

U. PORTO



FACULDADE DE FARMÁCIA
UNIVERSIDADE DO PORTO

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

REALIZADO NO ÂMBITO DO MESTRADO INTEGRADO
EM CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS

Farmácia do Lago

Ana Luísa Coutinho de Carvalho

M

2015-16

Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto
Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas

Relatório de Estágio Profissionalizante

Farmácia do Lago

janeiro de 2016 a julho de 2016

Ana Luísa Coutinho de Carvalho

Orientador: Dr.^a Cecília Alves de Sousa

Tutor FFUP: Prof. Doutor Paulo Lobão

setembro de 2016

Declaração de Integridade

Eu, Ana Luísa Coutinho de Carvalho, abaixo assinado, nº 200902370, aluna do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas da Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto, declaro ter atuado com absoluta integridade na elaboração deste documento.

Nesse sentido, confirmo que NÃO incorri em plágio (ato pelo qual um indivíduo, mesmo por omissão, assume a autoria de um determinado trabalho intelectual ou partes dele). Mais declaro que todas as frases que retirei de trabalhos anteriores pertencentes a outros autores foram referenciadas ou redigidas com novas palavras, tendo neste caso colocado a citação da fonte bibliográfica.

Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto, ____ de _____ de _____

Assinatura: _____

Agradecimentos

Ao longo destes anos de vida universitária foram várias as pessoas que se cruzaram comigo e muito contribuíram para a minha aprendizagem, para a minha formação, não só em termos de conhecimento, mas formação como pessoa.

No final desta última etapa de vida académica, o estágio, existem muitos agradecimentos a fazer. Em primeiro lugar queria agradecer à Comissão de Estágios da Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto por me possibilitar a realização deste estágio na Farmácia do Lago, em especial ao meu tutor Prof. Doutor Paulo Lobão pela disponibilidade demonstrada ao longo do estágio e pela prontidão de resposta a todas as minhas dúvidas.

A toda a equipa da Farmácia do Lago tenho um enorme agradecimento a fazer.

À Exma. Sra. Dr.^a Maria de Lurdes Lemos, Diretora Técnica e Proprietária da Farmácia do Lago, pela possibilidade que me concedeu de realizar o meu estágio na sua farmácia e pela oportunidade de continuar a aprender com a sua equipa. Quero também felicitá-la pela excelente liderança e pela escolha dos seus colaboradores pois toda esta equipa faz da Farmácia do Lago o que realmente é.

À Dr.^a Joana Lemos, que tão bem me recebeu, pela simpatia, pelo encorajamento em atender ao público e pela confiança depositada em mim. Quero felicitá-la pela dedicação que demonstra pela farmácia e pelos utentes desta.

À Exma. Sra. Dr.^a Cecília Alves de Sousa, Farmacêutica Substituta e orientadora do meu estágio, pelos ensinamentos que me transmitiu, pela amizade, simpatia, e paciência com que me acompanhou durante estes seis meses de estágio, pela disponibilidade demonstrada em tirar todas as minhas dúvidas, mesmo quando até eu já achava que estava a exagerar e me custava estar sempre a interromper. Quero ainda agradecer pela confiança em mim depositada e queria felicitá-la pelo profissionalismo e dedicação demonstrada para com toda a equipa por quem é responsável.

Ao Dr. Bruno Gonçalves que sempre demonstrou disponibilidade para me ajudar, pela simpatia, pela sua amizade e pela confiança depositada em mim aquando a preparação de variados medicamentos manipulados no “seu” muito estimado laboratório.

Ao Dr. João Alves por toda a sua simpatia, amizade, pelo profissionalismo, pela disponibilidade em me ajudar em tudo o que precisasse, por todas as suas explicações, pela sua sempre boa disposição e pelas suas palavras de incentivo e confiança.

À Dr.^a Júlia Moniz, a primeira pessoa com quem falei quando me dirigi pela primeira vez à farmácia, pela simpatia com que me recebeu, pela ajuda que me deu sempre que eu precisei, pela sua amizade e disponibilidade.

À Dr.^a Mariana Castro pela sua amizade e simpatia, pela sua boa disposição, pelas suas brincadeiras sempre divertidas, pelo seu profissionalismo e espírito de entreatajuda, por toda a disponibilidade em esclarecer todas as minhas dúvidas e pela sua paciência.

À Enfermeira Carla Rodrigues pela simpatia, pelo dinamismo, pela boa disposição, pela amizade e pela constante preocupação com o meu bem-estar, pela confiança e pelas palavras de incentivo.

Ao Sr. José Marques pelo seu profissionalismo, pela sua disponibilidade mesmo sendo uma das pessoas mais requisitadas, pela sua vasta cultura geral e pela sua constante busca pelo conhecimento que é um exemplo a seguir.

Ao Sr. Paulo Lima, que foi a pessoa com quem comecei o estágio, que me deu as primeiras luzes do funcionamento do “*back office*” da farmácia, pela amizade, pela sua ajuda durante todo o estágio e pela sua paciência em tirar todas as minhas dúvidas.

À Ana Rita Pinto pela sua disponibilidade para com todos, pela amizade desde o início, pelo incentivo e confiança que sempre me deu, pela constante preocupação com o meu bem-estar e de toda a restante equipa.

Por fim, a todos o meu muito obrigada por me terem recebido tão bem pois sei que no início entrei bastante tímida e ainda a adaptar-me a esta nova vida de trabalho. Tenho dúvidas se existem muitas mais farmácias com tão bom ambiente como a Farmácia do Lago mas tenho a certeza que a escolha desta farmácia para estagiar foi a melhor que poderia ter tomado. Posto isto, tudo o que tenho a dizer é:

Melhor farmácia, melhor equipa, melhores pessoas! Obrigada a todos, por tudo!

Quero agradecer a todos os meus amigos. Aos “velhos” amigos e aqueles que fiz durante esta etapa universitária. Um agradecimento especial à Marlene, à Marta e à Lena porque estiveram comigo desde o início, porque passamos momentos incríveis, porque sempre me apoiaram, me incentivaram e sempre tiveram mais confiança em mim do que eu própria. Sei que esta amizade vai durar para sempre e sem vocês nada disto teria sido o mesmo!

Quero também agradecer aos meus pais, à minha irmã, à minha madrinha e aos meus avós que tudo isto proporcionaram. Pela paciência que tiveram comigo e pela força que sempre me deram desde o início. Pela confiança que sempre tiveram em mim mesmo quando eu duvidei. Sei que sem vocês nada disto teria sido possível e por isso o meu maior obrigada!

Resumo

O estágio curricular que acontece no culminar dos cinco anos do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas é, sem dúvida, importantíssimo para a adaptação dos estudantes e futuros profissionais de saúde à realidade da profissão.

No que a mim diz respeito, o meu estágio decorreu durante seis meses, desde o dia 18 de janeiro até ao dia 22 de julho, na Farmácia do Lago, sob a orientação da Dr.^a Cecília Alves de Sousa, farmacêutica substituta.

O presente relatório tem como objetivo relatar todas as atividades e trabalhos por mim desenvolvidos ao longo do estágio. Para isso, este documento encontra-se dividido em duas partes. A primeira parte está relacionada mais concretamente com o funcionamento da farmácia comunitária e respetivas atividades realizadas neste âmbito, pretendendo-se assim, que o estagiário estabeleça um contacto próximo com a realidade farmacêutica, conhecendo todas as tarefas e responsabilidades inerentes à profissão.

A segunda parte do relatório pretende abordar os temas dos trabalhos desenvolvidos por mim durante o estágio. Assim, irei desenvolver a temática da Asma e ainda a Irritação nos Olhos e Doenças Oculares. Em relação à primeira temática desenvolvi diversos panfletos sobre o funcionamento de variados tipos de inaladores, e em relação à segunda, elaborei um poster com os diferentes sintomas e formas de tratamento nomeadamente de Conjuntivite, Blefarite, Olho seco e Hordéolo.

Decidi, portanto, abordar estes temas pois são constantes no dia a dia da farmácia, tendo sido uma mais-valia para o alargamento do meu conhecimento, mas também útil para tornar o atendimento e aconselhamento farmacêutico, de qualquer profissional, mais fácil e mais esclarecedor para utente.

Serão também incluídos neste documento outros trabalhos elaborados por mim, tendo os temas sido sugeridos pela minha orientadora de estágio e demais farmacêuticos, com o intuito de aprofundar o meu conhecimento sobre determinados assuntos e para que estejam disponíveis na farmácia para aconselhamentos futuros.

Índice

Resumo	v
Lista de Abreviaturas	ix
Lista de Figuras	x
Lista de Tabelas	x
Lista de Anexos	x
PARTE I – ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO ÂMBITO DO ESTÁGIO	1
1. Introdução.....	1
2. Caracterização da Farmácia do Lago	2
2.1. Localização geográfica e horário de funcionamento	2
2.2. Enquadramento socioeconómico.....	3
2.3. Recursos Humanos	3
2.4. Espaço físico e funcional	4
2.5. Sistema informático	5
2.6. Cartão de Fidelidade “Farmácia do Lago”	6
2.7. Marketing da “Farmácia do Lago”	6
3. Gestão de <i>stocks</i> , Encomendas e Aprovisionamento.....	6
3.1. Gestão de <i>stocks</i>	6
3.2. Fornecedores e Realização de encomendas.....	7
3.3. Receção e conferência de encomendas.....	7
3.4. Armazenamento	8
3.5. Controlo de prazos de validade e de <i>stocks</i>	9
3.6. Devoluções	10
4. Dispensação Clínica de Medicamentos	10
4.1. Medicamentos Sujeitos a Receita Médica	11
4.1.1. Prescrição médica: Validação, Interpretação e Avaliação	11
4.1.2. Dispensa e Aconselhamento Farmacêutico	14

4.1.3. Medicamentos Genéricos e Preço de Referência	14
4.1.4. Comparticipação de Medicamentos	15
4.1.5. Dispensa de Medicamentos Estupefacientes e Psicotrópicos	16
4.1.6. Conferência de receituário e Faturação	16
4.1. Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica e Conceito de Automedicação	17
5. Dispensa de Outros Produtos Farmacêuticos	18
5.1. Medicamentos Manipulados	18
5.2. Medicamentos e Produtos Veterinários	19
5.3. Produtos Cosméticos e de Higiene Corporal	20
5.4. Produtos de Puericultura e Obstetrícia	20
5.5. Produtos Fitoterápicos.....	20
5.6. Suplementos Alimentares e Produtos Para Alimentação Especial.....	21
5.7. Dispositivos Médicos	21
5.8. Medicamentos e Produtos Homeopáticos	21
6. Cuidados de Saúde Prestados da Farmácia	22
6.1. Pressão Arterial.....	22
6.2. Glicemia, Colesterol Total, HDL e Triglicérides	22
6.3. Peso, Altura e Índice de Massa Corporal.....	23
6.4. VALORMED	23
7. Farmacovigilância	23
PARTE II – TEMAS E TRABALHOS DESENVOLVIDOS.....	24
1. Asma e o Uso Correto de Dispositivos Inaladores	24
1.1. Enquadramento e Objetivos	24
1.2. Introdução	24
1.3. Etiologia e Fisiopatologia da Asma Brônquica.....	25
1.4. Diagnóstico da Asma Brônquica.....	27
1.5. Classificação da Asma Brônquica	28
1.6. Tratamento da Asma Brônquica	30

1.7. Dispositivos Inaladores e Administração de Fármacos	32
1.8. Conclusão	34
2. Irritação nos Olhos e Doenças Oculares	34
2.1. Enquadramento e Objetivos	34
2.2. Introdução	35
2.3. Conjuntivite	36
2.3.1. Conjuntivite Alérgica	36
2.3.2. Conjuntivite Vírica	37
2.3.4. Conjuntivite Bacteriana	37
2.4. Blefarite	38
2.5. Olho Seco	40
2.6. Hordéolo ou “Terçolho”	41
2.7. Conclusão	42
3. Outros Trabalhos Desenvolvidos Durante o Estágio	43
Referências Bibliográficas.....	44
ANEXOS.....	51

Lista de Abreviaturas

AIM	Autorização de Introdução no Mercado
ANF	Associação Nacional de Farmácias
AVC	Acidente Vascular Cerebral
DCI	Denominação Comum Internacional
DCM	Dispensação Clínica de Medicamentos
DPI's	<i>Dry Powder Inhalers</i> – inaladores de pó seco
FdL	Farmácia do Lago
FEFO	<i>First Expired, First Out</i>
FEV ₁	Volume Expiratório Forçado no Primeiro Segundo
FIFO	<i>First In, First Out</i>
GH	Grupo Homogéneo
IgE	Imunoglobulina E
INFARMED	Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde, I. P.
IVA	Imposto sobre o Valor Acrescentado
MG	Medicamento Genérico
MSRM	Medicamentos Sujeitos a Receita Médica
MNSRM	Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica
OTC	<i>Over-the-counter</i>
PCHC	Produto Cosmético e de Higiene Corporal
PEF	Débito Expiratório Máximo Instantâneo
pMDI's	<i>Pressurized Metered-Dose Inhalers</i> – inaladores pressurizados de dose calibrada
PR	Preço de Referência
PRM	Problemas Relacionados com os Medicamentos
PVF	Preço de Venda à Farmácia
PVP	Preço de Venda ao Público
RAM	Reações Adversas ao Medicamento
RNM	Resultados Negativos associados à Medicação
RSP	Receita Sem Papel
SNS	Serviço Nacional de Saúde

Lista de Figuras

Figura 1 – Processo inflamatório da asma. _____	26
---	----

Lista de Tabelas

Tabela 1 – Cronograma das atividades realizadas durante o estágio _____	2
Tabela 2 – Equipa da FdL e respetivas funções _____	3
Tabela 3 – Classificação da gravidade da asma _____	29
Tabela 4 – Esquema terapêutico da asma em fase de controlo _____	31

Lista de Anexos

Anexo I – Folheto Informativo: Aerolizer® _____	52
Anexo II – Folheto Informativo: Autohaler® _____	53
Anexo III – Folheto Informativo: Breezhaler® _____	54
Anexo IV – Folheto Informativo: Diskus® _____	55
Anexo V – Folheto Informativo: Ellipta® _____	56
Anexo VI – Folheto Informativo: HandiHaler® _____	57
Anexo VII – Folheto Informativo: Novolizer® _____	58
Anexo VIII – Folheto Informativo: Respimat® _____	59
Anexo IX – Folheto Informativo: Spiromax® _____	60
Anexo X – Folheto Informativo: Turbohaler® _____	61
Anexo XI – Folheto Informativo: Inalador pressurizado de dose calibrada (pMDI) _____	62
Anexo XII – Folheto Informativo: Câmaras Expansoras® _____	63
Anexo XIII – Poster: Irritação nos Olhos e Doenças Oculares _____	64
Anexo XIV – Guia de Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica _____	65
Anexo XV – Dossier de Legislação de Medicamentos Manipulados _____	193
Anexo XVI – Projeto Farmácia Ativa: Mais Saúde, Mais Confiança, Mais Beleza _____	196
Anexo XVII – Folheto Informativo: Ácido Úrico e Gota _____	197
Anexo XVIII – Folheto Informativo: “Kit Maternidade” _____	198

PARTE I – ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO ÂMBITO DO ESTÁGIO

1. Introdução

Segundo o Código Deontológico da Ordem dos Farmacêuticos, o “farmacêutico é um agente de saúde” e é muitas vezes o primeiro agente de saúde que os utentes procuram para tirar qualquer dúvida sobre a sua medicação, ou questionarem sobre algum problema menor que os incomode [1]. Contudo, os farmacêuticos são também os últimos profissionais de saúde a contactar com os utentes mesmo antes de estes aviarem a sua medicação e, conseqüentemente iniciarem a sua terapêutica. Assim, o farmacêutico tem um papel preponderante aquando a dispensação clínica, pois este não só disponibiliza os medicamentos, mas também fornece todas as informações que o doente necessita para proceder corretamente à sua terapêutica, entre elas: dose, frequência, duração do tratamento, interações que possam ocorrer com outros medicamentos ou com alimentos, modo de uso, conservação e manipulação do medicamento [2].

O período de estágio em farmácia comunitária é assim importantíssimo para colocar em prática todos os conhecimentos teóricos adquiridos nos 9 semestres anteriores, nos quais os estudantes têm acesso a um vasto número de unidades curriculares sobre variados temas e diversas componentes científicas. Contudo, a parte prática e o contacto com a realidade da profissão fica reservada para os meses de estágio, os quais o estagiário tem que aproveitar ao máximo, para que a sua formação seja a mais completa possível. Ainda assim, durante estes últimos meses, a constante procura de mais conhecimento e de pesquisa mais concreta por diversos temas foi essencial para conseguir responder com mais certeza e eficácia a todas as questões e desafios que surgem diariamente ao balcão.

O meu estágio decorreu na Farmácia do Lago (FdL) durante seis meses ao longo dos quais me foi possível experimentar as várias valências que compõem a farmácia comunitária (Tabela 1).

Tabela 1 – Cronograma das atividades realizadas durante o estágio

Semanas de estágio / Atividades realizadas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25																				
Armazenamento / reposição de produtos	█																																												
Receção e conferência de encomendas	█																																												
Organização de receituário	█																																												
Conferência e correção de receituário																																													
Controlo de prazos de validade e verificação de stocks			█																																										
Preparação de medicamentos manipulados						█																																							
Atendimento ao público					█																																								

2. Caracterização da Farmácia do Lago

2.1. Localização geográfica e horário de funcionamento

A FdL existe desde 1999 e situa-se na Rua Arquiteto Cassiano Barbosa, Edifício do Lago II, na Cidade do Porto. Nesta rua existe muito movimento, pois além de ser uma zona residencial, é também uma zona onde existem diversos escritórios e empresas. Além disso, a FdL está inserida numa galeria comercial. Devido a estas características e acrescentando o facto do Centro de Saúde de Ramalde, de alguns consultórios e clínicas médicas se encontrarem na proximidade, faz com que o tipo de utentes seja muito diversificado.

Relativamente ao horário de funcionamento, a FdL encontra-se aberta de segunda a sexta-feira das 9h as 21h e ao sábado das 9h às 19h. A FdL fecha aos domingos e feriados. Para além do horário de funcionamento, cumpre ainda com os serviços permanentes definidos, mediante o número de farmácias disponíveis na região, pela

Administração Regional de Saúde e Associação Nacional de Farmácias (ANF). Tudo isto cumpre com o disposto na Portaria n.º277/2012, datada de 12 de setembro [3,4].

2.2. Enquadramento socioeconómico

Os utentes da FdL pertencem, geralmente, à classe média/média alta. Isto deve-se principalmente à sua localização geográfica. Contudo, existem utentes que não possuem tanta disponibilidade económica. A maioria das pessoas que se dirigem à farmácia são utentes habituais, alguns utentes desde há vários anos e muitos deles quase diários devido à monitorização da tensão arterial. Todavia, existem também utentes ocasionais que estão meramente de passagem, sendo estes em menor número.

2.3. Recursos Humanos

Ao encontro com o descrito no Decreto-Lei n.º307/2007, de 31 de agosto, os recursos humanos de uma farmácia podem ser divididos em duas categorias: o quadro farmacêutico e não farmacêutico. O quadro farmacêutico deve estar representado em maior número e deve incluir pelo menos dois farmacêuticos (o diretor técnico e farmacêutico substituto). Por sua vez o quadro não farmacêutico é constituído por técnicos de farmácia e outro pessoal qualificado que adjuva o trabalho dos farmacêuticos [5]. A FdL cumpre o Decreto-Lei acima referido, possuindo uma equipa vasta que assegura as necessidades dos seus utentes. A constituição da equipa está apresentada na Tabela 2.

Tabela 2 – Equipa da FdL e respetivas funções

Dr.ª Maria de Lurdes Lemos	Diretora Técnica
Dr.ª Cecília Alves de Sousa	Farmacêutica Substituta
Dr.ª Joana Lemos	Farmacêutica
Dr. Bruno Gonçalves	Farmacêutico
Dr. João Alves	Farmacêutico
Dr.ª Júlia Moniz	Farmacêutica
Dr.ª Mariana Castro	Farmacêutica
Carla Rodrigues	Enfermeira
Sr. José Marques	Técnico de farmácia
Sr. Paulo Lima	Técnico de Farmácia
Ana Rita Pinto	Responsável de Limpeza

2.4. Espaço físico e funcional

A FdL encontra-se no rés-do-chão de uma galeria comercial. A farmácia possui duas fachadas. A fachada exterior apresenta duas portas e a fachada interior apresenta uma porta de vidro que dá acesso ao interior da farmácia. Na entrada principal, está presente uma placa com o horário de funcionamento e os turnos das farmácias de serviço, atualizados semanalmente, cumprindo assim o disposto por lei. Ainda no exterior é visível o símbolo “cruz verde” luminoso e, em ambas as fachadas, um painel com a inscrição “Farmácia do Lago” [5]. A outra porta da fachada virada para a rua principal é de uso exclusivo para a receção de encomendas, de modo a não perturbar o atendimento ao utente. Tanto na fachada exterior, como na fachada interior, existem diversas montras envidraçadas onde se apresentam campanhas publicitárias de produtos cosméticos e produtos de venda livre. As instalações permitem o acesso a todo o tipo de utentes, incluindo utentes com mobilidade reduzida.

Uma vez transpostas as portas, encontra-se a zona de atendimento geral ao utente, que é um espaço amplo, o qual engloba seis balcões equipados com computadores, uma máquina de dispensação de senhas, duas gôndolas, vários expositores, uma balança que avalia a massa e altura e calcula o Índice de Massa Corporal, uma cadeira de medição da pressão arterial e, ainda, um pequeno gabinete onde são feitas medições de pressão arterial manualmente (com esfigmomanómetro) e onde são prestados aconselhamentos cosméticos em dias em que as conselheiras das marcas se deslocam à farmácia. Em toda à volta desta zona, estão presentes lineares onde estão expostos produtos dermocosméticos, fitoterápicos, suplementos alimentares, produtos de puericultura entre outros.

Toda a farmácia dispõe de um sistema de ar condicionado que permite manter uma temperatura constante agradável e adequada ao armazenamento dos medicamentos.

Além da zona de atendimento, fazem parte integrante da farmácia:

- zona de receção de encomendas e armazenamento: equipado com um balcão onde também se encontra um computador ligado a todos os dispositivos necessários para a receção e devolução de encomendas. Nesta zona, existem, ainda, gavetas deslizantes onde os medicamentos são armazenados e organizados por medicamentos genéricos, medicamentos de referência, cremes/geles/emulsões, medicamentos de uso oftálmico, injetáveis, transdérmicos, contraceptivos, medicamentos não sujeitos a receita médica (MNSRM), medicamentos homeopáticos, ampolas, xaropes, medicamentos de uso vaginal, aerossóis e supositórios. Em cada categoria, os medicamentos são, ainda, organizados por ordem alfabética e, também, segundo o conceito FIFO (*first in, first out*) e também FEFO (*first expired, first out*), de modo a controlar os prazos de validade. Existe, ainda, uma zona de armazenamento de granulados, produtos de uso na diabetes, como

tiras e lancetas, leites e papas infantis, e produtos de uso veterinário. Os produtos que necessitem de condições de conservação especial encontram-se num frigorífico destinado somente para esse efeito. Os medicamentos psicotrópicos estão armazenados à parte e de acesso mais restrito;

- laboratório: equipado com todo o material necessário para obedecer às Boas Práticas de Fabrico. Neste espaço encontram-se ainda as matérias-primas necessárias para a elaboração de medicamentos manipulados, fichas de preparação e, ainda, a bibliografia exigida por lei [6,7];

- gabinetes de trabalho: um gabinete é de uso exclusivo da diretora técnica para a gestão e administração da farmácia. É neste gabinete que se encontra uma pequena biblioteca de apoio à atividade farmacêutica. O segundo gabinete pertence à farmacêutica substituta e aos demais colaboradores, onde são realizadas variadas tarefas como organização e correção de receituário, onde são recebidos delegados comerciais e onde são, também, realizadas outras reuniões. Neste gabinete, encontra-se também toda a documentação que diz respeito à gestão dos psicotrópicos e ainda a toda a faturação;

- gabinete de cuidados farmacêuticos e de enfermagem: é uma sala destinada ao aconselhamento de utente numa forma mais reservada, onde se procede à administração de injetáveis, cuidados de enfermagem e onde são, ainda, determinados parâmetros bioquímicos como glicose, colesterol total, HDL colesterol e triglicédeos. É, ainda, neste espaço, que se realizam consultas de podologia com profissionais habilitados da área;

- instalações sanitárias: são de uso exclusivo à equipa da FdL, uma vez que os utentes utilizam as instalações sanitárias existentes na galeria comercial onde a farmácia se insere.

2.5. Sistema informático

Nos dias de hoje, o sistema informático é uma ferramenta indispensável e valiosa para o bom funcionamento das farmácias. A FdL está equipada com o sistema informático *Sifarma*[®], estando disponível em todos os computadores da farmácia ligados em rede. Trata-se de um sistema que apresenta variadas funcionalidades úteis em diferentes áreas, nomeadamente no atendimento, na receção de encomendas, no controlo de prazos de validade, na gestão de *stocks*, em questões de faturação, entre outras. Aquando do atendimento, permite-nos realizar um serviço rápido e eficaz e, também, um fácil acesso a informação científica relevante, como interações medicamentosas e contra-indicações. Permite, portanto, otimizar os serviços prestados, tendo uma maior disponibilidade para o aconselhamento ao utente e uma menor margem de erro.

2.6. Cartão de Fidelidade “Farmácia do Lago”

Os utentes da FdL têm ao seu dispor um cartão de fidelidade no qual vão acumulando pontos à medida que fazem as suas compras. Assim, quando o utente compra algum produto de Imposto sobre o Valor Acrescentado (IVA) 6%, o valor desse produto em euros é convertido em pontos (um euro = um ponto). Quando o produto adquirido pelo utente é de IVA 23%, a cada três euros correspondem cinco pontos. Quando o utente acumula um total de 200, 500 ou 1000 pontos tem direito a um vale de desconto de cinco, quinze ou trinta euros, respetivamente. Contudo, este vale de desconto só pode ser descontado em produtos de IVA 23%.

2.7. Marketing da “Farmácia do Lago”

A FdL possui um sítio na internet em www.farmaciadolago.com, no qual são apresentados centenas de produtos, a sua descrição e modo de utilização, informações sobre os serviços prestados na farmácia e outras informações úteis. Através deste sítio, podem ser realizadas encomendas de qualquer parte do mundo.

A FdL apresenta também uma página na rede social “Facebook”, na qual são anunciados os serviços prestados, assim como as promoções que estarão disponíveis na farmácia.

3. Gestão de *stocks*, Encomendas e Aprovisionamento

3.1. Gestão de *stocks*

Para uma boa gestão da farmácia, tem que haver uma boa gestão de *stocks*. Para isso, é imperativo que o farmacêutico possua um conhecimento aprofundado sobre o movimento global da farmácia. Desta forma, deve-se ter sempre em conta o tipo de produtos mais requeridos pelo público-alvo da farmácia, a localização desta, questões sazonais, bem como ter em atenção publicidade efetuada pelos diferentes meios de comunicação que influenciam a procura por parte dos utentes. A capacidade de armazenamento, a modalidade de pagamento e bonificações e ainda as campanhas de promoção de determinados laboratórios são outros fatores a ter em conta. Fundamentalmente, o que importa, é possuir um *stock* que satisfaça as necessidades da população e que permita uma boa rotatividade, evitando ruturas de *stock* mas também a retenção de produtos [8]. O sistema informático oferece uma grande ajuda neste sentido, pois é possível consultar o histórico de vendas na ficha de cada produto e estabelecer um valor de *stock* mínimo e máximo.

Na FdL existe uma gestão controlada dos seus produtos, assegurando a sua sustentabilidade e rentabilidade, nunca pondo em causa as necessidades dos utentes.

3.2. Fornecedores e Realização de encomendas

As farmácias podem adquirir os seus produtos por compra direta aos laboratórios ou seus representantes legais, ou por intermédio de armazenistas de distribuição grossista. A escolha dos fornecedores é feita mediante critérios rigorosos e no sentido de obter uma resposta adequada na aquisição de produtos, em relação às suas necessidades [8]. Contudo, a maioria dos produtos é obtida através de armazenistas, pela vasta gama de produtos disponíveis e, sobretudo, pela rapidez na obtenção dos mesmos.

A FdL coopera, fundamentalmente, com dois armazenistas de distribuição grossistas: *Alliance Healthcare* e *Cooprofar*. Geralmente, são feitas, diariamente, duas encomendas à *Alliance Healthcare* e à *Cooprofar*. Para se procederem às encomendas diárias, o *Sifarma*[®] efetua uma proposta de encomenda, tendo em conta os stocks máximo e mínimo da ficha do produto. Após a proposta estar gerada, esta vai ser avaliada, verificando-se os produtos pedidos, as quantidades e os fornecedores, podendo ser efetuadas alterações que se considerem necessárias de acordo com as condições apresentadas e com as necessidades dos utentes. Posteriormente, procede-se à aprovação da encomenda e ao envio via *modem* ao distribuidor grossista. Porém, existem sempre produtos que a farmácia não tem em *stock*, seja porque não é habitual o seu consumo pelos utentes da farmácia, ou por quebras pontuais de *stock*. Nestes casos, sempre que algum utente requer um produto indisponível na FdL, faz-me de imediato a encomenda a um armazenista, via telefone ou por intermédio do sistema informático. Estas encomendas denominam-se “encomendas instantâneas”.

As encomendas feitas diretamente aos laboratórios apresentam períodos de entrega mais longos, contudo, contemplam maiores benefícios económicos. Estas encomendas são maiores quanto ao número de produtos e são, principalmente, relativas a produtos de dermofarmácia e cosmética, de MNSRM e, ainda, de Medicamentos Genéricos.

Durante o meu estágio, efetuei inúmeras “encomendas instantâneas” aquando a dispensação de medicamentos ao público e algumas encomendas por via telefónica.

3.3. Receção e conferência de encomendas

A receção e conferência de encomendas constituem uma tarefa de elevada importância, que deve ser executada com grande responsabilidade, de modo a evitar a criação de erros de *stock*. Os produtos encomendados chegam à farmácia em contentores específicos, identificados com o nome da farmácia e acompanhados de fatura em duplicado e, ainda, com a requisição de medicamentos estupefacientes ou psicotrópicos, quando encomendados.

Se, na encomenda, existirem produtos que necessitem de refrigeração, estes são os primeiros a serem conferidos e armazenados imediatamente no frigorífico, de modo a que a cadeia de frio não seja interrompida. De seguida, são rececionados os restantes produtos, no *Sifarma*[®], procedendo-se à leitura ótica ou à introdução manual dos códigos de cada produto. No final da receção, são conferidas se as quantidades encomendadas de cada produto foram efetivamente enviadas, são verificados os prazos de validade, a integridades das embalagens, o Preço de Venda à Farmácia (PVF) e o Preço de Venda ao Público (PVP). Se forem detetadas inconformidades, é efetuada uma reclamação ao fornecedor, via telefone, sendo posteriormente emitida uma nota de devolução pela farmácia ou uma nota de crédito pelo fornecedor, de acordo com o tipo de inconformidade.

No caso dos produtos de venda livre, o PVP é calculado na farmácia, tendo em conta o PVF, o IVA e a margem de comercialização estabelecida pela farmácia. Posteriormente, são emitidas as respetivas etiquetas de códigos de barras e colocadas nos produtos correspondentes. Após a validação da encomenda, o sistema informático atualiza o *stock* de cada produto. Os produtos temporariamente em falta ou esgotados são automaticamente transferidos para uma nova encomenda. A Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde, I. P. (INFARMED) é também notificada relativamente aos produtos em falta.

Desde os primeiros dias de estágio, a minha principal tarefa consistiu no auxílio na receção e conferência de encomendas, no que respeitava à verificação dos produtos recebidos e respetivas quantidades, dos prazos de validade e da integridade dos produtos. Em encomendas de menor quantidade, procedi à verificação do PVF e ainda do PVP. Outra tarefa que executei num maior número de vezes foi a marcação dos produtos com as etiquetas dos códigos de barras correspondentes, em local visível e de forma a não tapar nenhuma informação relevante.

3.4. Armazenamento

O armazenamento é o passo seguinte à receção e conferência de encomendas. Um bom armazenamento é essencial para um atendimento mais rápido e eficaz, garantindo as condições adequadas à conservação dos medicamentos e outros produtos de saúde [8]. Os produtos sujeitos a refrigeração, como já referido anteriormente, são os primeiros a ser rececionados e armazenados. O seu acondicionamento é feito em frigorífico, que apresenta uma temperatura entre 2 a 8°C. Os medicamentos psicotrópicos e estupefacientes são acondicionados em local próprio e de acesso restrito. Os restantes medicamentos são armazenados nos respetivos locais, por ordem alfabética de nome

comercial ou Denominação Comum Internacional (DCI). Todo o processo, em si, baseia-se na gestão de espaço disponível, natureza dos produtos e prazos de validade, de modo a assegurar o cumprimento dos princípios FIFO e FEFO. O cumprimento destes princípios garante que os produtos que chegam primeiro à farmácia e/ou cujo prazo de validade será mais curto, serão dispensados em primeiro lugar. Todos os produtos estão armazenados em condições de temperatura e humidade adequadas, controlados por termohigrómetro, que se encontram presentes na zona de armazenamento e no frigorífico. Estes parâmetros são assim registados pelo referido aparelho e os respetivos registos são retirados quinzenalmente, procedendo-se de seguida ao seu arquivo [8].

O armazenamento de medicamentos e outros produtos foi a minha primeira grande tarefa destes meses de estágio e, sem dúvida, uma das mais importantes. Foi nesta fase que tive o primeiro contacto com os medicamentos em si, as formas e cores das embalagens, nomes comerciais, as diferentes formas farmacêuticas com o mesmo nome comercial e, principalmente, com a localização de todos os produtos. Com isto, pude, não só familiarizar-me com a vasta gama de produtos existente na farmácia, como se tornou extremamente útil aquando a dispensação de medicamentos aos utentes, conseguindo, assim, acelerar o processo de busca dos medicamento ou outros produtos.

3.5. Controlo de prazos de validade e de stocks

O controlo dos prazos de validade é um procedimento fundamental para garantir a segurança e eficácia dos medicamentos e outros produtos de saúde, dispensados ao utente. Para garantir um bom controlo é essencial que, aquando da receção de encomendas, sempre que necessário, os prazos de validade sejam atualizados.

Na FdL, todos os meses, é emitida informaticamente uma listagem dos produtos cujo prazo de validade expire nos dois meses seguintes. De seguida, são recolhidos os produtos e conferido o prazo de validade impresso na embalagem. Se o produto possuir um prazo de validade superior ao listado, é retificado esse prazo no sistema informático. Porém, se a validade do produto for realmente expirar, estes são colocados de parte e é emitida uma nota de devolução, onde se especifica o nome e a quantidade de produtos a devolver. Após a devolução, o sistema informático atualiza o *stock*. Posteriormente, o fornecedor emite uma nota de crédito ou procede à entrega do mesmo tipo de produtos, com o prazo de validade atualizados. Este controlo é, também, importante para que os produtos sejam devolvidos atempadamente aos fornecedores, evitando a sua retenção na farmácia, com conseqüente prejuízo económico.

No momento da verificação dos prazos, é possível também comparar a quantidade real existente de produtos com a quantidade referida informaticamente. Esta tarefa permite detetar erros de stock, que devem ser corrigidos, de forma a evitar falhas na gestão dos mesmos.

Ao longo do estágio, sempre que necessário, procedi ao controlo dos prazos de validade, verificando os prazos de validade dos produtos listados. Se o prazo de validade do produto correspondesse à data listada, o produto era recolhido do local onde estava armazenado e colocado à parte. Porém, se o prazo de validade marcado na embalagem fosse superior à que estava na lista, este era retificado e inserido, posteriormente, no *Sifarma*[®]. Quando detetava algum erro de stock, transmitia essa informação para que este fosse retificado.

3.6. Devoluções

A devolução de produtos pode dever-se a vários motivos, como prazo de validade expirado, já referido anteriormente, danificação da embalagem, deterioração do produto, retirada do lote do mercado por indicação do INFARMED ou pelo titular da Autorização de Introdução no Mercado (AIM) ou, ainda, por enganos no envio dos produtos, por exemplo, envio de um produto que não foi encomendado. Juntamente com os produtos, é emitida uma nota de devolução ao fornecedor.

Posteriormente, o fornecedor regulariza a devolução, podendo ser efetuada a troca do produto, não ser aceite a devolução ou ser concedido o crédito. Neste último caso, é emitida uma nota de crédito referente à devolução, permitindo regularizar o capital investido.

4. Dispensação Clínica de Medicamentos

A Dispensação Clínica de Medicamentos (DCM) define-se como: “o serviço clínico em que o farmacêutico avalia o processo de uso da farmacoterapia, disponibiliza a medicação, em condições clínicas e informa, de modo personalizado, o doente ou o cuidador sobre o processo de uso dos medicamentos, quer estes sejam industrializados ou manipulados. Esclarece-se, ainda, que na DCM, o farmacêutico avalia de modo sistemático o processo de utilização do medicamento (e não os efeitos do uso da farmacoterapia), procurando, identificando e resolvendo os Problemas Relacionados com os Medicamentos (PRM) com a finalidade de prevenir os Resultados Negativos associados à Medicação (RNM) evitáveis” [2]. Assim, no ato da dispensação, o farmacêutico não só disponibiliza os medicamentos, mas também fornece todas as informações que o doente necessita para proceder corretamente à sua terapêutica, entre

elas: dose, frequência, duração do tratamento, interações que possam ocorrer com outros medicamentos ou com alimentos, modo de uso, conservação e manipulação do medicamento.

Posto isto, pode afirmar-se que a DCM não é, somente, o ato de venda de um produto, mas engloba toda uma série de ações preponderantes para que o doente saia da farmácia com a correta terapêutica e com toda a informação para proceder à correta utilização do medicamento. E o farmacêutico, como o último interveniente do ciclo do medicamento, antes de este ser utilizado pelo utente, tem um papel de extrema importância para o uso racional do medicamento.

