



**ICOFC
CS**

Il·lUSTRE
Col·legi Oficial
de FARMACÈUTICS
de CASTELLÓ

Nº 13

TERCERA TEMPORADA



CASTELLÓN 2016
20 CONGRESO NACIONAL
FARMACÉUTICO

19 - 21 de octubre



**CAMPAÑA CONTRA
EL MOSQUITO TIGRE**

**ENTREVISTA A JESÚS AGUILAR,
PRESIDENTE DEL CONSEJO GENERAL**

**PUBLICACIONES CIENTÍFICAS
EN LOS CONGRESOS**

Organizado por:



CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES
DE FARMACÉUTICOS

www.portalfarma.com

Con la colaboración de:

ICOFC
CS

Il·lUSTRE
Col·legi Oficial
de FARMACÈUTICS
de CASTELLÓ

#20CNF



DESCUBRA NUESTRAS
**COBERTURAS
EXCLUSIVAS**
PENSADAS
PARA USTED
Y SU HOGAR

Hasta un

25%
dto.*

en su Seguro de Hogar

LA LLAVE DE LA SEGURIDAD DE SU CASA

- ✓ MANITAS DEL HOGAR
- ✓ MANITAS DE ASISTENCIA
- ✓ MANITAS TECNOLÓGICO
- ✓ ASISTENCIA INFORMÁTICA



www.amaseguros.com
902 30 30 10

A.M.A. CASTELLÓN
Mayor, 118 Tel. 964 23 35 13 castellon@amaseguros.com

Síguenos en     

(*) Promoción válida para presupuestos de nueva contratación, realizados hasta el 30 de junio de 2016. No acumulable a otras ofertas. Consulte condiciones en su oficina provincial A.M.A.

ÍNDICE



DIRECTOR
Sergio Marco Peiró

COMITÉ DE REDACCIÓN
Araceli d'Ivernois Rodríguez
Inma Adelantado Roca
Tono Esteller Bovaira
Jaime Alcalá Giner
Obturados

COLABORAN

Manuel Adell Alegre

MAQUETACIÓN & FOTO
Obturados

EDITA

Ilustre Colegio Oficial de
Farmacéuticos de Castellón
C/ Ebanista Hervás, 51
12004 Castellón de la Plana

Teléfono 964 236 470
Fax 964 223 194

prensa@cofcastellon.org
www.cofcastellon.org
twitter: @cofcastellon

DEPÓSITO LEGAL
CS-207-2011



OPINIÓN

- Sergio Marco, Presidente del ICOF CS



ACTUALIDAD

- ICOF forma parte de la Red Sanitaria Solidaria.
- Abierta la inscripción al 20 Congreso Nacional.
- S.Marco Recogió el premio a "Mejor Iniciativa".
- Convenio de colaboración con Ágora Lledó I.S.
- Presentación Mascosta ICOF.



REPORTAJE

- Campaña Contra Mosquito Tigre.



CONGRESO NACIONAL

- ¡Participemos en los congresos!



ENTREVISTA

- Entrevistando a Jesús Aguilar Santamaría, (Presidente del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos de España).



NOTICIAS

- Revisión de las enfermedades por parásitos.
- Charla sobre el Mosquito Tigre.
- Formación sobre los diferentes tipos de diabetes.
- Jornada de Recogida de Medicamentos.
- Las patologías pediátricas más comunes.
- Consejo sobre flora intestinal en la farmacia.
- Presentación de la Bilastina, antihistamínico eficaz.
- El estilo de vida saludable previene el envejecimiento de los tejidos.
- Tratamientos eficaces de patologías del sueño.
- Día Mundial del Riñón.
- Novedades en terapias anticoagulantes.
- La cosmética "BIO".
- Atención al paciente de insuficiencia venosa.



INFORME DE SECRETARÍA

- Altas y bajas.

SERGIO MARCO

En una conferencia reciente a la que asistí, mi amigo Antonio Mingorance planteaba un símil futbolístico, semejándolo a la farmacia. Y la verdad es que fue muy gráfico, y aunque tengamos poca idea de fútbol es muy fácil de entender.

Decía que toda la vida nuestros entrenadores nos han hecho jugar a la defensiva, con todas nuestras líneas juntas y retrasadas. Y ahora es el momento de adelantar líneas y cambiar de juego. De que la delantera empiece con la presión, que la media se adelante y presione más arriba.

En definitiva, de que pasemos a la acción. Y debemos pasar a la acción desde abajo, desde las bases.

Una tras otra, recibimos medidas en contra de la farmacia que al final se traducen en medidas contra el paciente, contra el ciudadano.

Estamos significando como la gran mayoría de medicamentos innovadores que se autorizan en el mercado español no entran en el canal farmacéutico comunitario, sino que pasan al hospitalario, incumpliendo la normativa estatal vigente. Y esta medida se argumenta con razonamientos de control y seguimiento. ¿Acaso no podemos desde la farmacia comunitaria efectuar ese seguimiento y control al que aducen las autoridades sanitarias?

¿Qué ocurre con los medicamentos ECM de especial control médico? Que se siguen dispensando en farmacia comunitaria y que su PVP iva incluido no supera los 10€. ¿Dónde está el criterio de especial control?

El farmacéutico/a es un profesional muy bien formado, que está en continua formación, y se prepara para los retos que se le plantean. Además, si fuese necesario porque se plantea una formación adicional, no me cabe la menor duda de que la farmacia comunitaria se adaptaría, como ha hecho en tantas ocasiones.

Lo que ocurre es que el problema es de otra índole. De índole económica.

Aquí entramos a jugar las bases, debemos empezar a debatir qué podemos hacer para que el sistema siga siendo sostenible. Hemos de con-



Sergio Marco, Presidente del ICOF Castellón.

seguir que el paciente siga recibiendo su medicación en la farmacia de su barrio como siempre, pero a un coste sostenible para el sistema.

También hay que tener en cuenta que la farmacia comunitaria se sostiene del margen obtenido de la dispensación de medicamentos. Pero si los medicamentos que dispensamos solo son aquellos de escaso importe, mientras que los de mayor cuantía siguen una administración hospitalaria, no podemos sostener las carteras de servicios que tanto propagamos y se nos llena la boca al hablar de ellas. Y por supuesto, sin olvidar el trastorno que se le está ocasionando al paciente cuando tiene que buscar su hospital para retirar la medicación.

Este próximo mes de octubre celebraremos en Castellón el 20 Congreso Nacional Farmacéutico y en él debatiremos sobre este tipo de iniciativas y otras igualmente interesantes, o más. Os espero.

ICOFC CS FORMA PARTE DE LA RED SANITARIA SOLIDARIA DE CASTELLÓN



La Red Sanitaria Solidaria de Castellón comenzó su andadura el pasado mes de enero con el objetivo de impulsar el compromiso de las entidades sanitarias de la provincia con aspectos relacionados con la salud global y la cooperación al desarrollo. La Red, impulsada por la ONGD Medicus Mundi, está inicialmente formada por las dos Universidades de la provincia, el Ayuntamiento de Castellón y los Colegios Oficiales de Dentistas, Enfermeros, Farmacéuticos, Fisioterapeutas, Médicos, Podólogos y Psicólogos. Se espera que se sumen nuevas entidades para ampliar el alcance de esta iniciativa.

Sergio Marco, Presidente del Ilustre Colegio de Farmacéuticos de Castellón, estuvo presente en el acto de la firma del acuerdo junto con otros representantes de las entidades colaboradoras.

Se puede obtener más información sobre la Red Sanitaria Solidaria en la página web:



redsanitariasolidariacastellon.wordpress.com

ABIERTA LA INSCRIPCIÓN AL 20 CONGRESO NACIONAL FARMACÉUTICO QUE SE CELEBRARÁ EN CASTELLÓN DEL 19 AL 21 DE OCTUBRE

Este congreso reúne a farmacéuticos de todo el país en el encuentro bienal de la Farmacia.

Toda la información sobre el congreso y las inscripciones está disponible en el portal del Consejo General de Farmacéuticos, www.portalfarma.com

CASTELLÓN. El 20 Congreso Nacional Farmacéutico —organizado por el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón junto con el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos— ya tiene abiertas las inscripciones. La cita nacional tendrá lugar en Castellón del 19 al 21 de octubre de 2016, convirtiéndose así la ciudad en el punto de encuentro de profesionales del sector.

