



Granada farmacéutica

Nº de franquicia: 18/95.

Nº20 julio / agosto 2009

ACTUALIDAD

Comienza
Jueves Salud

FORMACIÓN

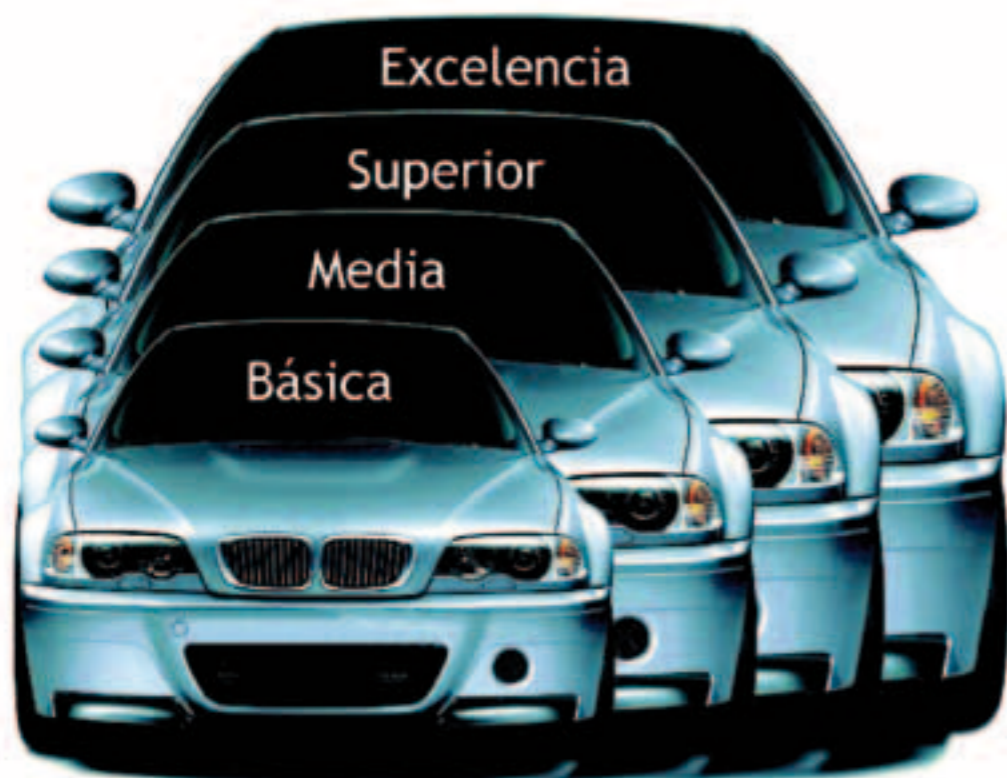
Jornadas
de Hipertensión

Prevenir la gripe A

En páginas interiores se ofrece el manual de seguridad para farmacias con las recomendaciones más importantes.



Ahora decide usted...



Nadie conoce mejor que usted sus necesidades, por eso, en A.M.A. le ofrecemos 4 modalidades de seguros para su Automóvil.

Ahora, además, premiamos su fidelidad

Ponemos a su disposición un servicio de **Asistencia Jurídica Telefónica Especializada**, de manera totalmente gratuita para consultas en los ámbitos **personal y profesional**

TELÉFONO DE ASISTENCIA JURÍDICA
91 572 44 22

40 años asegurando a los profesionales sanitarios

Infórmate sobre todos nuestros Seguros y Servicios:

• A.M.A. Granada 958 29 26 00

Gran Vía de Colón, 46 ; Bajo 18010 GRANADA

granada@amaseguros.com

• A través de internet: www.amaseguros.com



Granada Farmacéutica
www.granadafarmacéutica.com
www.cofgranada.com

Edita:
Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada

Consejo Editorial:
D. Manuel Fuentes Rodríguez
D. Jesús Brandi Cotta
D. José Carrillo Santos
D. José Polo Fernández
D. Francisco Cobo Jiménez
D. Rafael Toledo Romero
D. José Luis Nestares García-Trevijano
D. Francisco Moix Subías
D^a. Olga Fuentes Sánchez
D^a. M^a del Mar Jiménez Salmerón
D. Manuel Gómez Prieto
D^a. Virginia Ortega Lorenzo
D^a. Pilar Viseras Iborra
D^a. Adoración Jiménez de la Higuera
D^a. M^a Teresa Cuerda Correa
D. José Sánchez Morcillo
D^a. Gloria Figueruela López
D. Juan Sánchez Raya
D^a. Sara Yánguas Maroto
D. José M^a García Barrionuevo
D^a. Celia Perales López
D. Ángel Méndez Soto

Coordinación, redacción y producción:
Oh! Comunicación
www.ohcomunicacion.com
info@ohcomunicacion.com

Diseño y maquetación:
D. Manuel Barreda Terán
manuel@redondel.net

Colaboradores:
D^a. Sara Aspízu Montávez
D^a. M. V. Casas Benayas
D^a. María José Ferrer Martín
D^a. C. García-Álix
D. Manuel Gómez Prieto
D. José María García Barrionuevo
D^a. B. García García
D^a. Inmaculada Martínez Marín
D^a. Soledad Morales Fernández
D^a. Celia Perales López
D^a. Carolina Rodríguez
D. Jesús Sánchez Aparicio
D. Rafael Spínola Valdés

Fotografía:
J. Gómez, J. Oquendo, istockphoto, Oh! Comunicación, CGCF, CACOF y COF Granada.

Publicidad:
Miguel Á. García Mochales
magarcia@ohcomunicacion.com
M. 616 53 68 24

Dirección, redacción y administración:
C/ San Jerónimo nº18-20
18001 Granada / 958 80 66 20

Depósito Legal: S.77-2006
ISSN: 1885-7922

EDITORIAL



D. MANUEL FUENTES
Presidente del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada

Preparados ante cualquier escenario

Dejamos atrás el verano con la incertidumbre de lo que nos depararán unas siglas -H1N1- en los próximos meses. El virus de la gripe A mantiene en vilo a medio mundo y, especialmente a Europa, ante la proximidad del otoño e invierno, época en la que podría hacer acto de presencia con mayor virulencia de la que ya lo está haciendo.

Al margen del mayor o menor dramatismo que se le pueda estar dando a esta situación, como profesionales sanitarios debemos estar preparados para cualquier escenario. De ahí que el Colegio, sumando su esfuerzo al del Consejo General y al del Consejo Andaluz, haya puesto todos sus medios al servicio del farmacéutico granadino, con el fin de que reciba información práctica y útil para el abordaje idóneo de esta problemática.

Un manual de seguridad para oficinas de farmacia y la consulta del CIM, que en este número revela si puede ser eficaz vacunarse contra la gripe común para combatir la gripe A, son dos de las acciones informativas impulsadas por el Colegio. Pero hay más, en www.cofgranada.com mantenemos un enlace directo al espacio abierto por el Consejo General, que incorpora periódicamente las últimas novedades con relación a la gripe A.

El comienzo de un nuevo curso es sinónimo de "Jueves Salud". Este ciclo formativo, que este año cumple su décimotercera edición, es un evento ineludible para el farmacéutico granadino. Como lo viene siendo también la amplia oferta de cursos on-line, en buena parte bonificados a coste cero, que contarán con nuevas ediciones en los próximos meses, debido a la alta demanda habida durante 2009.

La revista se completa con una nueva sección. Una entrevista con un enfoque muy especial, cuyo protagonista será ese farmacéutico con aficiones e inquietudes no tan conocidas. La inaugura un compañero amante de las cabañuelas, afición que le ha dado para publicar un estupendo libro cuya lectura os recomiendo.

Seguimos trabajando y, como siempre, el Colegio está a vuestra disposición para intentar ayudaros en todo lo que sea menester.

SUMARIO



04 / Actualidad
Jueves Salud



13 / Actualidad
Gripe A



22 / Actualidad
Congreso SAHTA

7 / Actualidad Prescripción de enfermeros

8 / Actualidad Cursos

10 / Actualidad Campaña Andaluza de Diabetes

11 / Actualidad Memoria 2008 del Consejo General

12 / Consulta al CIM Vacuna gripe común y gripe A

16 / Formación Plantas medicinales

19 / Formación Alimentación infantil

24 / Marketing Comunicación global en la farmacia

26 / La farmacia de... D^a. María Islán

29 / Farmacéuticos de ayer y de hoy

30 / Entrevista D. Antonio Baquero

32 / Actualidad AMA

33 / Formación Próximos cursos

34 / Publicaciones

35 / Colegiados Movimiento de secretaría



TEXTO: GRANADA FARMACÉUTICA
FOTOS: ARCHIVO GF

“Jueves Salud” se centrará en la Atención Farmacéutica en interacciones

Con la vuelta de las vacaciones, se retoma una de las actividades formativas de mayor éxito. No en vano, ésta será la decimotercera edición del ciclo de conferencias que organiza el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada bajo la denominación de “Jueves Salud”.

El ciclo de conferencias del curso 2009/2010 se ocupará de la Atención Farmacéutica en interacciones. Este es el calendario de conferencias que se ha programado:

15 de octubre de 2009

Cronofarmacología
D. José Jiménez Martín
Catedrático de Farmacología
Universidad de Granada

29 de octubre de 2009

Interacciones de medicamentos del Sistema Nervioso Central
D. Miguel Ángel Calleja Hernández
Jefe de Servicio de Farmacia
Hospital Virgen de las Nieves de Granada

12 de noviembre de 2009

Interacciones de medicamentos antihipertensivos
D^a. Pilar Utrilla Navarro
Profesora Titular de Farmacología
Universidad de Granada

17 de diciembre de 2009

Interacciones de medicamentos antidiabéticos orales
D. Ángel Martín Reyes
Director de Laboratorio
Colegio Oficial de Farmacéuticos de Málaga

21 de enero de 2010

Interacciones de medicamentos del aparato digestivo
D. Carlos Raposo Simón
Subdirector Técnico y de Docencia
Colegio Oficial de Farmacéuticos de Madrid

18 de febrero de 2010

Interacciones alimentos – medicamentos
D. Fermín Sánchez de Medina Contreras
Catedrático de Bioquímica y Biología Molecular
Universidad de Granada

18 de marzo de 2010

Interacciones medicamentos - plantas medicinales
D^a. Concepción Navarro Moll
Catedrática de Farmacología
Universidad de Granada



¿Has sido bueno o malo?

Hay quien acata las reglas y quien busca la excepción que las confirma. Quien acepta las cosas tal y como son y quien consigue cambiarlas. Y, luego, estás tú. **Nuevo Scirocco. Sé bueno.**

Scirocco 1.4 TSI 122 CV por 22.910 €* equipado con: frenos antibloqueo delanteros, llantas de aleación de 17", asientos con función "Easy Entry", 6 airbags, Climatronic Bi-zona, control de presión de neumáticos, display multifunción con ordenador de a bordo, radio CD con mp3 y 8 altavoces, retrovisores exteriores térmicos y con ajuste eléctrico, volante multifunción en cuero, ESP, ABS, ASR, EDS y MSR.



Nuevo Scirocco



Gama Scirocco: consumo medio (l/100 km): de 5,1 a 7,6. Emisión de CO₂ (g/km): de 114 a 176. Con el Programa C.O.V. Neutral puedes neutralizar a 0 las emisiones de CO₂. *PVP recomendado en Península y Baleares (IVA y transporte incluidos). Modelo visualizado con opciones.

