

REVISTA OFICIAL
ILUSTRE COLEGIO OFICIAL FARMACÉUTICOS DE CASTELLÓN

FARMAICOF



SERVICIO DE DISPENSACION HOSPITALARIA

CASTELLÓN ES PIONERA EN ESTA INICIATIVA COORDINADA POR EL
CENTRO DE INFORMACIÓN DEL MEDICAMENTO DEL ICOFCS



¿Conoce las *ventajas* del Seguro de Automóvil de A.M.A.?



Ventajas en nuestros talleres preferentes

Recogida y entrega gratuita, limpieza exterior, prioridad en la reparación, 50% dto. sobre el precio de la franquicia, vehículo de cortesía según disponibilidad...



Reparación y sustitución de lunas

En nuestra red de talleres colaboradores de lunas a través del 912 74 86 95 o del click to call de nuestra página web.



Servicios gratuitos de ITV y Gestoría

Inspección audiovisual y manual previa, gestión de cita con la ITV y servicio de chófer para pasar la inspección. Servicio gratuito e ilimitado de trámites administrativos relativos a la documentación del conductor principal.

Tasas e impuestos oficiales no incluidos.



Servicio Manitas Auto

Pequeñas operaciones en el vehículo asegurado y en las que no sea necesario acudir al taller, como sustitución de consumibles, configuración de dispositivos electrónicos, instalación de accesorios, etc.

1 servicio de hasta 2 horas gratis al año.



Y ahora le ofrecemos asesoramiento personalizado para planificar la forma de pago de su seguro.

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

LA MUTUA DE LOS PROFESIONALES SANITARIOS

www.amaseguros.com

913 43 47 00 / 964 23 35 13

Síguenos en     

y en nuestra APP 



A.M.A.
agrupación mutual
aseguradora



EDITORIAL

Volvemos. Seguimos adelante con nuestra revista colegial, con el objetivo de informar de todas las acciones que realiza nuestro Ilustre colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón para los colegiados y sociedad en general.

Después de un año muy difícil, en el que se declaró el estado de alarma sanitaria por el coronavirus, el sector farmacéutico se ha posicionado en el lugar que se merece. El farmacéutico ha demostrado ser y estar a la altura de las circunstancias, la cruz de la farmacia se ha encendido mas que nunca, pero aún queda mucho camino por recorrer.

El Colegio desde todos sus departamentos ha realizado un trabajo importante y ha estado al lado de ti, farmacéutico/a, apoyando, ayudando y gestionando las situaciones a las que nos hemos tenido que enfrentar.

Sin lugar a duda, esta revista colegial surge en un momento esperanzador, en el que la vacuna de la COVID-19 está "plantando" cara al coronavirus, aunque aún queda mucho camino por recorrer.



SERGIO MARCO PEIRÓ
PRESIDENTE DEL ICOFCS



INDICE



05

DE CERCA

ENTREVISTA A SERGIO MARCO
PRESIDENTE DEL ILUSTRE COLEGIO DE
FARMACEÚTICOS DE CASTELLÓN

"Hemos soportado los
llantos de los pacientes".



08

PANORAMA

LAS FARMACIAS DE CASTELLÓN FACILITAN A
LOS PACIENTES HOSPITALARIOS SU
MEDICACIÓN PARA GARANTIZAR SU
SEGURIDAD

En apenas cuatro meses
las farmacias han
realizado casi 1.156
entregas.



011

NOTICIAS

RESUMEN DE LAS NOTICIAS PRINCIPALES
DEL ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE
FARMACEÚTICOS DE CASTELLÓN

El ICOFCS apoya el Día
Mundial Contra el Cáncer.



023

GALÉNICA

LABORATORIO DE FORMULACIÓN
MAGISTRAL DEL ICOF

La formulación en
tiempos de pandemia



FARMAICOF

REVISTA OFICIAL DEL ICOFCS

Director:

Sergio Marco Peiró

Colaboran:

Vocalías del ICOFCS.
Centro Información Medicamento
Laboratorio de formulación.

Edita:

Departamento de Comunicación ICOFCS

Diseño y Maquetación: Myriam Moreno Robledo
Calle Ebanista Hervás, 51. 12004. Castellón.

Teléfono: 964 23 64 70
www.cofcastellon.org
prensa@cofcastellon.org

Depósito legal:

CS-207-2011

Síguenos:



DE CERCA

Entrevista a Sergio Marco Peiró. Presidente del ICOFCS

"Nosotros estamos en el barrio donde está la gente. No hemos cerrado ni un día la farmacia y hemos estado al lado de los pacientes".

"Hemos soportado los llantos de los pacientes"

¿Cómo fueron los primeros días de la pandemia en el Colegio?

Al principio nadie daba crédito. Primero porque no habíamos vivido una situación como ésta y no teníamos apenas información al respecto. Quizás, fuimos más conscientes de la situación de emergencia, cuando empezamos a escuchar que el coronavirus ocasionaba situaciones graves de salud como trombos, neumonía bilateral e incluso la muerte. Cuando empezamos a ver estos casos, nos dimos cuenta de que era un tema muy serio y no se trataba sólo de una gripe, como se decía al principio.

La Oficina de Farmacia desde el principio estuvo al lado del paciente y actuó de apoyo en un momento tan difícil para los ciudadanos, como presidente que representa a todos los farmacéuticos de Castellón, ¿qué era lo que más te preocupaba?



Sergio Marco Peiró. Presidente del ICOFCS

Como presidente lo que más me ha preocupado desde el principio es que el COVID-19 entrara en una oficina de farmacia y hubiera que cerrar. Hemos tenido casos de contagios por coronavirus que se han podido solventar, porque la persona positiva no ha contagiado al resto del personal y la farmacia ha seguido funcionando. Sólo hemos tenido uno o dos casos de farmacias cerradas, durante dos días hasta que se pudo constatar con PCR que el resultado era negativo y la farmacia volvió a abrir. Lo que más me preocupaba era dejar de dar el servicio a la población, porque la farmacia es esencial. Desde el principio hemos colaborado por los ciudadanos, en la primera ola llevamos medicamentos a las personas que no tenían recursos y ahora en esta cuarta ola, hemos firmado un convenio con la Administración para la Dispensación Farmacéutica Hospitalaria (SFH) y así evitar que pacientes con patologías graves acudan al hospital a recoger su medicación.

Y estabais muy desprotegidos...

Si, al principio de la pandemia estuvimos desprotegidos en todos los sentidos. No había material de protección, ni si quiera mascarillas para nosotros. El Colegio cuando viendo esta situación, se “dejó la vida” para conseguir de todo, mascarillas, guantes, gel, material EPI y no fue fácil. Finalmente, distribuimos gel y 10.000 mascarillas FFP2 para nuestros compañeros, también distribuimos kits de test, que era lo que teníamos a nuestro alcance, ahora está claro que un test de anticuerpos poco te puede decir, pero en aquel momento había mucha desinformación al respecto y era lo único que teníamos para ofrecer. Nuestro objetivo era conseguir protección para nuestros colegiados y ponerlo a su disposición y así lo hicimos.

Pasado los peores meses ¿qué aprendizaje ha dejado la pandemia?

Con la pandemia hemos visto que, para una parte de la Administración, los farmacéuticos no contamos para nada, de hecho, sólo han contado con nosotros para el reparto de las mascarillas higiénicas al principio de la pandemia y nosotros nos hemos ofrecido desde el principio, somos personal sanitario que podemos hacer muchas más cosas que repartir mascarillas. Para la Administración el farmacéutico no cuenta para nada.

Podríamos haber hecho muchísimas más cosas, pero no han contado con nosotros, ni siquiera para ayudar a la población en la campaña sanitaria. En cambio, hemos constatado que, para la sociedad, está claro lo que significamos, en general el ciudadano habla bien de su farmacéutico, y eso es muy importante para nuestra profesión.

Como presidente del Colegio habrás vivido momentos difíciles, pero si tuvieras que resaltar alguna situación más complicada ¿cuál sería?

El momento de la vacunación de los farmacéuticos ha sido un período complicado porque que veíamos que estábamos a punto de que nos vacunaran, pero ese momento nunca llegaba.



Esa espera se hizo larga y los compañeros nos expresaban su preocupación y el descontento con la gestión que estaba realizando la Administración. Siempre expresamos nuestra opinión y expusimos a la Administración que nos sentíamos como si estuviéramos en tercera fila.

En la ciudad de Castellón hay 80 farmacias que, si cerraran tres o cuatro, el servicio no se iba a notar, pero si esto ocurriera en otras poblaciones como Nules, que se cerraran las cuatro farmacias, a ver qué hacemos. No podemos dejar a la población sin el servicio de la farmacia.

