos para usuarios y usuarias del área de mayores de Cruz Roja. Nuestros mayores, personas a las que tenemos que cuidar y favorecer su autonomía e independencia el mayor tiempo posible. Una sociedad inteligente es aquella que aprovecha su sabiduría, en este caso, sabiduría viva en forma de personas que nos regalan sus experiencias. Ya hemos disfrutado de dos talleres, uno en el mes de marzo y otro en abril. Han sido sobre "uso racional de los medicamentos" y plantas medicinales.

Seguramente trabajaremos con jóvenes y con niños y niñas para poder facilitar hábitos saludables en la Huelva del mañana, cuidando también así nuestro futuro.



Estudio del Grupo de Atención Farmacéutica sobre el correcto uso de los antibióticos

Desde el Colegio invitamos a todas las Farmacias de Huelva a participar de forma sencilla en este trabajo de investigación

El uso racional y correcto de los antibióticos se ha convertido en un problema sanitario de primer orden. El desconocimiento de las dosis correctas, no completar los tratamientos o disponer en casa de remanente de antibióticos, entre otras, son posibles causas del incumplimiento y de la resistencia a estos fármacos.

Desde la Farmacia podemos intervenir para mejorar la adherencia y el conocimiento de los antibióticos, explicando la dosis correcta, la duración de los tratamientos y las posibles interacciones que pudiera haber con otros fármacos que el paciente esté tomando.

Por todo ello, el Grupo de Atención Farmacéutica, en colaboración con el CIM, ha diseñado un estudio para abordar la adherencia al tratamiento antibiótico



con objeto de analizar las causas del incumplimiento terapéutico y de mejorar la adherencia. El estudio, que comenzó el pasado mes de junio, se va a desarrollar durante un año, hasta junio de 2019.

Con el fin de contar con un número de pacientes que nos permita sacar conclusiones significativas, agradeceríamos enormemente la colaboración de todas las Farmacias de Huelva. Para ello, sólo es necesario completar una sencilla hoja de registro que recoja, entre otra información, el cumplimiento del tratamiento, y entregar una ficha informativa al paciente. Sólo con hacer 2 ó 3 registros en cada Farmacia de Huelva podríamos recabar suficiente información para intentar obtener resultados.

Las hojas de registro pueden descargarse en nuestra web colegial y conforme se vayan cumplimentando se pueden ir enviando por mail a grupodeatencionfarmaceutica@cofhuelva.org o al CIM (cimhuelva@cofhuelva.org). ■

Andalucía se suma a la receta electrónica interoperable

Andalucía se acaba de sumar al proyecto de interoperabilidad de la receta electrónica impulsado por el Ministerio de Sanidad. De este modo, todas las personas de nuestra comunidad autónoma pueden obtener desde hace escasas semanas la medicación que tengan recetada en Oficinas de Farmacia de cualquier comunidad autónoma (excepto Madrid, Ceuta y Melilla, que aún están ultimando los cambios) tal y como lo hicieran en las de su entorno. Igualmente, cualquier persona que visite nuestra tierra (salvo de Madrid, Ceuta y Melilla, como se citaba anteriormente) podrá solicitar los fármacos que tengan prescritos con sólo presentar su tarjeta sanitaria. Este hecho resulta de especial relevancia dado que nuestra provincia se

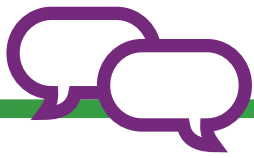


convierte durante el verano en destino de referencias para muchas personas del resto del país.

La extensión de la receta electrónica y la interoperabilidad en el Sistema Nacional de Salud se ha venido impulsando desde el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social y Red.es, entidad pública adscrita al Ministerio de Economía y Empresa. Para hacer posible la extensión de este proyecto en Andalucía han trabajado durante los últimos meses de forma conjunta la Consejería de Salud, el

Ministerio de Sanidad, el resto de comunidades autónomas y el Consejo Andaluz de Colegios Oficiales de Farmacéuticos. De esta forma, se ha realizado un pilotaje en 50 Oficinas de Farmacia andaluzas en el que se han podido validar las distintas fases del proceso.