Concesionario **Gilauto**

Ctra. de Jaén, nº 12 (cruce de Maracena, acceso por vía de servicio). Tel. 958 440 350

www.gilauto.com



15 de abril de 2010

Interacciones medicamentos con alcohol y tabaco

D^a. María José Ferrer Martín

Directora del Centro de Información del Medicamento

Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada

6 de mayo de 2010

Interferencias con análisis clínicos

D^a. Sara Aspízu Montávez

Directora del Laboratorio

Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada

20 de mayo de 2010

Clausura.

Más información e inscripciones

Secretaría del Colegio

Teléfono. 958 80 66 20

E-mail. info@cofgranada.com

Objetivos para el nuevo ciclo

POR D. MANUEL GÓMEZ PRIETO
VOCALÍA OFICINA DE FARMACIA

Un año más, y van trece (o doce más uno), comienza una nueva edición del curso de Atención Farmacéutica "Jueves Salud". Organizado por la Vocalía de Oficina de Farmacia del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada, este año se ocupará de la Atención Farmacéutica en interacciones.

Los objetivos generales son:

- Conocer las principales interacciones que se pueden presentar entre medicamentos, sus mecanismos y las consecuencias de las mismas
- Aportar elementos de criterio para la toma de decisiones ante una posible interacción.
- Aportar elementos a considerar para la monitorización o seguimiento de los efectos de un fármaco y para saber interpretar los posibles efectos adversos o inesperados de un tratamiento farmacológico.
- Aplicar estos conocimientos a su actividad profesional.

Se ha desarrollado este ciclo de conferencias para satisfacer, entre otras, la demanda de información de los farmacéuticos. A lo largo de los últimos 3 años se han realizado un total de 659 consultas relacionadas con la temática de este curso.

Al confeccionar el programa de conferencias se han tenido en cuenta las estrategias de distintas administraciones como son:

- Campañas del Ministerio de Sanidad y Consumo
- Uso responsable de los medicamentos
- Plan Estratégico de Política Farmacéutica para el Sistema Nacional de Salud (Ley 29/2006):

De acuerdo con esta ley se debe establecer sistemas de información sobre gestión de la farmacoterapia que incluya aspectos clínicos, de efectividad, seguridad y eficiencia de la utilización de los medicamen-

tos y proporcionar una correcta información y formación sobre medicamentos y productos sanitarios a los profesionales sanitarios.

- Líneas estratégicas del Sistema Sanitario Público de Andalucía (SSPA).

Siguiendo las Líneas Priorizadas de Actuación del 3er Plan Andaluz de Salud 2003-2008 esta acción formativa proporcionará:

- Mejora de la salud desde los entornos sociales mediante el fomento de hábitos de vida saludables.
- Protección y seguridad ante los riesgos para la salud.
- Reducción de la morbilidad, la mortalidad prematura y la discapacidad.

Como se ha venido haciendo hasta ahora, cada conferencia será previamente comunicada a todos los inscritos mediante carta. También se incluirá en el apartado de formación de la página web (www.cofgranada.com) y se entregará documentación de cada una de ellas.



DESDE SEPTIEMBRE

Los enfermeros ya pueden prescribir en Andalucía

De acuerdo con el decreto, los profesionales de enfermería podrán prescribir un total de 96 medicamentos comercializados en 400 presentaciones diferentes.

El decreto de prescripción enfermera permitirá a este colectivo indicar medicamentos y productos sanitarios desde septiembre bajo un listado cerrado de denominaciones, principios activos y presentaciones.

TEXTO: GRANADA FARMACÉUTICA

Si se ven los medicamentos incluidos en el decreto de prescripción enfermera, en realidad a lo que se les autoriza es a **indicar por receta fármacos que ya cualquier persona puede comprar en una farmacia sin receta** pagando el precio correspondiente. Nada más. Así, el decreto sólo contempla medicamentos "no sujetos a prescripción médica" ya que los facultativos seguirán siendo los únicos que puedan recetar fármacos específicos.

Salud ha puesto una condición más antes de entregar el talonario al enfermero. Tienen que pasar un **curso o "módulo de formación básica"** sobre el decreto para saber qué productos incluye y cómo se produce la indicación. En los hospitales se dará **talonarios** a los

enfermeros que gestionen altas de pacientes complejos (enfermeras de enlace y mandos intermedios de hospitalización), de hospital de día y de consultas hospitalarias con agenda propia (diabetes, cirugía,...). Serán nominativos, personales e intransferibles.

En cuanto a los productos sanitarios que necesiten el **visado previo**, el enfermero tendrá que elaborar un informe justificativo de la prescripción que incluirá la indicación precisa para la que se prescribe el producto, pauta de uso y duración del tratamiento. Un informe que se entregará al beneficiario junto con la orden de dispensación.

Como norma, se indicarán **productos genéricos** salvo algunos que se harán por marca comercial. En el caso del uso racional del medicamento, recibirán de forma trimestral un informe sobre sus actuaciones y tendencia en la prescripción.

Devolución de tasas del concurso de adjudicación de farmacias

El día 17 de octubre finaliza el plazo para solicitar a la Consejería de Salud la devolución de las tasas abonadas con motivo del concurso público para la adjudicación de oficinas de farmacia en Andalucía convocado por Orden de 3 de marzo de 2004. Junto con la solicitud habrá que presentar copia de la solicitud realizada en su momento, así como del impreso de autoliquidación en el que constaba el ingreso de la cantidad de 338,75 euros por la correspondiente tasa.

NOVAFAR pasa a denominarse FARMANOVA

El grupo cooperativo Novafar, conformado por 8 cooperativas líderes en sus respectivos ámbitos geográficos, HEFAGRA, APOTECARIS, COFARTE, COFARCA, HERMANDAD ALMERIENSE, COFARAN, JAFARCO y XEFAR, ha decidido cambiar su denominación y pasa a ser FARMANOVA, abriendo una nueva etapa en la que busca una mayor implicación con el sector farmacéutico en general y con las oficinas de farmacia en particular.

EN OCTUBRE

Comienza el curso bonificado de Atención Farmacéutica en Nutrición

Cuenta con 160 horas y se desarrollará entre el 1 de octubre y el 9 de diciembre de 2009

TEXTO: GRANADA FARMACÉUTICA Y LABORATORIO C.O.F.

Objetivos

- Dotar de los conocimientos y al mismo tiempo aplicarlos, para facilitar el consejo nutricional y alimentario en los ámbitos comunitario, hospitalario y atención domiciliaria.
- Satisfacer las expectativas sociales de demanda de información en materia de alimentación y nutrición.
- Crear conciencia en la población general del problema y la necesidad de un abordaje preventivo y multidisciplinar.
- Colaborar en la alimentación del enfermo en función de su patología (diabetes, enfermedad cardiovascular, trastornos gastrointestinales, etc)
- Potenciar el desarrollo y el mantenimiento a largo plazo de los estilos de vida saludables.
- Avanzar en el diagnóstico precoz y en una atención integral de las personas afectas de obesidad

Software análisis-nutrición

Al finalizar el curso los alumnos matriculados en la edición bonificada recibirán GRATUITAMENTE la versión profesional del programa SATN2008 valorado en 480€. Los alumnos de la edición libre, si lo desean pueden obtener este software por un importe de 170€, ya que el resto (310€) es subvencionado por el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada, independientemente de la colegiación y provincia donde ejerzan.



Matrícula	Importe	Coste
Trabajadores por cuenta ajena* (Bonificable 100% de los seguros sociales)	420 €	0 €*
Autónomos que inscriban a un trabajador en edición bonificada* (Subvencionado 100% por el C.O.F. de Granada)	420 €	0 €
No incluidos en los apartados anteriores (Subvencionado 50% por el C.O.F. de Granada)	420 €	210 €

Programa

Módulo I:

Nutrición natural y artificial: conocimiento básico.

1. Bases fisiológicas de la nutrición. Nutrientes y requerimientos nutricionales.
2. Alergias e intolerancias alimentarias.
3. Interacciones y toxicología alimentaria.
4. Alimentación artificial: Nutrición enteral y parenteral.
5. Alimentos funcionales y complementos alimenticios.
6. Promoción de la Salud: Educación nutricional y seguridad alimentaria.

Módulo II.

Nutrición y ciclo vital.

7. Alimentación en Gestación y Lactancia.
8. Alimentación en la infancia y en la adolescencia.
9. Nutrición y deporte.
10. Alimentación en Geriatría.

Módulo III.

Nutrición en prevención de patologías prevalentes.

11. Alimentación en trastornos del comportamiento alimentario.
12. Alimentación en sobrepeso y obesidad.
13. Alimentación en la diabetes.
14. Alimentación y riesgo de enfermedad cardiovascular.
15. Alimentación en hiperuricemia y enfermedades renales.
16. Alimentación y trastornos gastrointestinales.
17. Alimentación y cáncer.

Diplomas y acreditación

El Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada expedirá diploma acreditativo con el nº de horas lectivas (160), además los Licenciados en la rama sanitaria obtendrán los créditos de la Agencia de Calidad Sanitaria, los cuales serán baremables en todo el Sistema Nacional de Salud para concursos, oposiciones, etc.

Atención Farmacéutica en Nutrición

Nº de horas: 160

Fecha: Del 1 de octubre al 9 de diciembre de 2009

Dirigido a: Licenciados en la rama sanitaria (farmacéuticos, médicos, biólogos, etc.) y auxiliares de farmacia.

Información e inscripciones

Laboratorio del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada
www.cofgranada.com/laboratorio
laboratorio@cofgranada.com
 958 80 66 25/26

OTOÑO-INVIerno

Cursos gratuitos de prevención de riesgos laborales

TEXTO: GRANADA FARMACÉUTICA

Para este próximo otoño-invierno hay previstos dos cursos de prevención de riesgos totalmente gratuitos, subvencionados por la Consejería de Empleo de la Junta de Andalucía y por el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada. Son los siguientes:

Prevención de Riesgos generales en la Oficina de Farmacia y el Laboratorio

Del 2 de noviembre al 21 de diciembre de 2009

Programa

Conceptos Básicos / Riesgos Profesionales.
 Legislación / Lugares de trabajo.
 Señalización / Pantallas de visualización de datos.
 Manipulación de cargas / Trabajo de pie.
 Emergencias: Incendio / Primeros auxilios

Prevención de riesgos específicos y equipos de protección individual

Del 21 de diciembre de 2009 al 8 de febrero de 2010

Programa

El trabajo a turnos y nocturno
 Riesgos Biológicos
 Gestión de Residuos Tóxicos
 Equipos de protección individual: Selección, utilización y mantenimiento.

El plazo de inscripción ya está abierto en www.cofgranada.com/laboratorio

Cursos de análisis clínicos, fórmulas magistrales y AF en Nutrición

En 2010 el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada pondrá en marcha nuevos cursos. En concreto:

- V Edición del "Curso de Interpretación de Análisis Clínicos en Atención Farmacéutica"
- II Edición del curso "Las Fórmulas Magistrales más usuales en la Oficina de Farmacia"
- II Edición del curso "Atención Farmacéutica en nutrición"



EN NOVIEMBRE

Campaña andaluza para prevenir la diabetes

Con motivo de la celebración el próximo 14 de noviembre del Día Mundial de la Diabetes y, tras el éxito y la buena participación de la edición celebrada el año pasado, nuevamente se celebrará este año la Campaña Andaluza para la Prevención de la Diabetes 2009 auspiciada por la Vocalía Andaluza de Oficina de Farmacia.

TEXTO: GRANADA FARMACÉUTICA

Este año la campaña tendrá un enfoque diferente ya que va dirigida a conseguir un mejor conocimiento, por parte de la sociedad, de las bases del tratamiento de esta patología (medicación, alimentación, y estilo de vida). Los farmacéuticos, como profesionales sanitarios, podemos fomentar hábitos de vida saludables entre los usuarios de las farmacias para permitirles controlar mejor la enfermedad y prevenir la aparición de complicaciones.