Para realizar la inscripción hay que visitar el espacio específico habilitado en la página web www.portalfarma.com, y que contiene además distinta información de interés para los asistentes.

El Congreso Nacional Farmacéutico es el máximo foro de encuentro profesional que organiza el Consejo General de Colegios Farmacéuticos cada dos años, para tratar los asuntos de mayor actualidad farmacéutica. En este año cuenta además con el atractivo añadido de celebrarse el centenario de la creación del Consejo General de Farmacéuticos, por lo que se programarán actos especiales para su conmemoración.

Esta nueva edición de la cita bienal de la profesión farmacéutica será el marco de presentación del trabajo asistencial del farmacéutico del siglo XXI, un farmacéutico que trabaja para mejorar la farmacoterapia de los pacientes y la salud pública. Farmacia, medicamento y paciente serán los protagonistas de este congreso en el que se tratarán temas como los servicios profesionales farmacéuticos, la asistencia farmacéutica sociosanitaria y domiciliaria, las estrategias de cronicidad y salud pública, la eSalud, el desarrollo profesional, la práctica colaborativa, las vacunas, la sostenibilidad así como una visión internacional de la Farmacia. Toda la información se sobre el congreso puede seguirse en Twitter a través de @portalfarma, con la etiqueta #20CNF.



Más información: <http://goo.gl/9WlQY3>



CASTELLÓN 2016

20 CONGRESO NACIONAL FARMACÉUTICO

19 - 21 de octubre

¡Inscríbete!

Accede a toda la información del congreso en

WWW.PORTALFARMA.COM

NUESTRA INNOVACIÓN ES TU SALUD

#20CNF



Con la colaboración de:



Organizado por:



www.portalfarma.com

SERGIO MARCO, PRESIDENTE de los Colegios AUTÓNOMOS, RECOGIÓ EL PREMIO A “MEJOR INICIATIVA” POR LA CAMPAÑA SIN GLUTEN EN LAS FARMACIAS



Sergio Marco, como presidente de los Colegios Oficiales de Farmacéuticos de la Comunidad Valenciana, recogió el Premio otorgado por la publicación Correo Farmacéutico a la mejor iniciativa por la campaña Farmacias sin gluten.

Esta campaña, puesta en marcha en las farmacias de la Comunidad Valenciana, tiene por objetivo facilitar el acceso a las personas afectadas por celiaquía a los productos frescos sin gluten en las boticas. La idea es distribuir productos frescos, como el pan y la bollería, y hasta una variedad de siete productos diferentes y por encargo. El paciente puede hacer el pedido y disponer de los artículos encargados al día siguiente y sin coste alguno.

Esta iniciativa surge a propuesta de la distribuidora Centro Farmacéutico y de la empresa de fabricación de productos sin gluten Apcel y ha contado con el apoyo de la Asociación de Celiacos de la Comunidad Valenciana y el Consejo Valenciano de COF.

Las oficinas de farmacias que se apuntaron a la campaña contaban con un sello identificativo y cartelería para informar a la población de la disponibilidad del servicio.





SERGIO MARCO PARTICIPÓ EN UN ENCUENTRO DIGITAL DE CORREO FARMACÉUTICO

El pasado 21 de abril, el Presidente del Ilustre Colegio de Farmacéuticos de Castellón y del Comité de Organización del Congreso Nacional Farmacéutico respondió preguntas a los lectores de la publicación Correo Farmacéutico en un encuentro digital.

CONVENIO DE COLABORACIÓN ENTRE ÁGORA LLEDÓ INTERNATIONAL SCHOOL y EL ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE FARMACÉUTICOS DE CASTELLÓN



El pasado mes de abril el ICOF CS y Ágora Lledó International School firmaron un convenio por el que los colegiados inscritos en el Colegio de Farmacéuticos de Castellón, así como sus familiares, podrán disfrutar de los servicios deportivos que se realizan en las instalaciones del gimnasio sito en el Camino Caminás nº 175 de Castellón, por un precio reducido.

Los colegiados o familiares que deseen hacer uso de este convenio deberán comunicarlo al ICOF para su alta en el centro deportivo de Ágora Lledó International School. Las condiciones específicas pueden consultarse en la secretaría del Colegio.

¡Hola! soy el Sr. Boti

Nazco ante una necesidad de comunicación del Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón.

El Colegio necesita una figura que le represente, no sólo ante sus colegiados sino también frente al paciente y usuario final. He de ser una mascota reconocida por seguidores en las redes y medios de comunicación.

Soy una mascota que transmite los valores de la organización y siempre apostaré por el servicio a la salud y al ciudadano.

Soy cercano, claro y creo sensaciones agradables de complicidad entre el Colegio y el usuario.

Soy expresivo como personificación de un bote de farmacia clásico: informo, exclamo, recuerdo, siento y comunico.

Así y a través de la redes sociales y de diferentes formatos, seré el vehículo de los mensajes que el Colegio quiera hacer llegar a los distintos públicos.





Notificación de Eventos
relacionados con la Farmacia



Consejos en las
Redes Sociales



Comentarios en
Campañas Corporativas

CAMPAÑA CONTRA MOSQUITO TIGRE

MOSQUITO TIGRE COMO VECTOR DE ENFERMEDADES: DENGUE, CHIKUNGUNYA, ZIKA

El mosquito tigre (*Aedes albopictus*) es originario del sudeste asiático y se está extendiendo por todo el mundo. Se encuentra instalado en Europa y en España, en donde se detectó por primera vez en Cataluña y ha ido avanzando por toda la costa mediterránea.

El mosquito es pequeño, mide entre 2-10 mm., es negro y con rayas blancas en la cabeza, cuerpo y patas. Sin embargo, lo que le diferencia de otras especies es que en la cabeza presenta una única raya blanca.

Cuando pica no lo hace sólo una vez, sino que origina un elevado número de picaduras. Su interés sanitario radica principalmente en que actúa como vector de algunas enfermedades como Dengue, virus Chikungunya y virus Zika (ZIKV).

El mosquito es un gran reproductor. La hembra puede poner 80 huevos cada 5 ó 6 días en verano. Sus huevos y larvas viven en objetos donde se pueda acumular agua. Se han podido detectar larvas en jarras, cubos de agua, piscinas en abandono, platos bajo las macetas, alcantarillas, etc.

No deposita los huevos en aguas en movimiento ni en grandes masas de agua.

Puede picar a cualquier hora del día, pero sobre todo al anochecer y al amanecer.

Si se le molesta puede interrumpir su picadura, pero como tiene que completar su ingestión de sangre, lo hace picando en otro sitio y por eso aparecen múltiples picaduras.

Se esconde en las zonas de vegetación sombría y resguardadas del viento. Presenta un vuelo ágil y cerca del suelo, por ese motivo las piernas son las más afectadas. Se desplaza en distancias cortas.

La picadura pasa desapercibida, pero posteriormente se presenta una reacción muy molesta, dura varios días y se acompaña de escozor. En principio todos somos susceptibles de ser picados, pero en algunas personas puede no producir reacción posterior. Los mosquitos se guían básicamente por los olores.

DENGUE

Enfermedad de carácter benigno de origen vírico (arbovirus), transmitida por mosquitos hembra del género *Aedes* (*aegypti* y *albopictus*). El periodo de incubación es de 4 a 10 días después de la picadura del mosquito.

Es una enfermedad de tipo gripal. Se presenta con fiebre elevada (40°C), dolor de cabeza muy intenso, dolor detrás de los globos oculares, dolores musculares y articulares, náuseas, vómitos y agrandamiento de ganglios linfáticos. Los síntomas duran entre 2 y 7 días.

Las convulsiones febriles y la pérdida de líquidos y electrolitos son las complicaciones más frecuentes en lactantes y niños pequeños.

Existe un dengue grave (dengue hemorrágico), que es una complicación potencialmente mortal porque cursa con extravasación de plasma, acumulación de líquidos, dificultad respiratoria y hemorragias graves.

No existe tratamiento específico para el dengue y dengue hemorrágico.

Su prevención y control dependen exclusivamente de las medidas de lucha antivectorial.

CHIKUNGUNYA

La fiebre chikungunya es una enfermedad vírica que se transmite entre los humanos a través de los mosquitos infectados (*Aedes aegypti* y *Aedes albopictus*).