Y es que en la vacunación ha habido una evolución en el pensamiento, al principio nadie se quería vacunar, por que no había apenas información y luego hemos visto que la vacuna es necesaria y la mejor opción para acabar con esta pandemia.

A pesar de que se consideró vacunarnos en el mes de enero, no ha sido hasta el mes de marzo cuando nos han vacunado, tres meses muy largos en los que menos mal que no ha pasado nada. En algunos países como Israel que ya llevan un 60% de vacunación, ahora empiezan a volver a la normalidad y aquí en España aún no hemos llegado al 10% así que tenemos mucho camino por recorrer.

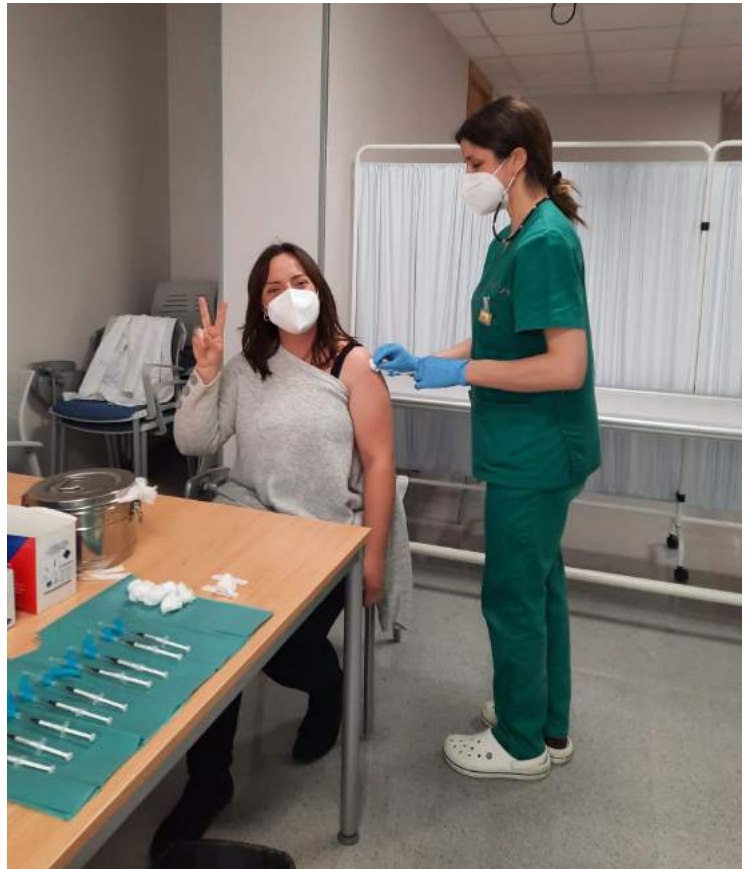
¿Crees que habrá un antes y un después con la Administración después de la pandemia?

La relación no tiene que cambiar, porque es estrecha, pero sí que tiene que mejorar. Y que algunos miembros de la Administración nos tengan en cuenta porque la función del farmacéutico es muy amplia y estamos perfectamente preparados para colaborar con ellos en cualquier tema que nos planteen, incluso en la vacunación. En el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Madrid, por la situación de emergencia en la que nos encontramos, los propios farmacéuticos han colaborado en la vacunación colegial con todas las medidas médicas y sanitarias necesarias para paliar cualquier situación en emergencia.

Ahora queremos presentarles un test de antígenos en saliva, muy fácil y cómodo de preparar, que es muy sencillo de realizar, con serializado y trazabilidad absoluta de los datos del paciente que se lo realiza y con el resultado comunicado a la Administración.

Esta información nos la ofrece una empresa profesional, lo cuál sería una propuesta para colaborar con la Administración en la detección del COVID-16, porque al fin y al cabo, en esta pandemia si no detectamos a todas personas positivas y se ponen en cuarentena y evitamos la propagación del virus, no vamos a acabar nunca con la enfermedad. Ahora dicen que Pfizer va a presentar un medicamento para curar el coronavirus con tratamiento oral y todas estas cosas están saliendo públicas por la necesidad. Pero son sólo proyectos que están por llegar.

Sería la bomba que así fuera porque acabaríamos con esta pandemia.



Lidón, personal de la Oficina de Farmacia Asunción Vicente Valls.

"El momento de la vacunación de los farmacéuticos ha sido un período complicado porque veíamos que estábamos a punto de que nos vacunarán, pero ese momento nunca llegaba".

Gestionar el Colegio inmersos en una crisis sanitaria, un reto más para en tu trayectoria como presidente del ICOFCS.

Un reto importante y ha sido una constatación de lo que el farmacéutico significa para la Administración. Es una pena, la verdad, porque el farmacéutico es un profesional sanitario que está al pie de calle, de cada ciudad, de cada municipio y de cada pueblo. Nosotros estamos en el barrio donde está la gente, no hemos cerrado ni un día la farmacia y hemos estado al lado de los pacientes, incluso soportado los llantos de los pacientes que no eran atendidos en los centros de salud y los hemos escuchado y apoyado en todo momento. Y aún así hemos sido los últimos en vacunarnos.

PANORAMA

LAS FARMACIAS DE CASTELLÓN DISPENSAN LA MEDICACIÓN A LOS PACIENTES HOSPITALARIOS PARA GARANTIZAR SU SEGURIDAD



Farmacia Inmaculada Nabas (Vall de Uxó). Foto: Sara Rios.

En apenas cuatro meses se han realizado 1156 envíos de los cuales 1108 son del Hospital General y 48 del Hospital Provincial de Castellón.

Con la finalidad de garantizar la seguridad y la salud de los pacientes con medicación hospitalaria de dispensación ambulatoria, la Consellería de Sanidad y Salud Universal acuerda la colaboración entre el Servicio de Farmacia Hospitalaria (SFH), las empresas de distribución farmacéutica y los Colegios Oficiales de Farmacéuticos de la Comunidad Valenciana, un modelo de dispensación hospitalaria a través de las Oficinas de Farmacia, un circuito extraordinario y pionero en la Comunidad Valenciana, que

está destinado a pacientes con tratamientos crónicos estables, así como a aquellos cuyo domicilio esté a una distancia del centro hospitalario que así lo justifique.

Tal y como destaca el presidente del ICOF, Sergio Marco, es “una solución que ha venido para quedarse” por los enormes beneficios que supone para los pacientes crónicos más vulnerables. Castellón ha sido la primera provincia en poner en marcha este servicio, Raúl Ferrando, Doctor en

Farmacia y jefe del Servicio de Farmacia Hospitalaria del Hospital General Universitario de Castellón afirma que “es un servicio que tiene un gran valor, primero para el paciente, porque cambia la dispensación ordinaria por la intervención de los compañeros farmacéuticos y segundo, porque la presencia de la Oficina de Farmacia desbloquea un problema originado en la desescalada del confinamiento, antes el paciente estaba confinado y estaba localizado, ahora con la intervención de la Farmacia Comunitaria se solventa este problema porque le facilitamos la recogida en la Farmacia”.



Farmacia Gilabert Soler. Foto: Myriam Moreno

192 farmacias ya han participado en este proyecto al que se han sumado el Hospital General y Provincial de Castellón

Protocolo

Según explica Antonio Esteller, farmacéutico del Centro de Información del Medicamento (CIM) del ICOF, este servicio cuenta con un claro protocolo de actuación. Esteller explica que “es la Farmacia Hospitalaria quien ofrece el servicio de entrega a los pacientes, siendo estos quienes eligen su farmacia de referencia”. En todo momento, el paciente es quien decide.

En el proceso, la medicación está custodiada en todo momento y se controla la correcta conservación de la misma, tanto por la empresa de distribución farmacéutica como por parte de la Oficina de Farmacia. Para la correcta gestión del protocolo, el ICOF ha creado una aplicación que permite la comunicación entre los hospitales, las oficinas de Farmacia y el propio Colegio, con la finalidad de conocer el estado de cada uno de los envíos y concluir con éxito el procedimiento de actuación.

Hasta la fecha se ha gestionado 1.156 envíos, 1.108 envíos desde el Hospital General y 48 envíos desde el Hospital Provincial de Castellón, asimismo se han involucrado 192 oficinas de farmacia y se han atendido a 765 pacientes.