Por ello, este año la colaboración de los farmacéuticos irá destinada a realizar coloquios informativos, con el apoyo de un material didáctico que será facilitado por el Consejo Andaluz, en aquellos foros que se consideren de mayor interés, como asociaciones de vecinos, de amas de casa, etc.

Cómo participar en la campaña

En caso de estar interesado en formar parte de las farmacias que van a implicarse en la campaña, hay que dirigirse a la Secretaría del Colegio cumplimentando el boletín remitido en la circular 125/09. Todas las circulares están disponibles en la página web del Colegio: www.cofgranada.com

El farmacéutico participará en la campaña realizando charlas informativas en diversos foros

Más información: Secretaría del Colegio
T. 958 80 66 20 • cofgranada@cofgranada.com

EN OCTUBRE

Encuentro de la promoción 1974-1979

Los días 17 y 18 de octubre tendrá lugar la reunión de la Promoción de Farmacia 1974/1979, para celebrar su trigésimo aniversario. Los actos previstos son:
Sábado 17: Cena a las 21,30 horas en el Hotel Nazaries.
Domingo 18: Visita guiada al Albaycín y almuerzo en el Carmen de la Victoria.
Todos los interesados en asistir a estos ac-

tos deberán ingresar 100 € como reserva en la cuenta 2031 0432 68 0115516302 indicando nombre y apellidos. Asimismo se ruega que los asistentes notifiquen sus datos (nombre completo y teléfono móvil) remitiendo un correo electrónico a D. Francisco Díaz Mingorance a la siguiente dirección: fdiaz@hefagra.es o llamando a D. Manuel Gomez Prieto al teléfono: 958557120.

Culto a la Virgen de las Angustias

Como es tradición, a mediados de septiembre, en la Basílica de Nuestra Señora de la Virgen de las Angustias, tuvieron lugar los solemnes e institucionales cultos que la Corporación ofrece a la Virgen de las Angustias.



MEMORIA DE SOSTENIBILIDAD

El Consejo General presenta su Memoria 2008 siguiendo el estándar GRI

Un año más, el Consejo General publica su Memoria, con la importante novedad de que por primera vez se trata de la Memoria de Sostenibilidad, elaborada en base a un estándar internacional de la Global Reporting Initiative (GRI). Este informe da respuesta al compromiso de la Organización con la transparencia en la gestión y en la información a todos los grupos de interés.

TEXTO: GRANADA FARMACÉUTICA

En el ámbito de la **gestión política**, uno de los grandes temas en los que el Consejo ha continuado trabajando ha sido la defensa del modelo español de Farmacia ante Europa, modelo cuestionado por el Dictamen Motivado de la Comisión Europea. La trazabilidad de los medicamentos, la ley de Sociedades Profesionales, los precios de referencia, la falsificación de medicamentos, los medicamentos veterinarios, la escala de deducciones y el Real Decreto de Mutualidades o la transposición de la Directiva de Servicios de Mercado Interior han sido otros temas, como se refleja en las páginas de esta publicación.

En cuanto a la actividad profesional, encaminada a ofrecer productos y servicios de utilidad, el Consejo ha seguido potenciando la formación y la información de los farmacéuticos. En 2008 se implantó el nuevo módulo de Atención Farmacéutica de la Base

de Datos del Conocimiento Sanitario (BOT Plus), con las especificaciones propuestas por los integrantes del Foro de Atención Farmacéutica.

La calidad ha sido otro de los grandes temas profesionales en los que el Consejo General, con el impulso de las Vocalías, ha avanzado notablemente en 2008, publicando las Normas de Calidad de Oficina de Farmacia y de Farmacia Hospitalaria, así como el gestor de documentación para la implementación de un Sistema de Gestión de Calidad en los laboratorios de Análisis Clínicos. Las nuevas tecnologías y la apuesta por la receta electrónica han sido también aspectos importantes en la gestión de la actividad profesional.

Compromiso con los ciudadanos

En cuanto al impacto de la actividad de la Farmacia en la sociedad, en este año se han puesto en marcha trece campañas sanitarias, que siempre cuentan con una amplia participación de los Colegios y los farmacéuticos, y que promueven

hábitos saludables y una mejora global de la salud de la población. La continua colaboración con los medios de comunicación y la relación con las entidades del sector farmacéutico son otros de los temas incluidos en esta Memoria.

Por último, en el ámbito internacional, el Consejo ha seguido estrechando relaciones con las organizaciones farmacéuticas de los diferentes países del mundo, a través de la Federación Internacional Farmacéutica (FIP), en la que la Secretaría General del Consejo General asumió el cargo de Vicepresidenta en septiembre de 2008; asimismo, con los países de habla hispana se mantiene también un vínculo permanente a través de las organizaciones farmacéuticas y como miembros en FEFAS, FEPAFAR y FFCC.

Más información:
Memoria completa disponible en www.portalfarma.com



RODRIGUEZ Y AGUILA S.L.
correduría de seguros

Seguros Generales

Automóvil • Hogar • Comercio
Planes de Pensión • Vida

Seguros Financieros

Hipotecas
Préstamos Personales • Leasing

Especializados en seguros para farmacéuticos

GRAN VÍA, 21

902 40 80 20

Fax: 958 40 52 51

manolo@rodriguez-y-aguilar.com

¿La vacuna de la gripe estacional podría ser útil para la prevención de la nueva gripe A ya que coincide el subtipo H1N1?

La composición exacta de las vacunas para la prevención de la **vacuna de la gripe estacional** que se utilizan cada año es recomendada por la OMS sobre la base de la información disponible acerca de la prevalencia de aislamientos de cepas concretas que circulan en todo el mundo.

Así para la temporada gripal **2009/2010** ha recomendado utilizar una vacuna trivalente que contenga cepas similares a las siguientes:

- A/Brisbane/59/2007 (H1N1)
- A/Brisbane/10/2007 (H3N2)
- B/Brisbane/60/2008

La forma de denominar las variantes antigénicas que forman parte de la composición de las vacunas es la siguiente:

- Tipo de Virus: A
- Origen Geográfico: Brisbane
- Nº Cepa: 59
- Año aislamiento: 2007
- Subtipo antigénico: H1N1

La **nueva gripe A (H1N1)** es una enfermedad respiratoria causada por un virus de la gripe tipo A. Al igual que todos los virus de la gripe, los de la nueva gripe A (H1N1) cambian constantemente, de hecho han variado a lo largo de los años. El virus del brote epidémico actual es diferente a otros anteriores porque, aunque no se trata de un nuevo subtipo de virus de gripe A en humanos, se ha detectado una **combinación de segmentos genéticos única**, que no había sido previamente identificada

Para diferenciarlo del virus de la gripe estacional, por acuerdo del *European Centre of Disease Prevention and Control* (ECDC), **pasa a denominarse gripe A (H1N1)**. Al ser esta nueva cepa substancialmente diferente a las que han circulado hasta ahora, hace que una gran parte de la población pueda ser susceptible a la infección. Esto ha provocado que la OMS declare la situación como una emergencia de salud pública de importancia internacional. (1)

Virus gripales

Se conocen tres tipos de virus de la gripe – denominados A, B y C – que pertenecen a la familia *Orthomyxoviridae*. Existen virus que afectan a los animales, responsables de la gripe porcina, equina y aviaria, que se encuentran relacionados con el tipo A humano. Los tipos A y B son los que causan la enfermedad humana epidémica.

La apariencia del virus es esférica y posee cubierta bajo la cual se localiza una proteína matriz, que constituye el soporte estructural de la partícula vírica. Las características serológicas de esta proteína permiten distinguir entre los 3 tipos anteriormente citados. En el interior, se encuentra el material genético de estos virus, formado por 8 fragmentos de ARN de cadena sencilla.

A su vez, los virus de la gripe A se subdividen en **subtipos** en base a dos proteínas antigénicas localizadas en la superficie del virión: la **Hemaglutinina (H)** y la **Neuraminidasa (N)**. Estos antígenos son los responsables de la respuesta inmunológica del huésped. Se han

aislado 16 subtipos de H (H1-H16) y 9 de N (N1-N9) que, al combinarse de diversas formas, dan lugar a los diferentes subtipos virales y se utilizan para su identificación.

Los virus de la gripe, como todos los que contienen ARN, presentan una elevada frecuencia de mutación. Dos o más cambios de aminoácidos en diferentes sitios de las proteínas de membrana son suficientes para dar lugar a cambios antigénicos significativos, lo que se denomina **variación antigénica**. Esto determina que los anticuerpos contra un tipo o subtipo de virus de la gripe no protejan eficazmente contra otro tipo o subtipo diferente.

Mientras que el virus tipo B es muy estable genéticamente y nuestro sistema inmune lo identifica y suprime rápidamente, el de tipo A es muy inestable, experimenta variación antigénica, y es difícil de neutralizar, por lo que frecuentemente llegan a provocar pandemias.

Vacunación

Los virus H1N1 de la nueva gripe A son **antigénicamente diferentes a los correspondientes H1N1 de la gripe humana estacional, motivo por el cual la vacuna antigripal estacional es muy poco o nada eficaz en su prevención**, aunque la evidencia científica al respecto todavía es incompleta. Actualmente, está en fase de desarrollo una vacuna frente a la nueva gripe A H1N1, que estará disponible próximamente. (2,3,4)

Consultas al CIM.
Teléfono: 958 80 66 22.



TEXTO:
GRANADA FARMACÉUTICA

Gripe A: Manual de seguridad para las farmacias

La OMS ha declarado que la pandemia de la gripe A/H1N1 actualmente se encuentra en fase 6. Esta fase indica que una pandemia global está en curso. Aunque se desconoce el alcance real que tendrá la nueva gripe, el sistema sanitario en su conjunto trabaja para ofrecer la respuesta más eficaz. En Granada Farmacéutica recogemos los puntos clave que debe tener presente el farmacéutico.

Pauta de actuación

- A las personas que presentan síntomas gripales leves y que por lo demás están sanas se les debería aconsejar que se queden en casa, en reposo, con mantenimiento de líquidos, tratamiento sintomático y que eviten en lo posible el contacto con otras personas hasta que se encuentren bien de nuevo.
- A las personas que presentan síntomas gripales moderados o graves se les debe remitir al médico directamente.

Si no se puede evitar el contacto con una persona contagiada, deberá utilizarse la mascarilla

- Las personas que presentan síntomas gripales deberían vestir una mascarilla quirúrgica mientras estuviesen en la farmacia.

- Las medidas de control de la infección deberían ser comunicadas tanto a los usuarios de la farmacia como a todo el personal de la misma. Esto incluye:
 - Una rutina de lavado correcto de manos.
 - Una comportamiento apropiado al toser o estornudar.
 - Limpieza de las superficies regularmente.

Sintomatología

Los síntomas son muy parecidos a los de la gripe humana estacional. Estos síntomas pueden

- 1- Louro A. Gripe A (H1N1) v. Guía Clínicas Fisterra. 2009; 9 (11) : Disponible en <http://www.fisterra.com/guias2/gripeporcina.asp>
- 2- Informe técnico sobre Gripe A. Información para farmacéuticos Espacio portalfarma. Gripe A (H1N1). Disponible en: <http://www.portalfarma.com>
- 3- Información sobre la Gripe A (H1N1). Ministerio de Sanidad y Consumo. Disponible en: <http://www.msc.es/servCiudadanos/alertas/preguntasFrecuentes.htm#enlaceaa>
- 4- Vacunas contra la nueva gripe A (H1N1). Organización Mundial de la Salud. Disponible en: http://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/vaccine_preparedness/es/index.html

incluir fiebre, escalofríos, sudor frío, tos, dolor de garganta, dolor corporal, etc. La enfermedad también puede acompañarse de otros síntomas como dolor de cabeza, astenia, congestión nasal, diarrea y vómitos. Los síntomas pueden ser de intensidad leve a grave. Hasta ahora, la mayoría de los casos han sido leves con sintomatología típica similar o menos grave que la gripe estacional.