Se detectó por primera vez durante un brote, en 1952, en el sur de Tanzania. Es un virus ARN del género *alfavirus*, familia *Togaviridae*. "Chikungunya" es una voz del idioma Kimakonde que significa "doblarse", en alusión al aspecto encorvado de los pacientes debido a los dolores articulares.

La enfermedad se da en África, Asia y el subcontinente indio. En los últimos decenios se ha propagado a Europa y las Américas. En 2007

se notificó por vez primera en Europa en un brote localizado en el nordeste de Italia. Desde entonces se han registrado brotes en Francia y Croacia.

Los síntomas que presenta son aparición repentina de fiebre alta, intensos dolores musculares y articulares, dolor de cabeza, náuseas, cansancio y erupciones cutáneas. Los dolores articulares suelen ser muy debilitantes, pero generalmente desaparecen en pocos días.

El periodo de incubación es de 4 a 8 días, después de la picadura del mosquito, aunque puede oscilar entre 2 y 12 días.

La mayoría de los pacientes se recuperan en unas dos semanas, aunque en algunos casos se puede desarrollar dolor crónico en articulaciones.

No existen vacunas para prevenir, ni medicamentos para curar la enfermedad. Solo existen tratamientos para aliviar los síntomas, principalmente el dolor articular, con antipiréticos, analgésicos y líquidos.

ENFERMEDAD POR EL VIRUS ZIKA

El virus Zika (ZIKV) se aisló por primera vez en un mono en el año 1947, en la selva denominada Zika, en Uganda. El primer caso en humanos fue descrito en 1952 en Uganda y Tanzania.

Es un arbovirus del género flavivirus, relacionado filogenéticamente con el virus del dengue, fiebre amarilla, encefalitis japonesa o el virus del Nilo Occidental.

La transmisión del virus se realiza a través de la picadura de mosquitos infectados del género Aedes, principalmente Aedes aegypti. Solo pican las hembras del mosquito, que se alimentan de forma intermitente y pican a más de una persona hasta saciarse. Una vez saciadas, necesitan reposar durante 3 días antes de poner los huevos, los cuales pueden sobrevivir hasta un año sin agua.

Además de los mosquitos, también se ha identificado la transmisión perinatal, posiblemente a través de la placenta o durante el parto, cuando la madre está infectada.

El virus se ha detectado en muestras de sangre, saliva, orina, semen, leche materna y líquido

amniótico. La detección del virus del zika en el semen del hombre parece indicar que pueda transmitirse también por vía sexual.

El periodo de incubación oscila entre 3 y 12 días tras la picadura del mosquito.

Entre el 60-80% de las infecciones transcurren asintomáticas y cuando aparecen los síntomas, estos son leves, produciendo:

Fiebre moderada de 4 a 7 días de duración.

Erupción macular, que suele manifestarse inicialmente en la cara, distribuyéndose posteriormente al resto del cuerpo.

Dolor articular (artralgia) y muscular (mialgia).
Conjuntivitis no purulenta.

Cefalea.

En casos raros puede producirse dolor retro-orbital (dolor ocular) y síntomas digestivos (diarrea, vómitos, etc.).

Los casos suelen resolverse sin complicaciones graves, siendo las tasas de hospitalización bajas y la mortalidad prácticamente nula.

El problema patológico del virus no está en la infección aguda, sino en la infección congénita, porque puede producir un grave daño en el feto en desarrollo principalmente a nivel del sistema nervioso central. De hecho, en diciembre de 2015, el Centro Europeo para la Prevención y Control de Enfermedades (ECDC), publicó un aviso sobre la posible asociación del virus zika con microcefalia congénita y, eventualmente, del síndrome de Guillain-Barré.

El síndrome de Guillain-Barré es un término que engloba un conjunto de neuropatías postinfecciosas raras que aparecen en pacientes que, por lo demás, aparentan un buen estado de salud. Por su parte, la microcefalia implica la degeneración o malformación del cerebro que determina el nacimiento de niños con una cabeza de tamaño más pequeño que el normal, lo que puede limitar gravemente el desarrollo neurológico del niño y en ocasiones provocar su muerte.

El diagnóstico se basa en la detección del ARN viral a partir de los pacientes durante la fase álgida de la enfermedad clínica (fase febril). El pe-

riodo virémico es corto, por tanto la detección directa del virus solo puede realizarse durante los 3-5 primeros días tras el inicio de los síntomas, aunque se ha detectado el virus en la orina hasta 10 días después del inicio sintomático. La infección por ZIKV provoca la producción de anticuerpos de tipo IgM, específicos frente al virus.

El tratamiento es sintomático, basado en el control del dolor, la fiebre y los picores, tratándolos con analgésicos y antihistamínicos. El paracetamol es el fármaco de elección. No se recomienda el uso de AINES y ácido acetilsalicílico, debido a que han sido relacionados con un incremento del riesgo de síndrome hemorrágico con otros flavivirus y con el síndrome de Reye tras infección viral en niños y adolescentes. La profilaxis se basa en medidas de salud pública dirigidas contra el mosquito vector de la enfermedad.

Como se ha indicado, no se dispone de vacuna específica contra el virus Zika, sin embargo hay esperanzas de poderla obtenerla en un plazo no excesivamente prolongado. De hecho, ya existen vacunas efectivas frente a otros Flavivirus (fiebre amarilla, dengue, encefalitis japonesa). El director del National Institute of Allergy and Infectious Diseases (NIAID), de Estados Unidos, ha comunicado que se han iniciado los trabajos para el desarrollo de una vacuna específica. Pero el tiempo requerido para desarrollar una vacuna comercial segura y efectiva oscila entre 8 y 12 años.

CONTROL VECTORIAL

La medida más eficaz es el control vectorial, realizándose a dos niveles; reduciendo el número de mosquitos y disminuyendo el contacto entre las personas y los mosquitos.

¿CÓMO REDUCIR EL NÚMERO DE MOSQUITOS?

Por eliminación y modificación de los lugares de cría. Evitando que los mosquitos encuentren lugares donde depositar sus huevos.

Vaciar, limpiar y cubrir lugares donde se pueda acumular pequeñas cantidades de agua. Aplicar insecticidas adecuados en los recipientes en que se almacena agua a la intemperie.

¿CÓMO DISMINUIR EL CONTACTO CON LOS MOSQUITOS?

Utilizando repelentes de insectos. Utilizar los recomendados por la AEMPS (DEET, picaridina o Icaridina). Estos repelentes, de momento, son los que tienen los mejores niveles de seguridad para su uso en embarazo y lactancia. Se tienen que aplicar según las recomendaciones del fabricante para que no pierda su efecto protector, y no aplicar en niños menores de 3 meses.

Usar ropa de colores claros y cubrir el cuerpo tanto como sea posible (camisas de manga larga, pantalones largos, etc).

Utilizar barreras físicas como mosquiteras en las ventanas, cerrar puertas y ventanas, uso de mosquiteras en las camas y usar repelentes eléctricos.

Si se detecta un caso sospechoso, tomar medidas para evitar el contacto con mosquitos mientras la persona presente síntomas, mediante la protección individual con repelentes eficaces.

¿QUÉ RECOMENDAR A LOS VIAJEROS?

Informar adecuadamente a los que se dirijan a zonas endémicas sobre el riesgo de infección y el periodo de incubación, así como las medidas de protección individual frente a las picaduras.

Informar de la importancia de acudir al médico si se presentan síntomas compatibles con la enfermedad dentro de los 15 días siguientes de abandonar la zona endémica.