Raúl Ferrando, Doctor de Farmacia y jefe del Servicio de Farmacia Hospitalaria del Hospital General Universitario



SFH del Hospital General de Castellón. Foto: Unitat de Comunicació Departament de Salut de Castelló

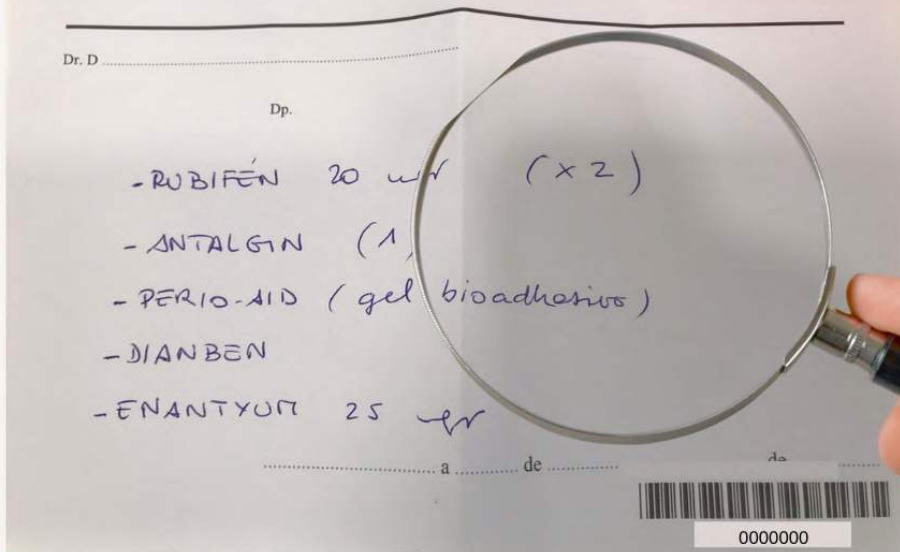


**EL PACIENTE
NUESTRA
PRIORIDAD**

www.cofcastellon.org



¿ENCUENTRAS LAS DIFERENCIAS?



REQUISITOS DE LA RECETA OFICIAL

- DATOS DEL PACIENTE, (NOMBRE Y APELLIDOS, SIP)
- DATOS DEL MÉDICO (NÚMERO DE COLEGIADO, FIRMA MANUSCRITA, FECHA DE PRESCRIPCIÓN).
- UNA PRESCRIPCIÓN POR RECETA MÉDICA.
- NÚMERO SERIALIZADO DE LA RECETA.

EXIGE LA RECETA MÉDICA OFICIAL

EN CUMPLIMIENTO DE LA LEGISLACIÓN SANITARIA VIGENTE, EN LA OFICINA DE FARMACIA, SÓLO SERÁN ADMITIDAS PARA SU DISPENSACIÓN RECETAS MÉDICA OFICIALES DEBIDAMENTE CUMPLIMENTADAS POR EL FACULTATIVO PRESCRIPTOR, DE CONFORMIDAD CON EL REAL DECRETO 1718/2010, DE 17 DE DICIEMBRE, SOBRE RECETA MÉDICA Y ÓRDENES DE DISPENSACIÓN.

ADMINISTRACIÓN U ORGANISMO COMPETENTE	CONTINGENCIA	SISTEMA NACIONAL DE SALUD
PRESCRIPCIÓN (Consiguar el medicamento -forma farmacéutica, vía de administración, dosis por unidad y unidades por envase) Núm. envases/unidades	Duración del tratamiento	Paciente (Nombre y apellidos, año de nacimiento y número de identificación)
	Posología	
CUPÓN PRECINTO O ASIMILADO	unidades / pauta	Prescriptor (datos de identificación y firma)
	Nº orden dispensación	
CUPÓN PRECINTO O ASIMILADO	Fecha prevista dispensación	Fecha de la prescripción
	Información al farmacéutico y visado, en su caso	Farmacia (NIF/CIF, datos de identificación, fecha de dispensación)
	Motivo de la sustitución	
	<input type="checkbox"/> Urgencia <input type="checkbox"/> Desabastecimiento <input type="checkbox"/> Precio de referencia	
	Firma del Farmacéutico	
	CÓDIGO DE RECETA	

La validez de esta receta expira a los 10 días naturales de la fecha prevista para dispensación o en su defecto de la fecha de prescripción. La medicación prescrita no superará los tres meses de tratamiento. La receta es válida para una única dispensación en la farmacia.

En cumplimiento del art. 5 de la Ley Orgánica 15/99, se informa de que estos datos serán incorporados al fichero "..." para la gestión y control de la prestación farmacéutica, cuyo órgano responsable es "...". Puede ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición ante "...". o en el tel.

OMC
Colegio Oficial de Médicos de España

Nº de Receta: 99-2259

RECETA MÉDICA PARA ASISTENCIA SANITARIA PRIVADA

PRESCRIPCIÓN (Consiguar el medicamento: DCI o marca, forma farmacéutica, vía de administración, dosis por unidad y unidades por envase. (Datos correspondientes en caso de producto sanitario). Núm. envases / unidades:	Duración del tratamiento	PACIENTE (Nombre, apellidos, año de nacimiento y nº de DNI / NIE)
	Posología	
Via de administración	Unidades / Pauta	PRESCRIPTOR Dr. (Núm. Colegiado)
	Nº orden dispensación	
Información al Farmacéutico, en su caso	Fecha prevista	Fecha de Inscripción:
	Firma de Farmacéutico	FARMACIA (NIF/CIF, datos de identificación y fecha de dispensación)
	Motivo de la	
	<input type="checkbox"/> Urgencia <input type="checkbox"/> Desabastecimiento <input type="checkbox"/> Otros (indicar)	

La validez de esta receta expira a los 10 días naturales de la fecha prevista para la dispensación, o en su defecto de la fecha de prescripción. La medicación prescrita no superará los 6 meses de tratamiento. La receta es válida para una única dispensación en la farmacia. Esta receta podrá ser dispensada en cualquier oficina de farmacia del territorio nacional.

En cumplimiento de lo establecido en el artículo 5 de la Ley Orgánica 15/1999, se le informa que sus datos serán incorporados en un fichero de titularidad del prescriptor para la gestión y control de la prestación farmacéutica, así como en los ficheros de la farmacia dispensadora para la misma finalidad. Se le informa que podrá ejercitar sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición en la dirección de los anteriormente nombrados.



DÍA MUNDIAL CONTRA



Farmacia Gilabert Soler. Foto: M. Moreno



Departamento CIM del ICOFCS. Foto: M. Moreno



Departamento Informática del ICOFCS. Foto: M. Moreno



Departamento Tesorería, Secretaría, Prensa y Fracturación del ICOFCS. Foto: M. Moreno

LAS FARMACIAS ACTÚAN COMO “ALTAVOZ” PARA LA PREVENCIÓN Y CONCIENCIACIÓN DEL CÁNCER DE MAMA.

Desde las Oficinas de Farmacia se promoverá, difundirá e informará sobre acciones de concienciación social, en la lucha contra esta enfermedad.

El Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón firma un convenio de colaboración con la Fundación Le Cadó contra el cáncer de mama, con el objetivo de concienciar, promover y difundir acciones de prevención e información a la sociedad, a través de las Oficinas de Farmacia de la provincia de Castelló.



Pepe Cidoncha (Patrono fundador de la Fundación Le Cadó), Susana Pérez Peris (Vicepresidenta de la Fundación Le Cadó) y Sergio Marco Peiro (presidente del ICOFCS).

NOTICIAS ICOF



APOYAMOS LA INICIATIVA JUNTOSXELCANCER

El ICOFCS colabora en la "prevención del cáncer" a través de las oficinas de farmacia, con la iniciativa [JuntosXElCáncer](#) del proyecto impulsado por Ishoo Budhrani, farmacéutico y director del proyecto JuntosXTuSalud. Una iniciativa a la que se han unido los Colegios Oficiales de Farmacéuticos de España y que tiene el apoyo del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos.

LOS FARMACÉUTICOS PROMUEVEN EL USO RESPONSABLE DE LOS ANTIBIÓTICOS.

Las 305 farmacias de Castelló han exhibido materiales dirigidos a farmacéuticos y ciudadanos con el objetivo de mejorar la concienciación sobre el problema de la resistencia bacteriana.

Una campaña desarrollada en el marco del Plan Nacional frente a la Resistencia a los Antibióticos (PRAN), la campaña subraya los riesgos de utilizar antibióticos sin receta para tratar infecciones víricas como la gripe o la COVID-19.



LOS FARMACÉUTICOS INFORMAN SOBRE LOS PROS Y CONTRAS DE NUTRISCORE COMO SISTEMA DE ETIQUETADO NUTRICIONAL.