Riesgo de exposición

El riesgo de exposición se define actualmente como estar en contacto físico (abrazar o besar, por ejemplo) o estar a un metro o menos de distancia de un caso sospechoso o confirmado de gripe H1N1 durante más de 15 minutos. El período de incubación puede ser de hasta siete días, pero típicamente es de menos de 3 días.

Riesgo de complicaciones

Aunque todavía falta información para establecer el perfil de personas con un incremento de riesgo de sufrir complicaciones por la gripe H1N1, se podrían considerar, teniendo en cuenta los datos de la gripe humana estacional y lo que se ha observado por el momento, los siguientes grupo de riesgo:

- Alteraciones respiratorias crónicas como: asma, enfermedad obstructiva pulmonar crónica.
- Mujeres embarazadas.
- Personas con obesidad mórbida
- Personas con enfermedades crónicas: enfermedad cardíaca (excluyendo hipertensión simple), diabetes mellitus, enfermedades metabólicas crónicas, enfermedad renal crónica, hemoglobinopatías, inmunosupresión (incluyendo cáncer, infección por VIH, drogadicción), enfermedades neurológicas crónicas.

Los siguientes grupos se consideran de menor riesgo, pero requieren un alto nivel de monitorización en comparación con la población general: fumadores, apnea del sueño obstructiva, niños menores de 5 años y embarazadas en el primer trimestre.

Manejo de usuarios con síntomas gripales

En la medida de lo posible, se debe alentar a los pacientes con síntomas gripales no ir ellos

mismos a la farmacia y permanecer en casa, enviando a un amigo o familiar sano a la farmacia a recoger las medicinas que necesite.

Los usuarios con síntomas gripales leves que por lo demás están sanos deberían:

- Permanecer en casa hasta su recuperación.
- Evitar el contacto con otras personas en la medida de lo posible.
- Limpiarse las manos regularmente y abundantemente con jabón y agua durante un minuto o una solución alcohólica.
- Utilizar un pañuelo desechable para taparse la nariz y la boca al estornudar o toser y lavarse las manos posteriormente.
- Utilizar alivio sintomático, tales como anti-gripales y analgésicos. También se les debe recomendar el mantenimiento de líquidos y el descanso hasta que se encuentren bien de nuevo.

Los usuarios que podrían presentar riesgo de complicaciones (ver epígrafe anterior) o que experimentan síntomas moderados o graves deberían ser remitidos al médico de inmediato.

Hay que lavarse las manos varias veces todos los días con agua o con soluciones hidroalcohólicas

Por norma general, el personal de la farmacia debe lavar sus manos de forma regular durante 1 minuto a lo largo del día laboral, al entrar a trabajar y al llegar a casa después del contacto con pacientes sintomáticos. Las manos deberán lavarse con jabón y agua o con soluciones hidroalcohólicas.

Al manejar prescripciones o dinero de pacientes sintomáticos, el personal de la farmacia debería reducir el contacto con su boca, ojos y nariz hasta lavarse las manos.

Las consultas cara a cara con pacientes sintomáticos deben evitarse por el personal de la farmacia. No obstante, si es necesario el con-

tacto con un paciente sintomático a menos de un metro se debería considerar el uso de mascarilla. El personal de la farmacia que presenta síntomas gripales deberá comunicárselo al farmacéutico titular y no retornar al trabajo hasta que se encuentre bien. Si un trabajador de la farmacia se llega a encontrar mal en el trabajo, deberá proveérsele de mascarilla quirúrgica y relevársele de su actividad hasta que se vuelva a encontrar bien.

Reducir el riesgo en el personal de la farmacia

Las medidas de control de la infección propuestas para prevenir y limitar la gripe estacional son las mismas que aquellas para limitar la extensión de la gripe H1N1. Por consiguiente, unas buenas medidas de control de la infección son de gran importancia en este momento. Las medidas propuestas a continuación ayudarán al personal de la farmacia a minimizar el riesgo de contraer y transferir la gripe estacional o H1N1.

Prevenir la gripe

- Considerar la vacunación. Actualmente se está desarrollando la vacunación para el virus de la gripe H1N1. La vacunación para el virus de la gripe estacional se recomienda para individuos de riesgo, incluyendo a los profesionales sanitarios.
- Lavarse las manos regularmente y abundantemente durante un minuto con el fin de evitar la transmisión de microbios entre personas o entre superficies que las personas pueden tocar. Si no se dispone de jabón y agua, se pueden usar preparaciones hidroalcohólicas para el lavado de manos.
- Limpieza regular (al menos dos veces al día) de las superficies de la farmacia (superficies de trabajo, picaportes, etc) con productos de limpieza antimicrobianos o detergentes domésticos habituales.
- Evitar tocarse el rostro, particularmente la boca y la nariz.
- Las papeleras donde se depositen pañuelos desechables deben vaciarse frecuentemente.
- Mantener un estilo de vida sano. El ejercicio regular, una dieta adecuada, la disminución del estrés y un buen patrón de hábitos de sueño puede ayudar a mantener en perfectas condiciones el sistema inmune.

Limitar su extensión

- No extender la gripe: se debe estornudar y toser tapándose boca y nariz con pañuelos desechables o incluso con la cara interna del codo antes que en las manos. Las manos dispersan los gérmenes.
- Limpiar regular y abundantemente las manos con agua jabonosa caliente para evitar la transmisión de los microbios a otras personas u otras superficies.
- El personal afectado de gripe debe permanecer en casa y no volver a trabajar hasta dos días después de que la fiebre baje. Si las personas enfermas necesitan estar en sitios públicos, se debe mantener una distancia mínima (1,5 m) hacia las personas siempre que sea posible.
- Aquellos que estén enfermos deberían usar una mascarilla quirúrgica cuando estén en contacto con otras personas para evitar infectarlas.

Uso de las mascarillas

La información disponible acerca de la efectividad de las mascarillas y los protectores respiratorios o respiradores sobre el control de la pandemia es muy limitada. La mayoría de las mascarillas están diseñadas para evitar la salida de gérmenes de la boca cuando se tose o estornuda pero no constituyen una barrera eficaz para que entren virus desde el exterior. Por ello, actualmente no se aconseja el uso rutinario de mascarillas por los farmacéuticos y personas sanas en sus actividades diarias habituales.

El uso de mascarilla, tipo quirúrgica, solo se recomienda en los siguientes casos:

1. Personas enfermas o que han comenzado con síntomas gripales cuando se encuentren en presencia de otras personas, fundamen-

talmente en el traslado de su casa al centro de salud u hospital y mientras reciban cuidados domiciliarios o entren en contacto con otras personas sanas.

2. Cuidadores sanos de una persona con gripe A/H1N1 o con síntomas compatibles con la misma. En este grupo se incluyen familiares u otras personas que conviven con el paciente o sus cuidadores si se trata de otros centros e instituciones. Estas personas deberán usar la mascarilla cuando estén en presencia del paciente.

La utilización incorrecta de las mascarillas puede incrementar el riesgo de transmisión en vez de reducirlo. Por ello, las personas a las que se recomienda el uso de mascarilla quirúrgica deben asegurarse de utilizarlas correctamente.

Bibliografía

CGCF.: *Gripe A/H1N1. Manual de Seguridad para las Farmacias.* Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos. 2009.

Más información

En www.portalfarma.com podrás encontrar un espacio monográfico con todas las actualizaciones de interés para farmacéuticos sobre la Gripe A/H1N1.



Plantas medicinales para el control del peso

Los datos son escalofrantes. Un 30% de la población adulta tiene sobrepeso y un 20% padece obesidad, un trastorno que causa más de 18.000 muertes al año en España. Pero el dato más preocupante es el de obesidad infantil: en la última década ha aumentado un 35% en todo el mundo, según ha alertado el presidente del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC), D. Valentín Fuster. Por todo ello el control del peso mediante la dieta y el ejercicio se hace imprescindible. Las plantas medicinales también pueden ser una ayuda. En este artículo se explican las aplicaciones de algunas de ellas.

Por GRANADA FARMACÉUTICA

¿Cuándo hay sobrepeso y cuándo obesidad?

La obesidad y el sobrepeso se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.

El índice de masa corporal (IMC) —el peso en kilogramos dividido por el cuadrado de la talla en metros (kg/m²)— es una indicación simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos, tanto en el ámbito individual como poblacional.

El empleo de un tratamiento aislado sin recurrir a la dieta y al ejercicio es ineficaz

El IMC constituye la medida poblacional más útil del sobrepeso y la obesidad, pues la forma de calcularlo no varía en función del sexo ni de la edad en la población adulta. No obstante, debe considerarse como una guía aproximativa, pues puede no corresponder al mismo grado de gordura en diferentes individuos.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el **sobrepeso como un IMC igual o superior a 25, y la obesidad como un IMC igual o superior a 30**. Estos umbrales sirven de referencia para las evaluaciones individuales, pero hay pruebas de que el riesgo de enfermedades crónicas en la población aumenta progresivamente a partir de un IMC de 21.

Los nuevos Patrones de crecimiento infantil presentados por la OMS en abril de 2006 incluyen tablas del IMC para lactantes y niños de hasta 5 años. No obstante, la medición del sobrepeso y la obesidad en niños de 5 a 14 años es difícil porque no hay una definición normalizada de la obesidad infantil que se aplique en todo el mundo. La OMS está elaborando en la actualidad una referencia internacional del crecimiento de los niños de edad escolar y los adolescentes.

¿Por qué engordamos?

El 40% de la obesidad puede ser por causa genética, mientras que el 60% es debido a diferentes motivos:

- Comportamientos alimentarios excesivos o inadecuados
- Falta de ejercicio físico
- Alteraciones metabólicas
- Consumo de ciertos medicamentos
- Variaciones hormonales

¿Adelgazar es una moda?

En principio sí lo es, pero realmente el hecho de preocuparse por el peso, ayuda a un mejor cuidado de la salud. Existen una serie de enfermedades asociadas al exceso de peso como:

- Enfermedades metabólicas: hiperlipemias (aumento de colesterol, triglicéridos), diabetes e hipertensión, entre otras.
- Enfermedades asociadas al prolongado deterioro de estructuras por soportar un excesivo peso (varices, artrosis de cadera y rodilla...)

¿Tiene solución?

Es importante controlar el peso para conseguir un estado físico más saludable. Es difícil adelgazar y mantenerse, pero no por eso hay que desistir. Ante todo hay que intentar:

WinterFito
La fitoterapia ideal para tu salud.



Abedul
Alcachofa
Alga espirulina
Arándano
Bardana
Boswellia
Café verde
Centella asiática
Chlorella
Cimicifuga racemosa
Ciruela
Cola de caballo
Diente de león
Echinacea
Equinacea
Espino blanco
Fenogreco
Fucus
Garcinia
Garra del diablo
Gayuba
Ginkgo biloba
Ginseng
Glucomanano
Granada
Hawthorn
Gymnema
Hinojo
Jengibre
Kava
Melisa
Mirtilo
Piña
Pomelo
Ruibarbo
Té verde
Uña de gato
Valeriana
Vinagre de manzana

LAB. PHYTOVIT
DIVISIÓN FARMACIA
Teléfono: 958 087063
E-mail: csammiego@phytovit.com

La OMS define el sobrepeso como un IMC igual o superior a 25 y la obesidad como un IMC igual o superior a 30

Plantas medicinales saciantes y disminuidoras de la absorción:

Aumentan el volumen del contenido gástrico.
Glucomanano (*Amorphophallus konjac*)
Plantago (*Plantago ovata* Forsk)
Fucus (*Fucus vesiculosus* L.)