Cabe recordar que nuestra Andalucía fue la primera comunidad en desarrollar la receta electrónica en el año 2003, un hecho que supuso un hito en la colaboración entre la Consejería de Salud y el conjunto de la Farmacia andaluza. ■



RASSELH: Una oportunidad única para posicionar a la Farmacia como espacio de referencia en la deshabituación tabáquica

Las Oficinas de Farmacia interesadas en formar parte de esta red pueden solicitar información al Colegio para llevar a cabo su adhesión a esta iniciativa

El Consejo Andaluz de Colegios Oficiales de Farmacéuticos y nuestro Colegio, así como el resto de Colegios andaluces, se han unido recientemente a la Red Andaluza de Servicios Sanitarios y Espacios Libres de Humo (RASSELH). Esta red fue creada en el año 2010 por el Plan Integral de Tabaquismo de la Junta de Andalucía (PITA) y está adherida a la Global Network For Tobacco Free Health Services (ENSH). Se incluye así, por primera vez, al colectivo farmacéutico en este proyecto, cuyo objetivo es la promoción social del abandono del hábito tabáquico.

Ahora tenemos la posibilidad de que todas las Oficinas de Farmacia de nuestra tierra se unan también a esta red, lo que supone una gran oportunidad y nos aporta un prestigio profesional equiparable al de entidades de gran calibre como hospitales públicos, distritos sanitarios y centros de salud. De esta forma se reconoce el papel que las Farmacias pueden desempeñar en el ámbito de la salud pública y la deshabituación tabáquica.

Las Oficinas de Farmacia interesadas en formar parte de esta red pueden solicitar más información al respecto en el Colegio, desde donde también se les facilitará el formulario de adhesión. Este documento de solicitud debe completarse con los datos requeridos y enviarse por mail al Colegio.

Iniciativas contra el tabaquismo

De forma paralela y con el fin de dar visibilidad a las Oficinas de Farmacia que promueven el cese tabáquico, desde el

Día mundial sin Tabaco en La Farmacia El Ancla Huelva. @CACOF_ @CofHuelva



La Farmacia de nuestra compañera Ana Bayo es una de las que ya ha participado en este concurso, compartiendo desde sus redes sociales un vídeo en el que explica cómo promueven el cese tabáquico entre sus pacientes.

pasado Día Mundial sin Tabaco (31 de mayo) y hasta el pasado 1 de septiembre, el CACOF y los Colegios de Farmacéuticos andaluces promovimos un concurso con el que se pretendía reconocer la mejor iniciativa emprendida por una farmacia andaluza como espacio libre de humo y de promoción de la deshabituación tabáquica.

Para dar constancia de la realización de dichas acciones, era necesario proporcionar material gráfico que lo acreditase (fotos y/o vídeos, fundamentalmente, que podían acompañarse de textos y elementos de diseño gráfico) y que permitieran identificar y conocer qué iniciativas concretas se han llevado a cabo en dicha Farmacia.

Este material se podía facilitar al jurado de este concurso por dos vías: bien por correo electrónico (info@cacof.es y cofhuelva@redfarma.org) o compartiéndolo en redes sociales, mencionando en dicha

publicación al CACOF (en Twitter, @CACOF_; y en Facebook, Consejo Andaluz de Colegios Oficiales de Farmacéuticos) y al Colegio de Farmacéuticos de nuestra provincia (en Facebook, Colegio Oficial de Farmacéuticos de Huelva, y en Twitter, @CofHuelva).

El Colegio determinará la mejor iniciativa llevada a cabo por una Oficina de Farmacia de la provincia, que recibirá como reconocimiento un diploma acreditativo (que será entregado en un acto público) y será beneficiaria de una serie de acciones de difusión en los canales del propio Colegio (web, redes sociales, boletines, etc.) así como en medios de comunicación.

Las iniciativas reconocidas por los distintos Colegios pasarán a una segunda fase, en la que el CACOF distinguirá la mejor iniciativa de toda Andalucía. Esta iniciativa recibirá diploma acreditativo (será entregado en un acto público) y será difundida por los canales del propio Consejo Andaluz así como a los medios de comunicación de información generalista y especializada. Asimismo, la Oficina de Farmacia ganadora recibirá una beca para asistencia a congresos o participación en actividades formativas en la que se podrá exponer la iniciativa vencedora de este concurso.