El objetivo es aportar información rigurosa entre los ciudadanos, de forma visual y didáctica, que permita conocer qué es y los argumentos de la comunidad científica a favor y en contra de Nutriscore. Para Rosa Arnau, vocal de Alimentación del ICOFCS, "el objetivo es complementar las etiquetas de información nutricional y permitir a los consumidores valorar la calidad nutricional de un alimento". El sistema de etiquetado Nutriscore es voluntario para los fabricantes, a falta de que la normativa europea decida sobre su obligatoriedad. En España está prevista su incorporación en el cuarto trimestre de 2021.

"El objetivo es complementar las etiquetas de información nutricional y permitir a los consumidores valorar la calidad nutricional de un alimento."

Rosa Arnau. Vocal de Alimentación del ICOFCS



WEBINAR: INFORMAR DE VACUNAS NO FINANCIADAS, DEBE DEJAR HUELLA.

Importancia de la prescripción en las vacunas no financiadas.

El pasado 24 de enero, el ICOFCS junto a GSK se organizó una webinar sobre los aspectos legales de la vacunación y la implicación de los sanitarios implicados en la misma.

Una ponencia que contó con Javier Moreno, abogado especialista en Derecho Sanitario y Seguros. También intervino la Dra. Eva Suárez Vicent, médico pediatra del Centro de Salud de Burriana y Alex Marrasé Ortiz, enfermero del Centro de Salud de Benicarló.

La sesión estuvo presentada y moderada por Enrique Hueso Fibla, Vocal de Oficina de Farmacia del ICOFCS.



CONFERENCIA: PREVENCIÓN DE INFECCIONES VIRALES.

Organizado por Laboratorio Pranarôm

Actualmente se está investigando en distintos fármacos y vacunas para hacer frente al coronavirus y referente a estos estudios, se ha demostrado que las plantas medicinales pueden contener compuestos con una alta actividad antiviral. Por este motivo, el Laboratorio Pranarôm ofreció el pasado 9 de febrero una conferencia impartida por Mati García Monreal, farmacéutica comunitaria especializada en fitoterapia.



PROYECTO DE INVESTIGACIÓN IMPULSADO POR
EL ILUSTRE COLEGIO DE FARMACÉUTICOS DE CASTELLÓN

PROYECTO: VACODITOF. MEJORA LA RELACIÓN CON TU DIABETES

Educación sanitaria desde la Oficina de Farmacia

El estudio que se llama VACODITOF impulsa la figura del farmacéutico comunitario como investigador con capacidad para diseñar y participar en estudios clínicos. El objetivo es crear una base científica sólida, para poder hacer frente a la atención farmacéutica de los pacientes diabéticos DM2 Insulinotratados.

ALIMENTACIÓN Y COVID-19

¿QUÉ SABEMOS?

Texto: Rosa Arnau Salvador.
Farmacéutica, Nutricionista y Vocal de Alimentación.



Acaba de cumplirse un año desde que cambiaran nuestras vidas y todavía seguimos sin ver la luz al final de ese túnel llamado Covid-19. Durante este tiempo se ha investigado mucho, sobre el coronavirus y sobre los factores que pueden influir en su prevención y tratamiento. Entre ellos destacan numerosos artículos publicados sobre los efectos beneficiosos que pueden tener algunos nutrientes concretos sobre la Covid-19.

Es de sobra conocido por todos que lavarse las manos con frecuencia, usar mascarilla y mantener la distancia física son las principales medidas para evitar el coronavirus. Pero, además, deberíamos cuidarnos para que nuestro sistema inmunitario se encuentre lo más fuerte posible.

Aunque hay factores que influyen en nuestras defensas y que no podemos controlar como la genética, la edad, el sexo, patologías crónicas, etc., sí que hay otros, relacionados con el estilo de vida, que podemos modular, entre ellos la alimentación.

Una mala alimentación se traduce en un incremento de infecciones y esto se ha comprobado en el caso de aportes deficitarios de zinc, selenio, hierro, vitaminas A, C, D o E, entre algunos otros.

Para lograr el aporte de todos estos nutrientes, sería recomendable seguir la llamada “dieta mediterránea”. Ésta es considerada como uno de los patrones dietéticos más sanos y se caracteriza por una elevada presencia de alimentos de origen vegetal (verduras, frutas, legumbres y frutos secos), el uso del aceite de oliva como principal fuente de grasa y el consumo moderado de leche y lácteos, pescado y carne blanca.

La ingesta de estos alimentos proporciona, entre otros, ácidos grasos mono y poliinsaturados, así como otros compuestos bioactivos, entre los que destacan los polifenoles, presentes en alimentos de origen vegetal.

Otra de las características de la dieta mediterránea es la baja presencia de nutrientes y alimentos con efecto proinflamatorio (como los azúcares refinados, ácidos grasos trans o alimentos con alta densidad energética). Todo esto ayudaría a reforzar el efecto antiinflamatorio mencionado.



Además, se ha descrito que nutrientes que se encuentran especialmente presentes en alimentos de la dieta mediterránea, como los ácidos grasos ω -3, los polifenoles o la vitamina D, mejoran la respuesta inmune en infecciones pulmonares. Este efecto también sería de interés en el caso del Covid-19, ya que ayudaría tanto a prevenir o dificultar la infección por el virus, como a mejorar la respuesta inmunitaria en el caso de haber sido infectados.

A esto habría que sumarle el hecho de que la clínica de las personas que contraen la Covid-19 suele tener peor pronóstico si existen patologías subyacentes, como obesidad, diabetes o enfermedades cardiovasculares. En este sentido, desde hace años la dieta mediterránea ha sido el patrón dietético de referencia para la prevención y el tratamiento de las enfermedades crónicas y metabólicas. Los beneficios que aporta la dieta mediterránea sobre estas patologías también la harían recomendable en el caso del Covid-19.



Por todo esto, a día de hoy existe evidencia suficiente para considerar la dieta mediterránea como un patrón dietético recomendable que puede ayudar contra la Covid-19. Sin embargo, y de esto también hay evidencia más que probada, mantener las normas de higiene y de distanciamiento social siguen siendo las medidas más eficaces para minimizar el riesgo de contraer la enfermedad.

100% dieta mediterránea

VOCALÍA DE ALIMENTACIÓN DEL ICOFCS



CENTRO INFORMACIÓN MEDICAMENTO

¿Me puedo vacunar contra el Covid-19 si estoy tomando anticoagulantes?

Es una pregunta que muchos pacientes tratados con anticoagulantes se realizan diariamente. El miedo, tanto a reacciones adversas intrínsecas a la vacuna, como a las relacionadas con el riesgo de que los pinchazos provoquen hematomas intramusculares a este tipo de pacientes, hacen que algunos de estos pacientes se planteen incluso descartar la vacunación.



Desde sociedades científicas como la Sociedad Española de Cardiología (SEC), la Sociedad Española de Trombosis y Hemostasia (SETH) o el Grupo de Trabajo de Hipertensión Arterial y Enfermedad Cardiovascular de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN), se han posicionado para desmentir las falsas noticias respecto a estos pacientes y han emitido comunicados y recomendaciones para este colectivo, insistiendo en la importancia de la vacunación contra el SARS-CoV-2.

En las fichas técnicas de las vacunas no existen contraindicaciones y, además, el beneficio supera el riesgo en este tipo de pacientes con patologías crónicas asociadas, puesto que es una población especialmente vulnerable. Si bien sí hay que tener ciertas precauciones para evitar la aparición de efectos adversos locales como hematomas o sangrados, como en cualquier otra inyección intramuscular.

La SEC desaconseja totalmente la interrupción del tratamiento para recibir la vacuna "lo arriesgado sería dejar de tomar la medicación", apunta en este sentido el presidente de la SEC, el Dr. Ángel Cequier.

"Los pacientes con enfermedad cardiovascular precisamente ahora tienen que extremar la adherencia al tratamiento médico, pues la COVID-19 presenta una evolución más desfavorable para ellos, con un mayor riesgo de complicaciones en caso de contagio", aclara el Dr. Cequier.

LA SETH EN SU NOTA DEL 21 DE DICIEMBRE INSISTE EN QUE:

Los pacientes CON TERAPIA ANTICOAGULANTE O AQUELLAS CON UN TRASTORNO HEMORRAGICO PUEDEN RECIBIR VACUNAS POR VÍA INTRAMUSCULAR siguiendo las recomendaciones de precaución que ya se emplean con otras medicaciones y vacunas.