Plantas medicinales con actividad termogénica:

Aumentan el gasto energético y disminuyen la absorción de grasas.
Té verde (*Camellia thea* Link.)

Plantas medicinales que mejoran funciones digestivas y hepáticas:

Alcachofa (*Cynara scolymus* L.)
Ananás (*Ananas comosus* Merr.)

Plantas medicinales con acción diurética:

Abedul (*Betula pubescens*)
Diente de león (*Taraxacum officinale*)
Vellosilla (*Hieracium pilosella* L.)
Ortosifón (*Orthosiphon stamineus* Benth.)

Consejos que puede ofrecer el farmacéutico

La persona que desee controlar o reducir su peso, debe considerar:

- Modificaciones en el estilo de vida: no picar entre horas, comer fruta y verdura, beber mucho agua...
- Realizar ejercicio físico: no se necesitan grandes esfuerzos, pero sí "moverse". Caminar es seguro para la mayoría de las personas y es fácil de realizar.
- El empleo de un tratamiento aislado sin recurrir a la dieta y al ejercicio es ineficaz.
- Si el paciente está tomando otros medicamentos, debe informar al farmacéutico o al médico.

Bibliografía:

<http://www.who.int> (Web de la Organización Mundial de la Salud)
CGCF (Campaña informativa sobre Plantas Medicinales, auspiciada por el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos)

- **Cambiar los hábitos alimentarios:** se trata de restringir la ingesta de calorías. La dieta debe ser equilibrada en nutrientes, evitando las modas de dietas mágicas donde la pérdida de peso va asociada a una pérdida importante de agua y masa muscular, y donde la ganancia nuevamente de peso suele ser lo normal.
- **Hacer ejercicio:** El ejercicio cumple un papel fundamental no sólo en la pérdida inicial de peso, sino sobre todo en el mantenimiento a largo plazo. Puede ser tan sencillo como caminar.
- Para perder peso nos podemos ayudar con distintas **plantas medicinales** según necesitemos.

¿Cómo podemos actuar con plantas medicinales?

En este punto debemos recordar la importancia del papel orientador que tiene el farmacéutico. Hay que en cuenta la eficacia y seguridad a largo plazo, debido a que el exceso de peso suele requerir tratamientos prolongados.

Las múltiples causas que pueden dar lugar al exceso de peso, en ocasiones, justifican un tratamiento combinado con distintos niveles de actuación:



Para finalizar esta serie de artículos sobre alimentación infantil que hemos abordado durante el último año, ofrecemos orientaciones para responder a algunas de las preguntas que con más frecuencia se le plantean al farmacéutico en la práctica diaria.

Preguntas frecuentes sobre alimentación infantil

Por D. JOSÉ M^a GARCÍA BARRIONUEVO
Vocal de Alimentación

Durante la lactancia, ¿la madre debe evitar algún alimento?

Hay alimentos como el ajo, los espárragos o las coles que dan sabor y olor a la leche. En un principio no hay que excluir ningún alimento de la dieta, pero si se observara que tras la ingestión de algunos de ellos el bebé rechaza la leche, lo evitaríamos temporalmente.

Se puede decir que una dieta sana, variada y equilibrada por parte de la madre, hace que el lactante de leche materna acepte mejor la posterior incorporación de alimentos, ya que se habituará a los diferentes sabores y olores.

¿Qué pasa si continúo dando leche de inicio a partir de los 6 meses?

En el caso de las fórmulas de inicio, éstas están suplementadas con hierro, y su composición

cualitativa es idónea para la alimentación de los lactantes sanos durante los primeros 4-6 meses de vida, e incluso podrían utilizarse junto a una alimentación complementaria hasta el año de vida. A partir del sexto mes de vida, también es posible utilizar las fórmulas de continuación cuando se incorporan a la alimentación del bebé alimentos como las frutas, los cereales, las verduras y las carnes, y a partir de los 12 meses las fórmulas de crecimiento son la opción más adecuada.



Se deben respetar siempre las normas indicadas por el fabricante y/o aconsejadas por el profesional sanitario

Estas fórmulas son menos complejas en su composición cualitativa que las de inicio, aunque están suplementadas con vitaminas y minerales. Son más económicas que las fórmulas de inicio y con la introducción de la alimentación complementaria se cubren las necesidades de nutrientes. En cualquier caso, se debe mantener la ingesta mínima de 500 ml/día de leche, siendo el pediatra y/o el profesional sanitario quien aconseje cuándo ha de realizarse el cambio.

¿Qué diferencias presentan las leches de continuación y crecimiento respecto a las de inicio?

Las leches de continuación y crecimiento no

serán el alimento exclusivo del lactante en esta etapa, por lo que no requieren incorporar la totalidad de nutrientes extra que estaban presentes en la leche de inicio, ya que serán aportados por otros alimentos de la dieta. Además, el aparato digestivo del bebé es ahora más maduro, con lo que las modificaciones de la composición inicial de la leche de vaca, a partir de la cual se fabrican las leches infantiles son menores.

Los principales cambios en estas leches son el ligero aumento del contenido proteico, la sustitución de parte de la grasa láctea por grasa vegetal y la adición de otros hidratos de carbono, como maltodextrina o almidón,

y vitaminas. Según el laboratorio, se pueden enriquecer con prebióticos, nucleótidos, taurina, carnitina, etc., que justifican las diferencias de precios.

¿Se puede seguir con la lactancia materna después de los 6 meses?

No hay inconveniente, pero debe incorporarse gradualmente la alimentación complementaria con nuevos alimentos en forma de papilla, empezando primero por alimentos ricos en hierro, ya que si se desea, y es posible, puede continuarse dando el pecho a demanda hasta los 2 años. Hasta el primer año de vida, dar al niño primero la toma de pecho y después el

alimento complementario, y no sustituir ninguna toma de pecho por otro alimento. Por ejemplo, a la hora de la comida, primero pecho y después papilla, y así durante todo el día. A partir del año, se recomienda hacerlo al revés, primero alimento complementario y después pecho.

¿Se puede poner más cantidad de leche en polvo?

No. Se deben respetar siempre las normas indicadas por el fabricante y/o aconsejadas por el profesional sanitario. Casi todas las leches en polvo están fabricadas para añadir una medida dosificadora rasa por cada 30 ml de agua, o sea que un biberón con 60 ml de agua precisará de 2 medidas, uno de 90 de 3, uno de 120 de 4, y así sucesivamente. No se debe preparar leche con concentraciones distintas a las indicadas, ya que si se añade mayor cantidad de agua de la necesaria podrá disminuir el aporte de alimento al bebé y, por el contrario, poca cantidad de agua o más cantidad de polvo podría causar problemas digestivos o renales. Hay que añadir el número de medidas rasas necesarias y agitar suavemente la mezcla hasta que se deshagan los grumos.

¿Qué cantidad debe tomar?

Como referencia, se puede decir que a cada kilo de peso del bebé corresponden unos 30 cm³ de leche. Se debe preparar el biberón con la cantidad que indique el profesional sanitario, aunque no la termine, y puede guardarse en frigorífico y calentarse en el momento de usarlos, siempre y cuando se consuman antes de 24 horas. También hay que tener en cuenta que los niños que reciben lactancia artificial

presentan una menor frecuencia de tomas con biberón, ya que la leche de fórmula tarda más tiempo en digerirse que la materna. Por último, podemos decir que no hay normas fijas para todos, que unos comen con más frecuencia que otros, pero nunca hay que forzarlos a que terminen el biberón.

A partir de los 12 meses las fórmulas de crecimiento son la opción más adecuada



19º CONGRESO SAHTA

Jornadas para farmacéuticos sobre Hipertensión y Riesgo Vascular



El próximo 6 de noviembre se celebrará la cuarta edición de las Jornadas para Farmacéuticos sobre Hipertensión y Riesgo Vascular, en el marco del 19º Congreso de la Sociedad Andaluza de Hipertensión y Riesgo Vascular. El Hotel Abades Nevada Palace acogerá las sesiones formativas para farmacéuticos, en las que participarán profesionales de reconocido prestigio en el ámbito farmacéutico.

TEXTO: GRANADA FARMACÉUTICA

El programa científico de esta jornada enmarcada en la 19ª edición del Congreso de la Sociedad Andaluza de Hipertensión y Riesgo Vascular (SAHTA) está previsto que cuente con el siguiente programa científico:

09.00-09.45 h.

Entrega de documentación

09.45-10.15 h.

Inauguración de las 4as Jornadas de Farmacéuticos

Ponentes:

Dr. D. Antonio Liébana Cañada

Presidente de la Sociedad Andaluza de Hipertensión y Riesgo Vascular (SAHTA).

Ilmo. Sr. D. Manuel Fuentes Rodríguez

Presidente del Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada.

Dª. Mª Jesús Rodríguez Martínez

Presidenta de la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC).

Dr. D. Sebastián Ramón Martínez Pérez

Presidente del Comité Organizador y Científico de las 4as Jornadas de Farmacéuticos.

10.15-11.30 h.

Conferencia Inaugural: La atención farmacéutica en la farmacia actual: nuevos conceptos y definiciones.

Patrocinada por Laboratorios Peróxidos Farmacéuticos (OMRON)

Moderador:

Dr. D. Sebastián Ramón Martínez Pérez
Presidente del Comité Científico y Comité Organizador de las 4as Jornadas de Farmacéuticos. Doctor en Farmacia. Máster en Atención Farmacéutica. Farmacéutico Comunitario de Granada. Ponente:**Dr. D. Fernando Martínez Martínez**

Doctor en Farmacia. Director de la Cátedra Universidad de Granada de Docencia e Investigación en Atención Farmacéutica. Miembro del Grupo de Investigación en Atención Farmacéutica [CTS-131] de la Universidad de Granada (GIAF-UGR).

11.30-12.00 h.

Pausa-Café

12.00-13.45 h.Mesa redonda: *Actividades de la atención farmacéutica en pacientes con hipertensión arterial* y riesgo vascular

Patrocinada por PFIZER, S.A.

12.00-12.15 h.

"Descripción de los distintos servicios que ofrece la atención farmacéutica"

Moderadora:

Dra. Dª. María José Faus Dáder

Doctora en Farmacia. Responsable del Grupo de Investigación en Atención Farmacéutica [CTS-131] de la Universidad de Granada (GIAF-UGR).

12.15-12.40 h.

"Servicio de dispensación"

Ponente:

Dra. Dª. Amparo Torres Antiñolo

Doctora en Farmacia. Máster en Atención Farmacéutica. Miembro del Grupo de Investigación en Atención Farmacéutica [CTS-131] de la Universidad de Granada (GIAF-UGR).

12.40-13.05 h.

"Servicio de consulta o indicación farmacéutica"

Ponente:

Dª. Ana Ocaña Arenas

Máster en Atención Farmacéutica. Miembro del Grupo de Investigación en Atención Farmacéutica [CTS-131] de la Universidad de Granada (GIAFUGR). Farmacéutica Uso Racional del Medicamento. Distrito Sanitario Granada.

13.05-13.30 h.

"Servicio de seguimiento farmacoterapéutico"

Ponente:

La jornada para farmacéuticos se celebrará el próximo 6 de noviembre en el Hotel Abades Nevada Palace

D. Daniel Sabater Hernández

Especialista en Atención Farmacéutica. Miembro del Grupo de Investigación en Atención Farmacéutica [CTS-131] de la Universidad de Granada (GIAF-UGR).

13.30-13.45 h.

Debate

13.45-14.15 h.

Comunicaciones póster

14.15-17.00 h.

Almuerzo de Trabajo

17.00-18.00 h.