Muy importante informar a las embarazadas que tengan previsto viajar a zonas endémicas del virus Zika por el riesgo existente y si es posible, que pospongan el viaje. Si ya han viajado, informar al médico para que lo tenga en cuenta en las revisiones perinatales-

BIBLIOGRAFÍA

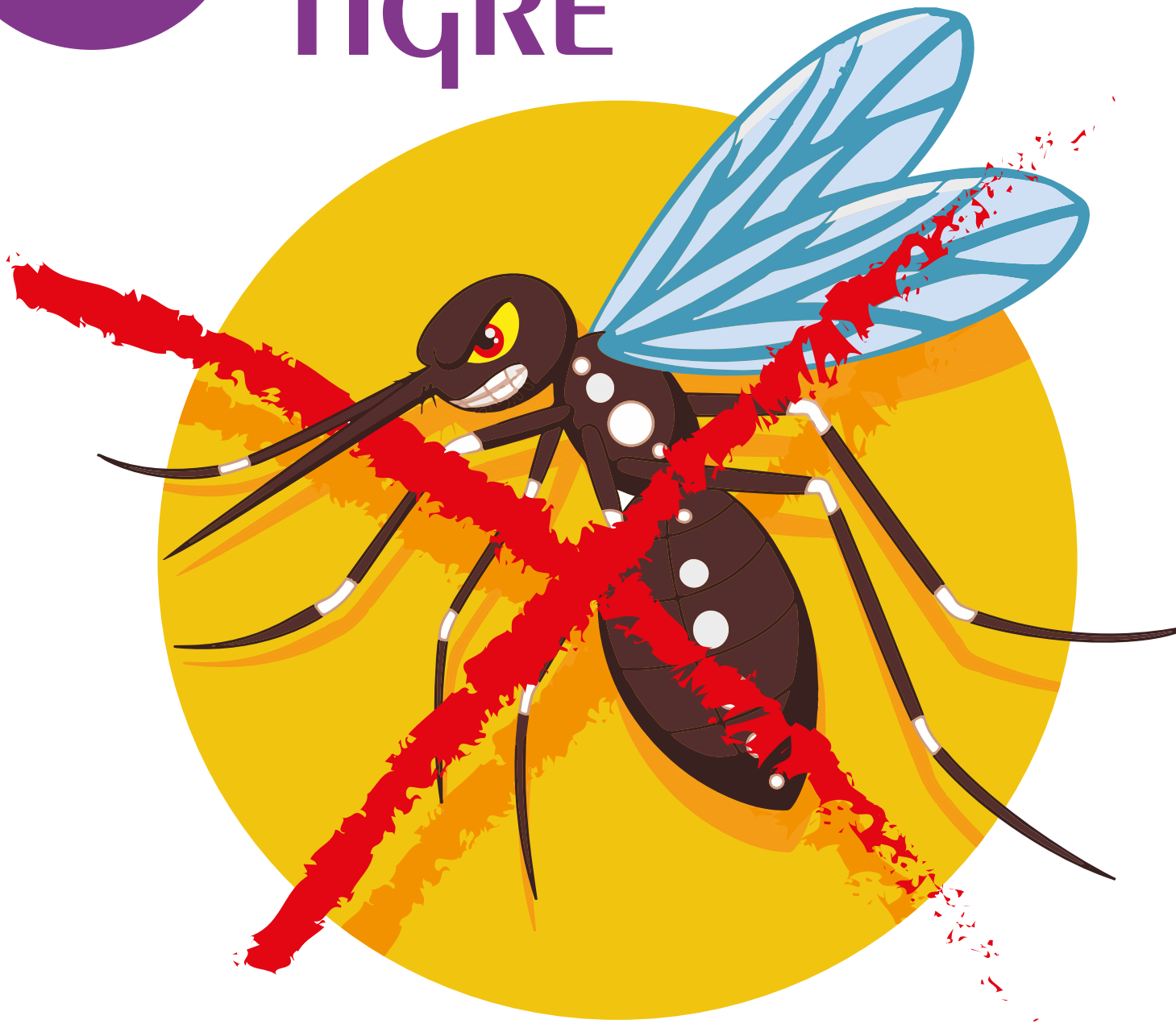
Revista "Viure en salut", Direcció General de Salut Pública. Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública. Generalitat. Nº 105 julio y Octubre 2015.

Informe Técnico: Enfermedad por virus Zika. Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos.

Organización Mundial de la Salud (OMS)
<http://www.who.int>



CAMPAÑA CONTRA MOSQUITO TIGRE



Algo de Información



Aprovecha el
agua estancada
en cualquier reci-
piente pequeño



Pica todo el día
pero sobre todo
al amanecer y
anochece



Se desplaza muy
cerca del suelo,
pica principal-
mente en piernas



Recomendamos
repelentes con
DEET, Icaridina
o IR3535R

¡PARTICIPEMOS EN LOS CONGRESOS!

Por Manuel Adell Alegre



Castellón será la sede del 20º Congreso Nacional Farmacéutico que se celebrará del 19 al 21 de octubre de 2016. Una cita importante para la profesión farmacéutica que reúne a los farmacéuticos que trabajan en los diferentes ámbitos: Farmacia Comunitaria, Farmacia de Hospital, Atención Primaria, Salud Pública, Investigación y Docencia, Industria, Distribución Farmacéutica, etc.

El ICOF de Castellón, consciente de la importancia y magnitud de este acontecimiento que tardará muchos años en volver a nuestra ciudad, os invita a participar ya que seremos el centro de atención de la profesión en los próximos meses.

Por ello el pasado 27 de abril organizamos un taller en torno a "Cómo elaborar un Póster", orientándolo al próximo congreso. El plazo para presentar estudios finaliza el 15 de julio. Para los que no pudisteis asistir, paso a resumir su contenido.

En el entorno de la FC podemos realizar observaciones interesantes que nos den la idea de la existencia de un problema, una experiencia o una realidad que merece un planteamiento o una teoría que lo explique. Por medio del método científico podremos justificar o no la validez científica de esta idea, para que en su caso pase a formar parte del cuerpo de conocimientos científicos sobre el tema. Para ello, es necesario realizar una investigación que lo demuestre, formulando una pregunta (o varias) que serán las que trataremos de responder con nuestro

trabajo. Buscaremos un método concreto que pueda demostrar la veracidad de la hipótesis y que con los propios medios y circunstancias podamos llevarlo a cabo. La globalidad del proceso podría exponerse así:

1- Formular una pregunta de investigación concreta y tangible que yo o mi equipo podamos abordar.

2- Realizar una búsqueda bibliográfica de artículos relacionados con nuestro tema o similares, para informarnos sobre qué se ha hecho, cómo lo han realizado, qué variables han considerado, qué cuestionarios han elaborado, etc.

3- A partir de la bibliografía decidimos qué variables estudiar y determinamos el objetivo de la investigación que explique el por qué de nuestro trabajo.

4- Método: escogemos el modo de llevarlo a cabo. El que se suele acoplar mejor a la realidad de la FC es el observacional, descriptivo y transversal, pues con poco tiempo y pocos recursos se puede realizar. También se acoplan los experimentales que describen, por ejemplo, casos clínicos.

5- Tomamos la decisión de sobre qué muestra poblacional realizar el trabajo, en función del tiempo, posibilidades de los autores y exigencias estadísticas.

6- Preparamos cuestionarios o encuestas para el trabajo de campo.

7- Se realiza el trabajo.

8- Procesamos los datos informáticamente (Acces, Excel...) obteniendo resultados expresables en tablas y gráficos.

9- Analizamos los resultados obtenidos, se discuten e interpretan dando lugar a unas conclusiones.

10- Redactamos la comunicación. Cada congreso tiene sus normas, hay que leerlas antes de cualquier redacción. Lo primero es el resumen o abstract, es una versión muy condensada de un artículo científico que indica claramente qué se ha hecho, cómo, y por qué se hizo, qué se ha encontrado y qué implicaciones tiene. En él debo expresar el mensaje que quiero comunicar y su utilidad para los oyentes o lectores e interpretar los resultados obtenidos.

Para poder profundizar en el tema existen las siguientes publicaciones:

Segura Fragoso, Antonio - Recomendaciones para elaborar el resumen de una comunicación (investigación o experiencia) a un congreso - Revista de salud ambiental Vol. 13, Núm. 2 (2013)

Carlos Manterola, D. 1, 2, Viviana Pineda N.1, Manuel Vial, G - ¿Cómo presentar los resultados de una investigación científica? - Revista Chilena de Cirugía. Vol 59 - Nº 2, Abril 2007; págs. 156-160

JESÚS AGUILAR SANTAMARÍA

PRESIDENTE DEL CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES DE FARMACÉUTICOS DE ESPAÑA Y
MIEMBRO DEL COMITÉ EJECUTIVO DE LA AGRUPACIÓN FARMACÉUTICA EUROPEA PGEU.



Lugar y fecha de nacimiento: Burgos, el 16 de septiembre de 1960.

Licenciado en Farmacia por la Universidad Complutense de Madrid, Máster en Atención Farmacéutica, Máster en Gerontología Social y Aplicada y Diplomado en Sanidad.

PARA USTED, COMO PRESIDENTE NACIONAL ¿CUÁL ES EL OBJETIVO DE REUNIR CADA DOS AÑOS A LOS FARMACÉUTICOS ESPAÑOLES? ¿Y CUÁL ES EL OBJETIVO CONCRETO DE ESTA EDICIÓN?