Os medicamentos de uso humano dispensados durante o ato farmacêutico podem ser agrupados em dois grupos distintos: os Medicamentos Sujeitos a Receita Médica (MSRM) e os Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica (MNSRM) [9].

4.1. Medicamentos Sujeitos a Receita Médica

Os MSRM devem preencher uma das seguintes condições:

- Possam constituir, direta ou indiretamente, um risco, mesmo quando usados para o fim a que se destinam, caso sejam utilizados sem vigilância médica;
- Sejam, com frequência, utilizados em quantidade considerável para fins diferentes daquele a que se destinam, se daí puder resultar qualquer risco, direto ou indireto, para a saúde;
- Conttenham substâncias, ou preparações à base dessas substâncias, cuja atividade e/ou efeitos secundários seja indispensável aprofundar;
- Sejam prescritos pelo médico para serem administrados por via parentérica [9].

4.1.1. Prescrição médica: Validação, Interpretação e Avaliação

A dispensa de MSRM está sujeita à apresentação de uma receita médica, segundo um modelo aprovado pelo Despacho n.º 15700/2012, num contexto de responsabilidade repartida entre o médico e farmacêutico [9-12].

As prescrições médicas devem ser preferencialmente eletrónicas, dado que permitem uma dispensa mais eficaz e segura, minimizando possíveis erros. Atualmente, existem dois formatos de receitas eletrónicas: as receitas materializadas e as recentes Receitas Sem Papel (RSP) [10-13]. As receitas manuais são ainda aceites, contudo, nestas tem que ser assinalada a razão porque não foi passada uma receita eletrónica. As exceções podem ser: falência informática, inadaptação do prescriptor, prescrição no domicílio e até 40 receitas por mês [10-12].

As receitas eletrónicas materializadas podem ter um carácter renovável, apresentando uma validade de 6 meses, compostas por três vias, ou ter apenas validade de 30 dias. As

receitas renováveis, geralmente, destinam-se a tratamentos de longa duração. As RSP são constituídas por um número ilimitado de linhas de prescrição e cada linha de prescrição tem um prazo de validade associado, sendo que, se corresponderem a tratamentos de longa duração, estas têm um prazo de seis meses. As receitas manuais nunca podem ser de carácter renovável [10, 11, 13].

As prescrições devem ser efetuadas por DCI. No entanto, existem situações excecionais que permitem ao médico realizar a prescrição por nome comercial do medicamento. Nestas situações inclui-se: prescrição de um medicamento com substância ativa para a qual não existe medicamento genérico participado ou para a qual só existe original de marca e licenças e situações em que, de acordo com o médico, a substituição do medicamento por outro semelhante não deve ser feita. Nesta segunda situação, o médico deve indicar a justificação entre as 3 exceções existentes: exceção a) medicamento com margem ou índice terapêutico estreito (não é passível de substituição); exceção b) reação adversa prévia (não é passível de substituição); exceção c) continuidade de tratamento superior a 28 dias (o utente pode optar por outro medicamento similar desde que de valor inferior) [10, 11].

Aquando a presença de uma receita médica manual ou eletrónica materializada, existem vários parâmetros a serem considerados para uma correta validação da receita. Assim, além de verificar que esta não se encontra rasurada, temos que ter em atenção os seguintes aspetos: o número da receita, a data da prescrição e a validade, o local da prescrição, a identificação do médico prescriptor, com indicação do nome e especialidade médica e a sua assinatura, o nome e número de utente ou número de beneficiário com indicação da entidade financeira responsável e do regime especial de participação (se aplicável), a designação do medicamento, feita através da DCI, nome de marca ou nome genérico para as substâncias ativas em que existam medicamentos genéricos autorizados. A forma farmacêutica, número de embalagens, posologia, dimensão das embalagens e dosagem devem estar também referenciadas na receita médica. Nas situações em que as duas últimas não se encontram presentes, deverá ser dispensada a embalagem na menor quantidade comercializada e a dosagem mais baixa [10, 11].

Além do referido anteriormente, em cada receita manual ou eletrónica materializada, podem ser prescritos até quatro medicamentos distintos, num total de quatro embalagens por receita. Por cada medicamento, podem ser prescritas até duas embalagens, exceto nos medicamentos que se apresentam sob a forma unitária, para os quais podem ser prescritos até quatro embalagens iguais por receita. Relativamente aos dispositivos médicos abrangidos pelo Programa Nacional de Prevenção e Controlo da Diabetes, na receita médica não podem constar outros medicamentos. O mesmo se verifica para os medicamentos psicotrópicos ou estupefacientes [10, 11]. Contudo, nas RSP, isto não se

verifica, podendo estas conter mais do que quatro linhas de prescrição, e cada linha conter até seis embalagens. Neste tipo de receitas, os dispositivos médicos abrangidos pelo Programa Nacional de Prevenção e Controlo da Diabetes e os medicamentos psicotrópicos podem coexistir juntamente com outros medicamentos prescritos.

O utente pode adquirir medicamentos ou produtos prescritos em diferentes linhas de prescrição da mesma receita desmaterializada em farmácias diferentes ou em momentos diferentes na mesma farmácia, exceto em situações de falência do sistema, em que só é possível a dispensa numa única farmácia e de uma única vez [10]. Esta dispensa parcial permite ao utente fazer uma melhor gestão da compra dos seus medicamentos. Porém, este facto ainda causa alguma confusão, por ser ainda uma opção relativamente recente.

No início do segundo mês de estágio, comecei a atender os utentes ao balcão, sendo que, nas semanas anteriores, tinha vindo a observar todo o funcionamento do atendimento e como tudo se processava no sistema informático. Logo aí, uma das maiores dificuldades sentidas, no que diz respeito às receitas médicas, assentou na leitura das receitas manuais. De maneira a interpretar corretamente estas receitas médicas, foi, muitas vezes, necessário recorrer ao auxílio da equipa da FdL. Em algumas situações, apercebi-me de receitas que não estavam válidas, ou por estarem fora da validade, ou não estarem completamente preenchidas, ou até mesmo rasuradas. Contudo, o número destas receitas é muito mais reduzido relativamente ao volume de receitas totais com que me deparei. Porém, o aviamento deste tipo de receitas obriga a uma atenção redobrada, pois temos que confirmar sempre se o medicamento, a forma farmacêutica e a dose estão corretas, para evitar erros.

Com isto, é possível constatar que as receitas eletrónicas materializadas e as RSP permitem a redução da ocorrência de erros e a agilização do processo de dispensação. No entanto, não posso deixar de afirmar que as RSP ainda causam alguma demora, ou porque contêm muitas linhas de prescrição e demoram a abrir no sistema informático, ou porque os utentes ainda não estão muito habituados com este tipo de receitas, e têm muitas dúvidas, às quais temos que dar esclarecimento, ou, então, quando existem problema de rede no sistema informático que nos impede de efetuar a dispensação dos medicamentos prescritos. Desde a implementação das RSP, têm vindo a ser feitas várias atualizações que nos têm facilitado a dispensação. Contudo, isto ainda é uma modalidade recente e, com o tempo e experiência, novas atualizações serão feitas, de modo a que tudo funcione idealmente.

4.1.2. Dispensa e Aconselhamento Farmacêutico

Como já referido anteriormente, o farmacêutico ocupa uma posição privilegiada no ciclo de vida do medicamento e é seu dever “(...)fornecer toda a informação necessária para um uso correto, seguro e eficaz dos medicamentos (...)” [8]. Assim, aquando da dispensa de medicação, o farmacêutico deve assegurar que o utente sai da farmácia sem qualquer tipo de dúvida relativamente a esta. A comunicação efetiva é um parâmetro importantíssimo na interação entre o farmacêutico e o público, na medida em que é necessária para a prestação de serviços farmacêuticos de qualidade. Ou seja, é essencial que o utente perceba todas as informações que o farmacêutico lhe fornece, para que este consiga proceder à sua terapêutica adequadamente. Para que isto aconteça, são fornecidas informações verbalmente e, se necessário, por escrito, sendo fundamental que a mensagem seja simples e completa. É, ainda, fundamental adequar o discurso às características individuais e socioeconómicas do utente.

Ao longo destes meses, tive a oportunidade de efetuar aconselhamento, desde o como deve tomar até ao como conservar e, sempre que considerava necessário, pedia ajuda a algum colega. Quando denotava que o utente ficava com alguma dúvida, tentava explicar novamente, por vezes, através de suporte escrito, até que o utente estivesse completamente esclarecido.

4.1.3. Medicamentos Genéricos e Preço de Referência

Segundo o INFARMED, um medicamento genérico (MG) é “um medicamento com a mesma substância ativa, forma farmacêutica e dosagem e com a mesma indicação terapêutica que o medicamento original, de marca, que serviu de referência” [14]. Um MG apresenta a mesma composição (qualitativa e quantitativa) em substâncias ativas, sendo a sua bioequivalência com o medicamento de referência demonstrada através de estudos de biodisponibilidade [15].

Os MG ocupam, atualmente, uma grande importância no volume de vendas na farmácia. Existem utentes que só querem comprar medicamentos genéricos, ou devido à sua condição socioeconómica, uma vez que estes medicamentos são, na sua grande maioria, mais baratos que os medicamentos de referência, ou então porque têm total confiança na sua qualidade. Porém, existem outros utentes que fazem questão de só utilizarem “medicamentos de marca”, pois não confiam na qualidade e eficácia dos MG. Quando, durante os atendimentos, os utentes me interpelavam sobre esta questão, tentei sempre explicar esta temática. Em alguns casos, os utentes optavam por levar MG. Noutras situações, os utentes não ficavam completamente convencidos da qualidade dos MG e, então, optavam pelo medicamento de referência.

Com o crescer do mercado dos genéricos foi introduzido um sistema de preços de referência (PR) na comparticipação de medicamentos pelo Estado, aplicado aos medicamentos incluídos no mesmo Grupo Homogéneo (GH). É com base no PR que a comparticipação incidirá, mediante o escalão ou regime de comparticipação aplicável a cada GH. O PR corresponde à média dos cinco preços mais baixos disponíveis no mercado, normalmente referido como PVP5, sendo estes valores revistos trimestralmente [15, 16].

Atualmente, a farmácia é obrigada a ter, por lei, três dos medicamentos incluídos no PVP5 para cada GH e dispõe do prazo máximo de 12h para efetuar as diligências necessárias ao fornecimento de determinado medicamento que não esteja disponível em *stock*, para além do cumprimento da prescrição médica [10].

4.1.4. Comparticipação de Medicamentos

Existem variadas entidades envolvidas na comparticipação de medicamentos. Porém, o Estado é aquela que abrange um maior número de utentes, sendo a comparticipação dividida em dois regimes: geral e especial:

- Regime Geral, no qual se estabelecem quatro escalões de comparticipação – A, B, C e D, correspondendo, respetivamente, à comparticipação de 90%, 69%, 37% ou 15% do PVP dos medicamentos;

- Regime Especial, que abrange os pensionistas com um rendimento total anual que não exceda 14 vezes o salário mínimo nacional, verifica-se um acréscimo de 5% para o escalão A e de 15% para os restantes.

Determinados utentes beneficiam de um sistema de complementaridade de entidades, isto é, usufruem de uma comparticipação simultânea de dois organismos [10, 15].

A comparticipação do Estado no preço de medicamentos utilizados no tratamento de determinadas patologias ou por grupos especiais de utentes é definida por despacho do membro do Governo responsável pela área da Saúde e, assim, diferentemente graduada em função das entidades que o prescreveram ou dispensam. Contudo, importa referir que a comparticipação do medicamento pode ser restringida a determinadas indicações terapêuticas fixadas no diploma que estabelece a comparticipação, sendo que, para assegurar o seu cumprimento, o prescritor deve mencionar na receita expressamente o diploma correspondente [10].

Os medicamentos manipulados também estão sujeitos a comparticipação, desde que, na sua composição, não sejam utilizadas marcas comerciais e se mencionados no Despacho n.º 18694/2010. A percentagem de comparticipação está fixada nos 30% pelo Serviço Nacional de Saúde (SNS) [17].

4.1.5. Dispensa de Medicamentos Estupefacientes e Psicotrópicos

Os medicamentos estupefacientes e psicotrópicos manifestam uma ação direta ao nível do sistema nervoso central, podendo causar habituação e dependência, tanto física como psicológica. Assim, são sujeitos a uma legislação mais rigorosa em comparação aos demais medicamentos, para que sejam utilizados apenas em casos de necessidade terapêutica e de forma legal [18].

A aquisição destes medicamentos, pela farmácia, é um pouco diferente, uma vez que, no momento da chegada da encomenda, esta faz-se acompanhar de uma requisição, em duplicado, numerada e datada, onde consta a informação identificativa da farmácia, fornecedor, medicamento requisitado e quantidades. No fim do mês, os originais são arquivados e guardados na farmácia e os duplicados rubricados e carimbados pelo Diretor Técnico ou Farmacêutico Substituto, e enviados para o fornecedor. Mensalmente, é necessário o envio de uma cópia das receitas manuais ao INFARMED, devendo a farmácia manter em arquivo, o original em papel ou em formato informatizado de todas as receitas de psicotrópicos, ordenadas pela data de dispensa, durante um período mínimo de três anos. Para além disto, as farmácias, todos os meses, enviam os registos de saídas de psicotrópicos e, anualmente, o mapa de balanço dos registos de entrada e de saída [10, 11].

Aquando da dispensa destes medicamentos, existem alguns requisitos especiais que têm que ser realizados, nomeadamente, o preenchimento dos dados do doente (nome e morada), do doente ou seu representante, a quem é dispensada a medicação (nome, morada, idade, número do cartão de cidadão e respetiva data de validade), bem como o nome do médico prescriptor. Além disso, após o fim da venda, não só é impressa a receita e a respetiva fatura, mas também é emitido um documento de psicotrópicos em duplicado, que contém informação acerca do medicamento dispensado, do médico prescriptor, do utente e do respetivo adquirente [10].

Ao longo do estágio, atendi alguns utentes que pretendiam a dispensa deste tipo de medicamentos. Contudo, como estagiária, não pude proceder à dispensação de medicamentos psicotrópicos, tendo que recorrer sempre a um farmacêutico da FdL. Porém, mesmo não procedendo à dispensação em si, assisti inúmeras vezes a todo este procedimento.

4.1.6. Conferência de receituário e Faturação

A conferência do receituário consiste na verificação das receitas médicas aviadas, confirmando se estas estão em conformidade, de modo a que sejam consideradas válidas e, conseqüentemente, a farmácia receba o valor relativo à percentagem da

comparticipação do medicamento. Nos casos em que se verificam inconformidades, procede-se à correção das mesmas.

Na FdL, as receitas são arquivadas depois de serem separadas por organismo de participação e organizadas por lotes. Cada lote é composto por trinta receitas, numeradas no seu verso. O último lote do mês não necessita de estar completo.

Regra geral, na FdL, diariamente, as receitas são conferidas pelo farmacêutico responsável pela dispensa, tendo este que rubricar, datar e carimbar o verso de cada receita. Porém, ao longo do mês, o farmacêutico responsável pela correção de receituário, verifica novamente cada receita, analisando se todos os parâmetros estão conformes.

No final de cada mês, procede-se ao fecho dos lotes e imprime-se o Verbete de Identificação de Lote, a Relação de Resumos de Lote e a Fatura Final para cada entidade participante.

Até ao dia 10 de cada mês, esta documentação e as respetivas receitas com participação pelo Sistema Nacional de Saúde são enviadas para o Centro de Conferência de Faturas. Relativamente às receitas participadas pelas restantes entidades e respetiva documentação, estas são enviadas para a Associação Nacional de Farmácias, que, posteriormente, distribui pelas entidades correspondentes. As respetivas entidades competentes procedem depois ao pagamento do valor das participações, sempre que não estejam presentes irregularidades [19].

A separação e organização do receituário foram tarefas que realizei, diariamente, desde os primeiros dias de estágio até ao fim do mesmo. Na FdL, a cada mês, há uma pessoa responsável pela correção do receituário, e eu tive a oportunidade e responsabilidade de o fazer durante um desses meses. A correção do receituário é uma tarefa que exige algum tempo e muita atenção, e durante o mês em que fiquei responsável por tal, tentei que não passasse nenhum erro, para que a FdL não ficasse lesada no valor a receber pelas participações. Como seria de esperar, durante este processo, muitas foram as dúvidas que iam surgindo, às quais tive sempre ajuda pela equipa da FdL.

4.1. Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica e Conceito de Automedicação

Os MNSRM são medicamentos que se podem adquirir numa farmácia ou em locais devidamente autorizados pelo INFARMED, sem necessidade de apresentar uma prescrição médica. São também designados por *over-the-counter* (OTC). Estes medicamentos, destinam-se maioritariamente ao alívio e tratamento de queixas de saúde passageiras referentes às indicações terapêuticas expressas no Despacho n.º

17690/2007, de 23 de julho [20]. Estes produtos não são comparticipados pelo SNS, sendo o seu preço fixado pela farmácia.

Assim, na aquisição de MNSRM, está envolvida a automedicação ou a indicação farmacêutica. Em ambas, o farmacêutico tem um papel preponderante, intervindo na transmissão de informação sobre a saúde, aconselhamento e dispensa de medicamentos.

Na automedicação, o próprio doente seleciona o medicamento que necessita para tratar o seu problema de saúde. Atualmente, é habitual os utentes chegarem à farmácia informados acerca destes medicamentos, devido à publicidade feita pelas diversas marcas e pelo acesso facilitado à informação. Porém, de um modo geral, o utente não tem experiência nem conhecimentos suficientes que permitam fazer uma escolha de terapêutica adequada, o que faz com que a automedicação nem sempre seja favorável para os utentes. Assim, a intervenção do farmacêutico torna-se fundamental no processo de uso de MNSRM, intervindo na seleção da terapêutica mais adequada para determinado problema de saúde e doente em concreto. Neste caso, estamos perante indicação farmacêutica, onde se procura caracterizar sintomas, identificar possíveis causas, sinais de alarme e de referenciação médica, e avaliar possíveis medidas farmacológicas e não farmacológicas [8, 20].

Ao longo do estágio, variadas foram as situações de indicação farmacêutica e automedicação, sendo as mais frequentes dores de garganta e tosse, gripes e constipações e rinorreia associada a alergia. Em todos os casos, tentei dialogar com os utentes de forma a tentar perceber o que seria mais indicado e informando-os de todos os aspetos que achava importante. Quando não me sentia à vontade para fazer qualquer indicação ou quando surgia alguma dúvida sobre determinado assunto, recorri sempre aos membros da equipa, de modo a ser instituída a terapêutica mais adequada.

5. Dispensa de Outros Produtos Farmacêuticos

5.1. Medicamentos Manipulados

A preparação de medicamentos é outra valência importante para um farmacêutico. Estes medicamentos, ditos medicamentos manipulados, são qualquer fórmula magistral ou preparado oficial e dispensado sob a responsabilidade de um farmacêutico [21].

Atualmente, ainda existem situações de prescrição de medicamentos manipulados e a FdL possui um laboratório devidamente equipado para o efeito. Na FdL, trabalha-se com o programa informático *SoftGaleno*[®], no qual se encontra registado as fórmulas de manipulados já preparados, a respetiva ficha de preparação, rótulo, PVP e prazo de

validade. Ficam registadas as fichas de clientes e é, ainda, possível verificar o *stock* de matérias-primas disponível.

Todas as atividades realizadas durante a preparação dos medicamentos manipulados devem estar documentadas como garantia de qualidade e segurança [21]. Quando o medicamento está preparado, são emitidos os rótulos, nos quais deve constar toda a informação relevante ao doente, nomeadamente, a fórmula do medicamento manipulado prescrita pelo médico, o número de lote atribuído, o prazo de utilização, condições de conservação, via de administração, posologia e certas instruções especiais de uso como “agitar bem antes de usar” ou “uso externo”, se aplicáveis. Também no rótulo devem constar a identificação da farmácia, do diretor técnico, o PVP e o nome do doente (quando necessário) [21].

Quanto ao PVP, este é calculado com base no valor dos honorários da preparação, das matérias-primas e dos materiais de embalagem, de acordo com o estabelecido pela Portaria n.º 769/2004 [22]. No que respeita às comparticipações, existe uma lista de manipulados passíveis de comparticipação aprovada pelo Governo, com base numa proposta do INFARMED [23].

Desde cedo, no meu estágio, tive interesse em observar a preparação de medicamentos manipulados, todos os procedimentos realizados e do funcionamento do programa informático. Durante estes seis meses, usufruí da oportunidade de fazer várias formulações destes medicamentos, como a solução alcoólica de minoxidil a 5%, pomada de vaselina enxofrada a 3%, solução saturada de álcool a 60% com ácido bórico, solução de ácido acético medicinal a 2% (m/v), creme de hidroquinolona, tretinoína e fluocinolona em NourivanAntiox[®] e, ainda, pomadas de tretinoína 0,05% e 0,07% em loox Basics[®]. Inicialmente, como seria de esperar, necessitei de maior acompanhamento, mas, com o avançar do estágio, comecei a ficar mais autónoma em todo o funcionamento do laboratório.

5.2. Medicamentos e Produtos Veterinários

Os medicamentos de uso veterinário cumprem com a mesma legislação dos medicamentos para uso humano, no que respeita à produção, distribuição e armazenamento, não sendo passíveis de comparticipação. Os medicamentos veterinários têm como finalidade o tratamento e prevenção de doenças animais, enquanto os produtos veterinários se destinam à promoção do bem-estar e do estado higieno-sanitário dos mesmos [24,25]. É de salientar que, frequentemente, por ausência de alternativas terapêuticas, o médico veterinário recorre à prescrição de medicamentos de uso humano, com ajuste de dose de acordo com as características de cada animal.

Na FdL, estes produtos encontram-se armazenados num armário reservado aos mesmos, estando separados dos restantes produtos existentes na farmácia, incluindo dos medicamentos de uso humano. O *stock* existente é um pouco limitado, sendo que são mais solicitados desparasitantes internos e externos.

5.3. Produtos Cosméticos e de Higiene Corporal

Designa-se como Produto Cosmético e de Higiene Corporal (PCHC) “qualquer substância ou preparação destinada a ser posta em contacto com as diversas partes superficiais do corpo humano designadamente epiderme, sistemas piloso e capilar, unhas, lábios e órgãos genitais externos, ou com os dentes e as mucosas bucais, com a finalidade de, exclusiva ou principalmente, os limpar, perfumar, modificar o seu aspeto, proteger, manter em bom estado ou de corrigir odores corporais” [24]. Na FdL, são variadas as linhas de existentes, as quais estão expostas de forma visível, organizada e apelativa.

Durante todo o estágio, foram inúmeras as vezes que me pediram aconselhamento sobre este tipo de produtos, nomeadamente acerca de produtos hidratantes, antirrugas, limpeza, produtos bucodentários, fortalecimento capilar e anti-queda, entre muitos outros. Sempre tentei procurar informação sobre este tipo de produtos para poder elevar o meu nível de conhecimento e conseguir prestar um melhor aconselhamento. Adicionalmente, assisti a várias formações de diversas marcas, tanto na farmácia como também em sala. Todavia, quando dúvidas surgiram, não hesitei em pedir ajuda aos meus colegas da FdL.

5.4. Produtos de Puericultura e Obstetrícia

Um produto de puericultura consiste num artigo que se destine a facilitar o sono, o relaxamento, a higiene, a alimentação e a sucção das crianças [25]. Deste modo, incluem-se neste tipo de produtos, acessórios como tetinas, chupetas, biberões, escovas de dentes, entre outros. Existe uma variedade imensa deste tipo de produtos, e, por isso, é importante ter um conhecimento abrangente para realizar um bom aconselhamento, dada a sensibilidade acrescida de bebês/crianças e a preocupação pela parte dos pais.

5.5. Produtos Fitoterápicos

Os produtos fitoterápicos são medicamentos à base de plantas, utilizados na prevenção, alívio ou tratamento de certas patologias [15]. Alguns utentes procuram esta alternativa à terapêutica convencional, devido à relação que fazem com a baixa incidência de efeitos adversos. No entanto, estes não estão ausentes e cabe ao farmacêutico alertar para as suas possíveis interações com fármacos e alimentos e efeitos secundários.

Na FdL, é possível encontrar este tipo de produtos, principalmente indicados para problemas digestivos, urinários, intestinais, articulares, distúrbios de ansiedade e tosses.

5.6. Suplementos Alimentares e Produtos Para Alimentação Especial

Os suplementos alimentares são géneros alimentícios que se destinam a complementar e/ou suplementar o regime alimentar normal [26]. Estes produtos são cada vez mais procurados pelos utentes, de modo a poderem complementar a sua dieta e melhorar a qualidade de vida. Na FdL, existem diversos tipos de suplementos alimentares, como suplementos multivitamínicos gerais, ou suplementos mais específicos, designadamente, para a redução da fadiga intelectual e estimulação da memória, para a saúde do sistema cardiovascular, para o reforço do sistema imunitário, para a suplementação na gravidez, na menopausa, para o fortalecimento de cabelos e unhas, etc.

Os géneros alimentícios destinados a uma alimentação especial distinguem-se dos alimentos de consumo corrente, dada a sua composição especial, devido aos processos especiais de fabrico, revelando-se adequados às necessidades nutricionais especiais de determinados grupos de pessoas (lactentes ou crianças, pessoas com perturbações digestivas ou metabólicas, ou com condições fisiológicas especiais) [27].

Estes tipos de produtos existem na FdL, sendo que o farmacêutico deve ter competências para o seu aconselhamento, principalmente dos suplementos alimentares.

5.7. Dispositivos Médicos

Um dispositivo médico é “qualquer instrumento, aparelho, equipamento, *software*, material ou artigo utilizado isoladamente ou em combinação, para fins de diagnóstico, prevenção, controlo, tratamento ou atenuação de uma doença, lesão, deficiência, alteração da anatomia ou de um processo fisiológico, e até mesmo para controlo da concepção” [15].

Existem vários tipos de dispositivos médicos na FdL, sendo que os mais procurados são material de penso e ortopédico, tiras, agulhas e lancetas para monitorização da glicose, meias de compressão, seringas e agulhas de vários calibres, compressas e ligaduras de vários tipos, testes de gravidez, preservativos, material de ostomia, termómetros, entre outros.

5.8. Medicamentos e Produtos Homeopáticos

O medicamento homeopático é definido como: “medicamento obtido a partir de substâncias denominadas *stocks* ou matérias-primas homeopáticas. Estes produtos possuem propriedades curativas ou preventivas das doenças do homem e dos seus sintomas, com vista a estabelecer um diagnóstico médico ou a restaurar, corrigir ou modificar as suas funções orgânicas [15]. Os medicamentos homeopáticos podem ser utilizados para tratamento de patologias mais comuns, como estados gripais, constipações, tosse e enjoos ou então no tratamento de doenças crónicas e recorrentes,

como alergias, eczemas e distúrbios do sono, sendo que nestes casos há, habitualmente, recomendação médica [28].

Na FdL, existe uma vasta gama de produtos homeopáticos, mas nunca procedi ao aconselhamento destes. Contudo, por variadas vezes, dispensei este tipo de produtos a utentes que já tinham indicação prévia ou que já costumavam tomar.

6. Cuidados de Saúde Prestados da Farmácia

As farmácias, além de serem um local de dispensa de medicamentos, são um espaço de saúde com capacidade de prestação serviços essenciais e diferenciados, que pretendem a saúde e bem-estar da população. Deste modo, a prestação de cuidados farmacêuticos é uma constante no dia a dia do farmacêutico, sendo que, durante a prestação destes cuidados, existe uma maior proximidade entre o farmacêutico e o utente.

Na FdL, a determinação de parâmetros fisiológicos e bioquímicos é, por vezes, solicitada, permitindo a monitorização da terapêutica e um auxílio no controlo de doenças crónicas com elevada prevalência, como a Hipertensão Arterial e a *Diabetes Mellitus*.

Durante o meu estágio, inúmeras foram as vezes em que procedi à medição da pressão arterial. Contudo, nunca procedi a determinação dos parâmetros bioquímicos. Verifiquei ainda que, nestas ocasiões, os utentes aproveitam para esclarecer todas as dúvidas e pediam aconselhamento, principalmente de medidas não-farmacológicas.

6.1. Pressão Arterial

A hipertensão arterial constitui um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares. Desta forma, o seu controlo é essencial de modo a evitar problemas cardiovasculares graves e, eventualmente, a morte.

Diariamente, muitas são as pessoas que se dirigem à FdL para verificarem os seus valores de pressão arterial. Esta procura envolve doentes hipertensos medicados que pretendem verificar a eficácia da terapêutica, utentes saudáveis que pretendem efetuar um controlo dos seus valores ou utentes que apresentam mal-estar de origem desconhecida. Na FdL, a medição tanto pode ser efetuada automática como manualmente, determinando-se, assim, a pressão sistólica e diastólica e a frequência cardíaca. A pressão arterial ideal deve ser inferior a 130/85mmHg. Acima destes valores, acresce o risco de doença coronária e Acidente Vascular Cerebral (AVC) [29].

6.2. Glicemia, Colesterol Total, HDL e Triglicédeos

A determinação destes parâmetros bioquímicos é um dos serviços disponibilizados pela farmácia, em que o farmacêutico, para além de todo o cuidado e rigor que deve ter na

execução da técnica, deve prestar um aconselhamento apropriado ao utente, esclarecendo-o acerca da sua patologia, dos cuidados a ter no dia a dia ou qualquer outra dúvida que este apresente. Na FdL, esta determinação é feita recorrendo ao aparelho *Reflotron®Plus*. Os valores de referência, em jejum, da glicemia é <110 mg/dL, do colesterol total é <190 mg/dl, do c-HDL é >40 mg/dl para os homens e >45 mg/dl para as mulheres e dos triglicéridos é <150 mg/ml [30, 31].

6.3. Peso, Altura e Índice de Massa Corporal

A FdL dispõe de uma balança eletrónica que permite a determinação da altura, peso corporal e IMC. O farmacêutico deve alertar o utente para eventuais complicações, quer do excesso ou falta de peso, bem como fomentar um estilo de vida saudável.

6.4. VALORMED

A VALORMED é a Sociedade Gestora do Sistema Integrado de Gestão de Resíduos de Embalagens e Medicamentos fora de uso. Esta sociedade, sem fins lucrativos, foi criada pela indústria farmacêutica, distribuidores e farmácias. A recolha é feita ao nível das farmácias em contentores próprios identificados com a informação da farmácia, peso e armazenista que procedeu à sua recolha. Posteriormente, a VALORMED recolhe os contentores junto dos armazenistas e faz a separação para proceder à incineração dos medicamentos de uma forma segura e ecológica [32].

Este projeto, além de contribuir para a preservação do ambiente, evita a acumulação de medicação por parte dos utentes, prevenindo, assim, a automedicação e o consumo de medicamentos fora do prazo de validade. É um programa que tem vindo a ganhar cada vez mais espaço no seio da população e no qual o farmacêutico se envolve, sensibilizando e informando os utentes acerca desta temática.

7. Farmacovigilância

Durante do processo de desenvolvimento dos medicamentos, não são, por vezes, detetadas certas reações adversas ao medicamento (RAM), tornando-se estas apenas perceptíveis já numa fase posterior, após a entrada no mercado. Surge, assim, o conceito de farmacovigilância, que se baseia na análise da segurança dos medicamentos durante a fase de comercialização, com o intuito de melhorar a qualidade e segurança dos medicamentos. Assim, o farmacêutico, enquanto profissional de saúde, deve estar atento às RAM que possam surgir e notificá-las às entidades competentes. As suspeitas de RAM podem ser notificadas *online* diretamente ao Sistema Nacional de Farmacovigilância ou através do Portal RAM, desenvolvido pelo Infarmed.

PARTE II – TEMAS E TRABALHOS DESENVOLVIDOS

1. Asma e o Uso Correto de Dispositivos Inaladores

1.1. Enquadramento e Objetivos

Desde as primeiras semanas de estágio, enquanto ia observando o funcionamento do atendimento ao público, e, principalmente, quando o iniciei propriamente, dei conta que existe um elevado número de utentes que necessitam do uso de dispositivos inaladores para controlarem os sintomas de asma. Também aí percebi que muitos utentes possuem variadas dúvidas sobre a utilização destes dispositivos.

O farmacêutico, como profissional de saúde, tem o dever de promover o uso correto do medicamento, uma vez que a utilização incorreta destes, pode agravar a sintomatologia, levar à ineficácia do tratamento e causar perigo para a saúde do utente.

Com o intuito de esclarecer todas as dúvidas apresentadas pelos utentes, todo o funcionamento dos inaladores, e para ampliar o meu conhecimento sobre este assunto, de modo a prestar um melhor aconselhamento, decidi elaborar folhetos informativos acerca de múltiplos tipos de dispositivos inaladores. No total, elaborei doze folhetos (**Anexo I – XII**), nos quais são indicadas as diversas etapas para uma correta utilização dos dispositivos, acompanhadas de imagens explicativas e, ainda, notas importantes acerca de passos críticos da utilização, limpeza e conservação dos inaladores.

Assim, como o discurso e as demonstrações ao balcão, por vezes, não são suficientes para o esclarecimento total do utente, tive como objetivo a entrega e explanação destes folhetos ao utente, aquando a aquisição dos seus dispositivos inaladores.

1.2. Introdução

A asma brônquica é uma doença caracterizada pela inflamação crónica das vias aéreas. Trata-se de uma doença heterogénea, pois apresenta diferentes características fisiopatológicas e clínicas que possibilitam o reconhecimento dos variados fenótipos de asma. Os fenótipos mais comuns são:

- asma de origem alérgica, principia na infância e existe história familiar de doença alérgica, presença de inflamação eosinofílica e os corticosteroides inalados produzem efeito nestes casos;
- asma sem sensibilização alérgica, diagnosticada principalmente em adultos, mas surge também em crianças, não apresenta atopia e os corticosteroides inalados não alcançam tão bons resultados;

- asma com início tardio, que surge em adultos, principalmente mulheres, sem alergia e que precisam de corticosteroides inalados em maiores doses, para o controlo da doença;
- asma com obstrução fixa das vias aéreas, em doentes com asma duradoura;
- asma e obesidade, ocorre em pessoas obesas que apresentam sintomas excessivos de asma, mas desprovida de inflamação eosinofílica das vias aéreas [33, 34].

Os sintomas característicos da asma são diversos, como dispneia, sibilância ou pieira, opressão torácica e tosse, usualmente noturna e pela manhã, com uma limitação variável ao fluxo expiratório, à qual se associa, habitualmente, um aumento da reatividade brônquica e alterações estruturais das vias aéreas [34].

A asma é uma das doenças crónicas mais comuns em todo mundo, estimando-se que afete cerca de 300 milhões de indivíduos. A sua prevalência, nos últimos anos, tem vindo a aumentar a nível mundial, especialmente em crianças. Apesar de todas as ações de divulgação e informação, esta é uma doença que continua a ser subdiagnosticada e, conseqüentemente, subtratada [34].

Em Portugal, estima-se que a asma afete cerca de 700.000 pessoas. No entanto, crê-se que apenas 57% dos asmáticos tenham a sua doença controlada, isto é, cerca de 300.000 portugueses têm necessidade de uma melhor intervenção para controlo da doença [35].

1.3. Etiologia e Fisiopatologia da Asma Brônquica

Os fatores etiológicos que poderão originar uma crise asmática têm um papel importante na fisiopatologia da asma e na evolução desta.

São variados os estímulos que podem desencadear crises de asma, sendo a exposição a alérgenos (ácaros domésticos, pólen, alérgenos de animais), a fungos, infeções e poluentes, como o fumo do tabaco, os mais comuns. Contudo, para um prognóstico mais correto da doença, há que ter em conta outras variantes, como o grau de exposição a poluentes ambientais, a existência de co-morbilidades, o stress psicológico e físico, a idade, o estado imunitário do indivíduo, ou ainda, o recurso aos serviços de urgência anteriormente [36].

A fisiopatologia da asma centra-se, fundamentalmente, na inflamação. O processo inflamatório associado à asma é complexo, envolvendo, no seu decurso, inúmeras células e mediadores [37].

Aquando o contacto de um alérgeno com o organismo, os Linfócitos T auxiliares (LT helper- LTh) vão produzir citocinas que, conseqüentemente, irão promover a diferenciação dos linfócitos B em plasmócitos. Estes últimos irão produzir imunoglobulinas E (IgE) específicas do alérgeno que contactou com o organismo. As IgE produzidas vão ligar-se depois aos recetores de IgE presentes nas membranas celulares

dos mastócitos e basófilos, sendo estes ricos em mediadores da inflamação. Num contacto posterior do mesmo alergénio, este irá ligar-se às IgE que agora se encontram na superfície dos mastócitos e basófilos, através de uma reação antigénio-anticorpo, promovendo a desgranulação destas células e a libertação de moléculas pró-inflamatórias e espécies reativas de oxigénio, que vão provocar a contração do músculo liso brônquico e a inflamação da mucosa respiratória, isto é, vai originar broncoespasmo e edema (figura 1) [36, 38].