Conferencia-taller: Estrategias para una adecuada comunicación farmacéuticopaciente

Ponente:

Dª. Andrea Cecilia Molina Guerra

Licenciada en Farmacia. Máster en Dietética y Nutrición Humana con Especialidad en Obesidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria. Farmacéutica Comunitaria de Granada.

18.00-19.30 h.

Mesa redonda central conjunta

(Medicina, Farmacia y Enfermería):

Hábitos de vida saludables y prevención del riesgo vascular

Moderadores:

Dr. D. Joaquín Franco Cebrián

Especialista en Medicina Interna. Hospital Santa Ana. Motril. Granada.

Dra. Dª. María Auxiliadora Cabanas Espejo

Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Guadalquivir. Córdoba.

Ponentes:

"Contribución del tabaco al riesgo vascular global"

Dra. Dª. Justa Redondo Écija

Doctora en Medicina. Máster en Tabaquismo. Experta en Drogodependencias. Unidad de Drogas y Adicciones. Instituto Provincial del Bienestar Social. Córdoba.

"Beneficio del ejercicio físico en la prevención del riesgo vascular"

Dr. D. Carlos de Teresa Galván

Especialista en Medicina Deportiva. Presidente de la Sociedad Andaluza de Medicina del Deporte (SAMEDE).

"Modelos de gestión de casos en pacientes hipertensos y con riesgo vascular"

Dª. Elena Gonzalo Jiménez

Profesora del Área de Gestión de la Práctica Asistencial de la Escuela Andaluza de Salud Pública. Granada.

"Educación sanitaria a pacientes con presión arterial elevada en las farmacias comunitarias"

Dr. D. Sebastián Ramón Martínez Pérez

Presidente del Comité Científico y Comité Organizador de las 4as Jornadas de Farmacéuticos. Doctor en Farmacia. Máster en Atención Farmacéutica. Farmacéutico Comunitario de Granada.

19.30 h.**Clausura de las 4as Jornadas de Farmacéuticos y Entrega de Premios**

Premio a la Mejor Comunicación Oral-Póster patrocinado por el Ilustre Colegio Oficial de Farmacéuticos de Granada. Primer premio: 300 €. Accésit: 100 €.

Matrícula en condiciones especiales para farmacéuticos

Hasta el 10 de septiembre: 95 €

Desde el 11 de septiembre: 115 €

En sede: 125 €

Más información

Secretaría Técnica de las Jornadas

Fase 20

Camino de Ronda, 42. 18004 Granada

T. 958 203 511

info@sahtagranada2009.com

www.sahtagranada2009.com



Comunicación global en la farmacia

La comunicación es uno de los aspectos fundamentales a la hora de enfocar nuestra farmacia. Al hablar de comunicación nos estamos refiriendo a la comunicación no verbal que se establece entre el cliente y todos y cada uno de los elementos de nuestra farmacia.

Por JESÚS SÁNCHEZ-APARICIO
Director de Marketing de ASPID
(www.aspid.es)

La farmacia tiene que desarrollarse de principio a fin como un conjunto global. Hay que dotar a la farmacia de una imagen única y personal, partiendo de una elaborada estrategia de marketing, en la que **todos los elementos han de ser desarrollados en conjunto**: desde la fachada, escaparates, letrero, cruz (que constituyen nuestra primera imagen) hasta el tipo y color del mobiliario; hasta el conjunto de la comunicación visual con una cuidada selección de textos, imágenes y colorido o el logotipo que usaremos en nuestra imagen corporativa (tarjetas, bolsas, señalética y publicidad).

Este desarrollo global permitirá **conseguir una identidad propia**, que será fundamental a la hora de alcanzar la rentabilidad de la farmacia. Hay que lograr una individualidad frente al resto del mercado.

Qué imagen recibe el cliente y qué imagen queremos que reciba

Las preguntas son, ¿Qué imagen recibe el cliente de nuestra farmacia? ¿Qué imagen queremos que reciba el cliente de nuestra farmacia?

Es fundamental conseguir una identidad propia para la farmacia



Contar con asesoramiento externo y cuidar todos los detalles resulta clave

No debemos caer en el error de crear sólo un espacio bonito o escoger imágenes bonitas pero inconexas. Es muy importante que las imágenes y colores usados creen un **ambiente armónico**, perfectamente estudiado en su conjunto. Además, cuando se utilizan en las traseras de los muebles, hay que ser

especialmente cuidadosos de que la imagen no tome un protagonismo principal sobre el producto.

En definitiva, el estudio global de la farmacia hasta en los mínimos detalles, nos diferenciará y contribuirá a alcanzar el éxito.

Cuando enfocamos la actualización de nuestra farmacia, la **asistencia de profesionales** que trabajen en estrecha colaboración con nosotros es fundamental para conseguir resultados óptimos. Exposición y elementos decorativos crean una comunicación global que ayudan a atraer y a fidelizar a nuestros clientes.

Todos los detalles son importantes: tanto el mobiliario, que nos ha de permitir una exposición limpia, sin obstáculos, procurándonos la máxima versatilidad, con un color perfectamente seleccionado, según el tipo de producto y la luz de cada zona, como la selección-colocación de los productos expuestos y el precio marcado. Igualmente las imágenes y/o textos que nos indican, señalizan y personalizan nuestra exposición han tomado una gran importancia en los últimos tiempos.

Este último es uno de los puntos que más está modificando la fisonomía de la farmacia.



ASPID, farmacias que comunican

- Mobiliario y obra de oficina de farmacia
- Realizamos un profundo estudio de espacio, marketing y merchandising, optimizando al máximo las posibilidades de su farmacia



Solicite su presupuesto sin compromiso en
www.aspid.es T. 958 172 905 - info@aspid.es



D^{ña}. MARÍA ISLÁN

Familia.
D^{ña}. María Islán junto a su hijo en la farmacia.

Bodas de plata con el mundo farmacéutico

D^{ña}. María Islán se crió en el seno de una familia de leyes, sin embargo ella se desvió del camino y se dirigió al mundo de la farmacia. Ahora, después de 25 años, la familia que ella ha formado sí ha seguido sus pasos y vive rodeada de farmacéuticos. Este año cumple sus bodas de platas profesionales y se muestra contenta de su trabajo y del baúl de recuerdos que tiene después de tantos años. Unos años que comenzaron en una farmacia del barrio de la Uva de su Andújar natal y que continúan en la farmacia que regenta desde hace varias décadas en la calle Carril del Picón.

TEXTO: CAROLINA RODRÍGUEZ
FOTOS: J. OCHANDO

AD^{ña}. María Islán le gustaron las ciencias desde pequeña pero, por circunstancias de la vida, un día de hace unos cuantos años se vio camino de la facultad de Filosofía para matricularse, que también le gustaba. Afortunadamente, la conversación con un buen amigo minutos antes de formular la inscripción la hizo cambiar su opinión y optar por estudiar Farmacia en la Universidad de Granada. Con este paso rompía toda una tradición en su familia que estaba vinculada al Derecho pero no le importó. Cuenta que no se arrepiente del cambio de última hora ya

No me arrepiento de haber cambiado la Filosofía por la Farmacia

que además eso no fue óbice para mantener su pasión por la filosofía y la literatura.

Inicios en casa

Después de terminar la carrera, D^{ña}. María regresó a Andújar. "Hubo una oportunidad de quedarnos con una farmacia y me fui allí a comenzar de cero", recuerda. La botica en cuestión se encuentra en el barrio La Uva, una zona de gente humilde con la que comenzó su carrera profesional. La farmacéutica recuerda que sus comienzos fueron duros, en el sentido de tener que poner la oficina en marcha, lo que supone un proyecto nuevo, hacerse con la gente del barrio y conciliar todo lo anterior con la vida familiar. Pero la farmacéutica se adaptó sin problemas tanto que, después de cinco años, dice que le dio cierta pena regresar a Granada para comenzar una nueva andadura en la farmacia de Carril del Picón.

Carril del Picón

En la farmacia de Carril del Picón, 24, D^{ña}. María Islán lleva más de dos décadas. La evolución desde entonces ha sido grande. "Básicamente, de tener un bolígrafo y un papel para hacer los pedidos hasta la receta electrónica ha llovido mucho y ha cambiado más", dice entre risas. En todo este proceso de transformación D^{ña}. María ha contado con la ayuda de sus tres hijos. "De una familia de leyes a una familia de farmacéuticos. Mis tres hijos se han decantado por esta profesión, por vocación y por la posibilidad de tener un trabajo estable", relata. En todo este proceso de cambio, ellos le han aportado a ella los conocimientos más novedosos dentro de la tecnología y ella, la experiencia de toda una vida detrás del mostrador. Durante todo este tiempo los cambios también se han notado en la farmacia y en los servicios que se ofrecen; la oficina familiar ofrece productos que van más allá de los medicamentos. "Desde productos para bebés, parafarmacia, homeopatía, dietética y nutrición, entre otros, ya que las farmacias también tienen que actualizarse y hacer frente a la competencia que viene desde muchos frentes", apunta.

Futuro

A pesar de llevar media vida en su farmacia, a D^{ña}. María le queda mucho que dar dentro de su oficina. "Ahora nos llega la temporada de la Gripe A", apunta con gracia. Al respecto asegura que intenta transmitir tranquilidad a sus clientes que preguntan sin cesar sobre la vacuna y sobre la

Intento tranquilizar a mis clientes sobre las informaciones de la gripe A

enfermedad. Se plantea alguna que otra reforma para garantizar la seguridad en el trabajo ya que ha sido víctima de varios atracos pero poco más. "Supongo que mis hijos se quedarán aquí cuando yo me jubile y serán ellos los que tomen las riendas y harán lo que quieran". Por ahora, ella está a pleno rendimiento. Su farmacia, la filosofía, su pasión por la patrona de Andújar (la Virgen de la Cabeza) y su familia le ocupan, con gusto, todo su tiempo.



Fachada. La farmacia se encuentra en pleno centro de la ciudad, en el Carril del Picón



CetaFarma
compra y venta de farmacias

- Transmisiones
- Cesiones
- Estudio personalizado de necesidades
- Asesoramiento jurídico y financiero
- Asesoramiento fiscal

www.cetafarma.com
Tel. 94 54 07 41 - 94 54 07 17

Matías vendió su farmacia a Elena en unas condiciones satisfactorias para ambos

Y tú, ¿quieres comprar o vender tu farmacia con total confianza?

En CetaFarma sabemos que comprar o vender una farmacia es un proceso largo y complejo. Por eso, nos ocupamos de todo por ti, informándote y asesorándote desde el primer momento. Asegurándote la máxima discreción. Y con la confianza que sólo una empresa con casi 20 años de experiencia te puede ofrecer.

CETA-FARMA. Ante todo, confianza.



PUBLICIDAD

Estrenamos nueva imagen

En Cinfa renovamos la imagen de nuestros estuches para ayudarle en su labor diaria de dispensación.

Los nuevos diseños representan un importante avance en la mejora de la identificación de todos nuestros medicamentos, aumentando su legibilidad y facilitando su diferenciación.

Un cambio muy positivo para todos: profesionales y pacientes.

Clara diferenciación por dosis.

- dosis alta
- dosis media
- dosis baja

Presentaciones fácilmente identificables.

Color específico por área terapéutica.

- Musculoesqueléticos
- Digestivo y metabolismo
- Cardiovasculares
- Hipolipemiantes
- Sistema Nervioso Central
- Antibióticos
- Respiratorios
- Antineoplásicos
- Genito-urinario

Color específico por molécula, mayor diferenciación entre medicamentos.

Clara diferenciación por dosis.

- dosis alta
- dosis media
- dosis baja

Máximo tamaño de letra para una perfecta legibilidad del principio activo.