El Congreso Nacional Farmacéutico constituye la bienal de la Farmacia en España, un encuentro de toda la profesión, que se celebra cada dos años y que supone una oportunidad importante para debatir, intercambiar opiniones, y testar el sentir y las preocupaciones de los farmacéuticos, analizar el presente y proyectar el futuro de la profesión.

Farmacéuticos investigadores, docentes, Farmacia hospitalaria, de Atención Primaria, Farmacia Comunitaria, de la industria y la distribución farmacéutica, etc., estarán presentes en el congreso y abordaremos los temas de forma conjunta para avanzar y seguir construyendo Profesión, con mayúsculas.

Asimismo, el objetivo de esta nueva edición es constituir el marco de presentación del trabajo asistencial del farmacéutico del siglo XXI, un farmacéutico que trabaja para mejorar la farmacoterapia de los pacientes y la salud pública. Un encuentro que recogerá el testigo de la Declaración de Córdoba – presentada en 2014 - para ser el congreso en el que se presentarán experiencias concretas.

¿CUÁLES CREE QUE HAN DE SER LOS TEMAS SOBRE LOS QUE EXTRAER LAS CONCLUSIONES MÁS IMPORTANTES DE ESTE CONGRESO 2016 EN CASTELLÓN? ¿QUÉ PAPEL JUGARÁN LOS FARMACÉUTICOS QUE PARTICIPEN?

El Consejo General y el Colegio de Castellón están trabajando en el programa científico del congreso, en el que se abordarán, entre otros, los siguientes temas: Innovación y Farmacia Asistencial, abordaje de la cronicidad desde la Farmacia Comunitaria, Farmacia Comunitaria y Salud Pública, Servicios Profesionales Farmacéuticos: de la investigación a la práctica, Atención farmacéutica sociosanitaria y domiciliaria, medicamentos innovadores, sostenibilidad de la prestación farmacéutica, visión global del medicamento (biológicos y biosimilares, vacunas, medicamentos veterinarios, medicamentos de autocuidado, etc.), sistema de verificación de medicamentos, medicamentos falsificados y comercio ilegal, transformación digital, salidas profesionales, farmacia rural, etc.

El papel de los farmacéuticos que estén presentes en el congreso es fundamental, porque juntos estaremos construyendo hacia dónde nos encaminamos en cada uno de estos temas, además de conocer de primera mano los avances y novedades que nos afectan en el ejercicio diario de nuestro trabajo.

EN ESPAÑA HAY MÁS DE 65.000 FARMACÉUTICOS COLEGIADOS Y LA PROFESIÓN FARMACÉUTICA NO SE LIMITA ÚNICAMENTE A LA OFICINA DE FARMACIA, SINO QUE LO FORMAN FARMACÉUTICOS INVESTIGADORES, CIENTÍFICOS, DOCENTES, FARMACÉUTICOS QUE TRABAJAN EN FARMACIA DE HOSPITAL, EN ATENCIÓN PRIMARIA, EN FARMACIA COMUNITARIA, EN EL ÁREA DE LA SALUD PÚBLICA, EN EL ÁMBITO DE LA INDUSTRIA O DE LA DISTRIBUCIÓN FARMACÉUTICA, Y UN LARGO ETCÉTERA. ¿TODOS TENDRÁN CABIDA EN EL CONGRESO? ¿HAY PROGRAMACIÓN CONCRETA PARA ALGUNO DE ESTOS PERFILES?

Por supuesto. Como ya he comentado, el Congreso Nacional Farmacéutico es el congreso de todos los farmacéuticos, de toda la profesión, y para ello estamos elaborando un programa que sea de interés para todos los farmacéuticos, independientemente de la modalidad de ejercicio profesional que desempeñen.

EL OBJETIVO PRINCIPAL DEL FARMACÉUTICO SIGUE ESTANDO FOCALIZADO EN EL PACIENTE Y EN MEJORAR LA CALIDAD ASISTENCIAL QUE RECIBE. CON TODOS LOS CAMBIOS QUE SE VAN PRODUCIENDO EN LA SOCIEDAD Y EN EL SECTOR, ¿PUEDE VARIAR ESTO?

Mejorar la salud de la población es el objetivo de todos los profesionales sanitarios, y también de los farmacéuticos, y el avance hacia una farmacia asistencial, que responda a las necesidades de los pacientes con nuevos servicios es algo imparabile. Es una tendencia internacional, en la que el farmacéutico comunitario tiene que adquirir un papel más activo, mejorando su intervención, en una práctica colaborativa con el resto de profesionales sanitarios.

Estamos en un momento de evolución profesional sin retorno, y en España tenemos un valor adicional fundamental que es el modelo de farmacia. La capilaridad de la red de farmacias, la cercanía, la profesionalidad e independencia de los farmacéuticos son valores que las administraciones sanitarias conocen, y que saben

que tienen que aprovechar para mejorar la salud de los ciudadanos, especialmente en el actual escenario sociodemográfico y económico.

¿CREE QUE EL SISTEMA ACTUAL DE TRANSFERENCIA AUTONÓMICA ES LA MEJOR OPCIÓN PARA EL PACIENTE? ¿Y PARA EL SECTOR?

Al amparo de las previsiones constitucionales y de los respectivos estatutos de autonomía, todas las comunidades autónomas han ido asumiendo sus competencias en materia de sanidad. El objetivo de las transferencias sanitarias ha sido aproximar la gestión de la asistencia sanitaria al ciudadano y facilitarle, así, garantías en cuanto a la equidad, la calidad y la participación.

Sin duda, creo que, en términos generales, las transferencias sanitarias eran necesarias y son positivas para los ciudadanos, pero es necesario definir un nuevo modelo de financiación sanitaria, estable, suficiente, acorde a los objetivos de estabilidad presupuestaria y coherente con los principios de cohesión territorial.

En paralelo es necesario que el máximo órgano de coordinación sanitaria de nuestro país, que es el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud (CISNS), tenga una mayor relevancia en sus decisiones, que sean acuerdos vinculantes, persiguiendo la máxima integración del conjunto de los servicios regionales de salud.

En cuanto al sector del medicamento, el Estado – concretamente el Ministerio de Sanidad – tiene la competencia de establecer qué medicamentos están financiados y a qué precio. Competencias estatales que las CCAA tienen el deber de respetar, no por el sector, sino para permitir que la prestación farmacéutica sea igual para todos los ciudadanos, teniendo acceso a los mismos medicamentos.

EN ESTOS MOMENTOS DE CAMBIO CONTINUO CON DISTINTOS CONCEPTOS DE MODELO DE SOCIEDAD EN LAS 17 COMUNIDADES AUTONÓMICAS, ¿QUÉ FUTURO Y QUÉ NECESIDADES PUEDE TENER EL SECTOR EN LOS PRÓXIMOS 10 AÑOS PARA CRECER Y SEGUIR CUMPLIENDO SU IMPORTANTE PAPEL EN LA SOCIEDAD? ¿Y QUÉ NUEVOS RETOS ESPERAN AL FARMACÉUTICO?

El gran reto del sector para los próximos años es sin duda la autenticación de medicamentos y la adaptación al Sistema Europeo de Verificación y Autenticidad de Medicamentos, el EMVO. Este sistema – interoperable entre los diferentes sistemas nacionales de verificación – reforzará la calidad y la seguridad del suministro legal de medicamentos y evitará la entrada de medicamentos falsificados.

Un reto para la Industria, la Distribución Farmacéutica y la Farmacia Comunitaria en España. Por eso estamos trabajando conjuntamente – Farmaindustria, AESEG, Fedifar y Consejo – en el Sistema Español de Verificación de Medicamentos, que tendrá que estar en funcionamiento en febrero de 2019. Un sistema que en el que el farmacéutico comunitario, como profesional sanitario, actuará una vez más como garante ante el ciudadano de la autenticidad del medicamento dispensado.

Otro importante reto para el farmacéutico comunitario, como ya he comentado, es prepararse y adaptarse a una nueva Farmacia, más profesional, que se encamina a la prestación de servicios asistenciales a sus pacientes. La dispensación seguirá siendo la razón de ser del farmacéutico comunitario, que también tendrá que prestar servicios que sean eficaces para los pacientes y eficientes para el sistema sanitario.