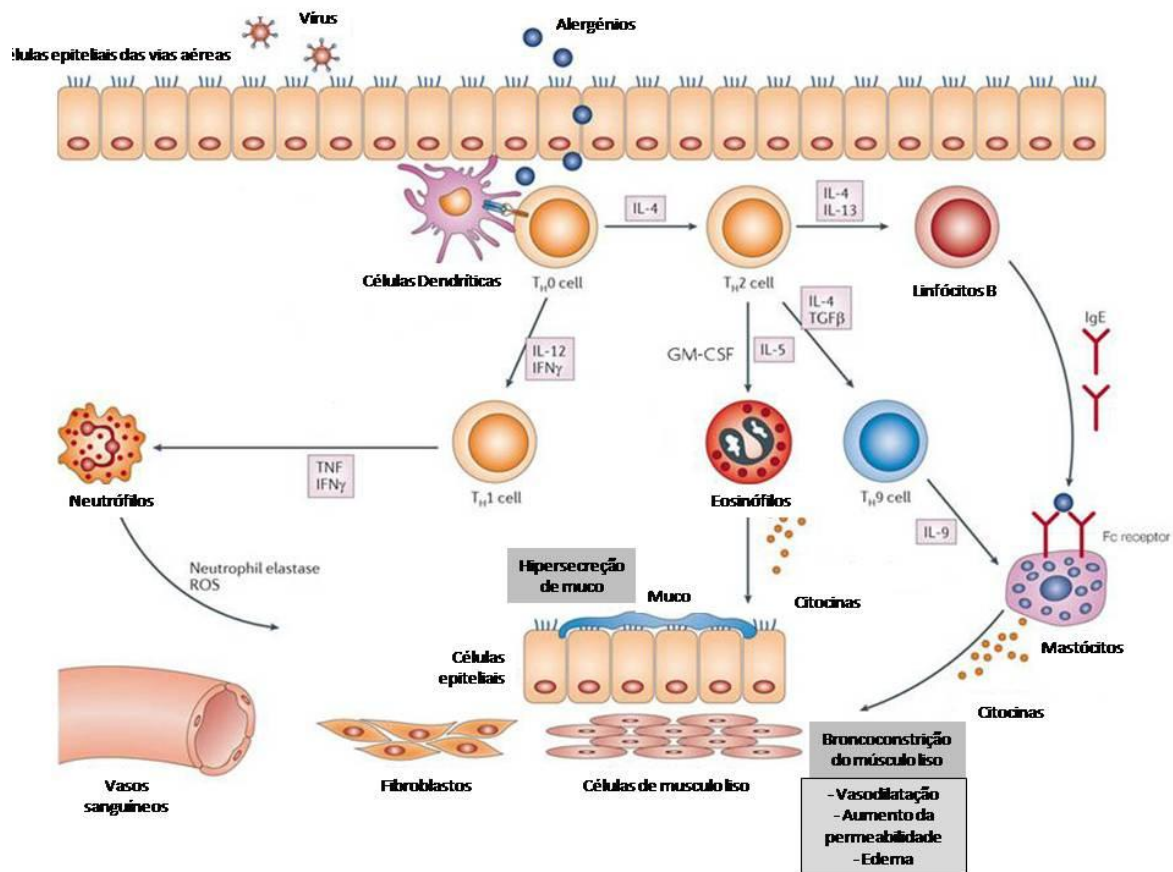


Figura 1 – Processo inflamatório da asma.

A resposta imune na asma começa com o contacto do alergénio com as células dendríticas. Estas células estimulam a diferenciação de células Th $naive$ em Th1 e Th2. As citocinas produzidas pelas células Th2 promovem a produção de IgE pelos linfócitos B. As IgE produzidas irão ligar-se a receptores de alta afinidade em mastócitos e basófilos, o que levará a uma resposta imediata. Após este contacto, os mediadores libertados pelos mastócitos vão induzir o recrutamento e ativação de outros tipos de células do sistema imunitário, tais como eosinófilos, macrófagos alveolares e as células estruturais. Estas células não só irão promover uma resposta inflamatória, como também provocar hiper-reatividade, broncoconstrição e remodelação. *Adaptado de Pellaia G. (2012) [39].*

A remodelação da mucosa brônquica, ou *remodeling*, caracteriza-se por uma lesão epitelial, na qual consiste em deposição de colagénio na matriz extracelular, proliferação de fibroblastos e miofibroblastos, hipertrofia e hiperplasia da musculatura lisa, aumento da vasculatura e inervação brônquica, entre outras alterações, que podem contribuir para a persistência da obstrução brônquica na asma [36-38, 40].

1.4. Diagnóstico da Asma Brônquica

Na realização do diagnóstico da asma, há que ter em conta diversos fatores. Uma vez que os sintomas apresentados por indivíduos asmáticos não são totalmente característicos da asma brônquica, diversos métodos de diagnóstico devem ser realizados.

A história clínica do indivíduo é muito importante para a suspeita de asma. Quando os sintomas de asma brônquica, como dispneia, tosse, pieira e opressão torácica, estão presentes e, mais importante, são recorrentes, pode suspeitar-se de um caso de asma. Além disso, a suspeita de asma aumenta quando estes sintomas surgem ou agravam-se com a exposição a fatores críticos, como infeções virais, alergénios, exercício físico, mudanças de clima, fármacos e agentes irritantes, como fumo de tabaco, gases de automóveis e cheiros fortes. A história familiar de asma brônquica e de outras doenças com componente alérgica são fatores que favorecem o diagnóstico de asma [33, 34, 41]. O exame físico a indivíduos com asma pode apresentar-se normal. Em alguns casos, a presença de sibilos na expiração e de expiração prolongada é sugestiva de asma. Contudo, não são sintomas específicos desta. Todavia, nas crises de asma, os sibilos poderão ser audíveis tanto na expiração como na inspiração, podendo ainda apresentar um silêncio respiratório, que indicará uma obstrução brônquica muito grave [33,34].

A asma brônquica caracteriza-se por algumas alterações funcionais, como a obstrução das vias aéreas, a variabilidade temporal dos débitos destas, ou seja, a função pulmonar varia ao longo do tempo numa proporção maior do que indivíduos saudáveis, e, ainda, pela hiper-reatividade brônquica a variados estímulos. Estas alterações podem ser avaliadas por exames funcionais respiratórios.

O Volume Expiratório Forçado no primeiro segundo (FEV_1) é um método de espirometria utilizado no diagnóstico e avaliação da asma. Este volume é quantificado durante uma manobra de FVC, que se designa por Capacidade Vital Forçada, e que se traduz no volume máximo de ar exalado com o máximo de esforço e o mais rapidamente possível, após uma inspiração completa. Um valor reduzido de FEV_1 pode ser sugestivo de variadas doenças pulmonares. Contudo, a razão entre este e o FVC é indicativo de obstrução das vias aéreas. Se a relação entre FEV_1 / FVC for menor do que 0,75 nos adultos, conclui-se que existe obstrução do fluxo aéreo.

Outro método de diagnóstico, mas principalmente de monitorização, é a avaliação do Débito Expiratório Máximo Instantâneo (PEF). Este parâmetro deve ser avaliado duas vezes por dia, devendo o indivíduo registar a melhor de três determinações, ao longo de duas semanas. Se os resultados diários apresentarem uma amplitude superior a 10%, considera-se um quadro de asma.

A asma brônquica é, também, caracterizada pela reversibilidade do fluxo respiratório, após a administração de um broncodilatador. Se houver uma variação de mais de 20% no PEF e se ocorrer um aumento maior ou igual a 12%, ou maior ou igual a 200 mL, no FEV₁, significa que estamos perante uma limitação reversível do fluxo respiratório, característica da asma brônquica [33, 34, 41].

Existem, ainda, outros testes complementares ao diagnóstico da asma. Exemplo disso são os testes de sensibilidade cutânea para alérgenos e, ainda, a quantificação das IgE específicas séricas, preponderantes para o diagnóstico da componente alérgica da asma, juntamente com a informação da história clínica do indivíduo [33, 34].

A determinação da eosinofilia, tanto na expectoração induzida, como no sangue, é usada na confirmação do diagnóstico de asma, pois, como já foi referenciado anteriormente, a asma é caracterizada pela inflamação das vias aéreas. O doseamento dos eosinófilos é, também, utilizado na monitorização da inflamação em asmáticos e na avaliação da resposta destes aos corticosteroides inalados [33, 34, 42].

Quanto à utilização da imagiologia no diagnóstico da asma, esta não é elucidativa, pois, na maior parte dos casos de asma, a radiografia do tórax apresenta-se normal. No entanto, este tipo de radiografia demonstra-se útil na exclusão de outros diagnósticos como pneumonia ou pneumotórax [33].

1.5. Classificação da Asma Brônquica

Para uma correta avaliação clínica e para um esquema de tratamento mais adequado, deve proceder-se à classificação da asma para cada indivíduo. Esta classificação deve seguir, preferencialmente, dois critérios: a gravidade e o controlo da asma. Denote-se que estes dois critérios devem ser distintos, pois existem doentes com um caso de asma grave, mas que é bem controlada, e outros casos de asma mais ligeira, mas de difícil controlo [33, 41].

No que respeita à gravidade da asma, a sua classificação deve ser efetuada antes do início do tratamento. Esta pode ser dividida em quatro graus, com base na frequência e intensidade dos sintomas apresentados, no uso de agonistas β_2 de curta duração de ação, no grau de obstrução das vias respiratórias e na variabilidade da função respiratória, avaliada através do PEF. Na tabela 3, são apresentados os quatro graus

de gravidade da asma e as suas respetivas características, antes do início do tratamento [33, 41].

Tabela 3 – Classificação da gravidade da asma

	Sintomas	Sintomas Noturnos	PEF
<u>Degrau 1</u> Asma Intermitente	<1 vez /semana. Doente assintomático e PEF normal entre as crises.	≤ 2 vezes /mês.	≥ 80% do valor teórico. Variabilidade <20%.
<u>Degrau 2</u> Asma Persistente Ligeira	≥ 1 vez / semana. > 1 vez / dia.	> 2 vezes / mês.	≥ 80% do valor teórico. Variabilidade 20 - 30%.
<u>Degrau 3</u> Asma Persistente Moderada	Constantes. Uso diário de agonistas-β ₂ . As crises afetam a atividade.	> 1 vez / semana.	> 60% - < 80% do valor teórico. Variabilidade >30%.
<u>Degrau 4</u> Asma Persistente Grave	Constantes. Atividade física limitada.	Frequentes.	≤ 60% do valor teórico. Variabilidade >30%.

A classificação da gravidade da asma deve ser efetuada antes do início do tratamento. A gravidade da asma divide-se em quatro degraus: asma intermitente, asma persistente ligeira, asma persistente moderada e asma persistente grave. A frequência e intensidade dos sintomas apresentados, o uso de agonistas β₂ de curta duração de ação, o grau de obstrução das vias respiratórias e a variabilidade da função respiratória são os parâmetros avaliados para a realização desta classificação. Adaptado das referências 41, 43.

No que concerne ao controlo da asma, este é classificado consoante o tratamento base necessário no controlo dos sintomas e exacerbações. Perante isto, a asma pode ser classificada em cinco degraus:

- **Degrau 1:** a asma é controlada com terapêutica broncodilatadora de alívio ou pode ser considerado o uso de um corticosteroide inalado em dose mínima;

- **Degrau 2:** consegue-se controlar a asma com uma dose baixa de terapêutica de controlo, como uma dose baixa de corticóide inalado e/ou antagonista dos recetores dos leucotrienos;
- **Degrau 3:** a asma é controlada com uma baixa dose de corticosteroide inalado associado a agonista- β_2 de longa ação, podendo, ainda, considerar-se o uso de um antagonista dos recetores dos leucotrienos (ou teofilina) ou uma dose intermédia de corticosteroide inalado;
- **Degrau 4:** o doente requer doses intermédias/altas de associação corticosteroide inalado/agonista- β_2 de longa ação, associadas a um antagonista dos recetores dos leucotrienos (ou teofilina);
- **Degrau 5:** neste patamar, há que ser considerada a terapêutica com anticorpo monoclonal anti-IgE, podendo ser considerada a associação de baixa dose de corticosteroides orais.

O controlo da asma deve ser realizado a todos os doentes, a cada quatro semanas [33, 34, 41, 43].

1.6. Tratamento da Asma Brônquica

As medidas não farmacológicas são importantíssimas no controlo dos sintomas, de modo a reduzir a probabilidade de existência de exacerbações. Nestas medidas, são incluídas atitudes que o doente pode tomar, como identificar possíveis alergénios se tentar evitá-los, deixar de fumar, praticar exercício físico adequado, reduzir o seu peso, entre outros. No tratamento farmacológico da asma, os fármacos utilizados são divididos em dois grupos: fármacos utilizados na monitorização e controlo e fármacos de alívio [33, 34, 41]. Os fármacos de controlo são utilizados diariamente, durante longos períodos, possuem efeito anti-inflamatório e broncodilatador de longa duração de ação. Neste grupo estão incluídos:

- Corticosteroides inalados: são anti-inflamatórios utilizados como fármacos de primeira escolha no tratamento da asma. Estes vão proporcionar uma melhora da função respiratória e a diminuição dos sintomas, vão reduzir as exacerbações, melhorando assim a qualidade de vida do doente. Entre eles estão a beclometasona, budesonida, fluticasona e mometasona [33, 43, 44].
- Agonistas- β_2 de longa duração de ação: estes fármacos, como o nome indica, são broncodilatadores de ação longa. São fármacos que devem ser administrados juntamente com fármacos anti-inflamatórios no controlo da asma e nunca em monoterapia. O formoterol e salmeterol estão incluídos neste tipo de broncodilatadores [33, 43, 45].
- Antagonistas dos recetores dos leucotrienos: são fármacos anti-inflamatórios que podem ser alternativa ou associados aos corticosteroides. Vão permitir o controlo dos

sintomas, diminuir as exacerbações e promover um melhoramento da função respiratória do doente. Detêm um papel importante no controlo da asma induzida pelo esforço. Nesta classe de anti-inflamatórios, encontram-se o montelucaste e zafirlucaste [33, 43, 46].

- Anticolinérgicos de longa duração de ação: são broncodilatadores utilizados na monitorização da asma moderada a grave, mas nunca em monoterapia. O brometo de tiotrópio tem ação anticolinérgica [33, 43].

- Metilxantinas: têm ação broncodilatadora, mas menos potente que os broncodilatadores anteriormente mencionados. Devido a esse facto, não são fármacos de primeira-linha. Porém, podem ser utilizadas juntamente com corticosteroides. As metilxantinas que podem ser utilizadas na asma são a teofilina e aminofilina [33].

- Corticosteroides sistémicos: estes fármacos são utilizados nos casos de asma mais difíceis de controlar (degrau 5) e nas agudizações. Estes vão impedir o agravamento da inflamação, reduzir o número de recaídas e hospitalizações. Os corticosteroides sistémicos comumente utilizados são a prednisolona, metilprednisolona, hidrocortisona e deflazacort [33, 43].

- Fármaco Anti-IgE: é um anticorpo monoclonal (omalizumab) que vai impedir a ligação da IgE ao seu recetor, cessando, assim, a cascata inflamatória. O omalizumab é administrado subcutaneamente e é restrito a doentes com asma não controlada [33, 43, 47].

Os fármacos usados nas agudizações são fármacos com um rápido início de ação e, sobretudo, com ação broncodilatadora. Neste grupo encontram-se:

- Agonistas- β_2 de curta duração de ação: são fármacos que permitem um alívio rápido dos sintomas apresentados durante as exacerbações. O salbutamol, terbutalina e procaterol possuem estas características.

- Anticolinérgicos de curta duração de ação: o brometo de ipratrópio tem ação anticolinérgica de curta duração, aliviando rapidamente os sintomas de agudização.

- Corticosteroides sistémicos: este tipo de corticosteroides, já mencionado anteriormente, pode, também, ser utilizados em casos de exacerbações [33, 43].

O esquema terapêutico associado aos degraus de controlo da asma está representado na tabela 4.

Tabela 4 – Esquema terapêutico da asma em fase de controlo

	Degrau 1	Degrau 2	Degrau 3	Degrau 4	Degrau 5
	Educação do doente asmático e controlo das características ambientais.				
	Agonistas- β_2 de curta duração de ação (se necessário).		Agonistas- β_2 de curta duração de ação (se necessário) ou baixa dose de CI +Formoterol.		

		Escolha uma opção.	Escolha uma opção.	Adicione uma ou mais opções ao degrau 3.	Adicione uma ou mais opções ao degrau 4.
	Considerar dose baixa de CI.	Dose baixa de CI.	Dose baixa de CI + Agonistas- β_2 de longa duração de ação.	Dose média de CI + Agonistas- β_2 de longa duração de ação.	Tratamento adjuvante (p.ex: com anti-IgE: omalizumab).
Outras opções terapêuticas de controlo.		Antagonista dos recetores LT.	Dose média ou alta de CI.	Alta dose de CI + antagonista dos recetores LT.	Corticosteroide oral (dose mais baixa).
		Baixa dose de teofilina.	Dose baixa de CI + antagonista dos recetores LT.	Adicionar anticolinérgico de longa duração de ação.	
			Dose baixa de CI + teofilina.	Teofilina.	

A tabela 4 demonstra o esquema terapêutico que se deve adotar consoante o degrau em que o doente asmático se encontra. Nas células da tabela com sombreado a laranja são apresentadas as opções de controlo mais eficazes. Adaptado das referências 33, 34, 43. Legenda: CI – Corticosteroides Inalados; LT – Leucotrienos.

A cada 3 a 6 meses, o esquema de tratamento deve ser revisto, para que seja possível concluir se este está a surtir efeito. Se, durante 2-3 meses, os sintomas de asma estiverem controlados, é de considerar a possível descida de um degrau e, conseqüentemente, diminuição do tratamento. Contudo, se não for alcançado o controlo da asma, poderá ser necessário administrar o tratamento correspondente ao degrau acima. Porém, antes de este cenário ser posto em prática, devem ser analisados fatores importantes para o sucesso da terapêutica com a adesão do doente ao esquema terapêutico e ao modo de como este administra os fármacos [33, 34, 41].

1.7. Dispositivos Inaladores e Administração de Fármacos

A via inalatória é o principal modo de administração de fármacos na patologia da asma. Através desta, existe uma maior deposição dos fármacos administrados a nível do

aparelho respiratório inferior, com um início de ação mais curto e utilizando doses inferiores do medicamento, promovendo, assim, melhores resultados terapêuticos e diminuindo a absorção sistêmica dos fármacos e, conseqüentemente, os seus efeitos colaterais [48, 49].

De modo a ser possível a administração dos fármacos através da via inalatória, existem diversos tipos de dispositivos inaladores. Estes podem ser divididos em três grupos: inaladores de pó seco (DPI's = Dry Powder Inhalers), inaladores pressurizados de dose calibrada (pMDI's = pressurized Metered-Dose Inhalers), e nebulizadores.

Os inaladores DPI são bastante utilizados por asmáticos e estão disponíveis em dispositivos uni ou multidose (**Anexo I - X**). Para que a dose seja corretamente administrada, o doente precisa de inspirar pela boca, lenta e profundamente, a fim de inalar todo o pó contido no dispositivo. As vantagens deste tipo de dispositivos passam por serem fáceis de manusear, serem pequenos e portáteis e serem ativados pela inspiração, não sendo essencial a coordenação entre a ativação do dispositivo pela mão com a inspiração. Porém, é necessário que o doente possua a capacidade de promover uma inspiração profunda e forçada, de modo a alcançar uma boa deposição pulmonar do fármaco [48, 50].

Os inaladores pressurizados de dose calibrada libertam uma dose fixa do fármaco, estando este em solução ou em pó micronizado misturado com um propelente com surfactante (**Anexo XI**). São os dispositivos mais usados. Estes inaladores são portáteis e estão sempre prontos a ser utilizados em qualquer local, bastando serem agitados antes da inalação. Contudo, exigem uma boa técnica de coordenação "mão – pulmão", ou seja, coordenar o acionamento do dispositivo, que se executa manualmente, com a inspiração. Como esta coordenação nem sempre é fácil, principalmente para crianças e idosos, poderá ser necessária a utilização de câmaras expansoras, que podem ser acopladas aos pMDI's (**Anexo XII**). Estas vão promover uma melhor deposição pulmonar dos fármacos, reduzir o efeito irritativo apresentado pelo aerossol e, ainda, permitir que o doente inale normalmente a dose do fármaco, ou seja, este não necessita de fazer inspirações profundas para a aquisição do fármaco [48, 51].

Os nebulizadores são aparelhos que produzem um aerossol a partir de soluções aquosas que contêm o fármaco que se pretende administrar. A grande vantagem dos nebulizadores é a capacidade de serem utilizados por lactentes e crianças pequenas que não conseguem utilizar os outros dispositivos e a possibilidade de administrar altas doses de medicamentos de uma forma lenta, prolongada e semi-passiva. Contudo, como não são portáteis, são mais caros, necessitam de uma fonte de eletricidade e o tempo de administração é mais longo, são preteridos pela utilização de pMDI's com câmaras expansoras [48].

1.8. Conclusão

A asma é uma patologia que afeta elevada percentagem de pessoas mundialmente. A sua natureza fisiopatológica de inflamação e broncoconstrição leva a que seja necessária a administração de fármacos anti-inflamatórios e broncodilatadores, em maior ou menor dose, consoante o grau de severidade da asma em cada doente.

A administração destes fármacos é, maioritariamente, efetuada através da via inalatória, utilizando para isso diversos tipos de dispositivos inaladores. Estes dispositivos devem ser utilizados corretamente, tendo o doente que cumprir todas as etapas necessárias para uma boa inalação do fármaco.

A utilização incorreta dos dispositivos inaladores é, ainda, uma constante e constitui um risco elevado para a ineficácia do tratamento e, conseqüentemente, para a vida da pessoa. Sabe-se que os erros mais comuns cometidos pelos utentes passam pela ausência de expiração prévia à utilização dos dispositivos, ou, quando realizada, dirigida erradamente em direção ao dispositivo, por uma inalação demasiado rápida, ausência de coordenação mão-pulmão nos pMDI, incorreto posicionamento do inalador, inalação pelo nariz em vez de pela boca, e ausência de apneia pós-inalação [49, 50, 51].

Para promover o uso correto dos medicamentos e com o objetivo de esclarecer as dúvidas apresentadas pelos utentes, todo o funcionamento dos inaladores, e para amplificar o meu conhecimento sobre esta temática, elaborei doze folhetos informativos acerca de múltiplos tipos de dispositivos inaladores (**Anexo I - XII**), nos quais são explicados os passos para o uso correto do inalador, de modo a que o utente obtenha uma terapêutica eficaz.

Com a elaboração destes folhetos informativos, senti que fiquei muito mais esclarecida sobre este assunto e que fiquei muito mais habilitada para uma melhor explicação aos utentes. Quando apresentei os folhetos aos restantes colaboradores da farmácia, recebi um ótimo *feedback* por parte destes, percebi que os folhetos iriam facilitar também os seus aconselhamentos, e que o utente iria sair beneficiado com estes trabalhos, saindo da farmácia muito mais esclarecido.

2. Irritação nos Olhos e Doenças Oculares

2.1. Enquadramento e Objetivos

A afluência de utentes à farmácia, na qual apresentam queixas sobre alguma irritação ou incómodo ocular, é bastante comum. Durante o tempo de estágio, diversas foram as vezes em que os utentes me interpelaram acerca de sintomas oculares que os incomodavam e qual a solução mais eficaz para o seu alívio e tratamento.

Assim, de modo a colmatar esta lacuna de conhecimento e com o objetivo de ampliar as minhas capacidades para poder efetuar um melhor aconselhamento, decidi pesquisar sobre este tema e verifiquei que as afeções oculares mais comuns e que levam os utentes a pedir aconselhamento junto do farmacêutico são a conjuntivite, blefarite, “olho seco” e o hordéolo, ou mais comumente designado por “terçolho”. Devido ao facto de alguns sintomas destas doenças serem idênticos, e de todas elas provocarem vermelhidão nos olhos, é, por vezes, difícil identificar qual a afeção em questão e, por isso, decidi elaborar um poster (**Anexo XIII**), onde são descritas características, sintomas e tipos de tratamento de cada uma das doenças oculares, com o propósito de simplificar a identificação de cada afeção e, rapidamente, selecionar o tratamento mais adequado para o utente.

2.2. Introdução

O olho humano é o órgão responsável pela visão. Este é um órgão bastante sensível e, muitas vezes, suscetível a lesões, à invasão por agentes infecciosos e agressões ambientais. As suas estruturas externas, como, por exemplo, a conjuntiva, as pálpebras e o sistema lacrimal, possuem uma função protetora, constituindo barreiras contra poeiras, agressões físicas, fumos, bactérias e vírus.

A conjuntiva é uma membrana transparente e bastante fina que reveste a face interior das pálpebras e superfície anterior da esclera, facilitando o movimento do globo ocular e formando uma superfície lisa para que as pálpebras deslizem sobre a córnea. Demonstra ser uma estrutura essencial na proteção do olho contra microrganismos, pois funciona como uma barreira [52, 53].

As pálpebras são constituídas por pele, músculo orbicular do olho, camada de tecido conjuntivo e camada mucosa. Estas cobrem a abertura anterior do globo ocular, sendo indispensáveis na proteção do olho contra traumatismos mecânicos, luz intensa e temperaturas extremas. São preponderantes na manutenção do filme lacrimal sobre a córnea e conjuntiva.

O aparelho lacrimal é constituído por uma glândula lacrimal, localizada na parte superior e lateral de cada olho, cuja função é produzir a lágrima, que vai funcionar como uma película destinada a proteger, nutrir e lubrificar a superfície anterior do globo ocular, prevenindo a secura deste. O filme lacrimal é produzido de forma contínua e distribuído pela superfície do olho através dos movimentos das pálpebras [52].

Sempre que algum fator vá interferir com o regular funcionamento destas estruturas, desenvolvem-se irritações oculares, como conjuntivite, blefarite, olho seco e hordéolo.

2.3. Conjuntivite

A conjuntivite representa uma inflamação da conjuntiva. Os primeiros sinais e sintomas são a vermelhidão na parte branca dos olhos, o prurido, o lacrimejo, a sensibilidade à luz, entre outros, que podem variar de acordo com o tipo de conjuntivite presente. A conjuntivite é caracterizada pela dilatação dos vasos conjuntivais, que origina hiperemia e edema da conjuntiva, e pode apresentar secreções [53, 54].

As conjuntivites podem classificar-se como agudas, tratando-se de conjuntivites com início súbito. Estas ocorrem mais frequentemente, são benignas, autolimitadas e raramente são graves. Podem, no entanto, traduzir-se em conjuntivite crónica, as quais apresentam duração superior a três semanas.

A conjuntivite pode também ser classificada segundo o agente microbiano causal infeccioso (bactérias, vírus, fungos ou protozoários) e não infeccioso (alergias, mecânica, química ou por radiação) [53].

Seguidamente, vão ser abordadas mais detalhadamente as conjuntivites de origem alérgica, vírica e bacteriana.

2.3.1. Conjuntivite Alérgica

A conjuntivite alérgica trata-se de uma resposta inflamatória por parte da conjuntiva, quando exposta a alérgenos, como pelos de animais, pólenes, poluentes existentes no ar, determinados cosméticos, entre outros [53, 55].

Este tipo de conjuntivite é o mais comum e mais de metade das conjuntivites alérgicas podem ser classificadas como sazonais ou perenes. A conjuntivite alérgica sazonal é mais evidente nos meses da primavera e verão, quando o ar transporta mais pólen. Porém, a conjuntivite alérgica perene pode manifestar-se durante todo o ano. É, ainda, de salientar que a conjuntivite de origem alérgica está associada a outras doenças com etiologia alérgica, como a asma ou rinite alérgica [53, 56].

A patogénese da conjuntivite alérgica consiste, principalmente, numa reação de hipersensibilidade mediada pelas IgE's. A ativação dos mastócitos provoca um aumento dos níveis de histamina, prostaglandinas e leucotrienos nas lágrimas [55, 56].

Os sintomas mais comuns da conjuntivite alérgica são: olho vermelho, lacrimejo, prurido, fotofobia, ardor ou sensação de "areia" nos olhos e secreções aquosas [53, 55-57].

O tratamento deste tipo de conjuntivite passa por evitar o agente causador da alergia. É muito pouco provável que se consiga evitar todos os seus desencadeadores. No entanto, por vezes, podem ser tomadas medidas para reduzir a sua exposição às poeiras, pólenes, ácaros, entre outros. Alguns colírios, como lubrificantes ou lágrimas artificiais, podem ajudar a diminuir os sintomas, constituindo uma barreira protetora. Para aliviar o desconforto que poderá ser causado pela inflamação, é aconselhada a aplicação de

compressas húmidas frias nos olhos. Se estas medidas não farmacológicas não surtirem efeito, pode ser necessário a administração de colírios anti-histamínicos, inibidores da desgranulação dos mastócitos, descongestionantes (agonistas α -adrenérgicos), e, se isto não resultar, podem, ainda, ser utilizados colírios de anti-inflamatórios não-esteroides, anti-inflamatórios corticoides ou, ainda, anti-histamínicos orais. Neste últimos casos, é preponderante a monitorização por um oftalmologista [53, 55, 56].

2.3.2. Conjuntivite Vírica

A conjuntivite viral ou vírica é um tipo de conjuntivite originada por um vírus e demonstra ser extremamente contagiosa. O desenvolvimento da conjuntivite vírica depende do microrganismo causador. Em muitos casos, a inflamação da conjuntiva apenas constitui uma manifestação de uma infeção viral como a gripe, a rubéola ou o sarampo. Nestas situações, a evolução da conjuntivite acompanha o desenvolvimento da infeção que lhe deu origem, sendo, portanto, uma infeção autolimitada [53].

O agente causador mais frequente das conjuntivites víricas é o adenovírus, que também causa bastantes infeções nas vias respiratórias. As conjuntivites provocadas por este vírus são bastante contagiosas, sendo necessário bastante cuidado, pois a transmissão pode ser feita por contacto direto pelos dedos ou através de outro tipo de objeto contaminado, como toalhas ou lenços, objetos pessoais, instrumentos médicos contaminados ou água das piscinas. São frequentes os casos, em que é o próprio doente que contagia o outro olho, transportando a infeção de um olho para o outro [53, 58].

Diversos são os sintomas apresentados numa conjuntivite vírica, entre eles o lacrimejo, olho vermelho, sensação de corpo estranho, fotofobia, dor, edema palpebral e, em casos mais graves, visão turva [58].

Em casos ligeiros e moderados, como manifestações associadas a gripes ou constipações, o tratamento passa pela aplicação de lágrimas artificiais e compressas frias, de modo a promover um alívio dos sintomas, não havendo um tratamento específico. Em casos mais específicos, podem ser utilizados colírios de anti-inflamatórios não-esteroides e, nas formas mais intensas ou graves, o tratamento deve ser realizado com corticoides. O uso de antibióticos tópicos está extremamente contraindicado e fármacos anti-víricos também não devem ser utilizados, a não ser que a infeção seja causada pelo vírus varicela zóster ou herpes simplex. Porém, estes casos devem ser seguidos por um oftalmologista [53].

2.3.4. Conjuntivite Bacteriana

A conjuntivite bacteriana é um tipo de conjuntivite, como o nome indica, causada por bactérias. O agente bacteriano provoca um processo inflamatório na conjuntiva, podendo afetar um ou os dois olhos, ou seja, a conjuntivite pode designar-se como uni ou bilateral.

As estirpes maioritariamente responsáveis pela causa de conjuntivite bacteriana são diversas espécies de *Staphylococcus*, *Streptococcus pneumoniae*, *Haemophilus influenzae* e, ainda, *Moraxella catarrhalis*, esta principalmente em crianças [53, 54].

Este tipo de conjuntivite demonstra, na maior parte das vezes, uma condição autolimitada, uma vez que a inflamação tende a regredir ao fim de 7 a 10 dias. Nos casos em que este período se prolongue, deve o doente ser encaminhado para um oftalmologista [53, 54].

Tal como a conjuntivite vírica, a conjuntivite bacteriana é contagiosa e o contágio ou transmissão desta pode ser efetuada através do contacto com as secreções do doente contaminado. Enquanto a pessoa contaminada apresentar sintomas, pode ocorrer transmissão da doença. Além disso, a infeção pode resultar de uma proliferação incomum da flora habitual da conjuntiva, em casos de imunossupressão, traumatismos ou, ainda, em casos em que a produção lacrimal esteja afetada. A conjuntivite bacteriana, habitualmente, apresenta os primeiros sintomas algumas horas após o contágio [53].

Os sintomas da conjuntivite bacteriana são, comumente, ardor ou "sensação de areia nos olhos", fotofobia (sensibilidade à luz), hipovisão (diminuição da visão) e secreções mucopurulentas. Estas secreções são, caracteristicamente, amareladas e bastante espessas e o doente não costuma apresentar prurido [53, 54].

O tratamento deste tipo de conjuntivite pode passar pela administração de antibióticos tópicos, quer na forma de colírio e/ou pomada oftálmica, anti-inflamatórios e, de modo a proporcionar maior conforto, podem ser associadas lágrimas artificiais. Como, neste género de conjuntivite, as secreções são mucopurulentas, é aconselhado que o doente efetue a limpeza do olho diversas vezes ao dia, com compressas esterilizadas e antes da administração do antibiótico. É importante referir que, enquanto permanecer contagioso, o doente deverá lavar as mãos frequentemente e evitar partilhar toalhas, produtos cosméticos, almofadas, entre outros objetos que possam estar em contacto com os olhos. O tratamento da conjuntivite bacteriana deve ser realizado enquanto houver sintomatologia, durante uma a duas semanas [53, 54, 59].

2.4. Blefarite

A blefarite caracteriza-se por ser uma inflamação das margens das pálpebras. Na maior parte das vezes, apresenta-se como uma doença ocular crónica e afeta um grande número de pessoas. A blefarite é uma afeção ocular que pode afetar indivíduos de todas as idades e de ambos os géneros.

Dependendo do local onde a inflamação se desenvolve, a blefarite pode ser classificada como: blefarite anterior, que afeta a margem anterior da pálpebra, ou seja, a base e os

folículos das pestanas; e blefarite posterior, que atinge a extremidade posterior da pálpebra, afetando as glândulas de Meibomius e respectivas aberturas [60-62].

As causas da blefarite são distintas, mediante a localização anatômica da blefarite. No que concerne à blefarite anterior, esta pode ser causada devida a infecções da pálpebra por estafilococos, ou por uma secreção exagerada de sebo pelas glândulas sebáceas que confluem nos folículos pilosos em torno das pestanas. Por outro lado, a blefarite posterior decorre de uma disfunção nas glândulas de Meibomius [60-62].

A presença do *Demodex* nos folículos capilares faz parte da patogênese da blefarite crônica. Estes vão provocar um processo inflamatório nos tecidos e danos nos bolbos capilares, que podem causar a perda dos cílios. Nestes casos, as margens das pálpebras apresentam uma tumefação dos vasos sanguíneos, tornando-os mais visíveis [63].

A blefarite crônica é, muitas vezes, menosprezada. Contudo, trata-se, frequentemente, de uma doença frustrante, dado o seu caráter crônico e cíclico, no qual os períodos de agravamento alternam com períodos assintomáticos.

Os sintomas característicos da blefarite são caspa na base das pálpebras, dor, “comichão” ou ardor nos olhos, lacrimejo e olhos vermelhos, pálpebras edematosas e avermelhadas, crosta no bordo das pálpebras, hipersensibilidade às lentes de contacto, ao fumo, ao vento, ao cloro das piscinas e aos conservantes dos colírios. Adicionalmente, pode ocorrer perda de pestanas, fotossensibilidade e visão turva transitória. Nos casos de dermatite seborreica, é habitual o desenvolvimento de blefarite seborreica, caracterizada por sinais clínicos como caspa, pele oleosa e erupções cutâneas, sendo frequente a formação de escamas oleosas na base das pestanas.

Normalmente, os sintomas apresentam-se mais agravados no período da manhã, podendo, inclusive, a pessoa acordar com as pálpebras “coladas”, como resultado da acumulação de secreções em torno das mesmas durante a noite [60-62].

O tratamento desta afeção passa por proporcionar alívio sintomático, devendo as medidas não farmacológicas constituir a terapêutica de primeira linha. Os utentes devem ser aconselhados a aplicar compressas quentes durante 15 a 20 minutos, pelo menos uma vez ao dia, uma vez que o calor húmido ajuda a amolecer e a soltar as crostas das pestanas, bem como a dissolver as secreções produzidas pelas glândulas de Meibomius, facilitando a sua drenagem e promovendo, assim, a desobstrução dos orifícios glandulares. Após este procedimento, é necessário efetuar a limpeza da pálpebra, devendo, para o efeito, o utente utilizar uma compressa embebida numa solução de limpeza, enxaguando, posteriormente, os olhos com água tépida. No caso de estarem presentes sintomas de irritação ocular, pode ser igualmente recomendada a aplicação de lágrimas artificiais e/ou de lubrificantes oftálmicos. No caso de estarem presentes alguma infeção ou inflamação, podem ser usados colírios ou pomadas oftálmicas constituídas por

antibióticos e/ou anti-inflamatórios para o seu tratamento. Devem ser aplicados depois da limpeza das pálpebras e os doentes devem ser seguidos por um oftalmologista [60, 62].

2.5. Olho Seco

A doença do olho seco apresenta uma elevada prevalência e é caracterizada pela produção de lágrimas em quantidade insuficiente ou, então, as lágrimas, apesar de serem suficientes, não possuem a qualidade necessária para manter os olhos lubrificados. Trata-se de uma doença das lágrimas e da superfície ocular, resultante de variados fatores, que pode provocar sintomas de desconforto, perturbações visuais e instabilidade do filme lacrimal, com potenciais danos na superfície ocular, como inflamação [64-66].

As lágrimas têm, também, como função proteger a superfície ocular das infeções e efeitos nocivos do meio ambiente. Estas possuem, na sua constituição, vitaminas, proteínas, minerais e lípidos. A presença de todas estas substâncias faz com que as lágrimas tenham qualidade para alimentar, hidratar e lubrificar a córnea. Estas são produzidas pelas glândulas lacrimais, situadas atrás da pálpebra superior. As lágrimas espalham-se pela córnea pelo movimento das pálpebras, formando o filme lacrimal. Este é constituído por três camadas: lipídica, aquosa e mucina. A camada lipídica é a mais externa e impede a evaporação da lágrima, a camada intermédia e mais espessa é constituída por água e a camada mais interna é a mucina e permite adesão do filme lacrimal à córnea. O olho pode considerar-se seco, não só pela quantidade destes constituintes, mas também se a qualidade estiver alterada [64].

Os sintomas mais característicos do olho seco são o desconforto ocular, os quais incluem sensação areia nos olhos, irritação e vermelhidão da superfície ocular, ardor, prurido e fotossensibilidade. Além disto, a irritação causada pela secura ocular pode desencadear uma produção excessiva de lágrimas, levando o utente a apresentar olhos lacrimejantes. São, também, frequentes queixas de visão turva transitória, redução da capacidade de produção de lágrimas e intolerância ao uso de lentes de contacto. A evolução da sintomatologia é gradual e bilateral, verificando-se um agravamento da mesma em locais onde o ar é muito seco [64, 65, 67].