Identificación del medicamento en todas las caras.



Una sección pensada para acercarnos a farmacéuticos colegiados y escuchar sus puntos de vista sobre la profesión

FARMACÉUTICOS DE AYER Y HOY

TEXTO Y FOTOS:
CAROLINA RODRÍGUEZ / J. OCHANDO

1930	1935	1940	1945	1950	1955	1960	1965	1970	1975	1980	1985	1990	1995	2000	2005	2008
------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------



D. Eugenio Vallejo Torres

- **Datos académicos:** Licenciado en Farmacia por la Universidad de Granada en 1971.
- **Actividad:** Farmacéutico del Hospital Virgen de las Nieves.

“Crear un fármaco que ayude a la gente es toda una satisfacción”

Pregunta.- ¿Qué le impulsó a estudiar farmacia?

Respuesta.- Es difícil encontrar una carrera que englobe diferentes materias y Farmacia es una de ellas, porque incluye, Física, Química y Biología, entre otras. Así que opté por ella.

P.- ¿Qué diferencias encuentra entre el farmacéutico de ayer y el de hoy?

R.- Sobre todo, el farmacéutico de hoy tiene mucha más información a mano gracias a internet, algo que antes no era tan sencillo y que mejora la capacidad a la hora de trabajar del farmacéutico de hoy, no sólo en cuanto a acceso a la información sino también para estar en contacto con otros profesionales a todos los niveles.

P.- ¿Con qué ha disfrutado más en sus años de trabajo?

R.- Con la elaboración de medicamentos. Crear un fármaco que puede ayudar a la gente es toda una satisfacción.

P.- ¿Cree que es fácil compatibilizar la profesión con la vida de familia?

R.- Es fácil, aunque reconozco que los horarios son largos y las guardias son difíciles de compatibilizar pero, afortunadamente, sólo se hacen de vez en cuando.

P.- ¿Qué aspectos de la profesión considera mejorables?

R.- Quizás la mayor presencia del titular de farmacia en el mostrador, ya que en muchas ocasiones éste está en la rebotica y a los clientes los atiende un auxiliar o mancebo, que aunque también está capacitado, no tiene la misma formación que un farmacéutico.

P.- De las actividades que desarrolla el Colegio, ¿con cuál ha disfrutado más?

R.- Considero que todos los cursos y actividades que realiza el Colegio son muy buenos. Tienen estructuras interesantes y los imparten grandes profesionales.

P.- ¿Qué consejo le daría a los nuevos colegiados?

R.- Que tengan en cuenta que ellos son el futuro de la profesión, así que lo que deben hacer es demostrar su valía.



D. José Francisco Martínez

- **Datos académicos:** Licenciado en Farmacia, en 2004.
- **Actividad:** Farmacia de la Cuesta Corvales, en la Zubia.

“Los cursos de formación on line son muy útiles”

Pregunta.- ¿Qué le impulsó a estudiar farmacia?

Respuesta.- La tradición familiar. Mi padre era farmacéutico y he estado en contacto con la profesión desde que era un niño.

P.- ¿Cómo ve al farmacéutico de hoy?

R.- Creo que los nuevos farmacéuticos “deben ponerse las pilas”, ser conscientes de que hay que conservar lo bueno de la profesión pero a la vez abrirse y adaptarse a los nuevos cambios para estar siempre al día.

P.- ¿Qué es lo que más le gusta de la profesión?

R.- El trato con la gente y el poder ayudarlos. Te das cuenta de que con un poco de atención puedes resolver bastantes problemas de la gente.

P.- ¿Cuál es el mejor recuerdo que tiene de su etapa como estudiante?

R.- Terminarla, (risas) porque la verdad es que me costó bastante. El mejor día que recuerdo fue aquel en el que no tuve que hacer más exámenes y ya podía ejercer mi profesión.

P.- ¿Cree que es fácil de compatibilizar la profesión con la vida familiar?

R.- En pocas ocasiones. La compatibilidad es uno de los aspectos que se deberían mejorar porque los horarios son muy extensos.

P.- ¿Qué aspectos de la profesión considera mejorables?

R.- El seguimiento fármaco-terapéutico y la atención farmacéutica, en general.

P.- De las actividades que desarrolla el colegio, ¿Cuál le interesa más a priori?

R.- Los cursos de formación, los Jueves Salud y, sobre todo, los cursos de formación on line que son muy útiles cuando no puedes asistir a los presenciales y estás limitado de tiempo.

P.- ¿Qué es lo más importante que le han enseñado otros farmacéuticos?

R.- La responsabilidad en el trabajo y el ser profesional. Hay que darle a la gente un servicio de calidad.



D. ANTONIO R. BAQUERO, CABAÑUELISTA

“Una cabañuela es como la formulación magistral”

TEXTO: CAROLINA RODRÍGUEZ
FOTOS: J. OCHANDO

D. Antonio R. Baquero se pasa el día anotando lo que ve y siente en una libreta. Sus apuntes son básicos para llevar a la práctica su gran pasión que no es otra que predecir el tiempo. Antonio R. Baquero es farmacéutico pero también cabañuelista y un gran conocedor de esta ciencia empírica, que le ha llevado a escribir su primer libro: “Cabañuelas y Astrometeorología (Historia, método y refranero)”.

Pregunta.- ¿Cuándo nació su afición por las cabañuelas?

Respuesta.- En realidad, desde pequeño. Me recuerdo en los bordillos de las aceras de mi barrio mirando al cielo y a las estrellas. Escuchaba a mi familia decir refranes y frases como “va a caer lo que no está en los escritos”, así que fueron muchos detalles de mi infancia los que me hicieron que me convirtiera en un aficionado al cielo y a la naturaleza, pero entonces era de una manera menos rigurosa.

P.- ¿Cuándo dio el salto de calidad, en ese sentido, y comenzó a convertir su simple afición en algo más?

R.- Pues con el tiempo. Empecé a indagar sobre las cabañuelas y sí, todo el mundo sabía que existían pero nada más, hasta que en el año 2000 me puse en contacto con D. Manuel Plaza, hombre de Campo de Mora (Toledo) que fue el que me proporcionó el primer libro sobre las cabañuelas, y con D. Manuel Ardoy, médico y cabañuelista de Beas de Segura (Jaén). Lamentablemente ambos ya han fallecido, pero en realidad se puede decir que han sido mis dos maestros en este mundo.

P.- Cuéntenos los secretos de las cabañuelas.

R.- Partamos de la base de que las cabañuelas son un método para predecir el tiempo a largo plazo basado en la observación del tiempo a lo largo del mes de agosto. Yo siempre digo que si nos equivocamos,

somos los humanos, no las cabañuelas. Hay varios tipos de cabañuelas, aunque las de agosto son las que yo utilizo. Igual que mi amigo y compañero D. Carlos Pascual, farmacéutico de Sierra Nevada, con quien contrasto mis observaciones. Ya que, básicamente eso es lo que hay que hacer, observar, mirar al cielo y apuntar todo lo que ves y sientes, indicando asimismo la hora en la que se produce. Luego se hacen una serie de combinaciones, gracias a una serie de “fórmulas”, y así se va prediciendo el tiempo que hará.

P.- Y, ¿cuáles son los parámetros que se siguen?

R.- Muchos... en realidad la naturaleza nos habla continuamente, lo que tenemos es que aprender a comunicarnos. Ella manda señales que tienen un significado, por ejemplo, cuando los gatos van dando saltos nos espera una época de viento o cuando el cielo está aborregado significa que hay posibilidad de lluvias, granizo o nieve... así con otros detalles, como los vientos, las masas de agua o la temperatura.

Las cabañuelas son un método para predecir el tiempo a largo plazo basado en la observación del tiempo a lo largo del mes de agosto

P.- Teniendo en cuenta que agosto es un mes fundamental, es una pregunta obligada el que nos diga, qué tiempo hará el año que viene...

R.- (Risas) Eso es lo que estoy estudiando... y hasta que no termine no puedo decir nada, sólo puedo adelantar, que septiembre será muy lluvioso.

P.- ¿Se podría decir que las cabañuelas y la farmacia están relacionadas?

R.- Sí, por qué no. El tiempo está muy relacionado con las sensaciones y las patologías de muchos de los clientes que vienen a por medicamentos. Es más, una cabañuela es como una fórmula magistral, como hacer una pomada o unas cápsulas. Creo que la relación entre los dos campos es la sensibilidad tanto para ser un buen farmacéutico y atender a los pacientes, como con para ser un buen cabañuelista y entender la naturaleza.

P.- ¿Aplica sus conocimientos sobre el tiempo a la hora de trabajar en la oficina de farmacia?

R.- Los aplico en el sentido de que mis pacientes, conscientes o no, también usan los llamados barómetros humanos al emplear expresiones como “va a cambiar el tiempo porque me duelen los huesos”, o porque tienen picores e incluso dolor de cabeza.

Libro con fines solidarios

P.- Después de tantos años trabajando se lanzó a escribir un libro, ¿no?

R.- Efectivamente. Mi intención con el libro “Cabañuelas y Astrometeorología (Historia, Método y Refranero)” no es otra que difundir esta

tradicción para que no se pierda y que los interesados puedan hacer sus cabañuelas.

P.- ¿Fue un trabajo complicado recopilar todos los datos, teniendo en cuenta que no hoy muchos precedentes escritos sobre el tema?

R.- Yo comencé a trabajar en la materia para uno de los congresos en los que participé dando una charla. La documentación que recopilé para ese acto fue la base para, posteriormente, escribir el libro al que le dediqué más de un año de mi vida. En este sentido tengo que darle las gracias a Wenceslao Fuentes que fue el inductor para que escribiera este libro.

P.- Además tiene un fin solidario, ¿no?

R.- Así es, la recaudación de los libros que se pueden encontrar en las oficinas de la Caja Rural de Granada van destinadas a la Asociación Amigos de los Animales (Refugio de Albolote) de Granada. También se pueden adquirir a través de la página de la asociación www.amigosdelosanimales.org.es

P.- Después de todo lo que ha contado se podría decir que las cabañuelas son algo más que una afición...

R.- Las cabañuelas son algo mío, mucho más que una afición, ya están dentro de mi vida de forma natural y todos los que me rodean lo sabe.

P.- ¿Cuáles son los próximos retos?

R.- Estamos preparando un congreso en Almagro al que invito a todo el mundo para que conozca la ciencia que me ha cautivado por completo, pero además, en un futuro cercano, comenzaré a profundizar en el mundo de la Astrología.



A.M.A. crece tanto en mutualistas como en pólizas y replicará a Seguros en los tribunales



La Asamblea de A.M.A. Agrupación Mutual Aseguradora, la mutua de los profesionales sanitarios, ha vuelto a respaldar hoy por mayoría absoluta la gestión y las compensaciones recibidas entre 2004 y 2007 por su Consejo de Administración, puestas en duda desde hace año y medio por varias resoluciones de la Dirección General de Seguros.

TEXTO Y FOTOS: GRANADA FARMACÉUTICA

La mutua presentará recurso contra esas sanciones ante la Sala de lo Contencioso Administrativo de la Audiencia Nacional, que se sumará a otro presentado ante la Sala de lo Contencioso Administrativo del Tribunal Superior de Justicia de Madrid por las medidas de control en que Seguros mantiene a la entidad desde el año pasado. Asimismo, estudia reclamar judicialmente por los perjuicios ocasionados y las irregularidades en que pueda haber incurrido la Administración.

En su alocución ante la Asamblea, D. Diego Murillo, presidente de A.M.A., acusó a Seguros de actuar contra ellos con desproporcionalidad y de provocarles con su acoso perjuicios económicos muy graves. Entre ellos, enumeró minusvalías por valor de cinco millones de euros, al conminarles Seguros a no vender en 2008 sus acciones en una entidad financiera, así como la pérdida de cerca de 40.000 asegurados en Portugal, ante los abusos de la administración española denunciados en el país vecino por los dos exconsejeros portugueses de la mutualidad.