Desde el Colegio creemos que participar en estas iniciativas permite dar visibilidad a la importante labor en materia de prevención y salud pública que se lleva a cabo desde la red de Oficinas de Farmacia, como fomentar la actualización formativa entre nuestros colegiados. ■



La intervención de la Farmacia Comunitaria, decisiva en la alerta sanitaria del Valsartán

El principio activo Valsartán se convirtió este pasado mes de julio en uno de los principales protagonistas de la actualidad de nuestro país a consecuencia de la alerta sanitaria decretada por AEMPS tras detectarse impurezas de N-Nitrosodimetilamina en dicho principio activo al modificarse su proceso de fabricación bajo autorización del European Directorate for the Quality of Medicines & HealthCare.

La rápida colaboración de las autoridades europeas de medicamentos (la Agencia Europea de Medicamentos, EMA, y las agencias nacionales) así como los profesionales del Sistema Sanitario (entre los que cabe destacar los de la Farmacia Comunitaria dada su cercanía a los pacientes y como principales expertos en el medicamento) ha permitido resolver esta situación con máxima celeridad en cuanto ha sido conocida, evitando así muchas



situaciones que hubieran supuesto un perjuicio a la salud de numerosos pacientes.

La ejemplar respuesta ofrecida ante esta alerta sanitaria debe ser motivo de orgullo

para los agentes que integramos el Sistema Nacional de Salud, entre los que nos encontramos los Farmacéuticos Comunitarios como profesionales sanitarios más próximos a los pacientes. ■

Educación sanitaria para prevenir el consumo de bebidas alcohólicas en menores

Bajo el lema 'Menores ni una gota', las Oficinas de Farmacia de la provincia han ofrecido información para sensibilizar y prevenir sobre el inicio en el consumo de alcohol entre menores

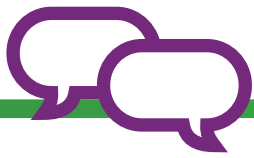
Las Farmacias de nuestra provincia participaron el pasado mes de marzo en una campaña de educación sanitaria para prevenir el consumo de toda clase de bebidas alcohólicas en menores. Con este fin y con el lema de 'Menores ni una gota', las Oficinas de farmacia de la provincia exhibieron cartelería y repar-



tieron folletos entre los más jóvenes y sus familiares. De forma previa desde el Colegio se ofreció formación específica a nuestros colegiados y se puso a su disposición una guía de intervención para impulsar la prevención del consumo de alcohol en menores, colaborar en la resolución de los problemas sanitarios derivados y promover hábitos de responsabilidad y moderación en el consumo de bebidas entre la población adulta.

Esta iniciativa, impulsada por el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos y la Fundación Alcohol y

Sociedad, se ha llevado a cabo con el fin de sensibilizar y prevenir el inicio en el consumo de alcohol entre menores mediante la educación. Aunque las últimas encuestas reflejan un descenso en el consumo, un 68,2% de los adolescentes entre 14 y 18 años que reconoce haber bebido alcohol en el último mes, lo que en la provincia de Huelva equivaldría a cerca de 18.000 jóvenes. La campaña ha aprovechado el potencial sanitario y social de la red de oficinas de Farmacias para actuar como puntos de intervención preventiva ante los menores de edad y sus familiares. ■



El 26,2% de los onubenses que realizan ejercicio físico lleva una dieta inadecuada

Así se desprende de un estudio llevado a cabo en Oficinas de Farmacia de todo el país y en el que participaron 145 personas de la provincia de Huelva

El 26,2% de las personas que realizan ejercicio físico en la provincia de Huelva lleva una dieta inadecuada. Esta es una de las conclusiones más relevantes extraídas de la campaña Plenufar 6 promovida por el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos y centrada en promover una educación nutricional en la actividad física, y en la que también han participado oficinas de farmacia onubenses.

De los resultados obtenidos de las 145 encuestas llevadas a cabo en nuestra provincia, destaca además que el 32,4% de las personas presentaba antecedentes de sobrepeso y que, tanto hombres como mujeres optan por la reali-



zación de actividad física vigorosa (41,4%).