As causas mais frequentes de olho seco são: a idade, uso de computador ou outros dispositivos digitais de uma forma excessiva, a menopausa, ar condicionado, uso de lentes de contato e alguns medicamentos (anti-histamínicos, diuréticos, antidepressivos, benzodiazepinas, anticoncepcionais e analgésicos). Ambos os géneros e todas as idades podem ser afetados pelo olho seco, porém o sexo feminino seja o mais afetado [64, 65].

O tratamento do olho seco passa por medidas de evicção de alguns fatores de risco, para que haja uma maior eficácia no alívio da sintomatologia a longo prazo. Uma das medidas

mais simples e eficazes no alívio dos sintomas desta doença é a implementação de mudanças no estilo de vida, devendo o utente ser aconselhado a evitar uma exposição prolongada ao ecrã do computador ou da televisão, a usar humidificadores ambientais em casa ou no local de trabalho, a evitar ambientes secos ou com substâncias irritantes (como poluentes ou fumo de cigarro), entre outros ambientes poluídos. Se a sintomatologia apresentada pelo doente for causada por alguma medicação, deve ser igualmente recomendada a sua suspensão, se possível. Para um alívio mais imediato, podem ser utilizadas lágrimas artificiais e lubrificantes oftálmicos, sob a forma de gel ou pomada, devendo ser colocados nos olhos várias vezes ao dia, consoante a necessidade. Por vezes, a utilização destes colírios não é suficiente e pode ser necessária a utilização de colírios anti-inflamatórios, antibióticos, entre outros, para um eficaz controlo da doença [64-67].

2.6. Hordéolo ou “Terçolho”

Um hordéolo, comumente conhecido como "terçolho", trata-se de um abscesso palpável, um nódulo ou “inchaço”, avermelhado e doloroso, que se forma na pálpebra. Este abscesso é consequência de um bloqueio de uma ou mais glândulas sebáceas, localizadas na extremidade das pálpebras. Este bloqueio entrava a drenagem do líquido contido nas glândulas, dando, assim, origem ao hordéolo.

Mediante a sua localização e as glândulas envolvidas, os hordéolos podem ser externos ou internos. O hordéolo interno ocorre quando é formado numa das glândulas mais profundas da pálpebra. Neste caso, os sintomas são mais evidentes em relação ao hordéolo formado no exterior da pálpebra, porém, estes são mais frequentes [64, 69].

Uma infeção bacteriana é a principal causa do desenvolvimento de um hordéolo, pois são responsáveis pelo impedimento da drenagem das glândulas sebáceas. As bactérias maioritariamente responsáveis por estas infeções são os *Staphylococcus* [69].

As pessoas que sofrem de blefarite crónica são mais propícias para o desenvolvimento do hordéolo. Se a blefarite não for tratada adequadamente, o risco cresce, sendo mesmo uma causa frequente da doença [64].

Numa fase inicial, o “terçolho” pode manifestar-se através do aparecimento de uma vermelhidão na pálpebra. Seguidamente, é formado um abscesso ou nódulo muito sensível e doloroso, que contém pus de cor amarelada, no centro da zona dilatada. Usualmente, apenas uma parte pequena da pálpebra é afetada. Porém, por vezes, as pálpebras inflamam-se completamente. O olho pode lacrimejar, apresentar uma sensação de corpo estranho, prurido e sensibilidade à luz. Os sintomas do hordéolo interno manifestam-se numa zona mais circunscrita do que no hordéolo externo. Todavia, a dor é mais intensa no hordéolo interno. Esta afeção ocular não é contagiosa [64, 69].

Por vezes não são necessárias medidas de tratamento, pois o hordéolo pode drenar de forma espontânea ao fim de 3 a 4 dias, porém, este período pode alongar-se até cerca de um mês. O tratamento não farmacológico passa pela aplicação de compressas quentes sobre as pálpebras, duas a quatro vezes por dia, durante alguns minutos, de modo a liquefazer as secreções, facilitando a drenagem das glândulas, resolvendo o “terçolho”. O tratamento farmacológico consiste na aplicação de antibiótico, na forma de pomada oftálmica, na zona afetada, durante aproximadamente 8 dias.

O “terçolho” não deve ser espremido, porque a área afetada pode expandir e, conseqüentemente, o quadro pode agravar-se. Nalgumas situações, poderá ser necessária a realização de uma pequena cirurgia, com o intuito de facilitar a drenagem do hordéolo [64, 69].

2.7. Conclusão

As afeções oculares mais comuns, e que mais levam as pessoas à farmácia, com o motivo de obterem um aconselhamento adequado para a resolução destas, são a conjuntivite, olho seco, blefarite e hordéolo. Durante o estágio, variadas vezes os utentes interrogaram-me acerca das suas irritações oculares e pediram conselhos sobre qual a melhor solução para o seu alívio e tratamento. Dada a semelhança destas afeções no que toca aos seus sintomas, particularmente o facto de todas elas serem causadoras de “olho vermelho”, torna-se, por vezes, difícil identificar o problema em concreto, bem como reconhecer sinais de maior gravidade, que justificam a indicação médica.

Uma vez que os problemas oftalmológicos não são muito abordados durante o curso e, de modo a colmatar esta falha no meu conhecimento e a conseguir ganhar competências para um bom aconselhamento farmacêutico, decidi pesquisar sobre este tema e, por fim, propus-me à elaboração de um poster (**Anexo XIII**), onde são descritas características, sintomas e tipos de tratamento de cada uma das doenças oculares, com o propósito de simplificar a identificação de cada afeção e, rapidamente, seleccionar o tratamento mais adequado para o utente.

Após a elaboração do poster, senti-me muito mais apta para o aconselhamento neste tipo de afeções. O referido poster foi afixado num gabinete da farmácia, onde todos os colaboradores têm acesso. No momento no qual apresentei o poster, recebi boas críticas, nas quais foi referido que o documento estava muito explícito e que seria bastante útil no esclarecimento de pequenas dúvidas.

3. Outros Trabalhos Desenvolvidos Durante o Estágio

Durante os seis meses de estágio, foram-me propostos outros trabalhos, com o objetivo de proporcionarem uma amplificação do meu conhecimento e uma mais fácil adaptação à prática farmacêutica em si, todos eles, de uma maneira ou outra, com utilidade para a farmácia.

Logo no início do estágio, foi-me sugerida a elaboração de um trabalho sobre Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica, para começar a familiarizar-me com este tipo de medicamentos e suas indicações. Assim, elaborei um documento (**Anexo XIV**) constituído por tabelas, onde se encontram descritas a designação, substâncias ativas, forma farmacêutica, indicações terapêuticas, posologias, notas importantes e onde também é apresentado o aspeto da embalagem de diversos medicamentos desta categoria, indicados para diversas patologias comuns, como tosse seca e/ou produtiva, gripes e constipações, dor de garganta, congestão nasal, obstipação, diarreia, hiperacidez e azia, entre outros. Este documento foi bastante útil para mim e encontra-se na farmácia à disposição de todos os colaboradores.

Quando comecei a preparação de medicamentos manipulados, foi-me proposto fazer uma compilação da legislação acerca deste tipo de medicamentos. Posto isto, fiz uma pesquisa dos decretos-lei afetos aos medicamentos manipulados e compilei-os num dossier (**Anexo XV**), que se encontra arquivado no laboratório da farmácia, para fácil e rápida consulta.

Seguidamente, foi sugerido o desenvolvimento de uma ideia e projeto para ser enviado para a “Farmácia Ativa”, que é uma campanha de âmbito social, levada a cabo pela *La Roche-Posay*[®] em colaboração com a Associação Nacional de Farmácias e que visa melhorar a qualidade de vida das populações portuguesas. Assim, cada farmácia foi convidada a apresentar um projeto de cariz social, para melhorar a qualidade de vida e o bem-estar da população da sua área de influência. A ideia inicial já estava praticamente formada e, a partir daí, tive que desenvolver essa ideia, descrevendo o projeto, os seus objetivos e quais os benefícios que este teria no bem-estar da população envolta à Farmácia do Lago (**Anexo XVI**).

Mais tarde, foi-me, ainda, proposta a elaboração de dois folhetos informativos, um relativo ao “Ácido úrico e Gota”, no qual é explanado o que é o ácido úrico e a gota e quais os alimentos recomendados e os alimentos não aconselhados às pessoas que apresentam níveis elevados de ácido úrico (**Anexo XVII**). O outro folheto aborda o tema da maternidade, o qual é designado por “Kit Maternidade” (**Anexo XVIII**), no qual são descritos os objetos necessários levar para a maternidade na chegada do dia do nascimento de um novo bebé.

Referências Bibliográficas

[1] OF: Código Deontológico da Ordem dos Farmacêuticos. Acessível em: <http://ordemfarmaceuticos.pt>. [acedido em 25 julho de 2016].

[2] Iglésias-Ferreira P, Santos HJ (2009). Manual de Dispensação Farmacêutica. 2ª Edição. Grupo de Investigação em Cuidados Farmacêuticos da Universidade Lusófona.

[3] Ministério da Saúde. Portaria n.º 277/2012 - Definição de horário padrão de funcionamento diário e regulamentação de turnos e valor máximo a cobrar em turno permanente. Diário da República, 1.ª série, n.º 177, de 12 de setembro.

[4] Ministério da Saúde. Portaria n.º 14/2013 – Alteração à Portaria n.º 277/2012, de 12 de setembro. Diário da República, 1.ª série, n.º 8, de 11 de janeiro.

[5] Ministério da Saúde. Decreto-Lei n.º 307/2007 – Regime jurídico das farmácias de oficina. Diário da República, 1.ª série, n.º 168, de 21 de agosto.

[6] Ministério da Saúde. Deliberação n.º 1500/2004 - Aprova a lista de equipamento mínimo de existência obrigatória para as operações de preparação, acondicionamento e controlo de medicamentos manipulados, que consta do anexo à presente deliberação e dela faz parte integrante. Diário da República, 2ª série, n.º 303, de 29 de dezembro.

[7] Ministério da Saúde. Deliberação n.º 1504/2004, Define os formulários e farmacopeias reconhecidos pelo INFARMED. Diário da República, 2ª série, n.º 304, de 30 de dezembro.

[8] Ordem dos Farmacêuticos: Boas Práticas Farmacêuticas para a farmácia comunitária. Acessível em: www.ordemfarmaceuticos.pt. [acedido em 27 de julho de 2016].

[9] INFARMED: Decreto-Lei n.º 209/94, de 6 de agosto: Classificação de medicamentos quanto à dispensa ao público. Acessível em www.infarmed.pt [acedido em 28 de julho de 2016].

[10] Ministério da Saúde. Normas relativas à dispensa de medicamentos e produtos de saúde. Acessível em: www.acss.min-saude.pt [acedido em 28 de julho de 2016].

[11] Ministério da Saúde. Portaria n.º 137-A/2012, Regime jurídico a que obedecem as regras de prescrição, modelos de receita, condições de dispensação e informação ao utente. Diário da República, 1ª série, n.º 92, de 11 de maio.

[12] Ministério da Saúde. Despacho n.º 15700/2012, Aprova os modelos de receita médica, no âmbito da regulamentação da Portaria n.º 137-A/2012, de 11 de Maio. Diário da República, 2ª série, n.º 238, de 10 de dezembro.

[13] Ministério da Saúde. Despacho nº2935-B/2016, Estabelece disposições com vista a impulsionar a generalização da receita eletrónica desmaterializada (Receita Sem Papel), no Serviço Nacional de Saúde, criando metas concretas para a sua efetivação. Diário da República, 2ª série, n.º 39, de 25 de fevereiro.

[14] INFARMED: Medicamentos Uso Humano – Medicamentos Genéricos. Acessível em: www.infarmed.pt [acedido em 28 de julho de 2016].

[15] Ministério da Saúde. Decreto-Lei n.º 176/2006 - Regime jurídico a que obedece a autorização de introdução no mercado e suas alterações. Diário da República, 1.ª série, n.º 167, de 30 de agosto.

[16] Ministério da Saúde. Decreto-Lei n.º 106-A/2010 – Adopção de medidas mais justas no acesso aos medicamentos, combate à fraude e ao abuso na comparticipação de medicamentos e de racionalização da política do medicamento no âmbito do Serviço Nacional de Saúde. Diário da República, 1.ª série, n.º 192, de 1 de outubro.

[17] Ministério da Saúde. Despacho n.º 18694/2010 - Medicamentos manipulados comparticipados. Diário da República, 2.ª série, n.º 242, de 16 de dezembro.

[18] INFARMED: Saiba mais sobre psicotrópicos e estupefacientes. Acessível em: www.infarmed.pt [acedido em 30 de julho de 2016].

[19] INFARMED: Norma Relativas à Prescrição de Medicamentos e aos Locais de Prescrição, Farmácias e Administrações Regionais de Saúde. Acessível em: <http://www.infarmed.pt>. [acedido em 30 de julho de 2016].

[20] Ministério da Saúde. Despacho n.º 17690/2007 - Situações patológicas passíveis de automedicação. Diário da República, Série II, n.º 154, de 23 de julho.

[21] Ministério da Saúde. Portaria n.º 594/2004 - Aprova as boas práticas a observar na preparação de medicamentos manipulados em farmácia de oficina e hospitalar. Diário da República, Série I, n.º 129, de 2 de junho.

[22] Ministério da Economia e Saúde. Portaria n.º 769/2004 - Estabelece o cálculo do preço de venda ao público dos medicamentos manipulados por parte das farmácias. Diário da República, Série I, n.º 153, de 1 de junho.

[23] Ministério da Saúde. Despacho n.º 18694/2010 - Estabelece as condições de comparticipação de medicamentos manipulados e aprova a respectiva lista. Diário da República, Série II, n.º 242, de 16 de dezembro.

[24] INFARMED: Produtos Cosmético e de Higiene Corporal. Acessível em: <http://www.infarmed.pt>. [acedido em 2 agosto de 2016].

[25] Ministério da Economia e da Inovação. Decreto-Lei n.º 10/2007 - Limitação de colocação no mercado e utilização de algumas substâncias e preparações perigosas. Diário da República, 1.ª série, n.º 13, de 18 de janeiro.

[26] Ministério da Agricultura, do Desenvolvimento Rural e das Pescas. Decreto-Lei n.º 136/2003 – Suplementos Alimentares. Diário da República, 1.ª série, n.º 147, de 28 de junho.

[27] Ministério da Agricultura, do Desenvolvimento Rural e das Pescas. Decreto-Lei n.º 74/2010 - Géneros alimentícios destinados a uma alimentação especial. Diário da República, 1.ª série, n.º 118, de 21 de junho.

[28] Boiron Portugal: A homeopatia. Acessível em: www.boiron.pt [acedido em 4 de agosto de 2016].

[29] Direção Geral de Saúde. Norma 020/2011 de 28/09/2011 e atualizada em 19/03/2013 – Hipertensão Arterial: definição e classificação. Acessível em: www.dgs.pt [acedido em 4 de agosto de 2016].

[30] Direção Geral de Saúde. Norma 007/2011 de 31/01/2011 – Diagnóstico e conduta da Diabetes Gestacional. Acessível em: www.dgs.pt [acedido em 4 de agosto de 2016].

[31] Direção Geral de Saúde. Norma 019/2011 de 28/09/2011 – Abordagem Terapêutica das dislipidémias no adulto. Acessível em: www.dgs.pt [acedido em 4 de agosto de 2016].

[32] VALORMED: A VALORMED. Acessível em: <http://www.valormed.pt>. [acedido em 4 agosto de 2016].

[33] Direção-Geral de Saúde: Programa Nacional para as Doenças Respiratórias. Acessível em: <http://www.dgs.pt> [acedido em 9 de agosto de 2016].

[34] Global Initiative for Asthma (GINA) (2016). *Global Strategy for Asthma Management and Prevention*. Acessível em: <http://www.ginasthma.org> [acedido em 9 de agosto de 2016].

[35] Sousa AS, Almeida MM, Azevedo LF, *et al.* (2012). Prevalence of asthma in Portugal - The Portuguese National Asthma Survey. *Clinical and Translational Allergy*; 2:15-27.

[36] Todo-Bom A, Mota Pinto A (2006). Fisiopatologia da asma grave. *Revista Portuguesa de Imunoalergologia*; 14:43-48.

[37] Campos HS (2007). Asma: suas origens, seus mecanismos inflamatórios e o papel do corticosteroide. *Revista Brasileira de Pneumologia Sanitária*; 15:47-60.

[38] Bonsignore MR, Profita M, Gagliardo R, Riccobono L, Chiappara G, Pace E, Gjomarkaj M (2015). Advances in asthma pathophysiology: stepping forward from the Maurizio Vignola experience. *European Respiratory Review*; 24: 30-39.

[39] Pelaia G, Vatrella A, Maselli R (2012). The potencial of biologics for the treatment of asthma. *Nature Reviews Drug Discovery*; 11:958-972.

[40] Okano M, Kariya S, Ohta N, Imoto Y, Fujieda S, Nishizaki K (2015). Association and management of eosinophilic inflammation in upper and lower airways. *Allergology International*; 64: 131-138.

[41] Direção-Geral da Saúde: Manual de Boas Práticas na Asma. Acessível em: <http://www.dgs.pt> [acedido em 9 de agosto de 2016].

[42] Carr TF, Berdnikovs S, Simon H, Bochner BS, Rosenwasser LJ (2016). Eosinophilic bioactivities in severe asthma. *World Allergy Organization Journal*; 9:21-27.

[43] Ordem dos Farmacêuticos: Normas de Orientação Terapêutica. Acessível em: <http://www.ordemfarmaceuticos.pt> [acedido em 17 de agosto de 2016].

[44] Passadi D, Spinosi MC, Crisanti A, Bellussi LM (2016). Mometasone furoate nasal spray: a systematic review. *Multidisciplinary Respiratory Medicine*; 11:18-22.

[45] Bollmeier SG, Prosser TR (2016). Patient perspectives on fluticasone-vilanterol versus other corticosteroid combination products for the treatment of asthma. *Patient Preference and Adherence*; 10:825-836.

[46] Miligkos M, Bannuru RR, Alkofide H, Kher SR, Schmid CH, Balk EM (2015). Leukotriene receptor antagonists versus placebo in the treatment of asthma in adults and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Annals of Internal Medicine*; 163:756-767.

[47] Lommatzsch M, Stoll P (2016). Novel strategies for the treatment of asthma. *Allergo Journal International*; 25:11-17.

[48] Associação Portuguesa de Asmáticos. Acessível em: <http://apa.org.pt> [acedido em 27 de agosto de 2016].

[49] Manríquez P, Acuña AM, Muñoz L, Reyes A (2015). Study of inhaler technique in asthma patients: differences between pediatric and adult patients. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*; 41:405-409.

[50] Westerik JAM, Carter V, Chrystyn H, Burden A, Thompson SL, Ryan D *et al* (2016). Characteristics of patients making serious inhaler errors with a dry powder inhaler and association with asthma-related events in a primary care setting. *Journal of Asthma*; 53: 321-329.

[51] Price D, Bosnic-Anticevich S, Briggs A, Chrystyn H, Rand C, Scheuch G, Bousquet J (2013). Inhaler competence in asthma: Common errors, barriers to use and recommended solutions. *Respiratory Medicine*; 107:37-46.

[52] Silva JV, Ferreira B, Pinto H (2013). Anátomo-Histologia Funcional do Olho. *Princípios da Oftalmologia – Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Ceará*.

[53] Azari AA, Barney NP (2013). Conjunctivitis – A Systematic Review of Diagnosis and Treatment. *The Journal of the American Medical Association*; 310:1721-1729.

[54] Epling J (2012). Bacterial conjunctivitis. *Clinical Evidence*; 2:704-725.

[55] La Rosa M, Lionetti E, Reibaldi M, Russo A, Longo A, Leonardi S *et al* (2013). Allergic conjunctivitis: a comprehensive review of the literature. *Italian Journal of Pediatrics*; 39:18-25.

[56] Bielory BP, O'Brien TP, Bielory L (2012). Management of seasonal allergic conjunctivitis: guide to therapy. *Acta Ophthalmologica*; 90: 399-407.

[57] Mantelli F, Lambiase A, Bonini S, Bonini S (2011). Clinical trials in allergic conjunctivitis: a systematic review. *Allergy*; 66:919-924.

[58] Pinto, R, Lira R, Arieta, C, Castro R, Bonon S (2015). The prevalence of adenoviral conjunctivitis at the Clinical Hospital of the State University of Campinas, Brazil. *Clinics*; 70:748-750.

[59] Jefferis J, Perera R, Everitt H, Weert H, Rietvelt R, Glasziou P, Rose P (2011). Acute infective conjunctivitis in primary care: who needs antibiotics?. *British Journal of General Practice*; 542-547.

[60] Bunya VY, Brainard DH, Daniel E, Massaro-Giordano M, Nyberg W, Windsor E *et al*. (2013). Assessment of Signs of Anterior Blepharitis Using Standardized Color Photographs. *Cornea*; 32:1475-1482.

[61] Bachmeyer C, Bégon E (2013). Chronic blepharitis. *The Netherlands Journal of Medicine*; 5:259-263.

[62] Lindsley K, Matsumura S, Hatf E, Akpek E (2012). Interventions for chronic blepharitis. *Cochrane Database Systematic Reviews*; 5:CD005556.

[63] Rusiecka-Ziółowska J, Nokiel M, Fleischer M (2014). *Demodex – An Old Pathogen or a New One?*. *Advances in Clinical and Experimental Medicine*; 23:295-298.

[64] Saúde e Bem estar. Acessível em: <http://www.saudebemestar.pt> [acedido em 1 de setembro de 2016].

[65] Kastelan S, Tomic M, Salopek-Rabatic J, Novak B (2013). Diagnostic Procedures and Management of Dry Eye. *Hindawi Publishing Corporation*; Article ID:3099723.

[66] Baudouin C, Aragona P, Setten G, Rolando M, Irkeç M, Castillo J *et al.* (2014). Diagnosing the severity of dry eye: a clear and practical algorithm. *British Journal of Ophthalmology*; 98:1168-1176.

[67] Messmer E (2015). The Pathophysiology, Diagnosis, as Treatment of Dry Eye Disease. *Deutsches Arzteblatt International*; 112:71-82.

[68] Alves M, Novaes P, Morrays M, Reinach P, Rocha E (2014). Is dry eye na environmental disease?. *Arquivos Brasileiros de Oftalmologia*; 77:193-200.

[69] Lindsley K, Nichols JJ, Dickersin K (2014). Interventions for acute internal hordeolum. *Cochrane Database Systematic Reviews*; 4:CD007742.

ANEXOS

Anexo I – Folheto Informativo: Aerolizer®

12. Após ter usado todo o pó, abra a câmara da cápsula (ver passo 2).

Remova a cápsula vazia e utilize um pano seco ou um pincel macio para remover qualquer resíduo de pó que se mantenha no interior.

Não use água para limpar o inalador.

13. Feche a câmara da cápsula e ponha a tampa protetora.

14. Bocheche com água depois de inalar a(s) dose(s) prescrita(s).

Esta etapa é de extrema importância, uma vez que irá reduzir a probabilidade de desenvolvimento de candidíases orais.

NOTAS IMPORTANTES



- Quando pressiona os botões laterais, a cápsula pode quebrar-se e pequenos fragmentos de gelatina passarem para a boca ou garganta. Pode engolir estes pequenos fragmentos de gelatina que não são prejudiciais.

- Nunca expire através do bocal.

- Não engula as cápsulas. O pó contido nas cápsulas destina-se apenas a ser utilizado por inalação.

- As cápsulas devem ser mantidas no blister até que necessite de as utilizar.

- Feche sempre a câmara da cápsula e coloque sempre a tampa protetora após cada utilização.

bibliografia:

1 Almeida M.A., Rogeiro J.A., Neuparth H., Mira C.S., Pinto P., Ribeiro L., Pinto J.R. (2007) Análise de Administração de Farmacos Respiratórias em Pedidos. Cadernos em Saúde Pública 23(1):24-34.

2 Inframed. Folheto Informativo do Medicamento. Disponível em: http://www.inframed.pt/infocad/download_ficheros_dofolheto_dosmedicamentos_brochur. [consultado em 23 de abril de 2016].

3 In 90m. Particulares a Deutsche Aboveregligo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=10x0d0g0r10>. [consultado em 23 de abril de 2016].

Aerolizer®



Ana Luísa Coutinho de Carvalho

Trabalho elaborado no âmbito do Estágio Curricular do Mestrado Integrado em Ciências Farmacéuticas

2015/2016

Guia explicativo de utilização do Aerolizer®

O Aerolizer® é um dispositivo que possibilita a administração de fármacos diretamente nas vias aéreas.



A via inalatória constitui o método preferencial para administração de fármacos no tratamento das doenças respiratórias.¹



Sabe utilizar corretamente o seu dispositivo Aerolizer®?



MODO DE UTILIZAÇÃO²

O Aerolizer® é um inalador a partir do qual são administradas quantidades muito pequenas de pó.

Quando inala através do Aerolizer® o pó é depositado nos seus pulmões. Desta forma, é importante que inale enérgica e profundamente, através do bocal.

1. Tire a tampa do inalador.

2. Segure firmemente a base do inalador e rode o bocal na direção da seta para abrir (sentido contrário ao dos ponteiros do relógio).



Isto abre a câmara da cápsula.

3

3. Assegure-se de que os seus dedos estão completamente secos. Retire uma cápsula da embalagem blister e coloque-a no compartimento com a forma da cápsula na base do inalador.



Não coloque a cápsula no bocal.

4. Feche o compartimento da cápsula rodando o bocal (no sentido dos ponteiros do relógio) até ouvir um clique.



O seu inalador está pronto para ser utilizado.

5. Para libertar o pó da cápsula, segure o inalador na vertical com o bocal para cima.

6. Perfure a cápsula pressionando firmemente ambos os botões laterais ao mesmo tempo. Depois, liberte os botões. Faça isto apenas uma vez.



7. Segure o inalador afastado da sua boca.

Expire. Mas, não expire através ou próximo do bocal!

8. Coloque o bocal na sua boca e incline ligeiramente a cabeça para trás. Cerre os lábios firmemente em torno do bocal.

9. Inspire rápida mas uniformemente, o mais profundamente possível.



Deve ouvir um zumbido à medida que a cápsula roda na câmara à medida que o pó se dispersa. Se não ouvir o zumbido, abra a câmara da cápsula (ver passo 2) e verifique se a cápsula se encontra solta na câmara. Depois repita os passos 8 e 9.

Não tente soltar a cápsula premindo repetidamente os botões laterais.

10. Após inspirar, sustenha a respiração o máximo de tempo que se sentir confortável, enquanto retira o inalador da boca. Depois expire através do nariz.

11. Abra a câmara da cápsula para verificar se ainda existe algum pó na cápsula. Se tal acontecer, repita os passos 7 a 10.

Anexo II – Folheto Informativo: Autohaler®

- Quando o dispositivo está completamente vazio não irá sentir nem ouvir qualquer propulente a ser libertado.

- Mantenha o inalador à temperatura ambiente. Não guarde o seu inalador acima de 30°C. Deve ser evitada a exposição à luz solar direta e ao calor. Não congelar.

Como a quantidade de pó libertada é muito pequena, é possível que não sinta o seu sabor após a inalação. Contudo, se procedeu conforme as instruções, pode confiar que a dose foi inalada. Não repetir a inalação!

- Se o dispositivo for novo ou se não o usou durante 2 semanas ou mais, deve ser testado antes de usar, libertando 2 pulverizações para o ar do seguinte modo:

1. Tire a cobertura do bocal, puxando para baixo a patilha que está atrás.
2. Aponte o bocal para longe de si de maneira que o spray do medicamento vá para o ar. Empurre a válvula, no topo do dispositivo, de modo que ela fique para cima.
3. Depois, para libertar uma pulverização, empurre a válvula de libertação da dose, no fim do dispositivo, na direção nela indicada pela seta.
4. Para libertar a segunda pulverização precisa de voltar a pôr a válvula para baixo e seguir outra vez os passos 2 e 3. Após libertar a segunda pulverização, volte a colocar a válvula para baixo, para ficar pronto para fazer uma inalação do seu medicamento.

**NÃO USE A VÁLVULA DE LIBERTAÇÃO DA DOSE PARA TOMAR O SEU MEDICAMENTO.
O DISPOSITIVO AUTOHALER® LIBERTARÁ A DOSE AUTOMATICAMENTE QUANDO COMEÇAR A INSPIRAR PELO BOCAL.**

03/09/16

¹ Almeida M.M., Hoggans J.A., Neuparth H., Steere C.S., Pires P.L., Ribeiro L., Pinto J.R. (2010) Técnicas de Administração de Terapias Respiratórias em Pediatra. Cadernos Imuno-ALERGIA; 16:26-42.

² INHALADOR: Folheto Informativo do medicamento. Acessível em: http://www.infarma.pt/infarmaad/download_ficheiro.php?read_id=91&catipo_documento=1 (acedido em 17 de abril de 2016).

³ Imagens pertencentes à Deutsche Altheringe AG. Acessível em: <https://www.youtube.com/watch?v=7wv7e3p3p0c> (acedido em 17 de abril de 2016).

Autohaler®



Ana Luísa Coutinho de Carvalho

Trabalho elaborado no âmbito do Estágio Curricular do Mestrado Integrado em Ciências Farmacéuticas

2015/2016

Guia explicativo de utilização do Autohaler®

O Autohaler® é um dispositivo que possibilita a administração de fármacos diretamente nas vias aéreas.



A via inalatória constitui o método preferencial para administração de fármacos no tratamento das doenças respiratórias.¹



Sabe utilizar corretamente o seu dispositivo Autohaler®?



MODO DE UTILIZAÇÃO²

O Autohaler® é um inalador a partir do qual são administradas quantidades muito pequenas de pó.

Quando inala através do Autohaler® o pó é depositado nos seus pulmões. Desta forma, é importante que inale enérgica e profundamente, através do bocal.

1. Tire a cobertura do bocal, puxando para baixo a patilha que está atrás.



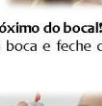
2. Segure o seu dispositivo Autohaler® na posição vertical. Empurre a válvula de modo que ela fique para cima.



Continue a segurar o seu dispositivo na posição vertical, verificando se a sua mão não está a bloquear a ventilação do ar na parte de baixo do dispositivo.



3. Expire. Mas, não expire através ou próximo do bocal! Coloque imediatamente o bocal na sua boca e feche os lábios à sua volta.



Inspire devagar e profundamente através do bocal. Não pare de inspirar quando ouvir um ligeiro clique e sentir a pulverização na sua boca porque é importante que continue a inspirar após a pulverização ser libertada.



4. Sustenha a respiração durante 10 segundos e depois expire lentamente mas não na direção do inalador.

5. Após cada pulverização, baixar a válvula para a posição horizontal inicial.



6. Se lhe foi prescrita mais que uma dose, repita os passos de 1-5. Porém deve aguardar aproximadamente 30 segundos antes da segunda inalação, segurando o Autohaler® na vertical.

7. Após a utilização, coloque a cobertura no bocal.

8. Bocheche com água depois de inalar a(s) dose (s) prescrita (s).

Esta etapa é de extrema importância, uma vez que irá reduzir a probabilidade de desenvolvimento de candidíases orais.

NOTAS IMPORTANTES



- Nunca expire através do bocal.

- Coloque sempre a tampa corretamente após cada utilização.

- Limpe o exterior do bocal regularmente (semanalmente) com um pano limpo e seco. Não utilize água para limpar o bocal.

Anexo III – Folheto Informativo: Breezhaler®

14. Após ter terminado a toma do seu medicamento, abra novamente o bocal e retire a cápsula vazia da câmara da cápsula, inclinando o inalador para que ela saia. Coloque a cápsula vazia no seu lixo doméstico.

15. Feche o inalador e reponha a tampa.

16. Bocheche com água depois de inalar a(s) dose(s) prescrita(s).

Esta etapa é de extrema importância, uma vez que irá reduzir a probabilidade de desenvolvimento de candidíases orais.

NOTAS IMPORTANTES



- Cada inalador deve ser eliminado após 30 dias de utilização.
- Ocasionalmente, pedaços muito pequenos da cápsula podem atravessar o filtro e entrar na sua boca. Se tal acontecer, pode sentir esses pedaços na língua. Não é prejudicial se estes pedaços forem engolidos ou inalados. As probabilidades de quebra da cápsula aumentarão se a cápsula for acidentalmente perfurada mais do que uma vez.
- Algumas pessoas podem ocasionalmente tossir brevemente após a inalação do medicamento. Se tal lhe acontecer, não se preocupe. Sempre que a cápsula ficar vazia, terá tomado uma quantidade suficiente do seu medicamento.
- Não conserve as cápsulas no interior do Breezhaler®.
- As cápsulas devem ser mantidas no blister até que necessite de as utilizar.

oblografi

*Alvarez M.A., Högstra J.A., Heupel H., Mira C.S., Piro P.L., Ribeiro L., Piro J.R. (2007) Análise de Administração do Fungicida Respiratório em Pedras. Cadernos de Saúde Pública 23(1):10-18.

† European Medicines Agency Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.ema.europa.eu/doc/gen/PT/Breacant_Libra/ry/Breacant_Product_Information/na/en/001116/WC00000000.pdf?docId=623204001de0e6

‡ Imagem pertencente a Deutsche Atemwegig. Acessível em: <https://www.youtube.com/watch?v=2b010pms4> (acedido em 23 de abril de 2016).



Ana Luísa Coutinho de Carvalho

Trabalho elaborado no âmbito do Estágio Curricular do Mestrado Integrado em Ciências Farmacéuticas

2015/2016

Guia explicativo de utilização do Breezhaler®

O Breezhaler® é um dispositivo que possibilita a administração de fármacos diretamente nas vias aéreas.



A via inalatória constitui o método preferencial para administração de fármacos no tratamento das doenças respiratórias.¹



Sabe utilizar corretamente o seu dispositivo Breezhaler® ?



MODO DE UTILIZAÇÃO²

O Breezhaler® é um inalador a partir do qual são administradas quantidades muito pequenas de pó.

Quando inala através do Breezhaler® o pó é depositado nos seus pulmões. Desta forma, é importante que inale energética e profundamente, através do bocal.

1. Retire a tampa do inalador.
2. Segure firmemente a base do inalador e levante o bocal. **Isto abre o inalador.** 
3. Imediatamente antes da utilização, com as mãos secas, retire uma cápsula do blister. 
4. Coloque a cápsula na câmara da cápsula. **Não coloque a cápsula no bocal.** 
5. Feche o inalador até ouvir um clique. **O seu inalador está pronto para ser utilizado.**
6. Para libertar o pó da cápsula, segure o inalador na vertical com o bocal para cima.
7. Perfure a cápsula pressionando firmemente ambos os botões laterais ao mesmo tempo. Depois, liberte os botões. Faça isto apenas uma vez. 

8. Segure o inalador afastado da sua boca.

Expire. Mas, não expire através ou próximo do bocal!

9. Coloque o bocal na sua boca e incline ligeiramente a cabeça para trás. Cerre os lábios firmemente em torno do bocal.

10. Inspire rápida mas uniformemente, o mais profundamente possível.



À medida que inspira através do inalador, a cápsula gira no interior da câmara e deve ouvir um zumbido.

11. Se não ouvir o som da cápsula a girar, esta pode estar presa na câmara da cápsula.

Se tal acontecer, abra o inalador e cuidadosamente solte a cápsula batendo na base do inalador.

Não pressione os botões laterais.

Inale novamente o medicamento, repetindo os passos 8 a 10.

12. Após inspirar, sustenha a respiração o máximo de tempo que se sentir confortável, enquanto retira o inalador da boca. Depois expire.

13. Abra o inalador e verifique se ainda existe algum pó na cápsula. Se tal acontecer, repita os passos 8 a 12.

Anexo VI – Folheto Informativo: HandiHaler®

NOTAS IMPORTANTES



- Nunca expire através do bocal.
- Feche sempre a cobertura do bocal após cada utilização.
- Limpe o HandiHaler® uma vez por mês:
 - Abra a tampa de proteção e o bocal.
 - Abra a base erguendo o botão de perfuração.
 - Lave todo o inalador com água morna para eliminar qualquer pó.
 - Seque completamente o HandiHaler® eliminando o excesso de água com uma folha de papel e seque depois ao ar, deixando a tampa de proteção, o bocal e a base abertos. São necessárias 24 horas para que o dispositivo seque ao ar, pelo que o deverá limpar imediatamente depois da utilização, para que fique pronto para a toma seguinte.
 - Se for necessário, a zona exterior do bocal pode ser limpa com um pano húmido, mas não molhado.
- Manuseamento do blister:
 - Separe as tiras do blister rasgando ao longo da linha perfurada.
 - Destaque a folha de alumínio pela aba (imediatamente antes de utilização), até que uma cápsula fique completamente visível.
 - Caso uma segunda cápsula seja inadvertidamente exposta ao ar, esta deverá ser rejeitada.
 - Retire a cápsula.
- As cápsulas contêm apenas uma pequena quantidade de pó, de modo a que estejam só parcialmente cheias.

biologia/

1 Almeida M.M., Veiga J.A., Magalhães H., Mira C.S., Pinto P. L., Ribeiro L., Pinto J.R. (2003) eficácia de Administração de Terapias inalatórias em Pediatra. Cadernos Inverno/Inverno; 16:55-62.

2 Informação fornecida pelo fabricante. Disponível em: http://www.lifraad.pt/infomac/download_documento_difusao_difusao_bocai. [acesso em 20 de abril de 2016].

3 Imagem pertencente a Doublet. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=0h8t8t8t8t8>. [acesso em 20 de abril de 2016].

HandiHaler®



Ana Luísa Coutinho de Carvalho

Trabalho elaborado no âmbito do Estágio Curricular do Mestrado Integrado em Ciências Farmacéuticas

2015/2016

Guia explicativo de utilização do HandiHaler®

O HandiHaler® é um dispositivo que possibilita a administração de fármacos diretamente nas vias aéreas.