¿CÓMO VALORA LA SITUACIÓN DE LOS COLEGIOS PROFESIONALES ACTUALMENTE? ¿CUÁL ES SU MAYOR FUERZA?

Contamos con una organización colegial fuerte y cohesionada, que representa a todos los farmacéuticos colegiados, y que está haciendo posible el cambio fundamental de la profesión, como ya he comentado. Vivimos un buen momento dentro de la organización farmacéutica. Contamos con presidentes jóvenes y con experiencia, con muchas ganas de trabajar, como es el ejemplo de Sergio Marco, y con mucha visión de futuro profesional. Colegios, Consejos Autonómicos y Consejo General estamos aunando fuerza, estamos siendo proactivos, y necesitamos a todos y a cada uno de los farmacéuticos. Y para hacer un poco de autocrítica, que siempre viene bien, creo que tenemos que escuchar más la realidad diaria de nuestros colegiados, lo estamos haciendo, pero hay que potenciarlo, porque son ellos el termómetro de la sociedad. Y por último, nuestra gran fortaleza es el valor que juntos aportamos a la sociedad.

“NUESTRA INNOVACIÓN ES LA SALUD” ES EL LEMA DEL CONGRESO NACIONAL DE ESTE AÑO ¿QUÉ SE QUIERE TRANSMITIR CON ÉL?

La Real Academia Española define innovar como “mudar o alterar algo, introduciendo novedades”. Un concepto global que define el momento actual de la Farmacia y del Medicamento. Farmacia y Medicamento están evolucionando. El medicamento hacia una medicina más personalizada y específica, y la Farmacia hacia una atención farmacéutica enfocada en las necesidades de los pacientes. Y ¿cuál será el resultado de nuestra innovación? Pues, sin duda, la mejora de la salud de la población, porque los pacientes son el eje de nuestra actividad. Por eso “Nuestra innovación es la salud”.

¿POR QUÉ CASTELLÓN COMO SEDE? ¿EN QUÉ CREE QUE SE VA A DIFERENCIAR DE OTRAS EDICIONES EN OTRAS CIUDADES DE ESPAÑA?

Pues como en sedes anteriores, es el Colegio el que solicita al Consejo General ser anfitrión del Congreso Nacional. En este caso, en 2014 varios Colegios querían optar a la celebración del 20CNF y en el Comité Directivo de ese momento decidimos que Castellón reunía todos los componentes necesarios para la vigésima edición de la bienal farmacéutica.

Una ciudad que aúna mar y montaña, con un gran atractivo turístico para los asistentes, y con unos farmacéuticos que son grandes profesionales, muy activos, y que en situaciones complejísticas han dado la talla profesionalmente. Sin duda, Castellón se diferenciará de las anteriores ediciones por la modernización del congreso, por ser más participativo e inte-

ractivo, y por su repercusión social, en la que estamos trabajando.

ESTA ES YA LA XX EDICIÓN. SIN DUDA, HABRÁ HABIDO UNA EVOLUCIÓN DESDE LOS INICIOS. ¿QUÉ HA CAMBIADO? ¿CUÁLES SON LOS LOGROS MÁS DESTACADOS DE ESTAS 20 EDICIONES?

Llevo menos de un año como presidente del Consejo General y desde 2008 en la organización farmacéutica, por lo que mi recorrido me ha permitido ser partícipe solo en las cuatro ediciones anteriores: Badajoz (2008), Bilbao (2010), Santander (2012) y Córdoba (2014). Y en este tiempo puedo decir que el Congreso ha ido cambiando, manteniendo el espíritu de ser un foro de debate de la Profesión, pero abriendo sus puertas a la sociedad, y a los ciudadanos. El último de los congresos, Córdoba, fue una punta de lanza, fue el inicio de un camino, puesto que en él se proclamó la Declaración de Córdoba, hoja de ruta y guía para la Farmacia. Castellón va a ser el congreso de pasar a la práctica, el congreso de la experiencia real, y esperamos contar con una amplia participación para que sea todo un éxito.





El Ilustre Colegio Oficial de FARMACÉUTICOS DE CASTELLÓN REvisa LAS ENFERMEDADES REEMERGENTES CAUSADAS POR PARÁSITOS



En Enero se celebró la conferencia “Zoonosis y parasitosis reemergente” de la mano de la Doctora María Auxiliadora Dea, Profesora de Parasitología en la Universidad Cardenal Herrera en el marco de la programación de formación continuada del Colegio.

Durante su intervención la científica realizó una revisión de las enfermedades emergentes y re-emergentes originadas por parásitos, destacando las presentes en nuestro ámbito geográfico. En concreto, la experta habló de enfermedades y causas que se creían parcialmente controladas y que debido a los actuales medios de vida vuelven a manifestarse. Por ejemplo, la Doctora destacó los movimientos migratorios, la reducción de los programas de control por la recesión económica o el aumento del consumo de carne cruda o exótica como factores que pueden desencadenar la aparición de estas enfermedades.

La parasitóloga destacó el peligro de las especies invasoras que pueden introducir nuevos parásitos como es el caso del mapache, e hizo hincapié en el resurgimiento globalizado de insectos como el mosquito tigre o las chinches de las camas.

La zoonosis se define como aquellas enfermedades que se transmiten de los animales vertebrados al hombre y viceversa, y actualmente hay cerca de 200 enfermedades de este tipo que pueden afectar al hombre. Factores como la convivencia con animales de compañía, sistemas de alcantarillado deficientes o viajes a países endémicos son algunas de las causas del resurgimiento de estas dolencias que para los países en vías de desarrollo suponen una importante causa de morbi-mortalidad y suponen cuantiosas pérdidas económicas.



ICOFcs



ICOFcs



@ICOFcs

Síguenos
en las redes
sociales

CHARLA PARA INFORMAR SOBRE EL MOSQUITO TIGRE Y SU INFLUENCIA EN LA SALUD



El Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón organizó junto con la Dirección General de Salud Pública una jornada sobre el mosquito tigre. El Presidente del ICOFCS, Sergio Marco recordó que es muy importante actuar a nivel de la población para tomar las medidas adecuadas contra este mosquito que tiene un potencial invasor muy elevado.

José Vicente Martí, Coordinador de Sanidad Ambiental de la Dirección General de Salud Pública, habló del panorama actual de las enfermedades vectoriales en Europa y en España y recalcó la gran comunicación que tiene el farmacéutico con el ciudadano y su papel fundamental para informar a clientes y pacientes.

Ricardo Jiménez, Catedrático de Entomología y Control de Plagas de la Universidad de Valencia habló sobre la biología, la identificación y los procesos de control de esta especie de mosquito.

Por último, Enrique Hueso, Vocal de Oficina de

Farmacia del ICOFCS, habló sobre el papel de las boticas frente a los mosquitos y otros vectores, así como las medidas generales de prevención que pueden adoptarse. Hueso destacó que la labor de la farmacia es doble, ya que por una parte puede ayudar a difundir entre los pacientes y clientes las medidas de prevención higiénico sanitarias a tener en cuenta. Por ejemplo, se señaló la importancia de controlar piscinas, estanques y acumulaciones de agua en general y el papel imprescindible del ciudadano para llevar a cabo estas acciones en sus bienes privados para ayudar a controlar este tipo de plagas.

Por otra parte, la oficina de farmacia puede aconsejar al paciente sobre los mejores productos para repeler al insecto y evitar su picadura, o sobre las medidas a adoptar y los mejores tratamientos a aplicar cuando la picadura ya se ha producido.



Rosa Arnau, vocal de Alimentación del ICOFCS, participó en la III Jornada Profesional de la Vocaía de Alimentación celebrada en Madrid con el lema "En la farmacia, con la comida sí se juega".

La vocal de Castellón moderó una mesa redonda sobre complementos alimenticios en la Oficina de Farmacia.



FORMACIÓN SOBRE LOS DIFERENTES TIPOS DE DIABETES



Una nueva sesión de formación continuada proporcionó conocimientos sobre “Consejos para el diabético: Abordaje del tratamiento diabetes tipo 1 y 2” y corrió a cargo del Doctor Juan Carlos Ferrer García, médico endocrino.

El experto destacó la elevada prevalencia de diabetes en la población con tasas de hasta el 14% en adultos mayores de 18 años, así como el impacto sociosanitario que esto produce. Ferrer también habló de los diferentes tipos de diabetes y las principales características de esta enfermedad. La diabetes de tipo 2 es más frecuente en adultos, mientras que la de tipo 1 lo es más en niños y adolescentes.