- En los pacientes anticoagulados con fármacos antivitamina K (como Sintrom® o Warfarina®) o con anticoagulantes de acción directa como dabigatrán (Pradaxa®), rivaroxabán (Xarelto®), apixabán (Eliquis®) o edoxabán (LixianaR), no debe suspenderse el tratamiento para administrar la vacuna.
- En los pacientes que están recibiendo fármacos antivitamina K, es conveniente confirmar que se encuentran dentro de su rango de INR objetivo al administrarse la vacuna.
- En los pacientes en tratamiento con anticoagulantes orales de acción directa se debe de evitar el momento de pico máximo del fármaco al programar la vacunación.
- En los pacientes con coagulopatías (por ejemplo: hemofilias) tampoco hay contraindicación para la administración de vacunas intramusculares, si ésta se realiza de forma cuidadosa bajo supervisión de sus centros de tratamiento.
- Se recomienda la administración de la vacuna con aguja fina y presionar de forma continuada y fija sobre el punto de punción al menos 3 minutos.

Mar Larrosa.

Farmacéutica del Centro de Información del Medicamento.
ICOFCS



399 farmacéuticas comunitarias
11 farmaceuticas hospitalarias
59 farmacéuticas de laboratorio clínico
24 farmacéuticas de salud pública

MUJERES FARMACÉUTICAS DE CASTELLÓN

COMPROMETIDAS CON LA SALUD Y EL BIENESTAR DE TODOS

La igualdad está en el ADN de una profesión sanitaria mayoritariamente femenina: 7 de cada 10 farmacéuticos colegiados son mujeres.

La labor de las mujeres farmacéuticas castellonenses, durante el último año y desde todos los ámbitos profesionales ha sido esencial para afrontar la emergencia sanitaria generada por la Covid-19.

Desde el ICOFCS se colabora activamente en el apoyo a las mujeres que sufren la lacra de la Violencia de Género, con la campaña "Mascarilla 19", que, desde hace un año, se promueve desde las Oficinas de Farmacia.

Coincidiendo con la conmemoración del Día Internacional de la Mujer, el Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón, ha querido resaltar la aportación esencial de todas las mujeres farmacéuticas a incrementar la salud de todas las personas, así como su contribución al sostenimiento de la sociedad del bienestar.

Asunción Vicente Valls, vicepresidenta del ICOFCS, ha destacado que "ser farmacéutica es una profesión vocacional que ha sabido responder a los retos que la sociedad demanda, tal y como como ha quedado de manifiesto en esta situación de pandemia".

En este sentido, Asunción Vicente, ha asegurado que "es una profesión que sabe conjugar lo útil con lo valioso. La utilidad de los servicios que presta la farmacéutica, como la dispensación, el análisis clínico, la formulación magistral, la óptica, la dermofarmacia, el trabajo en la investigación, la docencia, etc., con las cualidades de la farmacéutica, que son la dedicación, el saber escuchar, la atención y el cariño a los pacientes. Una simbiosis entre lo útil y lo valioso. Y lo valioso no tiene precio".

En concreto, hay 608 mujeres farmacéuticas colegiadas –7 de cada 10 farmacéuticos colegiados son mujeres– que son las profesionales sanitarias más cercanas y accesibles a los ciudadanos; y cuyo talento, esfuerzo y conocimiento resulta imprescindible para que Castellón ofrezca una red sanitaria excepcional.

CELEBRAMOS

JUNTAS

EL DÍA DE LA MUJER

Somos mujeres farmacéuticas.

www.cofcastellon.org

ICOFCS Il·lustre Col·legi Oficial de Farmacèutics de Castelló

De todas ellas, 399 prestan sus servicios en la red de 305 farmacias comunitarias, y desde que comenzó la pandemia han estado en primera línea; al pie del cañón para que ningún ciudadano se quedara sin su tratamiento; ahorrando desplazamientos a las personas más vulnerables; o impidiendo el colapso de otros recursos sanitarios. Otras 5 se dedican a la investigación y docencia, la industria, o la distribución participando, entre otras actividades, en el desarrollo de la vacuna española contra el coronavirus; produciendo medicamentos esenciales; garantizando su suministro y evitando desabastecimientos.

Por su parte, 11 trabajan en los servicios de farmacia hospitalaria, garantizando el uso seguro y eficiente de los medicamentos, y participando activamente en los equipos multidisciplinares. Mientras que las 59 especialistas en laboratorio clínico son esenciales en el diagnóstico, fórmulas magistrales y seguimiento de las enfermedades. Entre las principales áreas de actividad, también destacan las 24 que desempeñan labores de salud pública, fundamentalmente en materia de protección de la salud; promoción del uso racional del medicamento; o prevención y protección frente a la Covid-19.

Sobre los distintos servicios de la profesión farmacéutica, Asunción Vicente Valls, reconoce que “las mujeres farmacéuticas han sabido adaptarse a la demanda social y siempre han estado ahí para trabajar y dar un servicio al ciudadano”.

Por último, dentro de ese respaldo incondicional y sin límites del ICOFCS a la igualdad, se incluye un firme compromiso de apoyo a todas las mujeres que sufren cualquier tipo de maltrato, que se materializa en diferentes actuaciones, como en la campaña de “Mascarilla 19”, una iniciativa que lucha en la detención de casos de Violencia de Género y que lleva implantada, desde hace un año, en las Oficinas de Farmacia.

¿CÓMO CELEBRAS EL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER?

ASUNCIÓN VICENTE VALLS FARMACÉUTICA Y VICEPRESIDENTA DEL ICOFCS

Trabajar como cada día para acercar la salud a mis pacientes.

Felicito en este día a todas las mujeres en especial, a mis compañeras farmacéuticas.



ROSA PRADES TENA. VOCAL DE COORDINACIÓN DEL ICOFCS

"Como cada día. Con el compromiso y la lealtad de mantener la igualdad en el equipo de trabajo del que formamos parte. Con el respeto y apoyo de las mujeres y hombres que constituyen nuestro colectivo.

Con el entusiasmo y empeño en hacer las cosas mejor día a día. Y con el deseo que las reivindicaciones de hoy sean una realidad en las futuras generaciones".

ROSA ARNAU SALVADOR. VOCAL DE ALIMENTACIÓN DEL ICOFCS

"En mi caso, no suelo hacer nada especial el 8 de marzo... pero sí que procuro hablar con mis hijas del significado que tiene este día. Para mí, el 8 de marzo es un día para que todas las personas —mujeres y hombres— y entidades públicas y privadas reflexionemos sobre formas para promover la igualdad. Orgullosas de ser mujeres, pero no por ello diferentes. Mi reivindicación es la de la igualdad, basada en el respeto, de todos y todos los días".



¿CÓMO CELEBRAS EL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER?

PILAR MARÍ CLARAMONTE.

VOCAL DE ANÁLISIS DEL ICOFCS

Para mí, el 8 de marzo es un día de celebración, de agradecimiento a todas aquellas mujeres farmacéuticas, que fueron pioneras en un mundo de hombres, mujeres valientes, que con coraje, esfuerzo y trabajo diario, se atrevieron a emprender un largo camino, consiguiendo que hoy día seamos una profesión mayoritariamente feminizada. Este día de la mujer me recuerda que hemos de coger su testigo, que aún queda mucho camino por recorrer, hemos de seguir trabajando día a día, apoyándonos unas a otras, animándonos a ocupar puestos clave para la transformación del sector y a participar en la toma de decisiones que contribuyan a reflejar el liderazgo femenino "real" de nuestra profesión.



TERESA MATEU BARRERA.

VOCAL DE ÓPTICA DEL ICOFCS

"Lo celebro trabajando con el compromiso de hacer bien mi trabajo y representar a todas las mujeres con el respeto, la igualdad y la responsabilidad. Somos mujeres unidas en esta profesión y así debe ser en cualquier otra.



¿CÓMO CELEBRAS EL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER?

INMACULADA HERRERO USÓ. VOCAL DE ADJUNTOS, SUSTITUTOS Y REGENTES

Lo celebro trabajando, afortunadamente en nuestro sector la mujer no sufre tantos problemas de igualdad puesto que somos mayoría. No obstante, y aunque todavía queda mucho que hacer, es un día en el que sentirnos orgullosas de lo conseguido. Me considero una profesional en mi trabajo y tan válida como cualquier otra persona, porque eso es lo que debemos considerarnos, personas, ni hombres ni mujeres solo personas.



MARÍA LATASA BARROS. VOCAL DE DERMOFARMACIA.

El Día de la Internacional de la Mujer lo pasaré trabajando, pero lo celebro cada vez que voy a votar, cada vez que tomo una decisión por mi misma y cada vez que siento que me tratan como a una igual, siendo siempre consciente de que el camino hasta aquí no ha sido fácil. Mi generación tenemos por descontado muchas libertades que se han conseguido por años de lucha de la sociedad por la igualdad.



¿CÓMO CELEBRAS EL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER?

ANA CONCEPCIÓN SALVADOR BAYARRI.