En su Asamblea, los mutualistas de A.M.A. dieron un paso más respecto a la Asamblea de 2008, donde ya habían ratificado las compensaciones económicas recibidas por los consejeros entre 2004 y 2007. En esta ocasión, y con el 98,3 por ciento de los votos emitidos, los liberaron de la obligación de restituir a la mutua las cantidades económicas que Seguros considera no justificadas y cuya devolución les había reclamado, sin perjuicio de los efectos que se derivarán de la decisión que sobre el asunto adopten los Tribunales.

Gana mutualistas y factura 181,9 millones

Murillo destacó especialmente que A.M.A. ha

conseguido aumentar mutualistas y pólizas tanto en 2008 como en el primer trimestre de 2009. A.M.A. alcanzó en 2008 un volumen total de primas de 181,9 millones de euros, con un descenso inapreciable del 0,6 por ciento respecto al año anterior. El resultado asegurador de la mutua en 2008 fue de 6,4 millones de euros. La compañía contaba al cierre de 2008 con 270.542 mutualistas, un 2,1 por ciento más que en 2007. Elevó asimismo un 2,5 por ciento el número total de pólizas en 2008, hasta 497.177.

Murillo añadió que la facturación global en 2008 certifica la solidez de la compañía, avalada además por un margen de solvencia de 104,5 millones de euros, más del triple del mínimo exigido. La mutualidad ha destinado en 2008 cerca de 27,1 millones de euros a la dotación de provisiones sobre posibles minusvalías. "Esa cantidad", puntualizó Murillo, "se corresponde con los principios de máxima prudencia que aplicamos a nuestras inversiones; tiene por tanto consideración de gasto contable, y explica que el resultado del ejercicio que ustedes tienen en la memoria de 2008 sea negativo en 10,2 millones de euros".



EN PALMA DE MALLORCA

Jornadas Nacionales de Dermofarmacia 2009

El Consejo General de Farmacéuticos, a través de la vocalía de Dermofarmacia, organiza cada dos años las Jornadas Nacionales de Dermofarmacia. En esta ocasión tendrán lugar en Palma de Mallorca, con la colaboración del Col·legi Oficial de Farmacèutics de les Illes Balears, entre el 24 y el 26 de septiembre.

TEXTO: GRANADA FARMACÉUTICA

Con el lema "Sentir" la Cosmética, los farmacéuticos se reunirán en estas Jornadas Nacionales que tienen como objetivo conocer las nuevas tendencias en un mundo tan dinámico como la cosmética. Un año más esperamos que se cumplan las expectativas y el éxito alcanzado en ediciones anteriores. Se analizarán los temas científicos más vanguardistas y se debatirá sobre las principales novedades de esta disciplina. Para ello se contará con ponentes y expertos de elevado prestigio.

Inscripciones

Para facilitar la inscripción de todos aquellos farmacéuticos interesados en esta cita profesional, el portal de la Organización Farmacéutica Colegial, www.portalfarma.com, ha habilitado un espacio exclusivo sobre las Jornadas Nacionales de Dermofarmacia 2009, en el cual se puede consultar toda la información y realizar la inscripción de manera inmediata a través de unos sencillos formularios online.

Más información

Secretaría Técnica.
Grupo Pacífico
General Perón, 8 – 6º B 28020 Madrid

Tel.: 913 836 000 / Fax: 913 023 926
e-mail: dermofarmacia2009@pacifico-meetings.com
web: www.pacifico-meetings.com

Jornadas formativas en septiembre y octubre

El ciclo formativo "Jueves Salud", que se inicia a comienzos de octubre, se verá complementado con jornadas formativas de diferentes temáticas. Estas son las que ya se han confirmado:

30 de septiembre de 2009

Presentación de Programa Farmacia Asistencial.
Organiza: COF Granada, COF Madrid y Laboratorios Normon

7 de octubre de 2009

Taller práctico: "Comunicación en Nutrición Infantil"
Organiza: Vocalía de Alimentación y Laboratorios Almiron

14 de octubre de 2009

Conferencia: "Introducción a las Flores de Bach".
Organiza: Vocalía de Plantas Medicinales y Laboratorios Diafarm





Bancofar

El Banco de los Farmacéuticos

al Servicio de la Farmacia

**ASESORÍA FRANCISCO SUEZA
LABORAL Y FISCAL**

C/ San Jerónimo, 16 bajo
18001 Granada - Sede C.O.F.
Tfns.: 958 28 84 41 - 958 20 85 91

ATENCIÓN AL CLIENTE 901 10 10 15
E-mail info@bancofar.es
WEB www.bancofar.es

PUBLICIDAD

**Cuando los años sesenta (I) y (II). Viñetas de una década
Álbum de mi lugar (Cuando los años cuarenta seguidos de los cincuenta)**

Autor: D. Wenceslao Fuentes Sánchez
Precio: 15 euros cada libro

D. Wenceslao Fuentes Sánchez es Inspector de Farmacia de la Junta de Andalucía. Desde sus años de estudiante cultivó la afición literaria, colaborando en diversas publicaciones de información general y especializada. Temas profesionales aparte, ha publicado cientos de artículos socio-políticos y meramente literarios, especialmente relacionados con la Fiesta Nacional. En 1962 fue Premio de Poesía Universitaria del Distrito de Granada. En 1970 consiguió el Premio Único al mejor artículo ("Joselito siempre") en el Concurso Nacional convocado por el Ayuntamiento de Talavera de la Reina, con motivo del Cincuentenario de la muerte de Joselito "El Gallo". En 1968, fue Premio de Prosa, de la Asociación de Farmacéuticos de Letras y Artes. Es socio fundador y Presidente de la Casa Regional de Castilla-La Mancha en Granada. Polemista y conferenciante, D. Wenceslao Fuentes ha intervenido en diversos foros y ciudades de España. Directivo y Primer Pregonero de la Real Cofradía del Santo Vía Crucis, Decana de la Semana Santa de Granada. El año 2001 fue, asimismo, Pregonero de las Fiestas del Santísimo Cristo de la Misericordia, Patrón de Castellar, localidad de la que es oriundo. Su obra literaria, caracterizada por un estilo a la vez clásico y romántico, entre la generación del 98 y el neopopularismo cultista, abarca desde el memorialismo moderno a la poesía de veta netamente existencial, luminosa y expresiva. Estos son tres de sus títulos, que se pueden conseguir a través de la secretaría colegial.

Cabañuelas y Astrometeorología (Historia, Método y Refranero)

Autor: D. Antonio Baquero Olmos
Año Edición: 2009
Páginas: 60
Editorial: Fundación Caja Rural

D. Antonio Baquero ha publicado, con el patrocinio de Fundación Caja Rural, un libro de 60 páginas en el que desvela los secretos de este antiguo método de pronóstico meteorológico basado en la observación de la naturaleza. Ha contado con una excelente acogida e incluso ha sido traducido recientemente al italiano por una astróloga, que asistirá al próximo congreso de Almagro (Ciudad Real) que se celebrará en los primeros días de octubre. De venta en oficinas de Caja Rural de Granada, los beneficios obtenidos con esta publicación irán destinados a la Asociación de Amigos de los Animales de Granada. En este número de Granada Farmacéutica se puede leer una entrevista al autor del libro.

Antiguas boticas españolas y sus recipientes

Autor: AA.VV.
ISBN: 9788492727032
Año Edición: 2009
Páginas: 316
Editorial: Creación en traspasos

Libro de tapa dura al cromo con portada plastificada en brillo, 316 páginas en mate y con traducción al inglés. En el mismo han participado las cinco academias de Farmacia Españolas. El precio es de 40 €.

Movimientos de secretaría

En las tablas que se adjuntan a continuación se recogen las altas y bajas producidas en el tercer trimestre de 2009.

GRANADA FARMACÉUTICA

ALTAS TERCER TRIMESTRE DE 2009

NUM. COLEG.	APELLIDOS	NOMBRE
2377	LOPEZ CASTILLA	Mª SOLEDAD
2784	GARCIA GARCIA	BELEN
2972	PEÑA DIAZ	JAIME
3414	ROMÁN MOLINERO	Mª TERESA
3404	AIBAR MUÑOZ	BEATRIZ
3408	RODRÍGUEZ RUIZ	Mª CARMEN
3412	TORO RUIZ	ANTONIO
3417	MAZUELAS TEATINO	RAFAEL
3413	KOUMEN LAMARTI	HAYAT
3420	GÓMEZ BARRILADO	MONTSERRAT
3421	RODRÍGUEZ MUÑOZ	RICARDO ANTONIO
3422	JIMÉNEZ MARTÍNEZ DE GUZMÁN	JESÚS
3411	CARO MORENO	Mª DOLORES
3410	MOLINA GÓMEZ	ANA SEGUNDA
3409	VICENTE CORDOVILLA	INMACULADA C.
3407	GÓMEZ CAMARASA	CRISTINA
3406	GUZMÁN OLMEDO	ALBA
3405	JIMÉNEZ CEBALLOS	CÉSAR
3419	TOBAR MARTÍNEZ	ROSA MARÍA
3415	VANACLOCHA GARCÍA	JOSÉ
3416	SIERRA CONDE	CARLOS

BAJAS TERCER TRIMESTRE DE 2009

NUM. COLEG.	APELLIDOS	NOMBRE	ESTADO
1153	SUBIRÁ ORUS	MERCEDES	FALLECIDA
1521	GARCÍA LÓPEZ	JOSÉ ANTONIO	BAJA
2372	IGLESIAS CABRERA	GERARDO	BAJA
2519	CARMONA VÍLCHEZ	RAQUEL	BAJA
3176	GARCÍA GÓMEZ	DAVID	BAJA
3262	CORREA GONZÁLEZ	Mª PALMIRA	BAJA
3328	LLODRA BELDA	FRANCISCO JAVIER	BAJA
3364	PÉREZ RUIZ	IGNACIO	BAJA
3380	GARCÍA MARTÍNEZ	ANA MARÍA	BAJA

DEPÓSITO
CARAMELO

Un depósito de rechupete.



A nadie le escapa un dulce,
por eso en Caja Rural de Granada hemos creado
el Depósito Caramelo, un depósito pensado
para ti, para que lo disfrutes y puedas saborear
su alto interés.

Ven e infórmate.

*Depósito a plazo fijo de 12 meses, para importes desde 5.000€ a 60.000€, con liquidación trimestral. Rentabilidad del primer trimestre 6% TIN anual. En los tres restantes trimestres, al 1,50% TIN anual inicial podrá sumar 0,20% por cada uno de los productos contratados en cada liquidación: conciliación de nómina o pensión, tarjeta de crédito, Plan de Pensiones contratado con Rural Pensiones S.A. o Plan de Previsión Asegurado con Rural Vida S.A. o Seguro de Vida o Seguro de Hogar contratado con RGA Mediación O.R.S.V. 3,28% TAE máxima 2,66% TAE mínima. Los fondos deberán proceder de otras entidades mediante ingreso en efectivo, OMF, transferencia o cheque. Comisión por cancelación total o parcial: 2%, no pudiendo ésta exceder los intereses devengados desde el inicio de la operación.

www.cajaruraldegranada.es

% TIN*
anual primer trimestre.

2,30% TIN anual máximo el resto de trimestres *cumpliendo las condiciones de contratación de otros productos*

(3,28% TAE máxima).

Importe mínimo 5.000 €, procedente de otras entidades.

Plazo 12 meses.



CAJA RURAL
DE GRANADA

Estamos por ti