En relación con la alimentación, sólo el 13,8% de las personas encuestadas mantenía una dieta adecuada y el doble (26,2%), inadecuada. Una mayoría, el 60%, sí hacía una dieta calificada como moderadamente adecuada.

El perfil del encuestado en la provincia de Huelva fue: mujer (57,9%) de 43 años, con un índice de masa corporal (IMC) de 24 kg/m² con estudios universitarios o superiores, (58,6%), que pasa 4,5 horas al día sentada, duerme 7,1 horas y en un 31% de los casos tenía tratamientos crónicos. ■

Posiciona tu Farmacia como espacio de referencia para dejar de fumar

Las Farmacias onubenses tienen la oportunidad de sumarse a la **Red Andaluza de Servicios Sanitarios y Espacios Libres de Humo (RASSELH)**, un proyecto que promueve el cese tabáquico desde hospitales y centros de salud y al que ahora también pueden unirse las Oficinas de Farmacia.



Consulta en el Colegio cómo sumar tu Farmacia esta red. **¡Es muy sencillo!**



ENTREVISTA

Pilar Pereda, farmacéutica comunitaria y presidenta de la Fundación Laberinto

“Me encantaría que todas las Farmacias onubenses contasen con una hucha solidaria y su información correspondiente, así como panfletos informativos de la Fundación Laberinto”



Nuestra compañera María del Pilar Pereda López, titular de Oficina de Farmacia en la ciudad de Huelva, es el claro ejemplo de que la farmacéutica es una profesión de clara vocación de servicio a los demás. Aparte de demostrarlo a diario a través de la labor asistencial que presta en su Farmacia, lo ratifica desde 2016 al frente de la Fundación Laberinto (de la que es presidenta), dirigida a contribuir al pleno desarrollo y la atención de las necesidades de menores con enfermedades raras

¿Qué es y a qué se dedica la Fundación Laberinto?

Es una fundación sin ánimo de lucro, cuyo fin es la construcción, puesta en marcha y mantenimiento de un Centro Polivalente 'Pa' Lante Popal', destinado a niños, jóvenes y personas con discapacidad asociadas a enfermedades raras.

Nuestro objetivo es contribuir en el pleno desarrollo del proyecto de calidad de vida de las personas con discapacidad y/o enfermedades raras, ofreciéndoles los apoyos, recursos y oportunidades necesarios para su bienestar e inclusión en la sociedad.

Tenemos como uno de nuestros principios 'El Proyecto de Vida', un modelo que tiene como finalidad acentuar las capacidades y demandas de la propia persona con discapacidad y/o enfermedades raras, de modo que se pueda abrir paso a posibilidades reales de participación, autonomía, autodeterminación, en las diversas parcelas de su vida y en las distintas etapas de la misma.

Pretendemos ofrecer unos servicios y proyectos que abarquen las distintas parcelas de la vida de una persona, tales como la atención, tratamiento y desarrollo; un ocio inclusivo, la familia, y la inserción laboral.

¿Cómo detectó la necesidad de crear una entidad como Fundación Laberinto?

Desde la visión de una madre de un niño con necesidades especiales, desde la preocupación del proyecto de vida de mi hijo, desde la realidad de las carencias de recursos y servicios para niños/as y jóvenes con enfermedades raras, desde la falta de información, asesoramiento y ayuda para las familias, desde los foros, charlas, coloquios de padres con hijos especiales, desde la importancia de la sensibilización e inclusión social de este colectivo.

Dada su experiencia como farmacéutica comunitaria, ¿es la Oficina de Farmacia un lugar propicio para detectar necesidades en salud de la población?

Creo que sí, dado que es el lugar donde cualquier persona ante una anomalía

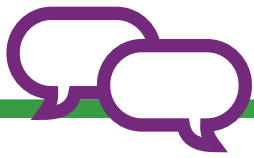
de salud o comportamiento se acerca a hacer una simple consulta, y creo que el farmacéutico está capacitado para detectar dichas necesidades.

¿Qué papel puede desempeñar la farmacia comunitaria en la asistencia a personas con enfermedades raras?