FARMACÉUTICA

Hace relativamente poco que se celebra, antes era un día más en el calendario. Las mujeres de mi generación estudiamos, trabajamos y educamos a nuestros hijos en una igualdad real, no militante. Así ayudamos a transformar una sociedad que hoy quiere reivindicar este proceso. Y está bien tener un día para meditar, repensar nuestro papel como mujeres y como profesionales farmacéuticas. Es un buen momento para revisar nuestro espacio viendo la deriva de este mundo cambiante de pandemia y de pérdidas.



JUANA ALBA (12/12/1933- 9/5/2020)

FARMACÉUTICA



El 9 de mayo de 2020 perdimos a una de las farmacéuticas más queridas y pioneras de nuestro Colegio, Juana Alba una mujer trabajadora, entusiasta, familiar y muy querida por todos nosotros. Le hicimos una entrevista unas semanas antes de su partida y nos quedamos con sus declaraciones:

"Todo lo que he conseguido en esta vida ha sido porque mis padres me dieron unos valores tan sólidos que he trabajado mucho y he disfrutado de la vida y de mi profesión" .

Juana Alba, farmacéutica.

LA FORMULACIÓN EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Inma Adelantado, Farmacéutica
María Tevar, Farmacéutica

La formulación magistral definida por La Ley de Garantías y Uso racional de los medicamentos como "el medicamento destinado a un paciente individualizado, preparado por un farmacéutico, o bajo su dirección, para cumplimentar expresamente una prescripción facultativa detallada de los principios activos que incluye, según las normas de correcta elaboración y control de calidad establecidas al efecto, dispensado en oficina de farmacia o servicio farmacéutico", junto a los preparados oficinales, han sido la función básica y genuina del farmacéutico durante siglos.

La formulación Magistral, es una necesidad en la terapéutica actual, permitiendo cubrir lagunas terapéuticas y ayudando a suplir huecos que deja la producción de medicamentos a gran escala (formas farmacéuticas no existentes, dosificaciones no registradas, desabastecimientos de medicamentos, preparación de fármacos no comercializados...).

La formulación magistral facilita la administración y cumplimiento de muchos tratamientos, individualiza los tratamientos adaptándose a la situación del paciente, a la enfermedad a tratar, con la posibilidad de optimizar las concentraciones de principios activos, seleccionar el excipiente, asociar principios activos, e incluso administrar medicamentos en diferentes formas farmacéuticas. (Ruiz Martínez & Clares Naveros, 2011).

En este sentido y con el actual escenario de pandemia (crisis sanitaria del COVID-19), la formulación magistral no se ha quedado atrás y desde el laboratorio de formulación del COF, se han realizado nuevas fórmulas magistrales, para ir adaptándose a las necesidades que la situación actual ha requerido.

Los cambios principales, en los que hemos visto modificado nuestro trabajo diario, desde el inicio de la pandemia, han sido los siguientes:

GELES HIDROALCOHÓLICOS

La primera medida de prevención del covid fue la higiene, esto dio lugar a un crecimiento de los geles hidroalcohólicos como medida a lavarse las manos para evitar cualquier posible contacto con el virus. Desde el laboratorio del COF no pudimos suministrar ni formular geles para las farmacias, pues el laboratorio no está autorizado para elaborar cosméticos. Pero si realizamos una labor de investigación para dar indicaciones de como elaborar geles hidroalcohólicos, y soluciones hidroalcohólicas cuando los gelificantes escaseaban y no se producían en suficiente cantidad a nivel comercial.

"fiat secundum artem"
"hágase según arte"

Siguiendo las indicaciones que la OMS estableció para asegurar la eficacia germinicia de estos productos, desarrollamos la siguiente fórmula (que es el gel que se ha gastado como uso del personal del Colegio durante toda la pandemia).

Código FM001421 GEL LIMPIADOR DE MANOS
 Días de caducidad 90 Tipo de fórmula Fórmula magistral tipificada
 Condiciones de Lugar fresco y seco. Protegido de la luz
 Vía de administración Tópica
 Tipo de envase Plastico
 Forma farmacéutica FF000009 EMULSIONES, GELES
 Cantidad fórmula 250.0000 G

Código	Descripción	%	Cantidad	C.S.P	Tipo materia	Valorar
MP000777	ALCOHOL ETILICO 96º	70.000000			Inactiva	SI
MP000396	GLICERINA	1.000000			Activa	SI
MP001011	GELIFICANTE PFC	0.300000			Activa	SI
MP000990	TRITANOLAMINA	0.500000			Activa	SI
MP000836	AGUA PURIFICADA	28.200000			Inactiva	SI
MA900020	FRASCO PULVERIZADOR 100 ML		1.000000		Activa	SI

Advertencias

PARA SEGURIDAD SOCIAL VALORAR MÍNIMO 30G.Producto de declaracion obligatoria.Usar guantes, mascarilla seguridad, gafas e indumentaria apropiada.

PNL/OF/001/01 OPERACIONES DE PESADA

Utillaje

Código	Utillaje	Descripción de uso
UT000001	BALANZA DE PRECISION	
UT000007	ESPÁTULA DE GOMA	
UT000003	ESPÁTULA DE METAL	
UT000002	PAPEL O VIDRIO DE RELOJ	
UT000010	PLACA CALEFACTORA	
UT000015	VARILLA	
UT000009	VASOS PRECIPITADOS	

Modus operandi

- En un vaso de precipitados mezclar agua + glicerina. Espolvorear el gelificante. Agitar con un agitador magnetico hasta su humectación total
- Añadir el alcohol, homogenizar con varilla
- Añadir la trietanolamina, y homogenizar hasta aspecto de gel fluido

NOTA- Le añadimos cinco gotas de agua oxigenada al 3% por cada 100 g de gel. Actua tambien como desinfectante (recomendado por la OMS)

CÁPSULAS DE CIANOCOBALAMINA

La deficiencia de la vitamina B12 es una condición muy común (problemas de absorción debido a cánceres gastrointestinales o infecciones, o una dieta pobre en vitamina B12). En la población en general, la prevalencia se estima entre 1,5 a 15%. Esta deficiencia puede causar principalmente anemia y también otras enfermedades neuropsiquiátricas como es el caso de las parestesias y ataxias.

La vitamina B12 (OPTOVITE B12 1000 mcg 5 ampollas) ha sido administrada vía intramuscular en los centros sanitarios. La pauta de administración más generalizada es: 1.000 microgramos/Día durante 1 semana al principio del tratamiento, 1.000 microgramos/semana durante las 4-8 semanas siguientes y 1.000 microgramos/mes como dosis de mantenimiento.

Desde mediados de marzo - abril del 2020 la demanda de cápsulas cianocobalamina 500 mcg se ha incrementado notablemente en nuestro laboratorio de formulación, incrementándose su elaboración hasta un 459%.

Hasta el decreto del estado de alarma se realizaron 59 preparaciones de cianocobalamina en el año 2020 y a partir de esta fecha se incrementó hasta cerrar el año con 771 preparaciones de estas cápsulas.

Consultadas algunas farmacias sobre las ventas de OPTOVITE, nos han comentado que ha disminuido notablemente, incrementándose las ventas de la fórmula cianocobalamina 500 mcg cápsulas. Por lo que esto nos lleva a pensar que el incremento en la elaboración de esta fórmula ha sido para evitar la propagación del virus, los pacientes no van a los centros de salud ha inyectarse el optovite, se lo toman por vía oral siendo una administración más fácil e igual de efectiva. El propio paciente desde casa puede cumplir con el tratamiento pautado evitando la necesidad de desplazarse hasta el centro sanitario para que el personal sanitario le administrase el medicamento.

CÁPSULAS DE MINOXIDIL

La elaboración de cápsulas de minoxidil, se han visto incrementadas por un nuevo uso "off Label" de este principio activo, recientes estudios han demostrado una alta eficacia para el tratamiento de varios tipos de alopecia.

El minoxidil para esta indicación se usa a dosis bajas, de 0,5 mg a 1 mg en mujeres y a dosis de 2,5 mg a 5 mg en hombres

La dosis hipotensora del minoxidil es a partir de 10 mg (nunca se alcanzan) y el principal efectos secundario que se produce es el crecimiento de vello (hipertrichosis) en barba y patillas, por eso en mujeres se prescribe a dosis más bajas, que en hombres.

A los 2- 3 meses de la infección por COVID, muchos pacientes han manifestado una CAÍDA GENERALIZADA DE CABELLO (Efluvio telógeno agudo) debido a que el covid supone un estrés generalizado en el organismo que puede desencadenar en este síntoma. (VAÑO GALVAN & JAEN OLASOLO, 2020)

Es una caída transitoria y reversible, que suele mejorar a los 6-9 meses. En este caso también ha dado muy buenos resultados el uso de minoxidil oral. Este es el motivo por el cual creemos que ha habido un incremento en la elaboración de cápsulas de minoxidil en nuestro laboratorio.