Para el Doctor es importante animar al paciente a cumplir los objetivos de control de la glucemia para evitar complicaciones crónicas y

daños en diferentes órganos como el corazón, los riñones o los ojos, así como recordar los beneficios de seguir una dieta saludable y de la realización de actividad física sobre todo cuando existe obesidad asociada.

El ponente también puso de manifiesto la frecuente asociación de la diabetes con otros factores de riesgo cardiovascular que deben ser igualmente tratados como puede ser la obesidad, la dislipemia o la hipertensión arterial, y celebró el efecto beneficioso de los nuevos fármacos antidiabéticos y las nuevas insulinas. También se destacó el papel fundamental que juegan los farmacéuticos junto endocrinólogos, médicos de atención primaria, dietistas, psicólogos y demás profesionales a la hora de atender y prestar ayuda a pacientes diabéticos.

LAS FARMACIAS DE LA PROVINCIA PARTICIPARON EN LA JORNADA DE RECOGIDA DE MEDICAMENTOS

El Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón colaboró el pasado mes de febrero en la 9ª Jornada Solidaria de Recogida de Medicamentos sin prescripción médica organizada a nivel nacional por Banco Farmacéutico.

Las farmacias de Castellón participaron por primer año en esta iniciativa solidaria que tuvo por objetivo recoger más de 1.200 medicamentos solicitados por dos entidades asistenciales para poder atender durante este año a cientos de personas sin recursos o en riesgo de exclusión social que acuden diariamente a solicitar ayuda.

La jornada se llevó a cabo en farmacias de Al-

calá de Xivert, Benicarló, Borriana, Castellón de la Plana, Chilches, la Vall d'Uixó y Villarreal. Entre los medicamentos más solicitados destacaron antisépticos y desinfectantes, analgésicos, productos para el resfriado, antiinflamatorios, laxantes y algunos productos de parafarmacia como termómetros o apósitos para el tratamiento de quemaduras.

Castellón se unió así a las provincias de Barcelona, Madrid, Granada, Gerona, Málaga, Zaragoza, Sevilla, Tarragona, Lérida, Huesca y Valencia, formando parte de las 720 farmacias que colaboraron en la iniciativa.

EL ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE FARMACÉUTICOS DE CASTELLÓN INFORMÓ SOBRE LAS PATOLOGÍAS PEDIÁTRICAS MÁS COMUNES



La conferencia "Patologías pediátricas habituales y sus complicaciones" corrió a cargo de la Dra. Mercedes Bru, Pediatra del Centro de Salud de Benicarló, para hablar sobre las funciones del farmacéutico ante la consulta pediátrica, así como de las características de las consultas pediátricas más frecuentes. La Doctora recordó a los presentes que "es importante diferenciar el componente médico y científico de la parte cercana y familiar, a la hora de transmitir empatía y tranquilidad a los padres que se encuentran

preocupados por la salud de sus hijos".

Las dolencias más comunes en niños pequeños son las relacionadas con la fiebre, dolor de garganta o de oídos, tos, vómitos, diarrea o dolores abdominales. Es importante que los padres observen la evolución de los síntomas y pidan consejo a su farmacéutico o a su médico para evitar posibles complicaciones y descartar causas graves.

CONFERENCIA PARA MEJORAR EL CONSEJO SOBRE FLORA INTESTINAL EN LA FARMACIA



En el mes de febrero tuvo lugar una conferencia sobre microbiota intestinal, probióticos y su recomendación en la farmacia comunitaria, dirigida a farmacéuticos y profesionales del sector.

Eduardo González, Doctor en Farmacia, dio las claves de la importancia de la microbiota o flora intestinal en la salud del ser humano y destacó que la comunidad científica ya la considera un nuevo órgano. De hecho, la flora intestinal está compuesta por más de 100 billones de microorganismos de más de 1000 especies diferentes y su equilibrio es básico para la salud ya que los últimos estudios revelan que muchas enfermedades crónicas pueden tener su origen en desequilibrios de la flora intestinal.

Los malos hábitos de vida, el uso abusivo e irracional de antibióticos, la excesiva higienización de la sociedad puede estar detrás del aumento de enfermedades de origen autoinmune como la dermatitis, diabetes, enfermedad de Chron, etc.

Por otra parte, la flora intestinal asegura la síntesis de vitaminas y sustancias necesarias para el buen funcionamiento del organismo, protege frente a ataques externos y aumenta las defensas. El Doctor recordó que para mantener la flora intestinal es necesario seguir una alimentación adecuada y un estilo de vida sano. También recomendó la incorporación de probióticos y prebióticos a los hábitos de vida para ayudar a mejorar, restaurar y mantener la flora intestinal.

Durante la conferencia también se puso de manifiesto el papel de los probióticos para ayudar a disminuir el riesgo de diarrea asociada a antibióticos, o su papel en la mejora del estreñimiento. Para finalizar, Eduardo González facilitó una actualización de recomendaciones de probióticos en diferentes esferas de la salud en virtud de la evidencia científica actual que facilite el consejo farmacéutico en la farmacia comunitaria.

EL ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE FARMACÉUTICOS DE CASTELLÓN PRESENTA LA BILASTINA COMO UN ANTIHISTAMÍNICO EFICAZ Y SEGURO



Un encuentro con título “Antihistamínicos orales, seguridad, potencia y eficiencia” fue conducido por el Dr. Javier López Dávila, dermatólogo del Hospital Provincial de Castellón.

El Doctor hizo una completa explicación sobre la Bilastina, un antihistamínico H1 de segunda generación muy potente in vitro y en vivo, con acción rápida y prolongada. Este compuesto tiene gran actividad antialérgica y es capaz de inhibir la producción de citocinas proinflamatorias. La absorción de la Bilastina es rápida y lineal, siendo mejor en ayunas. No tiene metabolismo hepático ni interacción con CYP450, ya que se elimina por heces (67%) y orina (33%).

Por tanto, no es necesario el ajuste de dosis en insuficiencia renal o hepática y las interacciones farmacológicas no tienen relevancia clínica. Además, presenta un buen perfil preclínico de seguridad, ya que no es necesario el ajuste de dosis por sexo y edad y no tiene toxicidad cardíaca. Es un fármaco seguro en relación a sus efectos sobre el SNC, tanto a la dosis recomendada (20 mg/día), como a dosis superiores (40mg/día). Otra de sus ventajas es que no afecta al rendimiento psicomotor, ni a la con-

ducción de vehículos incluso a dosis dobles (40 mg/d). Tampoco potencia los efectos depresores del SNC del alcohol, ni de las benzodiazepinas (lorazepam).

Los farmacéuticos asistentes conocieron diferentes ensayos clínicos en los que se ha visto que Bilastina 20 mg es tan eficaz como levocetirizina en pacientes con urticaria crónica idiopática, con un elevado perfil de seguridad. La calidad de vida (DQLI) también mejoró en todos los parámetros con respecto al placebo sin diferencias entre bilastina y LVCT, al igual que el malestar general producido por la urticaria y la calidad del sueño y el descanso nocturno (EAV).

En cuanto a la rinitis alérgica estacional, Bilastina 20 mg, administrada 1 vez al día durante 14 días, mejora de forma eficaz los síntomas de la rinitis alérgica estacional, tanto nasales como no nasales.

UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE PARA PREVENIR EL ENVEJECIMIENTO DE LOS TEJIDOS

Una jornada sobre dermofarmacia amplió los conocimientos de los colegiados sobre este tema. Bajo el título "Espacios dedicados a la salud, la belleza y el bienestar", Antonio Losada dio las claves sobre el estrés oxidativo y sobre sus causas internas y externas. El ponente también explicó cómo evaluar tanto interna como externamente este estrés y las mejores herramientas para poder analizarlo.

Otra parte del taller estuvo dedicada a presentar los síntomas más frecuentes de esta dolencia. El encuentro finalizó con algunos consejos para la prevención de los síntomas tanto internos como externos.

La oxidación es un proceso natural del cuerpo que ocurre cuando el oxígeno se combina con moléculas reducidas y proporciona energía. Así, cuanto mayor es el estrés oxidativo mayor resulta el envejecimiento celular, favoreciendo la alteración del material genético de la célula y en consecuencia, desórdenes en las funciones vitales de los tejidos pudiendo aparecer nume-



rosas patologías cardiovasculares, tumores o inhibición de los mecanismos naturales de defensa del cuerpo. Algunas de las opciones para intentar combatir el estrés oxidativo pasan por seguir una dieta rica en alimentos con poder antioxidante, como frutas, verduras, legumbres o cereales integrales, así como un estilo de vida dinámico y saludable.