A via inalatória constitui o método preferencial para administração de fármacos no tratamento das doenças respiratórias.¹



Sabe utilizar corretamente o seu dispositivo HandiHaler® ?



MODO DE UTILIZAÇÃO²

O HandiHaler® é um inalador a partir do qual são administradas quantidades muito pequenas de pó.

Quando inala através do HandiHaler® o pó é depositado nos seus pulmões. Desta forma, é importante que inale enérgica e profundamente, através do bocal.

1. Abra completamente a tampa de proteção puxando-a para cima.



2. Abra depois o bocal puxando-o para cima.



3. Retire uma cápsula que contém o medicamento do blister (só imediatamente antes do uso) e coloque-a na câmara central.



Não interessa a forma como coloca a cápsula na câmara.



4. Feche o bocal firmemente até ouvir um clique, deixando a tampa de proteção aberta.



O seu inalador está pronto para ser utilizado.

5. Segure no dispositivo HandiHaler® com o bocal para cima e pressione por completo e de uma só vez o botão de perfuração, libertando-o em seguida.



Tal perfura a cápsula e permite a libertação do medicamento quando inspirar.

6. Segure o inalador afastado da sua boca.

Expire. Mas, não expire através ou próximo do bocal!

7. Leve o HandiHaler® até à boca e feche firmemente os lábios em torno do bocal. Mantenha a cabeça numa posição vertical e inspire lenta e profundamente, mas a um ritmo suficiente para ouvir ou sentir a cápsula vibrar. Inspire até que os pulmões fiquem cheios;



8. Sustenha a respiração enquanto for confortável e, simultaneamente, retire o HandiHaler® da boca. Retome a respiração normal, mas não na direção do inalador.

9. Repita os passos 6 a 8 uma vez, de modo a esvaziar completamente a cápsula.

10. Abra novamente o bocal. Retire a cápsula usada e elimine-a. Feche o bocal e a tampa protetora para guardar o seu dispositivo HandiHaler®.

Anexo VII – Folheto Informativo: Novolizer®

9. Bocheche com água depois de inalar a(s) dose(s) prescrita(s).

Esta etapa é de extrema importância, uma vez que irá reduzir a probabilidade de desenvolvimento de candidíases orais.

NOTAS IMPORTANTES



- Nunca expire através do bocal.
- Coloque sempre a tampa corretamente após cada utilização.
- O Novolizer® deve ser limpo a intervalos regulares, pelo menos cada vez que o cartucho é substituído.
- Mantenha o inalador à temperatura ambiente.
- **Esteja atento ao número de doses disponíveis.**
- O botão colorido só deve ser pressionado imediatamente antes da inalação.
- Não é possível uma dupla inalação por erro com o Novolizer®. O clique e a mudança de cor na janela de controlo indicam que a inalação foi efetuada corretamente. **Se a cor na janela de controlo não mudar significa que a inalação deve ser repetida.**
- Se a inalação não for completada corretamente após várias tentativas, o doente deve consultar o seu médico.

biologiafe

1 Almeida M.M., Veiga J.A., Magalhães M., Mira C.S., Pinto P.L., Ribeiro L., Pinto J.R. (2007) eficácia de Administração de Terapias inalatórias em Pediatra. Cadernos Inverno/Novolizer 16:25-42.

2 INAFARMED. Resumo das características do medicamento. Acessível em: http://www.lifra.pt/pdf/infarmed/download_documento.php?infarmed_id=1030&tipo_documento=1 (acedido em 15 de abril de 2016).

3 imagem pertencente a Deutsche Atemwegliggi. Acessível em: <https://www.youtube.com/watch?v=PEz-AwvntQmU&list=PLWgqCgUaB80TjYn3Cv1v3uL7Ua> (acedido em 15 de abril de 2016).

Novolizer®



Ana Luísa Coutinho de Carvalho

Trabalho elaborado no âmbito do Estágio Curricular do Mestrado Integrado em Ciências Farmacéuticas

2015/2016

Guia explicativo de utilização do Novolizer®

O Novolizer® é um dispositivo que possibilita a administração de fármacos diretamente nas vias aéreas.



A via inalatória constitui o método preferencial para administração de fármacos no tratamento das doenças respiratórias.¹



Sabe utilizar corretamente o seu dispositivo Novolizer®?



MODO DE UTILIZAÇÃO²

O Novolizer® é um inalador a partir do qual são administradas quantidades muito pequenas de pó.

Quando inala através do Novolizer® o pó é depositado nos seus pulmões. Desta forma, é importante que inale enérgica e profundamente, através do bocal.

Recarga:

1. Pressionar suavemente ao mesmo tempo, as zonas com nervuras dos dois lados da tampa, movendo a tampa para a frente e para cima. Retirar a tampa.
2. Remover a folha de alumínio protetora da caixa do cartucho e retirar o novo cartucho.



3. Inserir o cartucho no Novolizer® com o contador de doses voltado para o bocal.

4. Recolocar a tampa na direção das setas de cima e pressionar para baixo em direção ao botão até se ouvir um estalido. O cartucho pode ser deixado no Novolizer® até terminar, ou até 6 meses após inserção.

Utilização:

1. Quando estiver a utilizar o Novolizer® mantenha-o sempre na horizontal. Primeiro remove a tampa protetora.



2. Prima completamente o botão de carga. Ouve-se um clique duplo e a cor da janela de controlo muda de vermelho para verde. Neste momento solte o botão de carga.



A cor verde da janela indica que o Novolizer® está pronto para usar.

3. Expire o mais possível (mas não para dentro do inalador).

4. Coloque os lábios em volta do bocal. Inale o pó com uma inspiração profunda. Durante esta inspiração deve ouvir um clique, que indica uma inalação correta, e na janela aparecerá a cor vermelha.



Retenha a respiração uns segundos e seguidamente respire normalmente, mas não na direção do inalador.

5. Se lhe foi prescrita mais que uma dose, repita os passos de 1-4.

6. Recoloque a tampa protetora no bocal – o processo de inalação está agora completo.

7. O número indicado na janela superior indica o número de doses remanescentes.



Anexo VIII – Folheto Informativo: RespiMat®

Como fazer uma inalação:

1. Segure o RespiMat em posição vertical, com a tampa de proteção (A) fechada, para evitar a libertação accidental de uma dose. Rode a base (G) na direção das setas do rótulo até ouvir um cliques (meia volta).
2. Abra totalmente a tampa de proteção (A). Expire lenta e profundamente e depois feche os lábios ajustando-os à volta da parte terminal do bocal, **sem fechar os orifícios para passagem do ar (C)**. Posicione o seu inalador direcionado para a parte anterior da sua garganta.
3. Enquanto inspira lenta e profundamente pressione o botão de libertação de dose (D) e continue a inspirar lentamente, o máximo que conseguir.
4. Sustenha a respiração por 10 segundos, ou enquanto lhe for confortável.
5. Repita as etapas 2 a 4 para tomar a dose total.
6. Feche a tampa de proteção até voltar a utilizar novamente o seu RespiMat®.

Se o RespiMat® não tiver sido utilizado por mais de 7 dias, liberte uma nebulização direcionada para o chão. Se o RespiMat® não tiver sido utilizado por mais de 21 dias, repita as etapas 5 a 7 da preparação do RespiMat® até ser visualizada uma "nuvem". Depois repita essas etapas (5 a 7 da preparação do RespiMat®) mais três vezes.

NOTAS IMPORTANTES



- O indicador de dose mostra aproximadamente a quantidade de medicação existente. Quando o indicador entra na área vermelha da escala, ainda existe, aproximadamente, 14 nebulizações. É nesta altura que necessita de uma nova prescrição.
- Quando o indicador de dose atinge o fim da escala vermelha, o RespiMat® está vazio e fecha automaticamente. Nesta altura, a base já não pode rodar mais.
- O mais tardar 3 meses após utilização, o inalador RespiMat® deve ser rejeitado, mesmo que nem toda a medicação tenha sido utilizada.
- Limpe o bocal, incluindo a parte metálica no seu interior, apenas com um pano ou tecido húmido, pelo menos uma vez por semana.
- O RespiMat® não pode ser desmontado depois de ter inserido o cartucho e colocado a base.

Bibliografia:

- 1 Almeida SM, Regalado JA, Neuparth H, Marto C, S, Pinto P, L, Ribeiro L, Pinto J, A. (2017) Eficácia da Administração de Terapias inalatórias em Pediatras. Cadernos Muno-Alergol; 16:33-40.
- 2 INHALMAT®. Folheto informativo do medicamento. Disponível em: https://www.informadomedicamento.com.br/medicamento/Inhalmat_010046 (consultado em 25 de abril de 2016).
- 3 Ina gsm pharmaceutica. Deutsche Atemwegli. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=9j07y0b0s> (consultado em 25 de abril de 2016).



Ana Luísa Coutinho de Carvalho

Trabalho elaborado no âmbito do Estágio Curricular do Mestrado Integrado em Ciências Farmacéuticas

2015/2016

RespiMat®



Guia explicativo de utilização do RespiMat®

O RespiMat® é um dispositivo que possibilita a administração de fármacos diretamente nas vias aéreas.



A via inalatória constitui o método preferencial para administração de fármacos no tratamento das doenças respiratórias.¹



Sabe utilizar corretamente o seu RespiMat®?



MODO DE UTILIZAÇÃO²

O RespiMat® é um dispositivo a partir do qual são administradas quantidades muito pequenas de pó.

Quando inala através do RespiMat®, o pó é depositado nos seus pulmões. Desta forma, é importante que inale enérgica e profundamente, através do bocal.



Antes da primeira utilização é necessária a preparação do RespiMat®:

1. Com a tampa de proteção (A) fechada, pressione o botão de segurança (E) enquanto puxa a base transparente (G).
2. Retire o cartucho (H) da embalagem. Pressione a extremidade mais estreita do cartucho para o interior do inalador até ouvir um cliques a indicar que o cartucho está inserido no local correto.



3. O cartucho deve ser pressionado firmemente contra uma superfície firme (p.ex: uma mesa) para garantir que foi totalmente introduzido no inalador.



Não remova o cartucho depois deste ter sido introduzido no inalador.

4. Recoloque a base transparente (G). Não volte a retirar a base.



5. Segure o RespiMat® em posição vertical, com a tampa de proteção (A) fechada. Rode a base (G) na direção das setas do rótulo até ouvir um cliques (meia volta).



6. Abra totalmente a tampa de proteção (A).

7. Coloque o RespiMat® direcionado para baixo. Pressione o botão de libertação de dose (D). Feche a tampa de proteção (A).

Repita as etapas 5, 6 e 7 até visualizar uma "nuvem".

Depois repita as etapas 5, 6 e 7 mais três vezes para assegurar que o inalador está preparado para utilização.

O seu RespiMat® está então pronto a ser utilizado.

Estas etapas não influenciam o número de doses disponíveis.

Anexo IX – Folheto Informativo: Spiromax®

NOTAS IMPORTANTES



- Nunca expire através do bocal.
 - Feche sempre a cobertura do bocal após cada utilização.
 - Não abra e feche a cobertura do aplicador bocal, a não ser que esteja pronto para utilizar o seu inalador.
 - Mantenha o seu Spiromax® seco e limpo. Se necessário, pode limpar o aplicador bocal do Spiromax® com um pano seco ou lenço de papel após a cada utilização.
 - Esteja atento ao número de doses disponíveis.
 - O indicador de dose, que se encontra na parte de trás do dispositivo, informa-o sobre quantas doses (inalações) restam no seu inalador, começando por indicar 120 ou 60 inalações (conforme o caso) quando o inalador está cheio.
 - O indicador de doses mostra o número de inalações que restam apenas em números pares.
 - Para as inalações que restam de 20 para baixo, os números são apresentados a vermelho num fundo branco. Quando os números ficam vermelhos na janela, deve consultar o seu médico para obter um novo inalador.
 - Se a tampa do inalador for aberta e fechada sem inalar o medicamento, perder-se-á uma dose. A dose perdida irá manter-se segura no interior do inalador, mas deixará de estar disponível para ser inalada.
- Não é possível tomar acidentalmente medicamento extra ou uma dose a dobrar numa inalação.**



©Biosigla®

¹ Almeida M.M., Vingiera J.A., Neuparth H., Mota C.S., Pinto P. L., Ribeiro L., Pinto J.R. (2002) Dicas de Administração de Terapêutica Inalatória em Pediatra. Cadernos Imuno-Infecção; 16:25-42.

² European Medicines Agency Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.ema.europa.eu/doclib/cp_dpd/docu/ent_library/EPAR_product_information/humain/002494/epi/002494epi.pdf (consultado em 14 de abril de 2016).

³ Inalagem (pertencentes a Deutsche Atemwegigig). Acessível em: <https://www.youtube.com/watch?v=9F0z17o...> (consultado em 14 de abril de 2016).

Spiromax®



Ana Luísa Coutinho de Carvalho

Trabalho elaborado no âmbito do Estágio Curricular do Mestrado Integrado em Ciências Farmacéuticas

2015/2016

Guia explicativo de utilização do Spiromax®

O Spiromax® é um dispositivo que possibilita a administração de fármacos diretamente nas vias aéreas.



A via inalatória constitui o método preferencial para administração de fármacos no tratamento das doenças respiratórias.¹



Sabe utilizar corretamente o seu dispositivo Spiromax®?



MODO DE UTILIZAÇÃO²

O Spiromax® é um inalador multidoses a partir do qual são administradas quantidades muito pequenas de pó.

Quando inala através do Spiromax® o pó é depositado nos seus pulmões. Desta forma, é importante que inale enérgica e profundamente, através do bocal.

1. Antes de utilizar o Spiromax® pela primeira vez, verifique o indicador de doses para ver se existem 120 ou 60 doses no inalador (conforme o caso).
2. Não agite o seu inalador antes de utilizar.
3. Sempre que necessitar de fazer uma inalação, segure o seu inalador com a tampa do aplicador bocal voltada para baixo. 
4. Abra a tampa do aplicador bocal dobrando-a para baixo até ouvir um clique. O seu medicamento é calibrado ativamente. 
5. Segure o inalador afastado da sua boca. 

O seu inalador está pronto para ser utilizado.

Expire. Mas, não expire através ou próximo do bocal!

6. Coloque o aplicador bocal entre os dentes. Não morda no aplicador bocal.

Cerre os lábios em redor do aplicador bocal.

Tenha cuidado para não bloquear os orifícios de ventilação.

7. Inspire pela boca o mais forte e profundamente que conseguir.

8. Sustenha a respiração durante 10 segundos ou enquanto for confortavelmente possível.

9. De seguida expire lentamente pela boca mas não na direção do inalador.

10. Feche a cobertura do aplicador bocal.

11. Se lhe foi prescrita mais que uma dose, repita os passos de 2 a 10.

12. Bocheche com água depois de inalar a(s) dose(s) prescrita(s).

Esta etapa é de extrema importância, uma vez que irá reduzir a probabilidade de desenvolvimento de candidíases orais.



Anexo XI – Folheto Informativo: Inalador pressurizado de dose calibrada (pMDI)

Limpe o inalador pelo menos uma vez por semana. É importante manter o bocal do inalador limpo para que o medicamento não se acumule e a nebulização não seja bloqueada.

- Para limpar o inalador, comece por retirar a tampa de proteção e de seguida o recipiente pressurizado. Enxague a base do inalador e a tampa de proteção com água morna até deixar de ver qualquer resto de medicamento acumulado ou qualquer sujidade. Depois da lavagem, deixe-o secar ao ar sem utilizar qualquer fonte de calor. Quando o bocal estiver seco, volte a colocar o recipiente pressurizado e a tampa de proteção.

- Porém existem marcas de medicamentos que referem para não retirar o recipiente pressurizado em circunstância alguma, nem o colocar dentro de água. Assim, limpe o bocal interna e externamente e a base do inalador com um pano seco. Recoloque a tampa de proteção no final do processo de limpeza.

- Quando todas as nebulizações forem utilizadas, substitua o seu inalador, mesmo se lhe parecer que a embalagem ainda contém uma pequena quantidade de líquido, pois poderá já não lhe fornecer a quantidade correta para o tratamento.

- Poderá utilizar uma câmara expansora para facilitar a administração do fármaco, em caso de dificuldade em coordenar a atuação com a inspiração. Informe-se com o seu médico ou farmacêutico

bibliografia:

¹ Almeida S.M., Rogeiro J.A., Mesquita H., Vêto C. S., Pinto F. L., Ribeiro L., Pinto J.R. (2007) Técnicas de Administração de Terapêutica inalatória em Pedestre. *Colóquio Inverno-Verão (Nº2007)* 16-26-07.

² Inalador. *Resumo das Características do Medicamento*. Acessível em: http://www.informadoc.pt/informadoc/download_ficheros_dpmrmed_dosecalibrada_dosecali. [consultado em 25 de abril de 2016].

³ Inalador. *Folheto Informativo do Medicamento*. Acessível em: http://www.informadoc.pt/informadoc/download_ficheros_dpmrmed_dosecalibrada_dosecali. [consultado em 25 de abril de 2016].

⁴ Inalador. *Resumo das Características do Medicamento*. Acessível em: http://www.informadoc.pt/informadoc/download_ficheros_dpmrmed_dosecalibrada_dosecali. [consultado em 25 de abril de 2016].

⁵ *Tratado de Farmacologia e Toxicologia*. Acessível em: <http://www.tratadofarmacologia.com.br/>. [consultado em 25 de abril de 2016].

Inalador pressurizado de dose calibrada (pMDI)



Ana Luísa Coutinho de Carvalho

Trabalho elaborado no âmbito do Estágio Curricular do Mestrado Integrado em Ciências Farmacéuticas

2015/2016

Guia explicativo de utilização do Inalador pMDI

O Inalador pressurizado de dose calibrada (pMDI - pressurized Metered Dose Inhaler) é um dispositivo que possibilita a administração de fármacos diretamente nas vias aéreas.



A via inalatória constitui o método preferencial para administração de fármacos no tratamento das doenças respiratórias.¹



Sabe utilizar corretamente o seu Inalador?



MODO DE UTILIZAÇÃO^{2,3,4}

O Inalador pMDI é um dispositivo a partir do qual são administradas quantidades muito pequenas de pó.

Quando inala através deste tipo de inaladores, o pó é depositado nos seus pulmões. Desta forma, é importante que inale energética e profundamente através do bocal.

1. Se o seu inalador é novo ou se não é usado há 3 dias ou mais, deve lançar uma pulverização para o ar, sem a tampa de proteção, antes de o utilizar, de modo a certificar-se de que o inalador funciona.

NOTA: Sempre que possível, durante a inalação deve permanecer de pé ou sentado numa posição vertical.

2. Remova a tampa de proteção do inalador e segure o inalador entre o polegar e o indicador.

3. Agite bem o seu inalador antes de o usar, para assegurar que o conteúdo do mesmo é bem misturado.



4. Expirar tanto quanto for confortavelmente possível.

5. Com o inalador na boca, fechando firmemente os lábios em torno do bocal, inspire pela boca o mais profundamente possível, **premiendo simultaneamente e firmemente o recipiente pressurizado** para que seja libertada uma dose.



6. Retire o inalador da boca e sustenha a respiração enquanto for confortável. De seguida, retome a respiração normal.

7. Caso tenha que fazer outra inalação, mantenha o inalador na vertical e aguarde cerca de meio minuto antes de repetir as etapas 4 a 6.

NOTA: Não efetue as etapas 4 a 6 com demasiada rapidez.

8. Após a utilização, coloque sempre a tampa de proteção no inalador.



9. Bocheche com água depois de inalar a(s) dose (s) prescrita(s).

Esta etapa é de extrema importância, uma vez que irá reduzir a probabilidade de desenvolvimento de candidíases orais.

NOTAS IMPORTANTES



- Se observar a saída de uma 'nevoa' pela parte de cima do inalador ou pelos lados da boca, é porque o fármaco não está a entrar nos seus pulmões como deveria.

- Se tem pouca força nas mãos poderá ser-lhe mais fácil segurar no inalador com ambas as mãos. Coloque os dois dedos indicadores no recipiente pressurizado e os polegares no fundo, por baixo do bocal e siga as instruções de inalação anteriores.

Anexo XIII – Poster: Irritação nos Olhos e Doenças Oculares

IRRITAÇÃO NOS OLHOS E DOENÇAS OCULARES

A irritação nos olhos pode ser provocada por variados fatores sendo a conjuntivite uma das principais causas da irritação ocular. Contudo existem outras doenças oculares que podem causar este tipo de irritação.

Conjuntivite

A conjuntivite é a inflamação da conjuntiva (a branca dos olhos).

- Conjuntivite aguda: conjuntivites com início súbito. São frequentes, benignas, auto-limitadas e ocasionalmente podem ser graves.
- Conjuntivite crônica: conjuntivite com duração superior a 3 semanas.

A conjuntivite não está associada a febre.

Alérgica

Sintomas:

- Olho vermelho;
- Lacrimejo;
- Prurido;
- Fotofobia;
- Ardor ou "sensação de areia nos olhos";
- Secreções aquosas.

Tratamento: Passa por evitar o que causa a alergia. Pode ser impossível evitar todos os seus desencadeadores, no entanto, por vezes podem ser tomadas medidas para reduzir a sua exposição às poeiras, pólenes, ácaros, etc. Alguns colírios para conjuntivite alérgica como lubrificantes, podem ajudar a diminuir os sintomas.

Allergodil[®]; Livostin[®]; Cromabak[®]; Fenelip[®]; Opticrom[®]; Naabak[®]; Tilavist[®]; Visadron[®]; Alerion[®]; Visine[®]; Acular[®]; Elipa[®]; Alergitalmina[®]; Zaditen[®]; Emadine[®]; Relestat[®].

Os anti-histaminicos orais podem proporcionar maior alívio, porém podem provocar olho seco.

Vírica

Sintomas:

- Lacrimejo;
- Olho vermelho;
- Sensação de corpo estranho;
- Fotofobia;
- Edema palpebral.

Tratamento: Colírios AINEs e em casos mais graves o tratamento deve ser realizado com corticoides. Normalmente são associadas lágrimas artificiais no sentido de aumentar o conforto ocular. Deve durar entre 8-15 dias enquanto existirem sintomas.

Nota: Contagioso (contágio direto ou indireto, pessoas-a-pessoa ou própria pessoa).

Bacteriana

Sintomas:

- Olho vermelho;
- Fotofobia;
- Ardor ou "sensação de areia nos olhos";
- Hipovisão (diminuição da visão);
- Secreções mucopurulentes (amareladas e muito espessas, aderindo de tal forma às pálpebras que, por vezes, são de difícil extração)


Tratamento: Colírios antibióticos, anti-inflamatórios e para dar conforto podem ser associadas lágrimas artificiais. Podem ser aplicados geles ou pomadas oftálmicas à noite quando em associação com colírios. Deve durar entre 8-15 dias enquanto existirem sintomas.

Clorocil[®]; Micetinoftalmina[®]; Fucithalmic[®]; Terricil[®]; Gentocil[®]; Tobrex[®]; Azyter[®]; Oftacilox[®]; Oftaquix[®]; Levofloxacina Optacare[®]; Vigamox[®]; Exocin[®]; Chibroxol[®].

Nota: Contagioso. O contágio pode ser efetuada através do contacto com secreções do doente contaminado. Enquanto a pessoa contaminada tiver sintomas pode ocorrer transmissão da doença.

Associação de antibacterianos e anti-inflamatórios – não recomendado – somente sob vigilância de um oftalmologista:
 Frakidex[®]; Dexamytrex Ophthiole[®]; Dexamytrex[®]; Colircusi Gentadexa[®]; Dexaval-O[®]; Tobradex[®]; Prednifaltalina[®]; Neo-Davisolona[®]; Conjuntilone-S[®]; Meocil[®].

Blefarite



A blefarite é uma inflamação frequente do bordo das pálpebras. É uma doença crónica, não tem cura, logo os períodos de agravamento alternam com períodos assintomáticos

Sintomas:

- Caspa na base das pálpebras;
- Dor nos olhos;
- Olhos vermelhos;
- "Comichão" ou ardor nos olhos;
- Lacrimejo;
- Pálpebras edematosas e avermelhadas;
- Crosta no bordo das pálpebras;
- Hipersensibilidade às lentes de contacto, ao fumo, ao vento, ao cloro das piscinas e aos conservantes dos colírios.

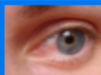
Tratamento: depende se se apresenta uma forma aguda da doença ou somente se pretende a prevenção da mesma.

Blefarite estafilocócica: administração de colírios ou pomadas antibióticos e anti-inflamatórios.

Blefarite seborreica: administração de colírios anti-inflamatórios e limpeza diária das pálpebras.

A higiene diária das pálpebras deve ser realizada pelo menos 1 vez por dia e a longo prazo, mantendo a margem das pálpebras tão limpa quanto possível, utilizando, para isso, compressas embebidas em água morna, secando muito bem as pálpebras e em seguida colocando em toda a superfície uma pomada que contenha antibiótico e anti-inflamatório.

Olho seco



Existe um estado de olho seco quando não existem lágrimas em quantidade e qualidade suficiente para manter os olhos lubrificados, podendo o problema afetar apenas um olho ou, então, os dois olhos.

Sintomas:

- Olhos vermelhos;
- "Comichão" ou ardor nos olhos;
- Lacrimejo;
- Irritação excessiva do olhos (ao fumo, vento...);
- Desconforto e complicações com o uso de lentes de contacto;
- Pode ocorrer visão turva ou "embaçada".


Tratamento: passa essencialmente pela utilização de lágrimas artificiais em gotas (colírios) colocadas nos olhos várias vezes ao dia, consoante a necessidade.

Tirocular[®]; Liquifilm[®]; Lipoisic[®]; Siccafluid[®]; Lacryvisc[®]; Vidisic Gel[®]; Celluvisc[®]; Artelac[®]; Davilose[®]; Oculotect[®].

Por vezes, a utilização de colírios não é suficiente e pode ser necessário utilizar anti-inflamatórios, antibióticos, entre outros.

Nestes colírios é fundamental que não estejam presentes conservantes, uma vez que a sua utilização poder causar graves alergias oculares.

Hordéolo ou "Terçolho"



Um hordéolo, vulgarmente, conhecido como "terçolho" é um abscesso palpável, um nódulo ou "inchaço", vermelho ou avermelhado e doloroso que se forma na pálpebra. Não é contagioso!

Sintomas:

- Inicialmente, aparecimento de um vermelhidão na pálpebra;
- Posteriormente é formado um abscesso ou nódulo purulento avermelhado com hipersensibilidade e dor.
- Pode apresentar lacrimejo, fotofobia, prurido e sensação de corpo estranho no olho.

Tratamento: não maioria das vezes não é necessário. O tratamento farmacoterapêutico consiste na aplicação de pomada oftálmica com antibiótico na zona afetada durante cerca de 8 dias.

O tratamento pode também ser efetuado de uma forma natural, recorrendo à aplicação de compressas quentes sobre as pálpebras por períodos de 15 minutos. Esta aplicação deve ser efetuada 2 a 4 vezes por dia, de modo a liquefazer as secreções, o que é bom para facilitar a drenagem das glândulas, resolvendo assim o hordéolo.

NOTA: Medicamentos Não Sujitos a Receita Médica

Anexo XIV – Guia de Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica

Farmácia do Lago



FARMÁCIA
DO LAGO



U. PORTO
FACULDADE DE FARMÁCIA
UNIVERSIDADE DO PORTO

Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica

Indicação Farmacêutica

Ana Luísa Coutinho de Carvalho | 200902370

Realizado no âmbito do Estágio Curricular do Mestrado Integrado em
Ciências Farmacêuticas pela Faculdade de Farmácia da Universidade do
Porto

Fevereiro/ março 2016

Índice

Introdução	78
Tosse Seca	79
Benylin [®]	79
Bisoltussin [®]	79
Bisoltussin Tosse Seca [®]	80
Dextrometorfano Tussilene [®]	80
Levotuss [®]	81
Levotuss [®]	81
Levotuss [®]	82
Netuss [®]	82
Oxolamina [®]	82
Petit Drill [®]	83
SuperCare [®]	83
Tussoral [®]	83
Tosse Produtiva	85

Acetilcisteína toLife[®] 23 85

Acetilcisteína Sandoz[®] 85

Acetilcisteína Azevedos[®] 85

Ambroxol Fluidox[®] 85

Ambroxol Fluidox[®] 86

Ambroxol Farmoz[®] 86

Ambroxol Farmoz[®] 86

Ambroxol Tussilene[®] 87

Bisolvon[®] 87

Bisolvon[®] 88

Bisolvon Linctus Adulto[®] 88

Bisolvon Linctus Criança[®] 88

Bromexina Tussilene[®] 89

Broncoliber[®] 89

Broncoliber[®] 89

Broncoliber[®] 90

Broncoliber[®] 90

Broncoliber[®] 90

Fluimucil[®] 91

Fluimucil 2%[®] 91

Fluimucil 4%[®] 92

Fluimucil[®] 93

Mucoral[®] 93

Mucoral 20 mg/ml[®] 94

Mucoral 50 mg/ml[®] 94

Mucosolvan[®] 94

Mucosolvan[®] 95

Mucosolvan[®] 95

Mucosolvan Perlonguets[®] 96

NIFLUX[®] 96

PULMIBEN 2%[®] 96

PULMIBEN 5%[®] 97

Tosse Seca e Produtiva..... 98

grinTuss Adultos[®] 98

grinTuss Crianças ® 98

Gripes e Constipações..... 99

Afebryl ® 99

Antigrippine ® 100

Bisolviral ® 100

Cêgripe ® 100

Griponal ® 101

Ilvico N ® 101

Aspirina C ® 101

Dor de Garganta 103

Collu-Hextril ® 103

Drill ® 103

Euphon ® 103

Hydrotricine ® 104

Mebocaína Forte ® 104

Mebocaína Anti-Inflam ® 104

Mebocaína Anti-Inflam ® 105

Mentocaína-R [®]	105
Strepten [®]	105
Strepsils [®]	106
Tantum Verde [®]	106
Tantum Verde [®]	107
Tantum Protect [®]	107
Congestão Nasal	108
Bisolspray Nebulicina Adulto ^{® 124}	108
Bloxinus [®]	108
Nasex [®]	109
Nasex [®]	109
Nasexilo [®]	110
Nasorhinathiol [®]	110
Nasorhinathiol [®]	111
Nasorhinathiol [®]	111
Neo-Sinefrina [®]	112
Neo-Sinefrina [®]	112

Rhinospray® 113

Rinerge® 113

Vibrocil® 114

Vibrocil® 114

Vibrocil® 115

Vibrocil Actilong® 115

Vibrocil Actilong® 116

Vibrocil Actilong® 117

Vibrocil ActilongDuo® 117

Vicks Vapospray® 118

Vicks Inalador® 119

Vicks Vaporub® 119

Xymeral® 120

Xymeral® 121

Higiene Nasal 122

Lbenar® Aspirador Nasal 124

Libenar® Recargas Aspirador Nasal 124

Lyomer C® Spray Nasal Isotónico.....	124
Marimer® Isotónico	125
Marimer® Hipertónico	125
MucoClear® 3%.....	125
Narhinel Soft® Aspirador Nasal Bebê.....	126
Narhinel Soft® Recarga Aspirador Nasal	126
Nasalmer® Hipertónico Adultos.....	126
Naso Drill® Spray Nasal	127
Nasomar® Spray Nasal Hipertónico	127
Pari Montesol®	127
Physiodose® Baby Água Mar Hipertónica	128
Physiodose® Baby Água Mar Isotónica	128
Physiodose® Água Mar.....	128
Physiologica® Soro Fisiológico	128
Rhinomer®	128
Sinomarim® Adulto Água do Mar	129
Sinomarim® Criança Água Do Mar Hipertónico.....	129

Sterimar® Água Mar	129
Sterimar® Mn Água Mar Manganésio.....	130
Unimer® Pediátrico Spray Nasal Hipertónico	130
Unimer® Pediátrico Spray Nasal Isotónico	130
Uriage® Isophy Spray Nasal	130
Uriage® Isophy Água Termal Isotónica.....	130
Wet® Gel Nasal	131
Wet® Spray Nasal Mini	131
Laxantes	132
Agiolax®	132
BEBEGEL®	133
BEKUNIS®	133
BEKUNIS® CHÁ	134
Dagragel®	134
Doce Alívio®	134
Dulcogotas®	135
Dulcolax®	136

Dulcolax®	137
Frutos & Fibras®	137
Lactulose Generis®	138
Lactulose Sandoz®	139
Laevolac®	139
Laxeov® Cubos	140
Leite de Magnésia Phillips®	140
Melilax®	140
MICROLAX®	141
Midro® Chá	141
Movicol®	141
MUCINUM®	142
Normacol Plus®	142
Parafinina®	143
Pursennide®	143
Sollievo Bio®	144
Supositórios de Glicerina®	144

Verolax® 144

Xarope Maçãs Reinetas® 145

Antidiarreicos 146

Benegast Dimexanol® 146

Dimicina® 146

Imodium Plus® 146

Imodium Rapid® 147

Antiflatulentos..... 148

Aero-OM® 148

Aero-OM® 148

Aero-OM® 148

Carvão Vegetal..... 149

Dulcogas® 149

PANKREOFLAT® 150

Próbióticos 151

Advancis® Easylax 151

Aero-Bio® Adulto	152
Aero-Bio® Infantil.....	152
ATYFLOR®	153
Bi-OralSuero®	153
BioGaia®	154
Casenbiotic®	154
Duobiotic®	154
UL-250®	155
Zir Fos®	156
Protetores Gástricos	157
Alka-Seltzer®	157
Kompensan®	157
Kompensan-S®	158
Leite de Magnésia Phillips®	159
Maalox Plus®.....	160
Pepsamar®	160
Phosphalugel®	161



Rennie Digestif®	161
Lasa®	162
Kairol®	162
Nexium Control®	163
Proton® 10 mg	163
Proton® 20 mg	164
Gaviscon®	164
Gaviscon Duefet®	165
Gaviscon®	165
Gaviscon Morango®	166
Bibliografia	168



Introdução

O serviço farmacêutico designado como Indicação Farmacêutica acontece quando o utente se dirige à farmácia e pede aconselhamento para a escolha de um medicamento adequado a si e ao seu problema de saúde. Segundo as Boas Práticas de Farmácia, indicação terapêutica define-se como: “ato profissional pelo qual o farmacêutico se responsabiliza pela seleção de um medicamento não sujeito a receita médica e/ou indicação de medidas não farmacológicas, com o objetivo de aliviar ou resolver um problema de saúde considerado como um transtorno menor ou sintoma menor, entendido como problema de saúde de carácter não grave, autolimitante, de curta duração, que não apresente relação com manifestações clínicas de outros problemas de saúde do doente”.




Posto isto, o conhecimento vasto e profundo sobre os Medicamentos Não Sujeitos a Receita Médica (MNSRM) é preponderante para o farmacêutico prestar um bom serviço e é com esse objetivo que o presente documento é elaborado. Assim, de seguida serão apresentados vários aspetos importantes de diversos MNSRM para que seja prestada uma adequada Indicação Farmacêutica aquando a presença de variados transtornos menores.




Tosse Seca

Designação	Embalagem	Substância Ativa	Forma Farmacêutica	Indicação Terapêutica	Posologia	Notas
Benylin ^{®1}		Difenidramina e Levomentol	Xarope	Alívio dos sintomas da congestão nasal associados a rinite alérgica ou a infecções respiratórias altas. Tratamento da tosse.	Adultos: 1 a 2 colheres de chá de 2 em 2 ou de 3 em 3 horas. Crianças com idade \geq a 6 anos: meia a 1 colher de chá de 3 em 3 horas.	<ul style="list-style-type: none"> - Contém sacarose e glucose: Não indicado a diabéticos. - Não indicado a crianças com idade inferior a 6 anos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Bisoltussin ^{®3}		Dextrometorfano (10,5 mg)	Pastilha mole	Tratamento sintomático de tosse irritativa e seca.	Adultos e jovens com mais de 12 anos: <ul style="list-style-type: none"> - Dissolver na boca 1 a 2 pastilhas moles a cada 4 horas ou - Dissolver na boca 3 pastilhas moles a cada 6 a 8 horas. A dose máxima diária é de 12 pastilhas moles. Crianças dos 6 aos 12 anos: Dissolver na boca 1 pastilha mole a cada 4 a 6 horas.	<ul style="list-style-type: none"> - Não indicado a crianças com idade inferior a 6 anos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.