El principal papel que puede jugar es orientativo ante la aparición de una inquietud por parte de un paciente o familiar, el farmacéutico puede asesorarle a dónde o a quién dirigirse para resolver sus dudas.

¿Qué proyectos está llevando a cabo actualmente la Fundación Laberinto y qué otros tienen en previsión realizar?

La Fundación tiene en marcha diversos proyectos para la consecución de nuestro fin: Por un lado, la construcción del Centro Polivalente, para chicos y chicas con discapacidad y/o enfermedades raras mediante programas de actividades de financiación para el mismo: Carrera del Euro, Mercadillo Navideño, Regalos Solidarios, Día del Deporte en Familia, Donaciones, Huchas... Por otro



lado, Proyectos para ir dando respuesta a las necesidades del colectivo discapacitado y/o enfermedades raras: Programa de ocio inclusivo 'Pa'Lante', 'Disfruta conmigo', Día de Efemérides: Día de las Enfermedades Raras, Día del Discapacitado...; eventos de celebración de la fundación, atención y asesoramiento a las familias, etc.

Seguimos ampliando los servicios que actualmente llevamos a cabo, y programando nuevos proyectos viables hasta la consecución de nuestro centro.

¿Cómo puede ayudar la Farmacia onubense a dichas iniciativas?

Solicitaría a todos los compañeros difusión de todos los eventos que la fundación realiza y ayuda en la recaudación de fondos para el centro polivalente. Por ejemplo, me encantaría que todas las farmacias onubenses contasen con una hucha solidaria y su información correspondiente, así como panfletos informativos de la fundación.

La labor de consejo y atención que realiza en beneficio de los jóvenes con enfermedades raras recuerda mucho a los nuevos horizontes asistenciales que se le plantean a la Farmacia Comunitaria.



¿Qué le parece la apuesta por nuevos servicios profesionales complementarios a la dispensación?

Me parece un avance importante en el papel del farmacéutico en nuestra comunidad. No ser meros dispensadores, sino aportar al sistema sanitario, profesionales capacitados para ayudar en primera instancia al enfermo o al familiar. En coordinación y complementación al sistema sanitario, ya sean de carácter público o privado.

¿Ofrece alguno desde su Oficina de Farmacia?

En nuestra oficina hemos estado acogido a iniciativas por parte del Colegio de Farmacéuticos en la atención de enfermedades, diabetes, enfermedades cardiovasculares, tabaquismo, obesidad...

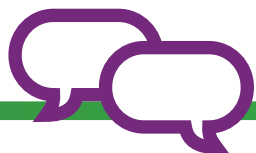
¿Le gustaría que desde el Colegio se promoviera algún servicio en concreto?

Creo que desde el Colegio se está tomando iniciativas para que la farmacia no fuese un simple punto de dispensación.

¿Cómo ve la Farmacia del futuro? ¿Cómo le gustaría que fuera?

En líneas generales, la Farmacia cumple las expectativas, sin embargo añadiría controles básicos convirtiendo la farmacia en un centro de atención primaria coordinado con el centro de salud, que presten los servicios tales como seguimientos de glucemia, tensiones, así como dudas puntuales en el tratamiento prescrito por el facultativo, en el que farmacéutico tenga algún tipo de dudas. Dándose lugar a una vía de comunicación entre el facultativo que prescribe y el farmacéutico que dispensa. ■





Mejorando destrezas ante el importante papel que tiene el Farmacéutico en la prevención

La actividad formativa fue, un curso más, uno de los principales pilares de acción del Colegio

La formación ha constituido, un curso más, uno de los pilares de la actividad de nuestro Colegio. Nuevas propuestas con el fin de ofrecer a los colegiados contenidos novedosos y que permitan ampliar sus destrezas, con el objetivo de que se traduzca en una labor asistencial más completa desde la Oficina de Farmacia.

Conscientes que el concepto de salud que se practica desde la Farmacia Asistencial gira, en gran medida, en torno a la prevención, cabe reseñar la actividad organizada el 14 de febrero de forma conjunta con el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos, la Sociedad Española de Neurología (SEN) y la Asociación de Pacientes Freno al Ictus, enmarcada en la campaña 'Prevención del ictus', diseñada con la finalidad de trasladar a la población la manera de detectar un evento de este tipo (es la segunda causa de muerte en España, la primera en mujeres) así como cuáles son sus factores de riesgo.