Bibliografía

BOT PLUS. (s.f.).

Felipe Araya Q., H. A. (2016). Effectiveness of the oral administration versus intramuscular of B12 vitamin in patients with deficiency: systematic review. Revista chilena de nutrición.

Ruiz Martínez, M., & Clares Naveros, B. (2011). FORMULACION MAGISTRAL. 100 PREGUNTAS MAS FRECUENTES. EDITORES MEDICOS, S.A.

VAÑO GALVAN, S., & JAEN OLASOLO, P. (2020). MANUAL PRACTICO DE TRICOLOGIA.

Vidal-Alaball J, B. C.-J. (2008). Administración oral versus intramuscular de vitamina B12 para el. La Biblioteca Cochrane Plus, Número 2.



**POR UN AGUA
SALUDABLE
PARA TI Y
PARA TODOS**



DEPARTAMENTO DE ANÁLISIS DE AGUAS DEL ICOFCS

TELÉFONO: 964 23 64 70

EMAIL:

LABORATORIO.AGUAS@COFCASTELLON.ORG

HORARIO: 9:00 - 14:00 / 16:00 - 19:00 (LUNES A VIERNES)

ICOF
CS  **Il·lustre
Col·legi Oficial
de Farmacèutics
de Castelló**

El infinito en un junco

Texto: Asunción Vicente Valls

Un libro que debería figurar en todas las bibliotecas, un ensayo maravilloso sobre ese artefacto que llamamos libro con una larga historia que nos ha acompañado desde la antigüedad, siendo capaz a través de sus palabras de hacernos viajar en el espacio y el tiempo y hacer volar nuestra imaginación a mundos desconocidos.

Irene Vallejo ha abordado este texto desde su formación de filóloga clásica y defensora del mundo clásico en una gran labor divulgativa reivindicando las lenguas clásicas y sus autores, que no son saberes inútiles, sino lugares de encuentro entre las culturas.

El infinito en un junco, es un manifiesto a favor de la lectura y lo que las humanidades aportan a la sociedad. De lectura fácil y amena es además, un libro de viajes que nos lleva desde los campos de batalla de Gaugamela y los palacios de Cleopatra a los copistas de la Edad Media, la quema de libros, la biblioteca de Sarajevo las librerías ambulantes, el laberinto de Oxford... tantos y tantos lugares.



Atravesamos la historia de la mano de hombres y mujeres reyes y reinas, escritores pobres y lectores ricos, libreros, impresores, poetas, mujeres que dejaron su huella en la historia a través de la narración mientras encerradas en sus casas, tejían y hablaban en una simbiosis perfecta transmitiendo historias antiguas y creando las propias.

UN LIBRO QUE NOS PERMITE VIVIR OTRAS VIDAS

La historia de la literatura empieza con una mujer. Mil quinientos años antes de Homero es Enheduanna, poeta y sacerdotisa la primera que escribe unos versos que aun están presentes en los salmos de la Biblia. Esas mujeres que escribían se enfrentaban a crueles burlas y tal vez de ahí, nazcan los enigmas antiguos formulados por estas tejedoras de palabras.

En los tiempos que vivimos nos parece que los libros van a extinguirse devorados por internet, nada mas incierto; tal vez es el único objeto que puede recocerse a través de los siglos y de las modas. Seguimos necesitando su tacto, su aroma, sumergirnos en sus palabras, tiene dos mil años de antigüedad y sigue siendo joven y fresco. Nada como un libro para acompañarnos y vivir otras vidas a través de sus páginas, en treinta siglos los ha habido de humo, tela, piedra, arcilla, junco, seda y ahora digitales y luminosos, pero libros al fin y al cabo.

El infinito en un junco ha sido traducido a treinta lenguas y constituye un superventas el pasado año con 211.088 ejemplares vendidos, siendo un ensayo y no una novela.

un texto que nos sumerge en la historia de los libros y nos hace disfrutar comprobando que el saber es un todo interrelacionado, que es en los libros, donde se refugia el conocimiento y la esperanza en los momentos difíciles, que no pueden desligarse las humanidades de los planes de estudio, porque así es como se mata la memoria de la humanidad y un mundo sin memoria no es nada.

Os recomiendo su lectura en la seguridad que contribuirá a vuestro disfrute personal y enriquecimiento cultural de forma asombrosa de la mano de esta gran autora.



relatos

LAS BESTIAS DEL DIABLO

Mis ojos siguen todos sus movimientos...lentos, ondulantes, torpes, pero precisos...

por Asunción Vicente Valls

Su color es negro, su cuerpo blando está vetado de líneas blancas formando pequeñas cuadrículas, curiosa forma que nos brinda la naturaleza obedeciendo sin duda a un orden preestablecido por un ser supremo que reina sobre todas sus criaturas.

Mientras la observo, paseo por el porche de mi bonita casa de Surinam. Luminosa, abierta a una luz tropical intensa, rodeada de esta exuberante selva que lo invade todo, densa, húmeda, verde, llena de flores y animales vestidos de brillantes colores. Desde aquí puedo ver a lo lejos la línea intensa azul cerúleo del océano precedida por un bosque donde moran mis criaturas.

Mi fea oruga continua su trabajo devorando hojas y partes tiernas de su planta favorita con fruición, sólo atenta a la tarea que le va a permitir resurgir como un nuevo ser, una forma de vida renovada con nuevos colores y movimientos.

Son los recuerdos de mi infancia los que vienen a mi memoria, la de una niña que, ávida de curiosidad, no dejaba un solo día de mirar casi furtivamente en el interior de una caja de cartón llena de unos gusanos blancos, opacos y obesos.

Mi madre me decía que aunque feos eran capaces de fabricar un hilo de una suavidad y resistencia tal que se podía tejer y teñir, dando lugar a esos tejidos suaves y brillantes que tanto apreciaba en mis vestidos y lazadas. Con mi insaciable afán de saber no dejaba de preguntarme como era posible y diariamente vigilaba sus cambios.

De oruga blanquecina y devoradora a capullo hermético, quieto y silencioso. Así pasaba el tiempo y crecía en mí la duda sobre si en el interior de esos capullos continuaría la vida o por el contrario se habría detenido. Mi impaciencia iba en aumento hasta que decidí levantar la tapa de la caja y mis ojitos asombrados contemplaron unos capullos rotos y unas blancas mariposas asustadas que batían sus alas con torpeza.

Comprendí en ese instante que no era cierto que esas orugas surgieran del lodo putrefacto y estuvieran malditas, los cuentos antiguos de ancianas a los niños; al contrario, eran seres tan extraordinarios y evolucionados que podían transformarse en otros distintos un milagro de la naturaleza al que he consagrado mi vida, dibujando, estudiando y clasificando muchas de las especies que viven en estas selvas de Surinam a partir de sus glotonas orugas,

observando sus ciclos, sus apareamientos, sus hábitos tanto diurnos como nocturnos y las plantas que eligen para nutrirse, todo ello de forma minuciosa concentrándome en cada detalle para que mis dibujos sean un fiel reflejo de la realidad.

Ahora extendidos en mi mesa de trabajo, yo sigo deleitándome con estas imágenes que selecciono y clasifico. No son las bestias del diablo de las que me hablaron, son seres maravillosos que distribuyen la esencia de la vida. El papel me devuelve la imagen de una oruga roja con protuberancias afiladas cual criatura del infierno, renacida en una mariposa de grandes alas donde conviven todas las tonalidades de azul; la pequeña oruga verde pugna por acercarse a las flores amarillas y púrpuras que tanto la atraen, camina en un equilibrio arriesgado por sus delgados tallos pero siempre alcanza su objetivo en ese afán nutricio que la domina.

La peluda y rechoncha, logra ser una belleza de alas violeta y añil. Mientras otras, tapizadas de puntiagudos y abundantes pelos, van a ser mariposas suaves y etéreas vestidas de celeste y escarlata, de carmesí y amaranto.

“Metamorfosis de una mariposa “

Maria Sibylla Merian (Frankfurt 1647 – Amsterdam 1717)

Científica, precursora de la entomología, naturalista, exploradora, ilustradora y pintora

No olvido esas otras que lucen grandes manchas redondas estampadas en sus alas, cubiertas de imperceptibles escamas que parecen mirarme fijamente desde esos círculos a modo de ojos escrutadores mientras capto sus formas y detalles. Mis bestias del diablo llevan en su interior el germen de la belleza.