					<p>A dose máxima diária e de 6 pastilhas moles.</p> <p>As pastilhas moles são para dissolver lentamente sob a língua.</p>	
<p>Bisoltussin Tosse Seca^{®5}</p>	 <p>6</p>	<p>Dextrometorfano (2 mg/ml)</p>	<p>Solução Oral</p>	<p>Tratamento sintomático de tosse irritativa e seca.</p>	<p>Adultos e jovens com mais de 12 anos: -5 a 10 ml com intervalos de 4 horas ou -15 ml com intervalos de 6-8 horas. A dose máxima diária é 60 ml.</p> <p>Crianças dos 6 aos 12 anos: 2,5 a 5 ml com intervalos de 4 horas. A dose máxima diária é 30 ml.</p>	<p>- Não indicado a crianças com idade inferior a 6 anos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
<p>Dextrometorfano Tussilene^{®7}</p>	 <p>8</p>	<p>Dextrometorfano (2 mg/ml)</p>	<p>Solução Oral</p>	<p>Tratamento sintomático da tosse de origem irritativa, não produtiva.</p>	<p>Adultos e crianças a partir dos 12 anos: - 5-10 ml por toma, com intervalos de 4 a 6 horas. A dose diária máxima é de 120 mg (equivalente a 12 colheres medida de 5 ml cada).</p> <p>Crianças dos 6 aos 12 anos: - 30 a 60 mg/20 a 35 kg peso corporal/dia. Dose usual de 2,5-5 ml de 4 a 6 horas. A dose diária máxima é de 60</p>	<p>- Não indicado a crianças com idade inferior a 2 anos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>

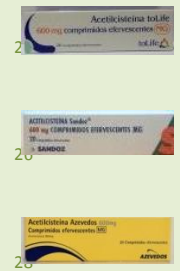

					<p>mg (equivalente a 6 colheres medida de 5 ml cada).</p> <p>Crianças entre os 2 e os 6 anos: A posologia usual é de 15 a 30 mg/12 a 20 kg peso corporal/dia. - 1,25-2,5 ml de 4 a 6 horas. A dose diária máxima é de 30 mg (equivalente a 3 colheres medida de 5 ml).</p>	
Levotuss ^{®9}		Levodropropizina (60 mg)	Comprimido	Terapia sintomática da tosse.	<p>Adultos e crianças com mais de 30 kg: um comprimido 3 vezes por dia, com intervalo de, pelo menos, 6 horas entre cada toma.</p>	<p>- Não indicado a crianças com idade inferior a 6 anos e 30 kg.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez, aleitamento e em mulheres que tencionem engravidar.</p>
Levotuss ^{®11}		Levodropropizina (6 mg/ml)	Xarope	Terapia sintomática da tosse.	<p>Adultos: 10 ml de xarope 3 vezes ao dia, em intervalos nunca inferiores a 6 horas.</p> <p>Crianças: Entre os 10-20 Kg, 3 ml de xarope 3 vezes ao dia.</p> <p>Crianças: Entre os 20-30 Kg, 5 ml de xarope 3 vezes ao dia.</p>	<p>- Não indicado a crianças com idade inferior a 2 anos, salvo vigilância médica.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez, aleitamento e em</p>




						mulheres que tencionem engravidar.																																
Levotuss® ¹¹	 12	Levodropropizina (60 mg/ml)	Gotas orais, solução	Terapia sintomática da tosse.	<p>Adultos: 1ml de gotas (20 gotas) até 3 vezes ao dia, com intervalos nunca inferiores a 6 horas.</p> <p>Crianças: 1 gota (3mg) por Kg/dia, repartidas em 3 tomas ao longo de 24 horas, com intervalos nunca inferiores a 6 horas, de acordo com o quadro abaixo:</p> <table border="1" data-bbox="1525 662 1792 821"> <thead> <tr> <th>Kg</th> <th>Nº de gotas 3x/dia</th> <th>Kg</th> <th>Nº de gotas 3x/dia</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>7-10</td> <td>3</td> <td>29-31</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>11-13</td> <td>4</td> <td>32-34</td> <td>11</td> </tr> <tr> <td>14-16</td> <td>5</td> <td>35-37</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>17-19</td> <td>6</td> <td>38-40</td> <td>13</td> </tr> <tr> <td>20-22</td> <td>7</td> <td>41-43</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>23-25</td> <td>8</td> <td>44-46</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>26-28</td> <td>9</td> <td>mais de 46</td> <td>20</td> </tr> </tbody> </table>	Kg	Nº de gotas 3x/dia	Kg	Nº de gotas 3x/dia	7-10	3	29-31	10	11-13	4	32-34	11	14-16	5	35-37	12	17-19	6	38-40	13	20-22	7	41-43	14	23-25	8	44-46	15	26-28	9	mais de 46	20	<p>- Não indicado a crianças com idade inferior a 2 anos, salvo vigilância médica.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez, aleitamento e em mulheres que tencionem engravidar.</p>
Kg	Nº de gotas 3x/dia	Kg	Nº de gotas 3x/dia																																			
7-10	3	29-31	10																																			
11-13	4	32-34	11																																			
14-16	5	35-37	12																																			
17-19	6	38-40	13																																			
20-22	7	41-43	14																																			
23-25	8	44-46	15																																			
26-28	9	mais de 46	20																																			
Netuss® ¹³	 14	Tomilho e Pulmonária	Xarope	Acalma a tosse.	<p>Crianças até 2 anos: Uma colher de café (2,5ml) de 4 em 4, ou 6 em 6 horas.</p> <p>Crianças dos 2 aos 10 anos: Uma colher de chá (5ml) de 4 em 4, ou 6 em 6 horas.</p> <p>Adultos e crianças com mais de 10 anos: Uma colher de sopa (15ml) de 4 em 4, ou 6 em 6 horas.</p>	<p>- Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>																																
Oxolamina® ¹⁵	 16	Oxolamina	Xarope	Alívio sintomático da tosse seca, incómoda e persistente.	<p>Adultos: 10 ml cada 4 horas.</p> <p>Crianças: Idade de 4 meses a 2</p>	<p>- Contém sacarose: Não indicado a diabéticos.</p>																																



					anos: 7,5 mg/kg/dia ou 2,5 ml, 3 vezes ao dia. Crianças: Idade de 2 a 10 anos: 7,5 mg/kg/dia ou 5 ml, 3 vezes ao dia.	- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Petit Drill ^{®17}	 18	Glicerol	Xarope	Acalma a irritação associada à tosse seca.	Crianças dos 6 aos 12 meses: 1 dose 5ml, 3 a 4 vezes em 24 h, se necessário. Crianças de 1 aos 6 anos: 2 doses 5ml, 3 a 4 vezes em 24h, se necessário.	- Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos. - Não utilizar em bebês com idade inferior a 6 meses. - Não adequado para crianças com idade superior a 6 anos.
SuperCare ^{®19}	 20	Musgo da Islândia	Xarope	Alívio de tosse irritativa seca, dores de garganta e rouquidão	Adultos: 10 ml, 3 a 4 vezes / dia (aprox. 2 colheres de chá); 8 a 16 anos: 5 ml, 3 a 4 vezes / dia (aprox. 1 colher de chá); 1 a 8 anos: 5 ml, 2 vezes / dia (aprox. 1 colher de chá).	- Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos. - Não utilizar em bebês com idade inferior a 1 ano.
Tussoral ^{®21}	 22	Dextrometorfano (1,33 mg/ml)	Xarope	Tratamento sintomático da tosse de origem irritativa, não produtiva.	Adultos e adolescentes com idade ≥ a 15 anos: A posologia usual é de um copo medida por toma. Se necessário, repetir 4 horas depois. A dose diária máxima de	- Não adequado para crianças com idade inferior a 15 anos. - Contém sacarose: Não




					bromidrato de dextrometorfano é de 120 mg (equivalente a 8 copos medida).	indicado a diabéticos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
--	--	--	--	--	---	--




Tosse Produtiva




Designação	Embalagem	Substância Ativa	Forma Farmacêutica	Indicação Terapêutica	Posologia	Notas
<p>Acetilcisteína toLife®²³</p> <p>Acetilcisteína Sandoz®²⁵</p> <p>Acetilcisteína Azevedos®²⁷</p>		Acetilcisteína (600 mg)	Comprimido efervescente	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	Adultos e crianças com idade > a 12 anos: 1 comprimido efervescente por dia, de preferência à noite. Dose máxima diária recomendada de 600 mg/dia.	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos ou com peso inferior a 30 kg. -Contra-indicada em casos de úlcera gastrointestinal. - Alto teor de sódio: especial precaução em doentes hipertensos. - Utilização com precaução durante gravidez e aleitamento.
Ambroxol Fluidox® ²⁹		Ambroxol (30 mg/5ml)	Xarope	Terapêutica secretolítica em doenças broncopulmonares agudas e crónicas associadas com secreção anormal e transporte deficiente do mucus.	<p>Adultos e crianças com mais de 12 anos: 10 ml (2 colheres de chá), 2 x por dia.</p> <p>Crianças dos 6 aos 12 anos: 5 ml (1 colher de chá, 2 a 3 x dia por dia).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Utilização com precaução durante gravidez e aleitamento.



					<p>Crianças dos 2 aos 6 anos: 2,5 ml (1/2 colher de chá, 3 x dia por dia).</p> <p>Crianças dos 1 aos 2 anos: 2,5 ml (1/2 colher de chá, 2 x dia por dia).</p>	
Ambroxol Fluidox ^{®29}		Ambroxol (30 mg)	Comprimido	Terapêutica secretolítica em doenças broncopulmonares agudas e crônicas associadas com secreção anormal e transporte deficiente do mucus.	<p>1 comprimido 3 vezes por dia.</p> <p>O efeito terapêutico pode ser potenciado ao administrar 2 comprimidos 2 vezes por dia.</p>	- Utilização com precaução durante gravidez e aleitamento.
Ambroxol Farmoz ^{®32}		Ambroxol (30 mg/5ml)	Xarope	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	<p>Adultos e crianças com mais de 12 anos: 10 ml (2 colheres de chá), 2 x por dia.</p> <p>Crianças dos 6 aos 12 anos: 5 ml (1 colher de chá, 2 a 3 x dia por dia).</p> <p>Crianças dos 2 aos 5 anos: 2,5 ml (1/2 colher de chá, 3 x dia por dia).</p> <p>Crianças dos 1 aos 2 anos: 2,5 ml (1/2 colher de chá, 2 x dia por dia).</p>	<p>- Contém sacarose: Não indicado a diabéticos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
Ambroxol Farmoz ^{®34}		Ambroxol (30 mg)	Comprimido	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias	<p>Adultos: 1 comprimido, 3 vezes por dia.</p> <p>O efeito terapêutico pode ser potenciado pela</p>	<p>- Uso não indicado para crianças.</p> <p>- Não utilizar</p>


				em presença de hipersecreção brônquica.	administração de 2 comprimidos, 2 vezes por dia.	durante gravidez e aleitamento.
Ambroxol Tussilene ^{®36}		Ambroxol (6 mg/ml)	Xarope	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	Adultos e crianças com mais de 12 anos: 10 ml (2 colheres de chá), 2 vezes por dia. Crianças dos 6 aos 12 anos: 5 ml (1 colher de chá), 2-3 vezes por dia Crianças dos 2 aos 5 anos: 2,5 ml (½ colher de chá), 3 vezes por dia Crianças de 1 aos 2 anos: 2,5 ml (½ colher de chá), 2 vezes por dia	- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Bisolvon ^{®38}		Bromexina (8 mg)	Comprimido	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	Adultos e crianças com mais de 12 anos: 1 comprimido, 3 vezes ao dia.	- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos ou com peso inferior a 30 kg. -Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.

<p>Bisolvon^{®40}</p>		<p>Bromexina (8 mg/5 ml)</p>	<p>Xarope (saquetas)</p>	<p>Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.</p>	<p>Adultos e crianças com mais de 12 anos: 5 ml (1 saqueta), 3 vezes ao dia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos. - Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
<p>Bisolvon Linctus Adulto^{®42}</p>		<p>Bromexina (1,6 mg/ml)</p>	<p>Xarope</p>	<p>Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.</p>	<p>Adultos e crianças com mais de 12 anos: 5 ml, 3 vezes ao dia. Crianças 6-12 anos: 2,5 ml, 3 vezes ao dia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos. - Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
<p>Bisolvon Linctus Criança^{®44}</p>		<p>Bromexina (0,8 mg/ml)</p>	<p>Xarope</p>	<p>Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.</p>	<p>Crianças com menos de 2 anos: 1,25 ml, 3 vezes ao dia. Crianças 2-6 anos: 2,5 ml, 3 vezes ao dia. Crianças 6-12 anos: 5 ml, 3 vezes ao dia. Adultos e crianças com mais de 12 anos: 10 ml, 3 vezes ao dia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos. - Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal. - Não utilizar durante gravidez e




						aleitamento.
Bromexina Tussilene ^{®46}		Bromexina (0,8 mg/ ml)	Xarope	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	Adultos e crianças com mais de 12 anos: 10 ml, 3 vezes ao dia. Crianças 6-12 anos: 5 ml, 3 vezes ao dia. Crianças 2-6 anos: 2,5 ml, 3 vezes ao dia. Crianças com menos de 2 anos: 1,25 ml, 3 vezes ao dia.	- Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos. - Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Broncoliber ^{®48}		Ambroxol (30 mg)	Comprimido	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	Adultos: 1 a 2 comprimidos, 2 a 3 vezes por dia. No máximo, 4 comprimidos por dia.	- Uso não indicado para crianças. - Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Broncoliber ^{®50}		Ambroxol (120 mg)	Cápsulas de liberação prolongada	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	Adultos: 1 cápsula, uma vez por dia.	- Não indicado a crianças com idade inferior a 18 anos. - Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal. - Contém sacarose: Não indicado a



						<p>diabéticos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
Broncoliber® ⁵²		Ambroxol (10 mg/pulverização)	Solução oral	Tratamento secretolítico de doenças broncopulmonares agudas e crônicas, caracterizadas pela formação e transporte insuficientes de mucosa.	Posologia em adultos e adolescentes com mais de 12 anos: 3 pulverizações três vezes ao dia.	<p>- Não indicado a crianças com idade inferior a 12 anos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
Broncoliber® ⁵⁴	 Pediátrico	Ambroxol (3 mg/ml)	Xarope	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	<p>Crianças de 1 aos 2 anos: 5 ml, 2 vezes por dia.</p> <p>Crianças dos 2 aos 6 anos: 5 ml, 3 vezes por dia.</p> <p>Crianças dos 6 aos 12 anos: 10 ml, 2 a 3 vezes por dia.</p> <p>Adultos e crianças com mais de 12anos: 20 ml, 2 vezes por dia.</p>	<p>-Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal.</p> <p>- Contém sacarose: Não indicado a diabéticos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
Broncoliber® ⁵⁶	 Adulto	Ambroxol (6 mg/ml)	Xarope	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	<p>Crianças de 1 aos 2 anos: 2,5 ml, 2 vezes por dia.</p> <p>Crianças dos 2 aos 6 anos: 2,5 ml, 3 vezes por dia.</p>	<p>-Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal.</p> <p>- Contém sacarose: Não indicado a diabéticos.</p>



					<p>Crianças dos 6 aos 12 anos: 5 ml, 2 a 3 vezes por dia.</p> <p>Adultos e crianças com mais de 12 anos: 10 ml, 2 vezes por dia.</p>	<p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
Fluimucil® ⁵⁸		Acetilcisteína (200 mg)	Granulado para solução oral	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	<p>Adultos e crianças com idade superior a 12 anos: 200 mg (1 saqueta) de Fluimucil 200 mg, 3 vezes por dia. Dose máxima diária recomendada de 600 mg/dia.</p> <p>Crianças dos 6 aos 12 anos de idade: 100 mg (1/2 saqueta) de Fluimucil 200 mg, 3 a 4 vezes por dia. Dose máxima recomendada 300 a 400 mg/dia.</p> <p>Crianças dos 2 aos 6 anos de idade: 100 mg (1/2 saqueta) de Fluimucil 200 mg, 3 vezes por dia. Dose máxima recomendada 300 mg/dia.</p>	<p>- Não indicado a crianças com idade inferior a 12 anos.</p> <p>-Contra-indicada em casos de úlcera gastrointestinal.</p> <p>- Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos.</p> <p>- Utilização com precaução durante gravidez e aleitamento.</p>
Fluimucil 2%® ⁶⁰		Acetilcisteína (20 mg/ml)	Solução oral	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	<p>Adultos e crianças maiores de 12 anos: 200 mg (10 ml) 3 vezes por dia.</p> <p>Crianças entre os 6 e 12 anos: 100 mg (5 ml) 3 vezes por dia.</p>	<p>-Contra-indicada em casos de úlcera gastrointestinal.</p> <p>- Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos.</p>


					<p>Crianças até aos 6 anos: 100 mg (5 ml) 2 ou 3 vezes por dia, a definir pelo médico.</p>	<p>- Utilização com precaução durante gravidez e aleitamento.</p>
<p>Fluimucil 4% ^{®62}</p>		<p>Acetilcisteína (40 mg/ml)</p>	<p>Solução oral</p>	<p>Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.</p>	<p>Adultos e crianças com idade superior a 12 anos: 600 mg (15 ml) 1 vez por dia, de preferência à noite, ou 200 mg (5 ml) 3 vezes por dia. Dose máxima recomendada de 600 mg/dia.</p> <p>Crianças dos 6 aos 12 anos de idade: 300 a 400 mg (7,5 a 10 ml) 1 vez por dia, de preferência à noite, ou 100 mg (2,5 ml) 3 a 4 vezes por dia. Dose máxima diária recomendada 300 a 400 mg/dia.</p> <p>Crianças dos 2 aos 6 anos de idade: 300 mg (7,5 ml) 1 vez por dia, de preferência à noite, ou 100 mg (2,5 ml) 3 vezes por dia. Dose máxima diária recomendada 300 mg/dia.</p>	<p>- Não indicado a crianças com idade inferior a 2 anos.</p> <p>- Contra-indicada em casos de úlcera gastrointestinal.</p> <p>- Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos.</p> <p>- Utilização com precaução durante gravidez e aleitamento.</p>

Fluimucil ^{®58}		Acetilcisteína (600 mg)	Comprimido efervescente	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	Adultos e crianças com idade > a 12 anos: 1 comprimido efervescente por dia, de preferência à noite. Dose máxima diária recomendada de 600 mg/dia.	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos ou com peso inferior a 30 kg. -Contra-indicada em casos de úlcera gastrointestinal. - Alto teor de sódio: especial precaução em doentes hipertensos. - Utilização com precaução durante gravidez e aleitamento.
Mucoral ^{®65}		Carbocisteína (400 mg)	Cápsula	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	Adultos: 1 a 2 cápsulas 3 vezes por dia.	<ul style="list-style-type: none"> - Uso não indicado para crianças. -Contra-indicada em casos de úlcera gastrointestinal ativa. - Utilização com precaução durante gravidez e aleitamento.



Mucoral 20 mg/ml ^{@67}		Carbocisteína	Xarope	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	<p>Crianças dos 24 meses aos 30 meses: ½ colher - medida (2,5 ml) 2 vezes por dia.</p> <p>Crianças dos 30 meses aos 5 anos: 1 colher - medida (5 ml) 2 vezes por dia.</p> <p>Crianças com mais de 5 anos: 1 colher - medida (5 ml) 3 vezes por dia.</p>	<p>-Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal ativa.</p> <p>- Contém sacarose: Não indicado a diabéticos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
Mucoral 50 mg/ml ^{@69}		Carbocisteína	Xarope	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	Adultos: 1 colher de sopa, quatro a cinco vezes por dia.	<p>- Uso não indicado para crianças.</p> <p>- Contém sacarose: Não indicado a diabéticos.</p> <p>-Contra-indicada em casos de úlcera gastrointestinal ativa.</p> <p>- Utilização com precaução durante gravidez e aleitamento.</p>
Mucosolvan ^{@71}		Ambroxol (30 mg)	Comprimido	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias	<p>Adultos: 1 comprimido, 3 vezes por dia.</p> <p>O efeito terapêutico pode ser potenciado ao administrar 2</p>	<p>- Uso não indicado para crianças.</p> <p>- Não utilizar</p>

				em presença de hipersecreção brônquica.	comprimidos 2 vezes por dia.	durante gravidez e aleitamento.
Mucosolvan @73	 74	Ambroxol (15 mg)	Pastilha mole	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	<p>Adultos e crianças com mais de 12 anos: 2 pastilhas moles, 3 vezes ao dia.</p> <p>O efeito terapêutico pode ser potenciado ao administrar 2 pastilhas moles, 4 vezes ao dia.</p> <p>Crianças dos 6 aos 12 anos: 1 pastilha mole, 2 a 3 vezes ao dia.</p> <p>O efeito terapêutico pode ser potenciado ao administrar 1 pastilha mole, 4 a 6 vezes ao dia.</p>	<p>- Não indicado a crianças com idade inferior a 6 anos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
Mucosolvan @75	 76	Ambroxol (6 mg/ml)	Xarope	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	<p>Adultos e crianças com mais de 12 anos: 10 ml, 2 vezes por dia.</p> <p>Crianças dos 6 aos 12 anos: 5 ml, 2-3 vezes por dia (correspondendo a 1,2 mg/kg de peso corporal)</p> <p>Crianças dos 2 aos 5 anos: 2,5 ml, 3 vezes por dia (correspondendo a 1,25 mg/kg de peso corporal)</p> <p>Crianças até aos 2 anos: 2,5</p>	<p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>


					ml, 2 vezes por dia (correspondendo a 1,6 mg/kg de pesocorporal)	
Mucosolvan Perlonguets ^{®77}		Ambroxol (75 mg)	Cápsula de libertação prolongada.	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	Adultos: 1 cápsula de libertação prolongada uma vez ao dia.	- Uso não indicado para crianças. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
NIFLUX ^{®79}		Carbocisteína e Sobrerol (50 mg/ml + 8 mg/ml)	Xarope	Adjuvante mucolítico do tratamento antibacteriano das infecções respiratórias em presença de hipersecreção brônquica.	Adultos: 15 ml 3 vezes/dia. Crianças de 5 a 12 anos: 5 ml 3 vezes/dia.	- Não indicado a crianças com idade inferior a 5 anos. - Contra-indicada em casos de úlcera péptica em fase ativa. - Contém sacarose: Não indicado a diabéticos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
PULMIBEN 2% ^{®80}		Carbocisteína (20 mg/ml)	Xarope	Tratamento de todas as afecções agudas e crônicas das vias respiratórias incluindo a esfera ORL, caracterizadas por um excesso de produção de	Crianças maiores de 5 anos: 1 colher de chá (5 ml), 3 vezes por dia antes de cada refeição. Crianças até 5 anos: 1 colher de chá (5 ml) antes de cada	- Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal ativa. - Não utilizar durante gravidez e




				secreções, ou pela existência de secreções patológicas de viscosidade elevada. Tais como: bronquites, traqueítes, laringites, rinites, rinofaringites, sinusites e otites.	refeição (2 vezes por dia).	aleitamento.
PULMIBEN 5% ®80		Carbocisteína (50 mg/ml)	Xarope	Tratamento de todas as afecções agudas e crónicas das vias respiratórias incluindo a esfera ORL, caracterizadas por um excesso de produção de secreções, ou pela existência de secreções patológicas de viscosidade elevada. Tais como: bronquites, traqueítes, laringites, rinites, rinofaringites, sinusites e otites.	Adultos: 1 colher de sopa (15 ml), 3 vezes por dia	<ul style="list-style-type: none"> - Uso não indicado para crianças. - Contra-indicada em casos de úlcera gastroduodenal ativa. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.




Tosse Seca e Produtiva

Designação	Embalagem	Substância Ativa	Forma Farmacêutica	Indicação Terapêutica	Posologia	Notas
grinTuss Adultos ^{®83}		Mel, Tanchagem, Grindélia e Perpétua-das-Areias	Xarope	Acalma a irritação e protege a mucosa e favorece a eliminação do muco.	Adultos: 1 colher duas a quatro vezes ao dia.	- Contém mel: Não indicado a diabéticos. - Uso não indicado para crianças.
grinTuss Crianças ^{®84}		Açúcar de Cana, Mel, Tanchagem, Grindélia e Perpétua-das-Areias	Xarope	Acalma a irritação e protege a mucosa e favorece a eliminação do muco.	Crianças de 1 a 6 anos de idade: 1 colher de sobremesa duas a quatro vezes ao dia. Crianças com idade superior a 6 anos: : 2 colheres de sobremesa duas a quatro vezes ao dia.	- Contém açúcar e mel: Não indicado a diabéticos.

Gripes e Constipações




Designação	Embalagem	Substância Ativa	Forma Farmacêutica	Indicação Terapêutica	Posologia	Notas
Afebryl ^{®85}		Ácido acetilsalicílico + Paracetamol + Ácido ascórbico (300 mg + 200 mg + 300 mg)	Comprimido efervescente	Tratamento sintomático da dor e da febre que acompanham um síndrome gripal e as infecções das vias respiratórias superiores. Ação analgésica no caso de cefaleias, enxaquecas, dores articulares e musculares passageiras, dores de dentes (exceto antes ou após intervenção estomatológica).	Adultos e crianças a partir dos 12 anos: 1 comprimido 1 a 4 vezes por dia. A dose máxima recomendada para adultos é de 6 comprimidos por dia, não devendo tomar-se mais do que 2 comprimidos de cada vez. Respeitar um intervalo de 4 horas entre cada toma e, devido ao paracetamol, em casos de insuficiência renal e hepática o intervalo será no mínimo de 8 horas. O AFEBRYL é administrado oralmente, devendo os comprimidos ser dissolvidos em 1/2 copo de água agitando ligeiramente.	- Uso não indicado para crianças. - Alto teor de sódio: especial precaução em doentes hipertensos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.




Antigrippine ^{®87}		Paracetamol + Mepiramina + Cafeína (250 mg + 20 mg + 30 mg)	Comprimido	Tratamento sintomático de estados febris e dolorosos. Tratamento de resfriamentos em geral acompanhados, ou não de febre, dores de cabeça e dores articulares.	Adultos e crianças com idade igual ou superior a 12 anos: 2 comprimidos a cada 4 a 6 horas, conforme necessário. Intervalo mínimo entre doses: 4 horas. Não exceder a dose diária de 10 comprimidos.	- Não indicado a crianças com idade inferior a 12 anos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento sem prévio consentimento médico.
Bisolviral ^{®89}		Iota-carragenina (derivado de algas vermelhas naturais)	Spray nasal	Diminuição da duração da constipação principalmente quando utilizado nos primeiros sintomas de constipação. Manutenção da hidratação da mucosa nasal.	Crianças com idade superior a 1 ano e adultos que já estejam constipados ou a ficar constipados: 1 pulverização em cada narina, 3 vezes ao dia. Para queixas de secura da mucosa nasal: várias vezes ao dia dependendo das necessidades individuais.	- Utilização com precaução durante gravidez e aleitamento.
Cêgripe ^{®91}		Paracetamol + Clorofeniramina (500 mg + 1 mg)	Comprimido	Tratamento sintomático de síndromes gripais e constipações.	Adultos e crianças com idade superior a 12 anos: 1 ou 2 comprimidos cada 6 ou 8 horas (3 ou 4 vezes por dia).	- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos ou com peso inferior a 30 kg. - Alto teor de sódio: especial precaução em




						doentes hipertensos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Griponal ^{®93}	 94	Paracetamol + Clorfeniramina (500 mg + 4 mg)	Comprimido efervescente	Tratamento da sintomatologia associada a estados gripais e constipações.	Adultos: a dose habitual é de 1 comprimido, de 8 em 8 ou de 6 em 6 horas (3 ou 4 vezes por dia). Crianças com idade superior a 12 anos: a dose habitual é metade da dose recomendada para os adultos. Não exceder a dose máxima de 4 comprimidos por dia, com um intervalo mínimo entre cada toma de 6 horas.	- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos. - Alto teor de sódio: especial precaução em doentes hipertensos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Ilvico N ^{®95}	 96	Paracetamol + Bromofeniramina + Cafeína + Ácido ascórbico (250 mg + 3 mg + 10 mg + 30 mg)	Comprimido revestido	Tratamento dos sintomas das constipações e gripes tais como febre, dor de cabeça, dores dos membros, processos catarrais e congestão nasal.	Adultos: 2 comprimidos 3 vezes ao dia. Crianças com mais de 6 anos: 1 comprimido 3-4 vezes ao dia.	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Aspirina C ^{®97}	 98	Ácido acetilsalicílico + Ácido ascórbico	Comprimido efervescente	Dores de intensidade ligeira a moderada como por ex. dores de cabeça,	Adultos: 1 - 2 comprimidos efervescentes em cada administração.	- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos.



		(400 mg + 240 mg)		<p>dores de dentes, dores musculares, dores menstruais.</p> <p>Estados febris associados a resfriados ou gripe.</p>	<p>A posologia diária máxima não deve exceder 8 comprimidos efervescentes, observando-se um intervalo de 4 - 8 horas entre as administrações.</p> <p>Crianças a partir de 12 anos: 1 comprimido efervescente em cada administração. Se necessário pode repetir-se a administração até 3 vezes por dia, observando-se um intervalo de 4 – 8 horas entre as administrações.</p>	<p>- Alto teor de sódio: especial precaução em doentes hipertensos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
--	--	-------------------	--	---	---	---



Dor de Garganta

Designação	Embalagem	Substância Ativa	Forma Farmacêutica	Indicação Terapêutica	Posologia	Notas
Collu-Hextril ^{®99}	 100	Hexetidina	Solução para pulverização bucal	Estados infecciosos, inflamatórios e dolorosos da orofaringe em crianças e adultos. Entre outros.	Adultos e crianças com idade igual ou superior a 6 anos: 1 ou 2 aplicações, cada uma com a duração de 1 a 2 segundos, três ou mais vezes ao dia, se necessário.	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos.
Drill ^{®101}	 102	Tetracaína + Cloro-hexidina	Pastilha	Alívio sintomático da dor de garganta. Alívio sintomático das infecções ligeiras da cavidade oral e da orofaringe. Na higiene oral e da orofaringe, principalmente nos cuidados pós-operatórios em estomatologia e laringologia	Adultos: 1 pastilha 4 vezes por dia. Crianças de idade compreendida entre 6 e 15 anos: 1 pastilha 2-3 vezes por dia. Fazer intervalos de 2 horas, no mínimo, entre cada pastilha.	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contém sacarose e glucose: Não indicado a diabéticos. - Sem precauções especiais na gravidez e aleitamento.
Euphon ^{®103}	 104	Erisimo	Pastilha	Tratamento sintomático da afonia, rouquidão, tosses irritativas e afeções laringeas.	Adultos: 10 a 12 pastilhas por dia. Crianças a partir dos 6 anos: 5 a 6 pastilhas por dia.	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contém sacarose



						e glucose: Não indicado a diabéticos.
Hydrotricine® ¹⁰⁵		Tirotricina (1 mg)	Pastilha	Tratamento local tópico de infeções localizadas e limitadas à mucosa bucal e orofaríngea.	Tomar, em média, 4 a 10 pastilhas por dia, consoante os casos.	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contém sacarose e glucose: Não indicado a diabéticos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Mebocaína Forte® ¹⁰⁷		Tirotricina + Cloreto de cetilpiridínio + oxibuprocaína (4 mg + 1 mg + 0.2 mg)	Pastilha	Tratamento local de infeções da cavidade bucofaríngea e inflamações associadas a gripe ou constipações, bem como alívio das dores de garganta, da deglutição dolorosa, faringites, rouquidão, aftas, gengivites e estomatites.	Adultos e crianças com mais de 12 anos: Infeções graves – 1 pastilha cada 1 ou 2 horas. Casos menos graves – 1 pastilha cada 2 ou 3 horas. Dose máxima diária: 12 pastilhas Crianças dos 6 aos 12 anos: 1 pastilha a cada 2 ou 3 horas. Dose máxima diária: 3 pastilhas	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Mebocaína Anti-Inflam® ¹⁰⁹		Álcool diclorobenzílico + benzidamina	Comprimido para chupar	Anti-inflamatório / analgésico / antisséptico para tratamento	Deixar dissolver um comprimido para chupar lentamente na boca cada 2/3	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos.

		(1.2 mg + 3 mg)		sintomático dos estados inflamatórios dolorosos da garganta, boca e gengivas. Indicado antes e após extrações dentárias.	horas até ao máximo de 6 comprimidos para chupar dia.	- Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos. Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Mebocáína Anti-Inflam ^{®109}	 111	Álcool diclorobenzílico + benzidamina (6 mg/ml + 1,5 mg/ml)	Solução para pulverização bucal	Anti-inflamatório / analgésico / antisséptico para tratamento sintomático dos estados inflamatórios dolorosos da garganta, boca e gengivas. Indicado antes e após extrações dentárias.	Pulverizar duas vezes a cavidade oral até 6 vezes ao dia.	- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos. Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Mentocaína-R ^{®112}	 113	Tirotricina + Benzocaína (1,05 mg + 2,5 mg)	Pastilha	Tratamento local de inflamações e infeções limitadas à mucosa da cavidade bucal e da orofaringe, tais como: faringites, laringites, estomatites e gengivites, aftas, odinofagia; Alívio rápido das dores de garganta.	Adultos: 1 pastilha de hora a hora não devendo exceder as 10 pastilhas por dia. Crianças com idade superior a 6 anos: 3 a 5 pastilhas por dia, espaçadas ao longo do dia	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contém sacarose: Não indicado a diabéticos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Streptfen ^{®114}	 115	Flurbiprofeno	Pastilha	Alívio sintomático a curto prazo da dor de garganta.	Adultos e crianças com mais de 12 anos: Dissolver lentamente uma pastilha na boca cada 3 a 6 horas	- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos.



					conforme necessário. Máximo de 5 pastilhas por cada período de 24 horas.	<ul style="list-style-type: none"> - Contém sacarose, glucose e mel: Não indicado a diabéticos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Strepsils® ¹¹⁶	 117	<p>Álcool diclorobenzílico + Amilmetacresol</p> <p>(1,2 mg + 0,6 mg)</p>	Pastilha	Tratamento sintomático da inflamação da boca e infecções da garganta, incluindo dor de garganta.	Adultos e crianças com idade superior a 6 anos: dissolver 1 pastilha lentamente na boca cada 2 ou 3 horas conforme o necessário.	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos. Porém existem variantes “júnior” que podem ser administradas em crianças com idade superior a 6 anos. - Existem pastilhas Strepsils® com e sem açúcar. Se contiver açúcar, estas não são aconselhadas a diabéticos - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Tantum Verde® ¹¹⁸	 119	Benzidamina (3 mg)	Pastilha	Tratamento sintomático local no alívio da dor e irritação da boca e	Adultos e crianças com mais de 6 anos: 1 pastilha 3 vezes ao dia.	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos.



				garganta.		<ul style="list-style-type: none"> - Sem açúcar: pode ser utilizado por diabéticos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Tantum Verde® ¹²⁰	 121	Benzidamina (3 mg/ml)	Solução para pulverização bucal	Tratamento sintomático de processos inflamatórios da orofaringe.	2 a 4 pulverizações da garganta 2 a 6 vezes por dia.	- Utilização com precaução durante gravidez e aleitamento.
Tantum Protect® ¹²²	 123	Álcool Diclorobenzílico (1,25 mg)	Pastilha	Protegem a garganta através da sua ação desinfetante. As propriedades balsâmicas do mel potenciam a sua ação suavizante na garganta irritada e rouquidão.	Dissolver 1 pastilha lentamente na boca a cada 2 ou 3 horas.	- Contém açúcar: Não indicado a diabéticos



Congestão Nasal

Designação	Embalagem	Substância Ativa	Forma Farmacêutica	Indicação Terapêutica	Posologia	Notas
Bisolspray Nebulicina Adulto® ¹²⁴	 ¹²⁵	Oximetazolina (0,5 mg/ml)	Solução para pulverização nasal	Alívio sintomático da congestão nasal.	Adultos e crianças com mais de 12 anos: 2 nebulizações em cada fossa nasal, 2 vezes ao dia.	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma de ângulo estreito. - Não utilizar durante gravidez.
Bloxinus® ¹²⁶	 ¹²⁷	Manitol e Glicerol	Solução para pulverização nasal	Indicado para reduzir a obstrução nasal em pacientes com hipertrofia dos cornetos nasais e rinopatia vasomotora específica (rinite alérgica) ou não específica. Indicado para o tratamento do edema associado a estados inflamatórios rinossinusais e adenoidais, agudos e crónicos.	Adultos e crianças: recomenda-se 2 nebulizações por narina 2 vezes por dia ou conforme orientação médica.	



<p>Nasex®¹²⁸</p>	 <p>129</p>	<p>Oximetazolina (0,5 mg/ml)</p>	<p>Gotas nasais, solução</p>	<p>Indicado em caso de congestão da mucosa nasal com alívio sintomático das seguintes situações:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rinite aguda e nasofaringite. - Sinusite aguda. - Rinite vasomotora aguda. - Rinite alérgica sazonal. 	<p>Adultos e crianças com idade superior a 6 anos: 2 a 4 gotas em cada narina, 2 vezes ao dia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma de ângulo estreito e nos doentes em tratamento com inibidores da monoaminoxidase (IMAO). Pode provocar crises hipertensivas. - Não utilizar durante gravidez.
<p>Nasex®¹²⁸</p>	 <p>130</p>	<p>Oximetazolina (0,5 mg/ml)</p>	<p>Solução para inalação por nebulização</p>	<p>Indicado em caso de congestão da mucosa nasal com alívio sintomático das seguintes situações:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rinite aguda e nasofaringite. - Sinusite aguda. - Rinite vasomotora aguda. - Rinite alérgica sazonal. 	<p>Adultos e crianças com idade superior a 6 anos: 1 a 3 pulverizações em cada narina, 2 vezes ao dia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma de ângulo estreito e nos doentes em tratamento com inibidores da monoaminoxidase (IMAO). Pode provocar crises



						hipertensivas. - Não utilizar durante gravidez.
Nasexilo® ¹³¹	 132	Xilometazolina (1 mg/ml)	Solução para pulverização nasal	Tratamento sintomático temporário da congestão nasal causada por rinite ou sinusite.	Adultos e crianças com idade superior a 12 anos: 1 vaporização em cada narina não mais de 3 vezes por dia.	- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma de ângulo estreito e nos doentes em tratamento com inibidores da monoaminoxidase (IMAO). Pode provocar crises hipertensivas. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Nasorhinathiol® ¹³³	 134	Oximetazolina (0,25 mg/ml)	Gotas nasais, solução	Indicado no alívio sintomático da congestão nasal, em casos de rinorreia e associada a estados gripais e constipações.	Adultos e crianças com idade superior a 6 anos: Instilar 2 ou 3 gotas em cada narina de 12 em 12 horas. Recomenda-se uma aplicação de manhã e a outra à noite. Nunca exceder as duas	- Não usar em crianças com idade inferior a 2 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma. - Não utilizar


					<p>aplicações em 24 horas.</p> <p>Crianças dos 2 aos 6 anos: Instilar 2 ou 3 gotas em cada narina de 12 em 12 horas.</p>	<p>durante gravidez e aleitamento.</p>
Nasorhinathiol®135	 <p>134</p>	Oximetazolina (0,5 mg/ml)	Gotas nasais, solução	<p>Indicado no alívio sintomático da congestão nasal, em casos de rinorreia e associada a estados gripais e constipações.</p>	<p>Adultos e crianças com idade superior a 6 anos: Instilar (gotas nasais): 2 ou 3 gotas em cada narina de 12 em 12 horas. Recomenda-se uma aplicação de manhã e a outra à noite. Nunca exceder as duas aplicações em 24 horas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Nasorhinathiol®135	 <p>134</p>	Oximetazolina (0,5 mg/ml)	Gotas nasais, solução (nebulizador)	<p>Indicado no alívio sintomático da congestão nasal, em casos de rinorreia e associada a estados gripais e constipações.</p>	<p>Adultos e crianças com idade superior a 6 anos: 1 ou 2 nebulizações em cada narina de 12 em 12 horas. Recomenda-se uma aplicação de manhã e a outra à noite. Nunca exceder as duas aplicações em 24 horas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.