Sobre prevención también giró la actividad del día 20 de febrero, centrada en vacunas y, más en concreto, 'La enfermedad meningocócica invasiva: más allá de una sopa de letras', en la

que profundizamos en conceptos como su indicación, la pauta vacunal a seguir, su administración y cuestiones sobre su seguridad. En relación a esta temática cabe destacar la celebración (el día 10 de mayo) de la Jornada Multidisciplinar de Actualización en Vacunas, promovida desde las vocalías de diversas Sociedades Pediátricas, nuestro Colegio y otros Colegios profesionales, y en las que participaron la directora del CIM, M^a José Coronado y nuestra vocal de Adjuntos, Ana Rivera, quienes abordaron el papel del Farmacéutico en la promoción y uso racional y seguro de las vacunas.

Sin dejar de lado el concepto de prevención, al día siguiente, 21 de febrero, en nuestra sede se abordó la importante labor que puede desempeñar la Farmacia como espacio para informar entre los más jóvenes sobre el devastador efecto que puede tener el consumo de alcohol. Una actividad formativa comprendida en la importante campaña informativa impulsada desde el Consejo General y la Fundación Alcohol y Sociedad.

Siguiendo este mismo enfoque de salud, reivindicando el papel del Farmacéutico Comunitario tanto en la prevención de

la aparición de enfermedades como la hipertensión o la diabetes, el 10 de abril celebramos en colaboración con SEFAC la sesión formativa 'Hipertensión arterial y diabetes: dos enfermedades ligadas al riesgo vascular'.

Asimismo, cabe destacar otras sesiones celebradas en nuestra sede, tales como 'Fisiología y tratamiento de la enfermedad venosa (24 de mayo)', 'Enfermedad de Crohn, ¿qué es mito y qué realidad?' (7 de junio) o un taller sobre manejo y control del asma en el ámbito de la Oficina de Farmacia (31 de mayo).

No podemos olvidar que el pasado semestre también se completó uno de los hitos formativos de nuestro Colegio en estos últimos años: el curso de Dermofarmacia, cuya tercera y última sesión, centrada en el paso de los años y sus signos en la piel, estuvo impartida por nuestra compañera Patricia González, integrante de la Comisión de Dermofarmacia. Sin lugar a dudas, este ciclo formativo ha sido una de las propuestas que más interés ha despertado entre nuestros colegiados en estos últimos años, lo que nos invita a profundizar en esta temática de cara a futuras actividades de formación. ■





El Colegio en la prensa



20 Minutos
15/05/2018



20 Minutos
17/01/2018



Huelva 24.com
20/03/2018



Huelva Información
18/01/2018



HuelvaYa.es
20/03/2018



Huelva Información
16/05/2018



La Vanguardia Andalucía
15/05/2018



Huelva Información
21/03/2018



Viva Huelva
18/01/2018



La Vanguardia Andalucía
17/01/2018



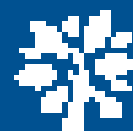
Seguros para cubrir lo que más importa.

Protección familiar, la mejor forma de asegurar el futuro de tu familia. En AVS, la mejor forma de proteger tu bienestar personal y el de tu familia es asegurando tu vida y la de tus seres queridos. Con las mejores pólizas de seguro de vida y salud, puedes asegurar tu futuro y el de tu familia.

La seguridad de tu familia es nuestra máxima prioridad. Con las mejores pólizas de seguro de vida y salud, puedes asegurar tu futuro y el de tu familia.

Planes seguros de Vida

www.aseguradora.com
 001 787 555 5555 555 5555



Aseguradora de Vida y Salud
 Seguro de Vida para
 proteger tu familia.

AVS, Aseguradora de Vida y Salud | P.O. Box 1000, San Juan, PR 00901 | www.aseguradora.com

AVS, Aseguradora de Vida y Salud | P.O. Box 1000, San Juan, PR 00901 | www.aseguradora.com