CONFERENCIA PARA DAR A CONOCER TRATAMIENTOS EFICACES DE PATOLOGÍAS DEL SUEÑO

Una sesión de formación continuada sobre "Consejo farmacéutico en ronquidos y apnea del sueño" tuvo lugar a cargo del Doctor Juan José Ortega Albas, responsable de la Unidad del Sueño del Hospital General de Castellón. Como médico especialista en neurofisiología clínica, habló sobre la fisiopatología y las consecuencias del ronquido y la apnea del sueño, focalizando su intervención en el tratamiento de ambas y tratamientos no-CPAP del síndrome de apnea del sueño.

Tal y como explicó Ortega a los colegiados asistentes, el ronquido es el ruido que se produce por obstrucción de las vías respiratorias superiores, que puede deberse a causas físicas pero también a infecciones o alergias. Este problema es más frecuente en hombres y en personas con sobrepeso y además se agrava con la edad. Algunas estimaciones apuntan a que el 45% de la población adulta ronca.

En lo que respecta al Síndrome de Apnea, Or-



ttega dio datos a nivel nacional. Un 6% de la población española lo sufre, habiendo pacientes de todas las edades. Este trastorno se produce por un cese involuntario de la respiración mientras se duerme, debido a la obstrucción de la vía aérea superior al relajarse la musculatura de la garganta.

LAS FARMACIAS DE CASTELLÓN CELEBRARON EL DÍA MUNDIAL DEL RIÑÓN CON DISTINTAS PRUEBAS GRATUITAS PARA SUS PACIENTES

Las farmacias de la provincia celebraron en abril el Día Mundial del Riñón con una jornada temática durante la que ofrecieron a los pacientes pruebas de salud gratuitamente. El objetivo de este año fue fomentar la prevención y el diagnóstico precoz de la enfermedad renal, por lo que la campaña se focalizó en los niños para que se sensibilicen sobre la importancia de cuidar sus riñones.

El Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón acercó esta iniciativa a sus colegiados junto a la Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades Renales (ALCER Castalia). Los pacientes interesados pudieron hacerse pruebas de tensión y glucosa de manera gratuita y con atención personalizada en oficinas de farmacia de Almenara, Burriana, Cabanes, Castellón, Cincorres, Costur, Ludiente, Nules, Onda, Oropesa, Peñíscola, Segorbe, Vall d'Uixo, Vila-Real, Villanueva de Viver y Vinaroz.

ALCER Castalia informó de que actualmente el 10 % de la población española padece enfermedad renal crónica y una gran parte no lo sabe. Ante esto, la prevención y el seguimiento son fundamentales para poder actuar a tiempo, es-



pecialmente en edades tempranas. Para prevenir la enfermedad renal en niños son muy importantes los hábitos de vida saludables y una buena alimentación que ayude a mantener el buen estado de los riñones.

Para saber el estado de estos órganos vitales se recomienda acudir al médico de atención primaria y pedir un simple análisis de sangre y de orina. En el caso de los pacientes diabéticos o con hipertensión arterial se debe prestar especial atención y realizar revisiones periódicas fijas.

EL ICOFCS PRESENTÓ LAS NOVEDADES EN TERAPIAS ANTICOAGULANTES



El Doctor Dicenta, Cardiólogo del Hospital Jaime I de Castellón, dirigió una charla dentro del programa de formación continuada sobre la atención al paciente anticoagulado en la que habló sobre los avances farmacológicos en este campo.

Dicenta destacó que la llegada de los nuevos anticoagulantes orales (NACOS) ha abierto una nueva era en la terapia anticoagulante. Además, este nuevo camino de tratamiento se refuerza con el gran número y variedad en el contenido de publicaciones científicas que están apareciendo en los últimos tiempos en este campo.

Durante la charla el Doctor hizo un resumen de diferentes publicaciones, así como una descripción de los nuevos anticoagulantes orales (NACOS) y su comparación con los antiguos (DICUMARINICOS-SINTROM). También describió las



guías que aportan directrices claras en lo que se refiere a sus indicaciones clínicas actuales y los elementos que hay que tener siempre presentes en la toma de decisiones.

CONFERENCIA SOBRE COSMÉTICA “BIO”



El Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón organizó la jornada “Cosmética Bio y Aromaterapia Científica”, dirigida por Laura Mestres, Licenciada en Farmacia y con más de 15 años de experiencia en el estudio y la difusión de las aplicaciones terapéuticas de los aceites esenciales.

La farmacéutica habló del amplio número de gamas de cosmética ecológica que se encuentra hoy en día en la farmacia con ingredientes

naturales que respetan la piel, sin ningún contenido nocivo a corto y ni largo plazo. Ante esta gran variedad es importante el conocimiento por parte del farmacéutico para poder aconsejar y personalizar el tratamiento para cada paciente. También se deben conocer las diferencias con la cosmética convencional e identificar los diferentes sellos de calidad que identifican esta cosmética BIO.

Tal como explicó Mestres “los cosméticos convencionales contienen sustancias químicas en su formulación que pueden tener un potencial tóxico para nuestro organismo y/o para el medio ambiente, mientras que los cosméticos naturales son aquellos que contienen un mínimo del 90% de ingredientes naturales derivados de vegetales, minerales o agua”.

Además, los BIO están certificados como tal por un organismo certificador que les otorga un sello para lo que han de contener un porcentaje de ingredientes ecológicos de alrededor de un 10% y entre un 90-95% de ingredientes naturales.

CHARLA PARA MEJORAR LA ATENCIÓN AL PACIENTE DE INSUFICIENCIA VENOSA

El Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón celebró una conferencia con el nombre “Manejo de la Insuficiencia Venosa: Nuevas Guías de Prescripción”. El Doctor Eugenio Tejerina, cirujano vascular del Hospital General de Castellón, dio las claves sobre la insuficiencia venosa, comúnmente conocida como varices. Esta enfermedad es muy frecuente en la población adulta y su sintomatología aumenta con la edad, lo que puede reducir considerablemente la calidad de vida. Los síntomas también son más evidentes con la llegada del calor y con los largos desplazamientos característicos de las épocas estivales.

Según Tejerina, “un 85% es tratamiento médico por lo que puede ser resuelto en la oficina de farmacia o en el médico de cabecera al no necesitar cirugía”. Así, el papel del farmacéutico es fundamental a la hora de orientar al paciente hacia un tratamiento adecuado o aconsejarle



acudir al médico si el estado de la enfermedad lo requiere.

El Doctor también hizo hincapié en la importancia real del tratamiento farmacológico para aliviar los síntomas de la enfermedad, así como otras medias conservadoras como pueden ser las medias de compresión o la realización de ejercicio físico de manera regular.

ALTAS

D^a Victoria Alemany Paradís
 D^a Slavena Lekic Bajic
 D^a Miriam Martínez Jiménez
 D^a Mónica Bort Ramos
 D^a Clara Querol Bel
 D^a Sandra Lafuente Sanz
 D^a Berta Pla Bernad
 D^a Ana Beltrán González

BAJAS

A petición propia
 D^a Clotilde Adell Simó
 D^a Rosalía Forner Peñarroja

MODALIDADES DEL EJERCICIO

COLEGIADOS 794

La suma de la tabla anterior no coincide con el total de colegiados, puesto que muchos tienen varias modalidades de ejercicio.

Propietarios Oficinas de Farmacia.....	374
Regentes.....	1
Alimentación, Ortopedia, Dermofarmacia.	536
I.F.M. (Titulares) con ejercicio.....	42
I.F.M. (Titulares) sin ejercicio.....	6
Analistas.....	119
Hospitales.....	13
Distribución.....	3
Ópticos.....	12
Docencia.....	3
Colegiados en cuota sin ejercicio.....	83
Adjuntos.....	162
Farmacéuticos de Área.....	4
Industria.....	0

Para **prevenir las picaduras** utiliza **mosquiteras**



en las ventanas, insecticidas eléctricos o manuales y **lociones repelentes**

El Mosquito Tigre es capaz de transmitir diferentes enfermedades como el Dengue y la Fiebre de Chikungunya.