<p>Neo-Sinefrina®¹³⁶</p>	 <p>137</p>	<p>Fenilefrina (0,25 mg/ml)</p>	<p>Gotas nasais, solução</p>	<p>Neo-Sinefrina está indicada em todas as situações em que se verifica congestão nasal, tais como: coriza, rinites e sinusites.</p>	<p>Crianças com idade superior a 12 anos e adolescentes: 3 a 4 gotas em cada narina, em intervalos de 3 a 4 horas, podendo também utilizar-se Neo-Sinefrina, 5 mg/ml gotas nasais. Não deverá ser ultrapassada a toma máxima diária de 32 gotas.</p> <p>Crianças de 6 a 12 anos: 2 a 3 gotas em cada narina, em intervalos de 3 a 4 horas. Não deverá ser ultrapassada a toma máxima diária de 24 gotas.</p> <p>Nos adultos particularmente sensíveis, em que se considere indicado o uso de Neo-Sinefrina 2,5 mg/ml, em vez de Neo-Sinefrina 5,0 mg/ml, pode ser necessário usar doses maiores.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma, depressão e nos doentes em tratamento com inibidores da monoaminoxidase (IMAO). - Não utilizar durante gravidez.
<p>Neo-Sinefrina®¹³⁸</p>	 <p>139</p>	<p>Fenilefrina (0,5 mg/ml)</p>	<p>Gotas nasais, solução</p>	<p>Neo-Sinefrina está indicada em todas as situações em que se verifica congestão nasal,</p>	<p>Adultos e adolescentes: 2 a 3 gotas nasais em cada narina, em intervalos de 3 a 4 horas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Não deve ser usado em crianças. - Contra-indicado

				tais como: coriza, rinites e sinusites.		em casos de glaucoma, depressão e nos doentes em tratamento com inibidores da monoaminoxidase (IMAO). - Não utilizar durante gravidez.
Rhinospray® ¹⁴⁰	 141	Tramazolina (1,18 mg/ml)	Solução para pulverização nasal	Para o alívio da congestão nasal, associada a constipação comum e a febre dos fenos.	Adultos e crianças com mais de 6 anos de idade: aplicar o spray em cada narina até 4 vezes ao dia se necessário.	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma de ângulo estreito; após cirurgia craniana via cavidade nasal; rinite seca. - Não utilizar durante gravidez.
Rinerge® ¹⁴²	 143	Oximetazolina (0,5 mg/ml)	Solução para inalação por nebulização	Alívio rápido e prolongado da congestão da mucosa nasal e dos seios perinasais associada a constipações, rinite, sinusite, febre dos fenos e outras alergias do tracto	Adultos e crianças com mais de 6 anos de idade: 2 ou 3 nebulizações, em cada narina, duas vezes por dia (de manhã e à noite). Em alguns casos de sinusite, a nebulização	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Interações medicamentosas com Inibidores das



				respiratório superior.	pode ser repetida após 10 a 15 minutos.	monoaminoxidases (IMAO). - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Vibrocil® ¹⁴⁴	 145	Dimetindeno e fenilefrina (0,25 mg/ml + 2,5 mg/ml)	Gotas nasais, solução	Tratamento sintomático de estados gripais e constipações, congestão nasal e rinorreia.	Crianças de 1 aos 6 anos (sob supervisão de um adulto): 1 a 2 gotas em cada narina, 3 a 4 vezes por dia. Crianças dos 6 aos 12 anos (sob supervisão de um adulto): 3 a 4 gotas em cada narina, 3 a 4 vezes ao dia. Adolescentes a partir dos 12 anos de idade e adultos: 3 a 4 gotas em cada narina, 3 a 4 vezes ao dia.	- Não usar em crianças com idade inferior a 1 ano. - Contra-indicado em casos de glaucoma de ângulo fechado, rinite atrófica e nos doentes em tratamento com inibidores da monoaminoxidase (IMAO). - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Vibrocil® ¹⁴⁶	 147	Dimetindeno e fenilefrina (0,25 mg/ml + 2,5 mg/ml)	Solução para inalação por nebulização	Tratamento sintomático de estados gripais e constipações, congestão nasal e rinorreia.	Crianças dos 6 aos 12 anos de idade (sob supervisão de um adulto): 1 a 2 aplicações em cada narina, 3 a 4 vezes por dia. Adolescentes a partir dos 12 anos de idade e adultos:	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma de ângulo fechado, rinite


					1 a 2 aplicações em cada narina 3 a 4 vezes ao dia.	atrófica e nos doentes em tratamento com inibidores da monoaminoxidase (IMAO). - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Vibrocil® ¹⁴⁸	 149	Dimetindeno e fenilefrina (0,25 mg/ml + 2,5 mg/ml)	Gel nasal	Tratamento sintomático de estados gripais e constipações, congestão nasal e rinorreia.	Crianças dos 6 aos 12 anos de idade (sob supervisão de um adulto): aplicar uma pequena quantidade de gel em cada narina, 3 a 4 vezes ao dia. Adolescentes a partir dos 12 anos de idade e adultos: aplicar uma pequena quantidade de gel em cada narina, 3 a 4 vezes ao dia.	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma de ângulo fechado, rinite atrófica e nos doentes em tratamento com inibidores da monoaminoxidase (IMAO). - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Vibrocil Actilong® ¹⁵⁰	 151	Xilometazolina (0,5 mg/ml)	Gotas nasais, solução	Para alívio da congestão nasal devido a constipações, febre dos fenos ou rinites e	Crianças até 1 ano (sob aconselhamento médico) e crianças até 6 anos (sob supervisão de um adulto):	- Não deverá ser utilizado em crianças com idade igual ou inferior a


				<p>sinusites alérgicas de outras etiologias. Nas afecções dos seios peri-nasais, de modo a facilitar a drenagem das secreções. Na otite média, como adjuvante, no descongestionamento da mucosa rinofaríngea. Para facilitar a rinoscopia.</p>	<p>1 a 2 gotas em cada narina 1 a 2 vezes por dia (cada 8 a 10 horas) são geralmente suficientes. Não ultrapassar um total de 3 aplicações diárias em cada narina.</p>	<p>um ano sem aconselhamento médico e em crianças com idade até 6 anos sem supervisão de um adulto.</p> <p>- Interações medicamentosas com Inibidores das monoaminoxidases (IMAO), antidepressivos tricíclicos e tetracíclicos, em caso de sobredosagem.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
<p>Vibrocil Actilong®¹⁵⁰</p>	 <p>151</p>	<p>Xilometazolina (1 mg/ml)</p>	<p>Gotas nasais, solução</p>	<p>Para alívio da congestão nasal devido a constipações, febre dos fenos ou rinites e sinusites alérgicas de outras etiologias. Nas afecções dos seios peri-nasais, de modo a facilitar a drenagem das secreções.</p>	<p>Adultos e crianças acima dos 6 anos de idade: 2 a 3 gotas em cada narina 3 a 4 vezes por dia.</p>	<p>- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos.</p> <p>- Interações medicamentosas com Inibidores das monoaminoxidases (IMAO), antidepressivos</p>

				Na otite média, como adjuvante, no descongestionamento da mucosa rinofaríngea. Para facilitar a rinoscopia.		tricíclicos e tetracíclicos, em caso de sobredosagem. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Vibrocil Actilong® ¹⁵⁰	 151	Xilometazolina (1 mg/ml)	Solução para inalação por nebulização	Para alívio da congestão nasal devido a constipações, febre dos fenos ou rinites e sinusites alérgicas de outras etiologias. Nas afecções dos seios peri-nasais, de modo a facilitar a drenagem das secreções. Na otite média, como adjuvante, no descongestionamento da mucosa rinofaríngea. Para facilitar a rinoscopia.	Adultos e crianças acima dos 6 anos de idade: 1 a 2 aplicações do nebulizador em cada narina 3 a 4 vezes por dia.	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Interações medicamentosas com Inibidores das monoaminoxidases (IMAO), antidepressivos tricíclicos e tetracíclicos, em caso de sobredosagem. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Vibrocil ActilongDuo® ¹⁵²	 153	Xilometazolina e brometo de ipratrópio (0,5 mg/ml + 0,6 mg/ml)	Solução para pulverização nasal	Tratamento sintomático da congestão nasal e rinorreia associadas a constipações.	Adultos: 1 pulverização em cada narina até 3 vezes ao dia. Deve haver um intervalo de pelo menos 6 horas entre duas administrações.	- Não usar em crianças e adolescentes com idade inferior a 18 anos.

						<ul style="list-style-type: none"> - Contra-indicado em casos de glaucoma e rinite seca. - Interações medicamentosas com Inibidores das monoaminoxidases (IMAO), antidepressivos tricíclicos e tetracíclicos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
<p>Vicks Vapospray®¹⁵⁴</p>		<p>Oximetazolina (0,5 mg/ml)</p>	<p>Solução para inalação por nebulização</p>	<p>Alívio imediato da congestão nasal causada por constipações comuns, rinite aguda e rinite vasomotora.</p>	<p>Adultos e crianças com mais de 6 anos: 1 a 2 nebulizações em cada narina, 2 a 3 vezes por dia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma de ângulo fechado, doença cardíaca coronária aguda ou asma cardíaca e nos doentes em tratamento com inibidores da monoaminoxidase

						(IMAO). - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Vicks Inalador ^{®156}	 157	Cânfora e mentol (410 mg/g + 410 mg/g)	Solução para inalação por vaporização	Descongestionante nasal a utilizar em casos de congestão nasal e rinorreia.	Adultos e Crianças com idade superior a 6 anos: introduzir o Vicks Inalador em cada narina, tapando a outra narina com o seu dedo e inspirar profundamente. Em caso de necessidade utilizar até 10 a 20 vezes por dia.	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Vicks Vaporub ^{®158}	 159	Cânfora, Óleo essencial de Terebentina, Levomentol e Óleo essencial de Eucalipto (50 mg/g + 50 mg/g + 27,5 mg/g + 15 mg/g)	Pomada para administração tópica (uso cutâneo) e para inalação (via inalatória) com água quente.	Tratamento sintomático da congestão nasal e da tosse relacionadas com constipações e gripes.	Por fricção (uso cutâneo): Aplicar no pescoço, peito e costas - Adultos e crianças com idade superior a 12 anos: 2 - 3 colheres de chá (5 ml). - Crianças dos 6 aos 12 anos: 1 - 2 colheres chá (5 ml). - Crianças dos 30 meses aos 6 anos: 1/2 - 1 colher de chá (5 ml). Vicks Vaporub não se destina a aplicação em crianças com idade inferior a 30 meses de idade. Repetir 2 a 3 vezes por dia	- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.

					<p>se necessário.</p> <p>Por inalação (via inalatória): Adultos e crianças com idade superior a 6 anos: Dissolver 2 colheres de chá (5 ml) num recipiente com água muito quente, mas não a ferver. Inalar 10 a 15 minutos. Não reaquecer a mistura.</p> <p>Vicks Vaporub está contraindicado em crianças com idade inferior a 6 anos.</p>	
Xymeral ^{®160}		Xilometazolina (0,5 mg/ml)	Solução para pulverização nasal	Tratamento sintomático da congestão nasal.	<p>Crianças entre 2 e 10 anos: 1 pulverização em cada narina, não mais do que a cada 10-12 horas. Caso seja necessário, o medicamento pode ser usado até 3 vezes por dia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 2 anos. - Contra-indicado em casos de glaucoma de ângulo fechado, problemas cardíacos, rinite seca e nos doentes em tratamento com inibidores da monoaminoxidase (IMAO). - Não utilizar

						durante gravidez e aleitamento.
Xymeral® ¹⁶²		Xilometazolina (1 mg/ml)	Solução para pulverização nasal	Tratamento sintomático da congestão nasal.	Crianças a partir de 10 anos e adultos: 1 - 2 pulverizações em cada narina, não mais do que acada 10-12 horas. Caso seja necessário, o medicamento pode ser usado até 3 vezes por dia.	<ul style="list-style-type: none">- Não usar em crianças com idade inferior a 10 anos.- Contra-indicado em casos de glaucoma de ângulo fechado, problemas cardíacos, rinite seca e nos doentes em tratamento com inibidores da monoaminoxidase (IMAO).- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.

Higiene Nasal

O nariz é a porta de entrada do sistema respiratório do ser humano. Este apresenta uma função imunitária, para além da função olfactiva e respiratória, pois actua como barreira mecânica e química contra elementos estranhos ao organismo.

O nariz filtra mais ou menos 15 mil litros de ar (poluído) por dia. Assim, a higiene nasal é muito importante e permite evitar problemas respiratórios como rinites, sinusites, otites, entre outros. Para além disso, ao limpar o nariz regularmente, especialmente com água do mar, as células da mucosa são restauradas e as funções do nariz são otimizadas. A passagem do ar não é a única função do nariz. O ar inspirado é aquecido, humidificado e purificado. A função olfactiva é devida a estimulação específica de receptores sensoriais, localizados em cima da cavidade e a função de fonação também envolve a cavidade nasal, mas de forma accidental.

Portanto, o nariz é a primeira barreira contra agentes externos potencialmente prejudiciais ao nosso corpo, como poluição, poeira, vírus, bactérias. Se a mucosa estiver seca ou se os cílios estiverem sujos e desordenados, a defesa contra agentes externos não é assegurada.

A higiene nasal pode e deve ser realizada de modo natural, fisiológico, a qualquer momento do dia. Normalmente, deve ser praticada uma ou duas vezes ao dia - pela manhã e ao deitar, pelo menos.

A higiene nasal é particularmente importante nos bebés, uma vez que não têm individualmente a capacidade de assoar seus narizes, logo não são capazes de eliminar o muco no qual os diferentes poluentes ficam presos. Por isso, ajudar as crianças a livrar-se do excesso de muco do nariz é importante para eliminar o risco de infecção, evitar problemas respiratórios e narizes entupidos.

São variados os benefícios da higiene nasal:

- Remoção de excesso de muco provocado por gripes, resfriados e processos alérgicos ou inflamatórios e pela congestão nasal;
- Prevenir as infecções virais ou bacterianas das cavidades paranasais, criando um ambiente desfavorável para os microrganismos;
- Limpar a mucosa nasal de poeiras e poluentes ambientais, impedindo a formação de crostas e favorecendo o *clearance* mucociliar;
- Limpar as narinas e a cavidade nasal de agentes irritantes e outros alergénios;
- Melhorar a “respiração” de modo geral;




- Humedecer a mucosa nasal ressequida;
- Favorecer a acção de medicamentos tópicos.¹⁶⁴



Para a realização da higiene nasal existem imensas soluções de limpeza nasal como soro fisiológico, águas do mar isotónicas e águas do mar hipertónicas.


No auxílio da higiene nasal diária são usadas as soluções isotónicas como o soro fisiológico e as águas do mar isotónicas pois vão limpar mais facilmente as impurezas presentes no nariz e humedecer a mucosa nasal, aliviando, protegendo e reforçando as defesas naturais de cada pessoa.





As soluções hipertónicas são mais adequadas no auxílio da descongestão nasal pois vão promover uma acção osmótica a nível das células da mucosa nasal, promovendo a perda de fluidos por parte destas, permitindo o desentupimento nasal mais rapidamente.

<p>Libenar® Aspirador Nasal</p> <p>Libenar® Recargas Aspirador Nasal x 28 ¹⁶⁵</p>		<p>O Aspirador nasal Libenar® permite a eliminação das secreções nasais do bebé.</p> <p>É fácil de usar e higiénico.</p> <p>As Recargas para aspirador nasal Libenar®, são descartáveis e vendidas em separado</p> <p>Aspirador nasal Libenar® Recargas para aspirador nasal Libenar® são dispositivos médicos.</p> <p>Utilização:</p> <p>Lave as mãos e coloque o bebé numa posição cómoda.</p> <p>Insira uma recarga no corpo central;</p> <p>Coloque o aspirador na narina do bebé e o bocal na sua boca;</p> <p>Aspire suavemente através do bocal de aspiração até que a narina esteja totalmente limpa e desobstruída (a quantidade e a densidade do ar é controlada por si);</p> <p>Repita a operação na outra narina;</p> <p>Retire a recarga usada.</p> <p>Por questões de higiene e para evitar a proliferação de bactérias, aconselha-se a utilização de uma recarga em cada utilização.</p> <p>Lave o aspirador com água quente.</p> <p>Cada embalagem de Libenar® aspirador nasal contém 1 bocal, 1 tubo flexível, 1 corpo central e 3 recargas macias e descartáveis. Existe também uma embalagem de Libenar® 12 recargas macias e descartáveis.</p>
<p>Lyomer C® Spray Nasal Isotónico 100 ml ¹⁶⁶</p>		<p>Solução Isotónica de água do mar estéril.</p> <p>Para uma higiene nasal diária.</p> <p>Na humidificação: 1 aplicação em cada narina, varias vezes ao dia.</p> <p>Lavagem: aplicar 2 a 3 segundos em cada narina várias vezes ao dia.</p>

<p>Marimer® Isotônico¹⁶⁷</p>		<p>MARIMER® spray isotônico é um produto 100% natural, estéril e sem conservantes.</p> <p>Naturalmente rica em sais minerais e oligoelementos marinhos, MARIMER® spray nasal é recomendada para uso em bebês, crianças e adultos para a limpeza diária das cavidades nasais, nomeadamente em caso de um nariz entupido ou seco.</p> <p>Um verdadeiro ato de prevenção, a lavagem nasal diária é essencial para limitar os riscos de infecção bacteriana e aliviar os sintomas da mesma.</p> <p>O sistema de microdifusão permite uma cobertura ideal das cavidades nasais. O pequeno tamanho das gotículas permite uma melhor aderência à mucosa e, portanto, facilita a humidificação.</p> <p>1 pulverização por narina, 1 a 4 vezes por dia. Pode ser utilizado no quotidiano por um período prolongado.</p>
<p>Marimer® Hipertónico¹⁶⁸</p>		<p>MARIMER® hipertónico, um produto natural, é uma solução hipertónica de água do mar estéril. Naturalmente rica em sais minerais e oligoelementos marinhos, MARIMER® spray nasal hipertónica é recomendado para a limpeza e descongestionamento das cavidades nasais, nomeadamente em caso de rinite, sinusite, ou para o cuidado pós-operatório.</p> <p>MARIMER® é ideal para:</p> <ul style="list-style-type: none"> • a limpeza das cavidades nasais , • o descongestionamento dos narizes bloqueados , • como um complemento aos tratamentos para doenças otorrinolaringológicas . <p>1 a 2 pulverizações em cada narina , 1 a 3 vezes por dia , dependendo dos requisitos .</p>
<p>MucoClear® 3%¹⁶⁹</p>		<p>Solução salina hipertónica para nebulizar. Estéril.</p> <p>Embalagem de 20 ampolas x 4 ml NaCl (3%)</p>



		<p>Uso especialmente recomendado no tratamento das broquiolites agudas em crianças.</p> <p>Prático - fácil de transportar Ampolas prontas a usar Sem conservantes</p>
<p>- Narhinel Soft® Aspirador Nasal Bebê</p> <p>- Narhinel Soft® Recarga Aspirador Nasal¹⁷⁰</p>		<p>O Narhinel Soft aspirador nasal consiste num tubinho com 2 extremidades: Uma ponteira a ser colocada na narina obstruída da criança, contem um filtro que, quando está bastante preenchido, faz com que a ponteira tenha que ser trocada (recargas); Na outra extremidade uma ponteira chata que é colocada na boca de quem faz a aspiração através da qual, faz fracas, curtas e repetidas aspirações.</p> <p>Recomenda-se a aspiração das secreções tantas vezes quantas as necessárias, desde que o bebé apresente o nariz obstruído e que a aspiração seja feita com a prévia aplicação de água do mar ou soro fisiológico para amolecer as mucosidades e facilitar a sua aspiração.</p>
<p>Nasalmer® Hipertónico Adultos¹⁷¹</p>		<p>Nasalmer® Hipertónico Adultos pode ser usado por adultos e crianças a partir dos 12 anos, limpa o nariz e restaura a respiração sem criar dependência ou danificar o revestimento do nariz. Fornece uma tripla acção: limpa as narinas, reduz a inflamação pelo seu efeito osmótico, regenera a mucosa nasal.</p> <p>Nasalmer® Hipertónico Adultos pode ser utilizado como um suplemento no tratamento de rinite e sinusite com antibióticos, anti-histamínicos e descongestionantes nasais, facilitando a acção destes fármacos, ajuda a respirar melhor e reduz a sua utilização.</p> <p>Graças à sua concentração de sal, atrai a água e remove o excesso de fluido a partir da mucosa nasal, o que é chamado de efeito osmótico.</p> <p>Existe ainda Nasalmer® Hipertónico Júnior adequado para crianças dos 2 aos 12 anos. E ainda Nasalmer® Hipertónico Bebés adequado para bebés dos 15 dias até aos 2 anos de idade.</p>

<p>Naso Drill® Spray Nasal 100 ml¹⁷²</p>		<p>Lavagem nasal à base de Água Termal de Luchon. Naturalmente rica em enxofre. Solução asséptica sem adição de conservantes. Reconhecida em particular nas inflamações crónicas.</p> <p>No lactente, na criança, no adulto: 1 pulverização, 1 a 3 vezes por dia.</p>
<p>Nasomar® Spray Nasal Hipertónico 50 ml¹⁷³</p>		<p>Nasomar é uma solução natural de água do mar filtrada e esterilizada. É recolhida numa região seleccionada da Bretanha, sendo-lhe reduzido o teor em sal de forma a obter-se uma solução perfeitamente fisiológica, conservando no entanto, toda a sua riqueza em oligoelementos marinhos.</p> <p>Nasomar Lactante/Criança e NASOMAR Adulto: - 1 pulverização em cada narina 2 a 3 vezes por dia, antes das refeições. - Limpar o aplicador com água quente após cada aplicação.</p>
<p>Pari Montesol®¹⁷⁵</p>		<p>PARI MONTESOL é um produto médico constituído por uma solução salina para a lavagem das fossas nasais com dexpanthenol para a lavagem e limpeza eficaz do nariz. A humedificação da mucosa nasal pelo sal natural de Bad Reichenhall é complementada pelo efeito de tratamento e protecção do dexpanthenol.</p> <p>A solução para a lavagem das fossas nasais PARI MONTESOL é utilizada para a lavagem do nariz. A lavagem é utilizada para a limpeza e humedificação do nariz nos seguintes casos: Constipações frequentes. Predisposição para constipações. Nariz seco e com secreções secas. Forte poluição com poeiras e sujidade.</p> <p>Como complemento terapêutico em inflamações crónicas do nariz e dos seios nasais. Como complemento terapêutico após intervenções cirúrgicas na zona do nariz e dos seios nasais.</p>


		<p>Composição: Sal natural de Bad Reichenhall (25% – 27%) 99,1%. Dexpantenol 0,9%.</p> <p>Cada frasco de solução para a lavagem das fossas nasais PARI MONTESOL contém 250 ml de solução concentrada para obter 30 lavagens.</p>
Physiodose® Baby Água Mar Hipertónica ¹⁷⁶	 176	<p>Physiodose Baby Água Mar Hipertónica é naturalmente rica em sais minerais e oligoelementos marinhos. Recomendada para bebés desde o nascimento e crianças, para a higiene e descongestão das fossas nasais, especialmente no caso de constipação.</p> <p>Pulverize nas narinas do bebé, 1 a 3 vezes ao dia conforme necessário.</p>
Physiodose® Baby Água Mar Isotónica ¹⁷⁷	 178	<p>Physiodose Baby Água Mar Isotónica é naturalmente rica em sais minerais e oligoelementos marinhos. Spray nasal recomendado para bebés desde o nascimento e crianças, no âmbito da higiene nasal diária, para a lavagem das fossas nasais e humidificação da mucosa nasal.</p> <p>Pulverize nas narinas do bebé, 1 a 3 vezes ao dia conforme necessário.</p>
Physiodose® Água Mar 100 ml ¹⁷⁹		<p>Limpeza e Hidratação da mucosa nasal em casos de inflamação dos seios nasais.</p> <p>Usar as vezes que achar necessário.</p>
Physiologica® Soro Fisiológico 5 ml x 40 ¹⁸⁰	 180	<p>Higiene nasal, ocular e auricular diária ou em caso de inflamação.</p> <p>Pode ser usado em nebulizações.</p>
Rhinomer® ¹⁸¹	 182 183	<p>Rhinomer é água do mar esterilizada para a limpeza e humidificação das fossas nasais.</p> <p>Apresenta um teor em sal diminuído para ser semelhante à mucosa nasal, mas conserva todos</p>



	 184  185  186	<p>os minerais e oligoelementos da água do mar.</p> <p>Rhinomer Baby - Bebê e Recém-nascido. Rhinomer Intense - Descongestão Nasal. Rhinomer Força 1 - Recém-nascido e Bebê até 2 anos. Rhinomer Força 2 - Crianças e Adultos. Rhinomer Força 3 - Adultos.</p> <p>4 aplicações diárias em cada narina.</p>
<p>Sinomarim® Adulto Água do Mar¹⁸⁷</p>	 187	<p>Higiene nasal quotidiana.</p> <p>1 a 3 pulverizações em cada narina, 2 a 3 vezes por dia.</p>
<p>Sinomarim® Criança Água Do Mar Hipertônico¹⁸⁸</p>	 188	<p>Descongestionante nasal.</p> <p>1 a 2 pulverizações em cada narina, 2 a 3 vezes por dia.</p>
<p>Sterimar® Água Mar¹⁸⁹</p>	 189	<p>Higiene nasal quotidiana.</p> <p>2 a 6 pulverizações por dia em cada narina.</p>



<p>Sterimar® Mn Água Mar Mangnésio¹⁹⁰</p>	 <p>190</p>	<p>Descongestionante nasal com Magnésio para aliviar a inflamação das fossas nasais.</p> <p>2 a 4 pulverizações por dia em cada narina.</p>
<p>Unimer® Pediátrico Spray Nasal Hipertónico¹⁹¹</p>	 <p>191</p>	<p>Descongestão nasal.</p>
<p>Unimer® Pediátrico Spray Nasal Isotónico¹⁹²</p>	 <p>192</p>	<p>Higiene nasal quotidiana.</p>
<p>Uriage® Isophy Spray Nasal¹⁹³</p>	 <p>193</p>	<p>Cuidado de limpeza indicado para a congestão e secura da mucosa nasal. Limpa com suavidade as impurezas, alivia e protege, reforçando as defesas naturais, especialmente em casos de episódios alérgicos ou infecciosos. Sem conservantes. Sem perfume. Estéril. Hipoalergénico.</p> <p>Pulverizar 1 a 2 vezes em cada narina. Renovar a aplicação quando necessário.</p>
<p>Uriage® Isophy Água Termal Isotónica¹⁹⁴</p>	 <p>194</p>	<p>Cuidado de limpeza indicado para a congestão e secura da mucosa nasal. Limpa com suavidade as impurezas, alivia e protege, reforçando as defesas naturais, especialmente em casos de episódios alérgicos ou infecciosos. Sem conservantes. Sem perfume. Estéril. Hipoalergénico.</p> <p>Usar sempre que necessário</p>


<p>Wet® Gel Nasal¹⁹⁵</p>	 <p>195</p>	<p>O Wet gel é um gel hidratante da mucosa nasal, que restabelece as suas funções. Hidratação da mucosa, em situações de secura nasal. Nas rinites e alergias; Gripes e constipações; Episódios de epistaxis (hemorragias nasais).</p> <p>Aplique uma pequena quantidade de gel numa narina, seguidamente passe para a outra e massage.</p>
<p>Wet® Spray Nasal Mini¹⁹⁶</p>	 <p>196</p>	<p>O Wet Spray é um spray hidratante da mucosa nasal, que restabelece as suas funções. Hidratação da mucosa, em situações de secura nasal. Nas rinites e alergias; Gripes e constipações; Episódios de epistaxis (hemorragias nasais).</p> <p>Após a devida preparação do frasco, introduza o aplicador numa narina, pulverizando uma ou duas vezes. Repita na outra narina. Por fim, friccione o nariz para distribuir o gel pelo seu interior, de forma homogénea.</p>


Laxantes



Designação	Embalagem	Substância Ativa	Forma Farmacêutica	Indicação Terapêutica	Posologia	Notas
Agiolax® ¹⁹⁷		<p>Sementes de Ispaghula + Mucilagem de Ispaghula + Frutos de Cassia angustifolia (2,60g + 0,11g + (≈0,34 a 0,66g))</p>	Granulado	Utilização de curta duração em casos de obstipação ocasional.	<p>- Adultos e crianças com mais de 10 anos: 1 colher de chá cheia de Agiolax, à noite, após o jantar, e, se necessário, também de manhã antes do pequeno-almoço.</p> <p>- Mulheres grávidas 2º e 3º trimestre: A dose habitual para mulheres grávidas é de uma ou duas colheres de chá de manhã e/ou à noite quando necessário, por um período máximo de uma semana.</p> <p>Como medida de preparação para exames radiológicos e endoscópicos: 3 a 6 colheres de chá cheias de Agiolax, que devem ser tomadas em dose única, um dia antes do exame.</p>	<p>- Cada colher de chá, cheia, de Agiolax deve ser tomada sem mastigar, com bastante líquido (aprox. 250 ml).</p> <p>- Após a administração de medicamentos, deverá guardar-se um intervalo de meia a uma hora antes de tomar Agiolax.</p> <p>- Não usar em crianças com idade inferior a 10 anos.</p> <p>- Contém sacarose: Não indicado a diabéticos.</p> <p>- Não utilizar no 1º</p>

						trimestre da gravidez e no aleitamento.
BEBEGEL® ¹⁹⁹		Glicerina oficial (3830mg/4,5g)	Gel retal	<p>Obstipação. Preparação do tubo digestivo para intervenções cirúrgicas e exames radiológicos do abdómen. Para evitar esforços de defecação (hérnias).</p>	<p>Posologia Lactentes (1 mês a 12 meses de idade): 1 cânula por dia. Não utilizar mais de 3 dias seguidos, neste grupo etário sem aconselhamento médico. Crianças e adultos: 1 a 2 cânulas por dia. Aplicar de preferência sempre à mesma hora para a normalização do intestino.</p>	- Pode ser utilizado na gravidez e durante o aleitamento.
BEKUNIS® ²⁰¹		Bisacodilo e Sene (5 mg + 105 mg)	Comprimidos revestidos	<p>Indicado como laxante na obstipação simples e atonia intestinal. Assegura o bom funcionamento do aparelho digestivo e evita a preguiça intestinal.</p>	<p>Deve ser administrado à noite, ao deitar. A posologia recomendada é de 1 a 2 comprimidos por dia, numa só toma, devendo ser ingeridos com um copo de água.</p>	<p>- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contém sacarose. - Podem ocorrer interações com Diuréticos poupadores de potássio; Anti-arrítmicos (quinidina); Digitálicos; Leite e Anti-ácidos.</p>




						- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
BEKUNIS® CHÁ ²⁰³	 204	Folículos de sene e folículos de sene (250 mg/g + 750 mg/g)	Chá medicinal	Tratamento da obstipação.	Adultos e crianças com idade superior a 12 anos: 1 chávena de chá por dia, de preferência ao deitar.	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Podem ocorrer interações com Diuréticos poupadores de potássio; Anti-arrítmicos; Digitálicos; Medicamentos hipocalemiantes. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Dagragel® ²⁰⁵	 206	Gelatina e Glicerina (78 mg/6,5 g + 5532 mg/6,5 g)	Gel retal	Obstipações terminais. Preparação do tubo digestivo para intervenções cirúrgicas e exames radiológicos do abdómen. Para evitar esforços de evacuação (gravidez, intervenções cirúrgicas, hérnias).	Uma a duas bisnagas por dia.	- Pode ser utilizado na gravidez e durante o aleitamento.
Doce Alívio® ²⁰⁷		Cáscara sagrada,	Comprimido	Obstipações de diversas	Adulto: 1 comprimido por	- MSRM

		<p>Extrato de beladona, Pó de folhas de Meimendo, Di-hidroxiftalofenona e Podofilino (0,1345g + 0,0051g + 0,0102g + 0,1345g + 0,0051g)</p>		<p>etiologias. Antes de exame ou cirurgia intestinal.</p>	<p>dia, sendo a dose máxima de 2 comprimidos.</p> <p>Crianças com mais de 12 anos: nunca deverá ultrapassar metade da dose do adulto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos. - Não deve ser usado em situações de hipertensão e glaucoma. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
<p>Dulcogotas^{®208}</p>		<p>Picossulfato de sódio (7,5 mg/ml)</p>	<p>Gotas orais, solução</p>	<p>Indicado em casos de obstipação e em situações que requerem defecação facilitada.</p>	<p>Adultos e crianças com mais de 10 anos: 10 - 20 gotas (5 - 10 mg)</p> <p>Crianças de 4 a 10 anos: 5 - 10 gotas (2,5 - 5 mg)</p> <p>Crianças com menos de 4 anos: a dose recomendada é de 0,250 mg por Kg de peso corporal. 1gota = 0,5mg</p> <p>O Dulcogotas deve ser tomado à noite para produzir o efeito esperado na manhã seguinte.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pode ser utilizado durante o aleitamento.




<p>Dulcolax^{®210}</p>		<p>Bisacodilo (5 mg)</p>	<p>Comprimido revestido</p>	<p>Para utilização em casos de obstipação. Para preparação de meios auxiliares de diagnóstico, no tratamento pré e pós-operatório e sempre que se requeira uma facilitação da evacuação.</p>	<p>Em caso de obstipação: Adultos e crianças com mais de 10 anos: 1 - 2 comprimidos revestidos (5 - 10 mg), antes de deitar.</p> <p>Crianças dos 6 aos 10 anos: 1 comprimido revestido (5 mg), antes de deitar As crianças com menos de 10 anos com obstipação crónica ou persistente só devem ser tratadas sob orientação médica.</p> <p>Na preparação de procedimentos de diagnóstico ou pré-operatórios: Adultos e crianças com mais de 10 anos: 2 comprimidos revestidos (10 mg) de manhã e 2 comprimidos revestidos (10 mg) à noite, na véspera do exame, seguidos de um supositório na manhã do exame.</p> <p>Crianças dos 6 aos 10 anos: 1 comprimido revestido (5 mg) à noite e meio supositório (5mg) na manhã</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contém sacarose. - Pode ser utilizado durante o aleitamento.
--------------------------------	---	------------------------------	---------------------------------	--	---	--



					seguinte.	
Dulcolax® ²¹²	 213	Bisacodilo (10 mg)	Supositório	Para utilização em casos de obstipação. Para preparação de meios auxiliares de diagnóstico, no tratamento pré e pós-operatório e sempre que se requeira uma facilitação da evacuação.	Em caso de obstipação: Adultos e crianças com mais de 10 anos: 1 supositório (10 mg) para efeito imediato O efeito dos supositórios torna-se efetivo 20 minutos (num intervalo entre 10 a 30 minutos) após a sua administração (aplicação). Para preparação de procedimentos de diagnóstico ou pré-operatórios: Adultos e crianças com mais de 10 anos: 2 comprimidos revestidos (10 mg) de manhã e 2 comprimidos revestidos (10 mg) à noite, na véspera do exame, seguidos de um supositório na manhã do exame. Crianças dos 6 aos 10 anos: 1 comprimido revestido (5 mg) à noite e meio supositório (5mg) na manhã seguinte.	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Pode ser utilizado durante o aleitamento.
Frutos & Fibras® ²¹⁴	 214	Figos (7,35g/cubo), xarope de trigo,	Cubos para mastigar	Indicado em casos de evacuação difícil e/ou	Tomar 1 cubo à noite com um grande copo de água. De acordo com a	- Suplemento alimentar.



		ruibarbo (496mg/cubo), glicerina, goma de guar (400 mg/cubo), polpa de tamarindo (400 mg/ cubo), concentrado de tâmaras (200 mg/cubo)		presença de fezes duras.	sensibilidade pessoal, a dose ideal pode variar entre 1/2 e 2 cubos.	- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Lactulose Generis ^{®215}		Lactulose (666,7 mg/ml)	Xarope	Tratamento da obstipação crónica habitual; Tratamento e prevenção da encefalopatia porto-sistémica e do pré-coma e coma hepático; Tratamento de enterites por salmonelas – saneamento de portadores permanentes; Situações em que as fezes moles sejam consideradas um benefício clínico (hemorróidas, fissura anal, fístulas, abscessos anais, úlceras solitárias e no pós-operatório ano-rectal).	Adultos: Dose inicial: 10-45 ml/dia. Dose de manutenção: 10-25 ml/dia. Crianças dos 7 aos 14 anos: Dose inicial: 15 ml/dia. Dose de manutenção: 10 ml/dia. Crianças de 1 aos 6 anos: Dose inicial e dose de manutenção: 5-10 ml/dia. Lactentes: Dose inicial e dose de manutenção: 5 ml/dia.	- Pode ser utilizado durante a gravidez e aleitamento.