Ahora regreso a Holanda para sanar de unas fiebres contraídas en este paraíso natural que me recuerda que nada dura eternamente ni puede ser perfecto. Allí mi vida será distinta, volcada en el dibujo y la clasificación de mis insectos, con certeza mis obras pasaran a adornar las colecciones de excéntricos adinerados y se convertirán en mi sustento.

Y dejaré que pasen los años lentamente conservando en mi memoria cada una de mis bestias de Surinam, hasta que pasado el tiempo sea llamada a una morada eterna, sufriendo como todo ser vivo la metamorfosis a que nos conduce la muerte, con la esperanza de renacer a otra forma de vida en un nuevo paraíso que desearía fuera como esta selva y yo pudiera alcanzarlo volando como mis mariposas.

¿Qué es un precio menor ajustado?

La Dirección General de Farmacia y Productos Sanitarios (DGFPS) ajusta temporalmente el precio de diferentes presentaciones farmacéuticas para cubrir las necesidades terapéuticas de productos con problemas de suministro o stock insuficiente. Siendo posible dispensar temporalmente productos con un precio mayor al que ha fijado el Ministerio. La DGFPS hace una revisión mensual de estos productos.

Comunidades con recetas de Mutualistas Interoperables

Actualmente Andalucía, Aragón, Asturias, Baleares, Canarias, Cantabria, Comunidad Valenciana, Extremadura, La Rioja, Madrid, Murcia, Navarra y País Vasco, tienen abierto el servicio de interoperabilidad en recetas de MUFACE, MUGEJU e ISFAS.

¿Puedo cambiar los dietoterápicos?

Sí se puede sustituir, dentro de la misma agrupación, aunque solo se puede cambiar el SABOR, nunca la descripción del producto. Por ejemplo, si tuviésemos prescrito el código nacional 504495 RESOURCE ENERGY SABOR VAINILLA, sería posible sustituirlo por cualquiera cuya descripción fuera RESOURCE ENERGY, cambiando únicamente el sabor, en el ejemplo albaricoque y chocolate. Pero nunca sustituirlo por otro cuya descripción fuera diferente al prescrito, en el ejemplo RESOURCE 2.0.

24-27 MAYO

SEMANA FARMACÉUTICA DE ALIMENTACIÓN.

3ª EDICIÓN

Organiza: Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos

Información: www.portalfarma.com

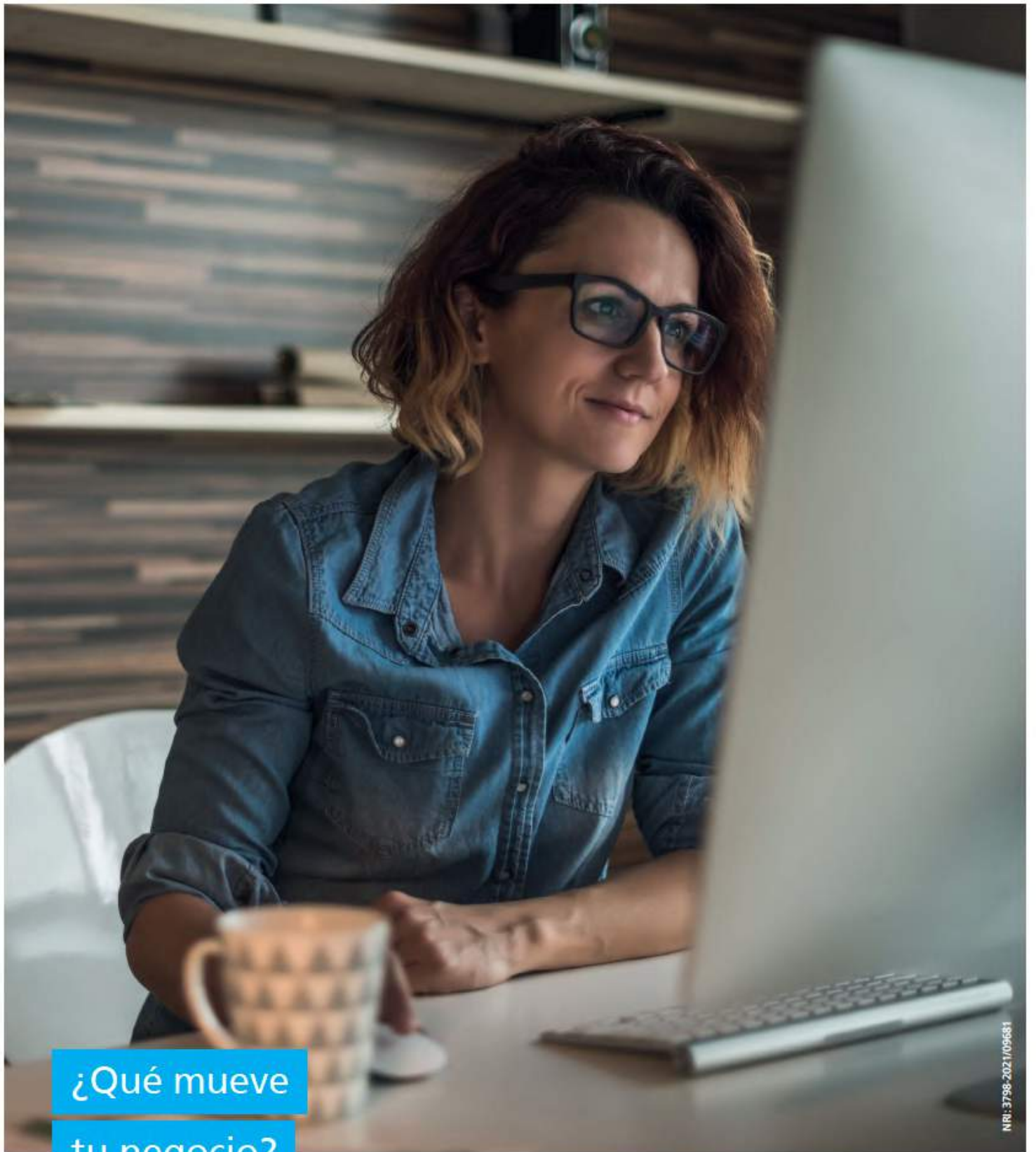
26 MAYO A 8 JUNIO

EXPOSICIÓN FOTOGRÁFICA "SALUD Y CAMBIO CLIMÁTICO"

La exposición está compuesta por 36 fotografías acompañadas de textos que las contextualizan sobre la temática central "Salud y Cambio Climático", así como de un apartado especial dedicado al personal sanitario en su lucha contra el COVID 19 formado por 8 fotografías realizadas por la fotógrafa Carmen Ripollés. La muestra estará accesible en la sede del ICOFCS desde el 26 de mayo al 8 de junio de 2021. (Horario de 9 a 14 horas y de 16 a 19 horas).

CÓDIGO PRESENT	DESCRIPCIÓN GRUPO	CN	DESCRIPCIÓN PRODUCTO
2891	COMPLETAS POLIMÉRICAS NORMOPROTEICA HIPERCALÓRICA / 24 BOTELLA DE 200 ML	504495	RESOURCE ENERGY SABOR VAINILLA 24 BOTELLA 200 ML
2891	COMPLETAS POLIMÉRICAS NORMOPROTEICA HIPERCALÓRICA / 24 BOTELLA DE 200 ML	504496	RESOURCE ENERGY SABOR ALBARICOQUE 24 BOTELLA 200 ML
2891	COMPLETAS POLIMÉRICAS NORMOPROTEICA HIPERCALÓRICA / 24 BOTELLA DE 200 ML	504497	RESOURCE ENERGY SABOR CHOCOLATE 24 BOTELLA 200 ML
2891	COMPLETAS POLIMÉRICAS NORMOPROTEICA HIPERCALÓRICA / 24 BOTELLA DE 200 ML	504498	RESOURCE 2.0 SABOR VAINILLA 24 BOTELLA 200 ML
2891	COMPLETAS POLIMÉRICAS NORMOPROTEICA HIPERCALÓRICA / 24 BOTELLA DE 200 ML	504499	RESOURCE 2.0 SABOR ALBARICOQUE 24 BOTELLA 200 ML

Realiza tus trámites a través de la **Secretaría Virtual** desde la zona de colegiado. Para contactar con el colegio si no eres colegiado en el correo cofcastellon@cofcastellon.org



NRI: 3798-2021/09681

¿Qué mueve tu negocio?

Tu dedicación y nuestro apoyo, ahora y siempre

Si eres autónomo, profesional colegiado, emprendedor, tienes un comercio o una microempresa, en CaixaBank cuentas con todo el apoyo de nuestros gestores especializados, quienes trabajarán para ofrecerte las soluciones que mejor se adapten a tu negocio.

www.CaixaBank.es/Negocios