<p>Lactulose Sandoz®²¹⁶</p>	 <p>217</p>	<p>Lactulose (670 mg/ml)</p>	<p>Solução oral</p>	<p>Tratamento sintomático da obstipação.</p>	<p>Adultos e adolescentes com mais de 14 anos: Dose inicial: 15-45 ml/dia. Dose de manutenção: 15-30 ml/dia.</p> <p>Crianças dos 7 aos 14 anos: Dose inicial: 15 ml/dia. Dose de manutenção: 10-15 ml/dia.</p> <p>Crianças de 1 aos 6 anos: Dose inicial e dose de manutenção: 5-10 ml/dia.</p> <p>Lactentes: Dose inicial e dose de manutenção: até 5 ml/dia.</p>	<p>- Pode ser utilizado durante o aleitamento.</p>
<p>Laevolac®²¹⁸</p>	 <p>219</p>  <p>220</p>	<p>Lactulose (666,7 mg/ml) (10g/15ml)</p>	<p>Xarope</p>	<p>Indicado na obstipação crónica (em todos os casos).</p>	<p>Adultos: Dose inicial: 10-20 g <>15-30 ml/dia (1 a 2 colheres de sopa ou 1 a 2 saquetas de 15 ml) em toma única ou dividida em duas tomas. Em manutenção, as doses são habitualmente reduzidas para metade isto é, 5-10 g <> 7,5-15 ml/dia (1/2 a 1 colher sopa/dia).</p> <p>Crianças: A dose inicial deverá ser:</p>	<p>- Pode ser utilizado durante a gravidez e aleitamento.</p>


					5-10 anos: 10 ml em duas tomas diárias (uma colher de chá corresponde a 5 ml). 1-5 anos: 5 ml /dia (1 colher de chá) Idade inferior a 1 ano: 2,5 ml em duas tomas dia.	
Laxeov® Cubos ²²¹	 221  222	Farelo de trigo, fibras de maçã e fibras de aveia e fruto-oligossacarídeos	Cubos para mastigar	Acelera e regula o trânsito intestinal.	Crianças de 2 a 9 anos: 2 cubo por dia acompanhado de um grande copo de água. Crianças a partir dos 10 anos e adultos: 1 a 2 cubos por dia acompanhados por um grande copo de água.	- Pode ser utilizado durante a gravidez.
Leite de Magnésia Phillips® ²²³	 224	Hidróxido de magnésio (83 mg/ml)	Suspensão oral	Tratamento da obstipação. Tratamento de situações resultantes do refluxo gastro-esofágico e da hiperacidez tais como: azia, enfartamento e indigestão.	Como laxante: Adultos (incluindo idosos) e crianças com idade igual ou superior a 12 anos: 30-45ml ao deitar. Repetir o tratamento todas as noites, reduzindo a dose até a obstipação cessar. Crianças com mais de 3 anos: 5-10 ml ao deitar. Crianças com menos de 3 anos: Segundo indicação médica.	- Atenção às várias interações medicamentosas. - Contém sódio: especial precaução em doentes hipertensos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Melilax® ²²⁵	 225	Promelaxin complexo ativo de méis e polissacáridos de	Micro-clisteres	Melilax é indicado no tratamento da obstipação, mesmo na presença de	Adultos e crianças a partir dos 12 anos: 1 micro-clister conforme a necessidade. Em caso de obstipação	- Pode ser utilizado durante a gravidez e aleitamento e por lactentes.

		Aloé e Malva		hipersensibilidade visceral (como no caso do cólon irritável), rágades e hemorróidas.	intensa, aplicar 2 doses simultaneamente.	
MICROLAX® ²²⁶		<p>Citrato de sódio e Laurilsulfoacetato de sódio</p> <p>(450 mg/5 ml + 45 mg/5 ml)</p> <p>(270 mg/3 ml + 27 mg/3 ml)</p>	Solução rectal (enema)	<p>Tratamento sintomático da obstipação rectal ou recto-sigmoideia;</p> <p>Encopresis;</p> <p>Obstipação durante a gravidez, obstipação associada ao parto e cirurgia (uso pré e pósoperatório);</p> <p>Preparação do recto e sigmóide para exames endoscópicos.</p>	<p>Adultos e crianças de idade superior a 3 anos: administrar o conteúdo de uma bisnaga por dia. Na obstipação marcada pode vir a ser necessária a aplicação do conteúdo de duas bisnagas.</p> <p>Crianças até 3 anos: a maioria dos casos é suficiente uma bisnaga de MICROLAX a 270 mg/3 ml + 27 mg/3ml.</p>	- Pode ser utilizado durante a gravidez e aleitamento.
Midro® Chá ²²⁹		Folículos de Sene	Chá	Indicado na regularização do trânsito intestinal e em todas as situações em que se deve evitar o esforço na evacuação.	<p>1/2 a 1 colher doseadora ao deitar, nas seguintes opções:</p> <p>Mastigado e engolido a seco.</p> <p>Administrado com um pouco de água, sumo ou iogurte.</p> <p>Infusão a frio (juntar a água fria durante 20 min e coar).</p>	- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Movicol® ²³⁰		Macrogol 3350, Cloreto de Sódio, Bicarbonato de Sódio e Cloreto de	Pó para solução oral	Para o tratamento da obstipação crónica. Movicol é também eficaz na resolução da	Obstipação crónica: Adultos, adolescentes e idosos: 1-3 saquetas diárias em doses divididas, de	- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos.




		Potássio 13,125g + 350,7mg + 178,5mg + 46,6mg)		impactação fecal, definida como obstipação refractária com carga fecal do reto e/ou cólon.	acordo com a resposta individual. Para um uso prolongado, a dose pode ser ajustada diminuindo-a para 1 ou 2 saquetas por dia Impactação fecal: Adultos, adolescentes e idosos: 8 saquetas por dia, as quais devem ser consumidas no prazo de 6 horas.	- Pode ser utilizado durante a gravidez e aleitamento.
MUCINUM® ²³²	 233	Cáscara-sagrada, Sene, Boldo e Anis verde (40mg + 30mg + 50mg + 30mg)	Comprimido revestido	Tratamento sintomático da obstipação.	Posologia média: 1 a 2 comprimidos revestidos por dia ao deitar. Não ultrapassar os 8 a 10 dias de tratamento consecutivos.	- Não usar em crianças com idade inferior a 10 anos. - Contém sacarose. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Normacol Plus® ²³⁴	 235	Bassorina e Amieiro negro (620 mg/g + 80 mg/g)	Granulado	Indicado na obstipação crónica, na diverticulose e na reposição da atividade peristáltica após intervenção cirúrgica ao reto ou pós- hemorroidectomia.	Adultos: 1 ou 2 saquetas, 1 a 2 vezes por dia, após as principais refeições. Crianças (6-12 anos): A dosagem varia em função da idade e do peso, sendo em média metade da do adulto. Modo de administração:	- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos. - Contém sacarose e sódio. Atenção a doentes diabéticos e/ou hipertensos. - Não utilizar


					<p>1 - Colocar os grânulos na cavidade bucal, se necessário em doses parciais.</p> <p>2 - Deglutir cm bastante água, chá ou qualquer outra bebida, sem mastigar.</p>	durante gravidez e aleitamento.
Parafinina® ²³⁶		Parafina líquida	Solução oral	Indicado na obstipação e estados em que seja necessário facilitar a defecação, por exemplo após cirurgia ou em caso de hemorróidas.	<p>Adultos: 1 colher de sopa de, à noite e eventualmente uma colher de manhã.</p> <p>Crianças com idade superior a 12 anos: 1 colher de chá, à noite.</p>	<p>- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez.</p>
Pursennide® ²³⁷		Glicósidos de sene padronizados (20mg)	Comprimido revestido	Alívio sintomático da obstipação atónica de várias etiologias, por exemplo, no idoso, no pós-operatório, na gravidez e no pós-parto.	<p>Adultos: 2 – 4 comprimidos, ao deitar. Dose diária máxima: 6 comprimidos.</p> <p>Crianças com mais de 12 anos: dependendo da idade, 1 ou 2 comprimidos ao deitar. Dose diária máxima: 3 comprimidos.</p>	<p>- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos.</p> <p>- Contém sacarose. Atenção a doentes diabéticos.</p> <p>- Não utilizar durante o aleitamento.</p>

Sollievo Bio ^{®239}		Sene, Dente-de-leão, sumo de Aloé, Chicória, Funcho, Alcarávia, Cominho, Óleo essencial de Funcho.	Comprimido	Indicado para favorecer o fisiológico trânsito intestinal.	Recomenda-se que tome entre 1 a 3 comprimidos à noite, quando sentir necessidade.	<p>- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
Supositórios de Glicerina ^{®240}		Glicerol (Adultos 1970mg e Criança 1100 mg)	Supositório	Indicada na obstipação (prisão de ventre).	<p>No grupo etário (a partir dos 12 anos): 1 a 2 Supositórios de Glicerina Adulto por dia. Não utilize os Supositórios de Glicerina Adulto mais de cinco a sete dias consecutivos.</p> <p>No grupo etário dos lactentes (3 meses a 1 ano): 1 Supositório de Glicerina Lactente, doses superiores só com aconselhamento médico.</p> <p>Neste grupo etário não deverá ser utilizado mais do que 3 dias sem aconselhamento médico.</p>	
Verolax ^{®241}		Glicerol (6750 mg)	Micro-clister	Laxante de contacto para o tratamento da obstipação.	1 ou 2 micro-clisteres ao dia. Em situações agudas, podem introduzir-se 2 micro-clisteres de seguida no recto.	- Não indicado para crianças.




<p>Xarope Maçãs Reinetas^{®242}</p>		<p>Maçãs Reinetas, (extracto concentrado), Manitol e Sene (extracto) (2,7 mg/ml + 0,61 mg/ml + 2,35 mg/ml)</p>	<p>Xarope</p>	<p>Indicado para as situações de obstipação simples nas crianças, pois é um medicamento não agressivo e de sabor agradável.</p>	<p>Crianças: até 1 ano: 1 colher de chá (5 ml). 1 a 6 anos: 1 colher de sobremesa (10 ml). 6 a 12 anos: 1 colher de sopa (15 ml). Adultos: 2 colheres de sopa (30 ml)</p>	<p>- Contém sacarose. Atenção a doentes diabéticos. - Não utilizar durante o aleitamento.</p>
---	---	--	---------------	---	---	--



Antidiarreicos


Designação	Embalagem	Substância Ativa	Forma Farmacêutica	Indicação Terapêutica	Posologia	Notas
Benegast Dimexanol ^{®244}		Morilyte, feito de argila comestível natural (Diosmectite)	Comprimido efervescente	Indicado para o tratamento da diarreia aguda e crônica. Promove a rehidratação repondo a água e sais perdidos	Adultos e crianças com mais de 12 anos: tomar 1 comprimido, 3 vezes ao dia. Crianças entre os 5 e os 12 anos: tomar 1 comprimido, 2 a 3 vezes ao dia.	- Não usar em crianças com idade inferior a 5 anos. - Contém alto teor de sódio: Atenção com doentes hipertensos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Dimicina ^{®245}		Neomicina e Bacitracina	Comprimido	Indicado em diarreias de qualquer origem, agudas ou crônicas. Colite ulcerosa. Colites crônicas de qualquer natureza. Balantidíase e lambríase.	Adultos: 1 a 3 comprimidos de 6 em 6 horas ou 8 em 8 horas dependendo das situações. Crianças: 1 comprimido de 6 em 6 horas	- MSRM. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Imodium Plus ^{®246}		Loperamida e Dimeticone (2 mg /125 mg)	Comprimido	Tratamento sintomático da diarreia aguda, em adultos e adolescentes com mais de 12 anos, associada a desconforto abdominal causado por gases, incluindo distensão, cólicas ou	Adultos com mais de 18 anos de idade: 2 comprimidos, seguidos de um comprimido após cada dejeção diarreica. Não devem ser tomados mais de 4 comprimidos por dia e o tratamento deve ser limitado ao máximo de 2 dias.	- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.

				flatulência.	Adolescentes entre 12 e 18 anos de idade: 1 comprimido, seguido de um comprimido após cada dejeção diarreica. Não devem ser tomados mais de 4 comprimidos por dia e o tratamento deve ser limitado ao máximo de 2 dias.	
Imodium Rapid ^{®248}		Loperamida (2mg)	Comprimido orodispersível	Tratamento sintomático das diarreias agudas e crônicas. Após ileostomia, permite diminuir o número de dejeções e o volume das fezes e aumentar a sua consistência.	Adultos e crianças com mais de 5 anos de idade: <u>diarreia aguda</u> : a dose inicial é de 2 comprimidos (4 mg) para os adultos e de 1 comprimido (2 mg) para as crianças; seguida de 1 comprimidos (2 mg) após cada dejeção diarreica. <u>diarreia crônica</u> : a dose inicial é de 2 comprimidos (4 mg) por dia para os adultos e de 1 comprimido (2 mg) por dia para as crianças; esta dose deve ser adaptada até se obter 1-2 dejeções sólidas por dia, o que geralmente é possível com uma dose de manutenção de 1 a 6 comprimidos (2-12 mg) por dia.	<ul style="list-style-type: none"> - Deve-se colocar o comprimido na língua. O comprimido dissolve-se sendo de seguida deglutido com a saliva. Não é necessária a ingestão de qualquer líquido para a sua toma. - Não usar em crianças com idade inferior a 5 anos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.


Antiflatulentos



Designação	Embalagem	Substância Ativa	Forma Farmacêutica	Indicação Terapêutica	Posologia	Notas
Aero-OM ^{®250}	 251	Simeticone (42mg)	Comprimido para mastigar	Tratamento funcional de sintomas associados a gases (distensão abdominal, flatulência e meteorismo).	Adultos: 2 comprimidos, 4 vezes por dia, após as refeições. Os comprimidos devem ser mastigados. A duração do tratamento não deverá ser superior a 10 dias.	- Não recomendado a crianças. - Contém sacarose: Não indicado a diabéticos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Aero-OM ^{®252}	 253	Simeticone (105 mg/ml)	Emulsão oral	Tratamento sintomático da cólica flatulenta, dificuldades na eructação e na regurgitação e distensão abdominal funcional.	Crianças até 1 ano de idade: 5 a 10 gotas 3 ou 4 vezes por dia (20 a 40 mg/dose). Crianças até 15 anos de idade: 10 gotas 3 ou 4 vezes por dia (40 mg/dose). A duração do tratamento não deverá ser superior a 10 dias.	- Contém sacarose: Não indicado a diabéticos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Aero-OM ^{®254}	 255	Simeticone (125mg)	Cápsula mole	Tratamento sintomático da distensão abdominal funcional (flatulência e meteorismo).	Adultos com idade superior a 15 anos: 1 cápsula mole 4 vezes por dia, após as refeições. Não devem ser ingeridos	- Não recomendado a crianças. - Utilizar com precaução durante



					<p>mais de 500 mg (4 cápsulas) por dia.</p> <p>As cápsulas moles devem ser engolidas inteiras e não mastigadas.</p> <p>A duração do tratamento não deverá ser superior a 10 dias.</p>	<p>gravidez e aleitamento.</p>
<p>Carvão Vegetal²⁵⁶</p>	 <p>256</p>	<p>Carvão vegetal</p>	<p>Cápsula</p>	<p>Problemas do tubo digestivo, como gases, gastroenterites, cólicas e intoxicações alimentares. O carvão vegetal, considerado o mais poderoso absorvente natural, absorve diversas substâncias, como bactérias, toxinas e gases, resolvendo os problemas gastrointestinais por elas causados.</p>	<p>Tomar diariamente 2 cápsulas após o almoço e o jantar, juntamente com um copo de água.</p>	<p>- Espaçar a toma de outros medicamentos de pelo menos 2 horas (antes ou depois) com o Carvão vegetal pois ocorre uma alteração da absorção e, conseqüentemente, diminuição da biodisponibilidade desses medicamentos.</p>
<p>Dulcogas²⁵⁷</p>	 <p>257</p>	<p>Simeticone (125mg)</p>	<p>Grânulos, saquetas</p>	<p>Ajuda a eliminar o gás do intestino. Reduz a sensação de inchaço. Ajuda a prevenir a flatulência.</p>	<p>Adultos e adolescentes com mais de 14 anos: 1-2 saquetas até 3 vezes por dia durante as principais refeições;</p> <p>Crianças dos 6 aos 14 anos: 1 saqueta até 3 vezes por dia.</p>	<p>- Não usar em crianças com idade inferior a 6 anos.</p> <p>- Não contém sacarose: pode ser utilizado por diabéticos.</p>




					Deixar que os grânulos se dissolvam por completo na boca. Caso desejar pode beber água após a toma.	- Pode ser utilizado durante a gravidez e aleitamento mediante aconselhamento médico.
PANKREOFLAT ^{®258}		Pancreatina (Amilases, Lipase e Proteases) + Dimeticone (172mg + 80 mg)	Comprimido revestido	-Acumulação excessiva de gases abdominais de várias etologias – meteorismo, flatulência, aerofagia, aerocolia como ocorre por ex. na síndrome do cólon irritável, na síndrome de Römheld; - Dor devido a distensão abdominal; - Enfartamento; - Preparação dos doentes para diagnóstico radiológico abdominal, renal e ósseo e para várias endoscopias digestivas.	1 a 2 comprimidos revestidos às 3 refeições. Na preparação dos doentes para exames abdominais, 3 comprimidos 3 vezes ao dia, nos dias que antecedem o exame e 2 comprimidos na manhã do exame, em jejum.	O efeito anti-espuma do dimeticone poderá ser negativamente afectado pela utilização concomitante de anti-ácidos (hidróxido de alumínio e carbonato de magnésio). - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.


Próbióticos


Designação	Embalagem	Substância Ativa	Forma Farmacêutica	Indicação Terapêutica	Posologia	Notas
Advancis® Easylax ²⁶⁰		Aloé Vera, Cáscara-sagrada, Amieiro Negro, BifidoFibras (Bifidobacterium longum, Bifidobacterium infantis, Bifidobacterium bifidum), Fibras dietéticas e Macieira.	Comprimido	<p>Advancis® Easylax é um suplemento alimentar de origem natural. Os seus constituintes têm propriedades laxativas que promovem um trânsito intestinal regular.</p> <p>Além do efeito laxante natural da sua composição, Advancis® Easylax contém ainda extractos de plantas, fibras, frutos e organismos probióticos que contribuem para repor e equilibrar a flora intestinal.</p> <p>Para prisão de ventre e barriga inchada.</p>	<p>Tomar 1 comprimido por dia ao deitar com um copo de água. Se necessário, poderá aumentar a dose para 2 comprimidos.</p> <p>Recomenda-se o reforço da ingestão de líquidos, num mínimo de 1,5L/dia. Não deve ser excedida a toma diária recomendada.</p>	<p>- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>

<p>Aero-Bio® Adulto²⁶¹</p>	 <p>261</p>		<p>Pó para suspensão oral</p>	<p>Com 20 bilhões de UFC's (Unidades Formadoras de colónias), Aero-Bio Adulto proporciona a dose de probióticos adequada à flora intestinal dos adultos.</p> <p>Restabelecimento da flora intestinal; Diarreia; Obstipação</p>	<p>1 saqueta por dia dissolvida em água ou em outro líquido à temperatura ambiente durante uma das refeições principais.</p>	
<p>Aero-Bio® Infantil²⁶²</p>	 <p>263</p>	<p>Lactobacillus reuteri LR92, Lactobacillus rhamnosus SP1, Bifidobacterium bifidum BBf, Inulina, Tiamina (vit B1) e Vitamina B6.</p>	<p>Solução oral</p>	<p>Os lactentes e as crianças têm frequentemente alterações da motilidade intestinal que levam a cólicas, diarreias que lhes alteram o bem-estar e condicionam a vida familiar.</p> <p>Aero-Bio é o único que proporciona a dose adequada (10 bilhões) de probióticos para o restabelecimento da flora intestinal e alívio dos sintomas acima descritos.</p>	<p>Um frasco por dia após as refeições, Aero-Bio não necessita de cadeia de frio nem de mistura com qualquer outro líquido ou preparação, apresenta ainda um agradável sabor a morango.</p>	



<p>ATYFLOR®²⁶⁴</p>		<p>Lactobacillus casei, Lactobacillus rhamnosus, Streptococcus thermophilus, Bifidobacterium breve, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium infantis, Lactobacillus bulgaricus e Frutoligosacarídeos</p>	<p>Pó para suspensão oral</p>	<p>Ajuda a restabelecer a microflora intestinal pois as bactérias benéficas do organismo podem ser afetadas por alterações do meio ambiente e da dieta.</p>	<p>Tomar uma saqueta de Atyflor por dia durante ou depois das refeições. Dissolver o conteúdo da saqueta em água, leite ou sumo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pode ser usado por crianças. - Sem glúten. - Contém vestígios de soja.
<p>Bi-OralSuero®²⁶⁵</p>		<p>Lactobacillus reuteri Protectis</p>	<p>Solução oral</p>	<p>Suplemento alimentar que contribui para reidratar e restabelecer a flora intestinal. Fornece uma combinação única de líquidos e sais minerais com um probiótico potente, Lactobacillus reuteri Protectis, que em conjunto promovem uma rápida normalização da saúde intestinal. Uma solução pronta a usar, com opção entre 3 sabores diferentes (neutro, morango e frutas).</p>	<p>Furar a embalagem com a palhinha, onde está contido o probiótico. O probiótico é adicionado à solução pela passagem do líquido através da palhinha, logo a administração deve ser feita através desta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Contém glucose


BioGaia® ²⁶⁶		Lactobacillus reuteri Protectis	Solução oral, gotas	O BioGaia são gotas inovadoras, com efeitos clinicamente comprovados, que oferecem benefícios à saúde através de um maior reforço das defesas naturais do sistema imunitário, diminuindo as infecções gastrointestinais.	Agitar bem antes de usar. Tomar 5 gotas ao dia antes ou depois das refeições. As gotas podem ser misturadas em água ou qualquer outra bebida fria. No lactente pode misturar-se no leite com o leite temperatura de administração (max. 37º C). Não misturar com leite a ferver. Não superar a dose diária expressamente recomendada.	- Este produto pode ser tomado por lactentes, crianças e adultos.
Casenbiotic® ²⁶⁷		Lactobacillus reuteri Protectis	Comprimido	Indicado em situações de diarreia e como adjuvante na terapêutica antibiótica e de erradicação de Helicobacter pylori, com evidência científica na minimização dos efeitos adversos gastrointestinais que lhes estão associados.	Tomar um comprimido mastigável por dia, preferencialmente à mesma hora em cada dia, antes ou depois das refeições. Os comprimidos devem ser mastigados e engolidos com ou sem água. Não exceder a dose diária recomendada.	- Pode ser usado por celíacos, diabéticos e intolerantes à lactose.
Duobiotic® ²⁶⁸		Lactobacillus rhamnosus, Bifidobacterium bifidus, Bifidobacterium lactis,	Pó para suspensão oral	O suplemento DUOBIOTIC é uma formulação bem tolerada, constituída por lactobacilos e	1 saqueta por dia, dissolvida o conteúdo da saqueta em água ou noutro líquido e tomar imediatamente, de preferência durante uma refeição principal.	


		<p>Bifidobacterium longum, Lactobacilus acidophilus, Lactobacilus bulgaricus, Streptococcus thermophilus. Fructo-oligossacarídeos (FOS), Inulina, Nicotinamida (Vitamina B3), Cloridrato de piridoxina (Vitamina B6), Ácido pantoténico (Vitamina B5), Cloridrato de tiamina (Vitamina B1), Ácido Fólico, Filoquinona (Vitamina K), Cianocobalamina (Vitamina B12).</p>		<p>bifidobactérias enriquecida com açúcares não digeríveis e vitaminas que atuam como substrato para o crescimento e viabilidade de microrganismos benéficos para a flora intestinal.</p>		
<p>UL-250^{®269}</p>		<p>Saccharomyces boulardii</p>	<p>Pó para suspensão oral</p>	<p>UL-250, como normalizador da flora intestinal e antidiarreico microrgânico, está indicado nas situações em que existam alterações do</p>	<p>A dose habitual é de 1 saqueta, 3 vezes por dia.</p>	<p>- Não está indicado em crianças com idade inferior a 3 meses. - Contém</p>



				ecossistema intestinal, designadamente diarreias a rotavírus, em crianças.		sacarose: Não indicado a diabéticos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Zir Fos® ²⁷¹		Bifidobacterium longum W11, fructo-oligosacáridos, vitaminas B6, B2, B1 e B12.	Pó para suspensão oral	A suplementação alimentar com Bifidobacterium longum W11 é recomendada para o equilíbrio da flora intestinal. As vitaminas B1, B2, B6 e B12 participam no normal metabolismo produtor de energia. Adicionalmente, as vitaminas B6 e B12 contribuem para o normal funcionamento do sistema imunitário.	Tomar uma saqueta por dia. Colocar o conteúdo de uma saqueta em cerca de ¼ de um copo de água ou leite. Misturar e tomar imediatamente após a preparação, de preferência entre as refeições.	

Protetores Gástricos



Designação	Embalagem	Substância Ativa	Forma Farmacêutica	Indicação Terapêutica	Posologia	Notas
Alka-Seltzer® ²⁷²	 273	Bicarbonato de Sódio (2081.8 mg)	Comprimido efervescente	Azia, indigestão devida a acidez e indisposição gástrica associada a estas situações.	Adultos e adolescentes: 2 comprimidos de 4 em 4 horas de acordo com as necessidades ou indicação médica. Não deve exceder-se um total de 8 comprimidos em 24 h. Adultos com idade igual ou superior a 60 anos: 2 comprimidos de 4 em 4 horas de acordo com as necessidades ou indicação médica. Não deve exceder-se um total de 4 comprimidos em 24 h.	<p>- Antiácido.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos. - Contém alto teor de sódio: Atenção com doentes hipertensos. - Não utilizar durante gravidez.
Kompensan® ²⁷⁴	 275	Carbonato de di-hidróxido de alumínio e sódio (340mg)	Comprimido para chupar	Indicado no alívio sintomático de perturbações gastrointestinais, tais como pirose e enfartamento, devidas à hiperacidez.	Adultos: 1 a 2 comprimidos para chupar no intervalo das refeições ou ao deitar. A dose diária máxima recomendada de carbonato de di-hidróxido de alumínio e sódio são 8 comprimidos para chupar, durante um período de 24 horas, tomados em doses	<p>- Antiácido.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos. - Contém sacarose e alto teor de sódio: Atenção com doentes diabéticos e/ou hipertensos. - Tendo em conta



					separadas e que não deverá exceder 2 comprimidos para chupar por cada dose.	<p>uma possível diminuição da absorção e interações medicamentosas, deve considerar-se um intervalo de 1 a 2 horas entre a administração de antiácidos e de outros fármacos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Kompensan-S® ²⁷⁶		Carbonato de di-hidróxido de alumínio e sódio e dimeticone (340mg + 30mg)	Comprimido para chupar	Alívio sintomático de perturbações gastrointestinais tais como pirose, enfartamento, flatulência, aerofagia e meteorismo.	Adultos: 1 a 2 comprimidos para chupar no intervalo ou após as refeições, ao deitar ou se os sintomas assim o exigirem.	<ul style="list-style-type: none"> - Antiácido. - Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos. - Contém sacarose e alto teor de sódio: Atenção com doentes diabéticos e/ou hipertensos. - Tendo em conta uma possível diminuição da absorção e interações medicamentosas, deve considerar-se um intervalo de 1 a 2 horas entre a



						administração de antiácidos e de outros fármacos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Leite de Magnésia Phillips® ²²³		Hidróxido de magnésio (83 mg/ml)	Suspensão oral	Tratamento da obstipação. Tratamento de situações resultantes do refluxo gastro-esofágico e da hiperacidez tais como: azia, enfartamento e indigestão.	<p>Como antiácido: Adultos (incluindo idosos) e crianças com idade igual ou superior a 12 anos: 5-15 ml Se necessário pode repetir a dose até um máximo de 60 ml em 24 horas. Dose diária máxima recomendada: 60 ml em 24 horas.</p> <p>Crianças dos 2-11 anos: 5 ml (uma colher cheia ou a tampa doseadora cheia até ao primeiro traço). Se necessário pode repetir a dose até um máximo de 30 ml em 24 horas. Dose diária máxima recomendada: 30 ml em 24 horas.</p> <p>Crianças com idade inferior a 2 anos: Segundo indicação médica.</p>	<p>- Atenção às várias interações medicamentosas.</p> <p>- Contém sódio: especial precaução em doentes hipertensos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>



<p>Maalox Plus^{®278}</p>		<p>Hidróxido de alumínio, Hidróxido de magnésio e Simeticone (200 mg + 200 mg + 26,25 mg)</p>	<p>Comprimido para mastigar</p>	<p>Alívio sintomático de perturbações do sistema digestivo como a pirose, enfartamento e flatulência.</p>	<p>Adultos e adolescentes com idade igual ou superior a 15 anos: 2 a 4 comprimidos, 4 vezes ao dia, tomados 20 minutos a 1 hora após as refeições e ao deitar.</p>	<p>- Antiácido. - Não usar em crianças com idade inferior a 15 anos. - Contém glucose e sacarose: Atenção com doentes diabéticos. - Tendo em conta uma possível diminuição da absorção e interações medicamentosas, deve considerar-se um intervalo de 1 a 2 horas entre a administração de antiácidos e de outros fármacos. - Pode ser utilizado durante a gravidez e aleitamento.</p>
<p>Pepsamar^{®280}</p>		<p>Hidróxido de alumínio (240 mg)</p>	<p>Comprimido para mastigar</p>	<p>Alívio rápido da azia, ardor de estômago, acidez e indisposição gástrica.</p>	<p>Adultos: 1 a 4 comprimidos para mastigar, entre as refeições e ao deitar, até quatro vezes ao dia ou segundo a indicação do médico.</p>	<p>- Antiácido. - Não recomendado a crianças. - Deve ser evitada a administração simultânea do hidróxido de alumínio com</p>


						alguns fármacos. - Pode ser utilizado durante a gravidez e aleitamento, apenas sob vigilância médica.
Phosphalugel® ²⁸²	 283	Gel de fosfato de alumínio a 20% (12.38g)	Gel para administração oral	Distúrbios gastrointestinais associados à hiperacidez.	Adultos: 1 a 2 saquetas ou 1 a 2 colheres de sopa, 2 a 3 vezes ao dia. Crianças após os 6 meses: 1/2 saqueta ou 2 colheres de café após cada uma das 4 refeições. Crianças antes dos 6 meses: 1/4 da saqueta ou 1 colher de café após cada uma das 6 refeições.	- Antiácido. - Não se deve tomar outros medicamentos num intervalo de 2 horas antes ou após a toma do Phosphalugel. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Rennie Digestif® ²⁸⁴	 285	Carbonato de cálcio e Carbonato de magnésio (680 mg + 80 mg)	Comprimido para mastigar	Alívio dos sintomas da hiperacidez gástrica e refluxo gastro-esofágico: Azia, dor retrosternal, indigestão, enfartamento, sensação de peso no estômago, regurgitação, náuseas, vômitos, dores de estômago pontuais.	Adultos e crianças com mais de 12 anos de idade: Mastigar ou chupar 1 ou 2 comprimidos. Não é necessário água. Tomar de preferência 1 hora após as refeições e antes de deitar, mas também pode ser tomado entre refeições no caso de azia e dor no estômago.	- Antiácido. - Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos. - Contém sacarose: Atenção com doentes diabéticos. - Tomar Rennie Digestif separadamente de

						<p>outro medicamento, fazendo um intervalo de 1-2 horas entre eles.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
Lasa ^{®286}		Famotidina (10mg)	Comprimido	Sintomas de hiperacidez gástrica, como azia ou pirose e enfartamento.	<p>Adultos e crianças com mais de 12 anos: 1 ou 2 comprimidos por dia (não excedendo 20 mg por dia) e durante um período que não deve ultrapassar as duas semanas.</p> <p>Tomar com um pouco de água.</p> <p>Como profilático dos sintomas dispépticos, o medicamento deve ser tomado 1 hora antes das refeições.</p>	<p>- Antagonista dos recetores H₂.</p> <p>- Não usar em crianças com idade inferior a 12 anos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez e aleitamento.</p>
Kairol ^{®288}		Pantoprazol (20 mg)	Comprimido gastrorresistente	Tratamento a curto prazo dos sintomas de refluxo (por exemplo,	<p>Adultos: A dose recomendada é de 1 comprimido por dia, antes das refeições.</p> <p>Pode ser necessário tomar os comprimidos durante 2 a</p>	<p>- Inibidor da bomba de protões.</p> <p>- Não usar em crianças com idade inferior a 18 anos.</p> <p>- Não ocorreram interações, com a</p>

				azia, regurgitação ácida) nos adultos.	3 dias consecutivos para alcançar a melhoria dos sintomas. Depois de ocorrido o alívio completo dos sintomas, o tratamento deve ser descontinuado. O tratamento não deve exceder 4 semanas sem consultar um médico.	administração concomitante de antiácidos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.
Nexium Control® ²⁹⁰	 291	Esomeprazol (20 mg)	Comprimido gastroresistente	Tratamento a curto prazo dos sintomas de refluxo (por exemplo, azia, regurgitação ácida).	A dose recomendada é de 1 comprimido por dia. O tratamento não deve exceder 2 semanas sem consultar um médico.	- Inibidor da bomba de prótons.
Proton® 10 mg ²⁹²	 293	Omeprazol (10 mg)	Cápsula gastroresistente	Tratamento de curta duração em adultos da azia, dispepsia, enfartamento, indigestão ácida e hiperacidez ou prevenção destes sintomas quando associados ao consumo de alimentos e bebidas.	A dose habitual é de 1 cápsula de Proton por dia. A dose pode ser aumentada até 2 cápsulas por dia, nunca devendo ultrapassar as 2 cápsulas. As cápsulas de Proton podem tomar-se antes, durante ou após as refeições, com um pouco de água. Para prevenção dos sintomas, o medicamento deverá ser tomado uma hora antes das refeições.	- Inibidor da bomba de prótons. - Não usar em crianças com idade inferior a 18 anos. - Contém sacarose: Atenção aos doentes diabéticos. - Não ocorreram interações, com a administração concomitante de antiácidos. - Não utilizar durante gravidez e aleitamento.

<p>Proton® 20 mg²⁹⁴</p>		<p>Omeprazol (20 mg)</p>	<p>Cápsula gastroresistente</p>	<p>Indicado no tratamento dos sintomas de refluxo (p. ex. azia e regurgitação ácida) em adultos.</p>	<p>Adultos: 1 cápsula, uma vez por dia durante 14 dias. Pode ser necessário tomar as cápsulas durante 2-3 dias consecutivos para alcançar melhoria dos sintomas. A maioria dos doentes alcança o alívio completo da azia no prazo de 7 dias. Uma vez ocorrido o completo alívio dos sintomas, o tratamento deve ser suspenso. É recomendável tomar as cápsulas de Proton 20 mg de manhã, ingeridas inteiras com meio copo de água.</p>	<p>- Inibidor da bomba de prótons.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Não usar em crianças com idade inferior a 18 anos. - Contém sacarose: Atenção aos doentes diabéticos. - Pode ser utilizado durante a gravidez.
<p>Gaviscon®²⁹⁶</p>		<p>Alginato de sódio, Bicarbonato de sódio e Carbonato de cálcio (500 mg + 267 mg + 160 mg) /10ml</p>	<p>Suspensão oral em saquetas</p>	<p>Tratamento dos sintomas de refluxo gastro-esofágico, tais como regurgitação ácida, pirose e indigestão relacionada com o refluxo, que podem ocorrer por exemplo, após as refeições, durante a gravidez, ou em doentes com sintomas relacionados com esofagite de refluxo.</p>	<p>Adultos e crianças com idade igual ou superior a 12 anos: 1 a 2 saquetas após as refeições e ao deitar (até quatro vezes por dia). Crianças com idade inferior a 12 anos: Administrar apenas sob aconselhamento médico. Se os sintomas não melhorarem após 7 dias, a situação clínica do doente deve ser reavaliada.</p>	<p>- Protetores da mucosa gástrica.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deve ser efetuado um intervalo de 2 horas entre a toma de Gaviscon e a administração de alguns medicamentos. - Contém alto teor de sódio: especial precaução em doentes

						<p>hipertensos.</p> <p>- Não utilizar durante gravidez.</p>
<p>Gaviscon Duefet®²⁹⁸</p>	 <p>299</p>	<p>Alginato de sódio, Bicarbonato de sódio e Carbonato de cálcio (500 mg + 213 mg + 325 mg) /10ml</p>	<p>Suspensão oral em saquetas</p>	<p>Tratamento dos sintomas de refluxo gastro-esofágico relacionados com acidez, tais como regurgitação ácida, pirose e indigestão, que podem ocorrer por exemplo, após as refeições ou durante a gravidez.</p>	<p>Adultos e crianças com idade igual ou superior a 12 anos: 10-20 ml (1 a 2 saquetas) após as refeições e ao deitar, até quatro vezes por dia.</p> <p>Crianças com idade inferior a 12 anos: Administrar apenas sob aconselhamento médico.</p>	<p>- Protetores da mucosa gástrica.</p> <p>- Devido à presença de carbonato de cálcio que atua como um antiácido, deve ser efetuado um intervalo de 2 horas entre a toma de Gaviscon e a administração de outros medicamentos.</p> <p>- Contém alto teor de sódio: especial precaução em doentes hipertensos.</p> <p>- Pode ser utilizado durante a gravidez e aleitamento.</p>
<p>Gaviscon®³⁰⁰</p>	 <p>301</p>	<p>Alginato de sódio, Bicarbonato de sódio e Carbonato de</p>	<p>Comprimido para mastigar</p>	<p>Tratamento dos sintomas de refluxo gastro-esofágico, tais como regurgitação</p>	<p>Adultos e crianças com idade igual ou superior a 12 anos: Dois a quatro comprimidos após as</p>	<p>- Protetores da mucosa gástrica.</p> <p>- Deve ser efetuado</p>

		cálcio (250 mg + 133,5 mg + 80 mg) /10ml		ácida, pirose e indigestão relacionada com o refluxo, que podem ocorrer por exemplo, após as refeições, durante a gravidez, ou em doentes com sintomas relacionados com esofagite de refluxo.	refeições e ao deitar (até quatro vezes por dia). Crianças com menos de 12 anos: Administrar apenas sob aconselhamento médico.	um intervalo de 2 horas entre a toma de Gaviscon e a administração de outros medicamentos. - Contém alto teor de sódio: especial precaução em doentes hipertensos. - Pode ser utilizado durante a gravidez.
Gaviscon Morango ^{®302}		Alginato de sódio, Bicarbonato de sódio e Carbonato de cálcio (250 mg + 133,5 mg + 80 mg) /10ml	Comprimido para mastigar	Tratamento dos sintomas de refluxo gastro-esofágico, tais como regurgitação ácida, pirose e indigestão relacionada com o refluxo, que podem ocorrer por exemplo, após as refeições, durante a gravidez, ou em doentes com sintomas relacionados com esofagite de refluxo.	Adultos e crianças com idade igual ou superior a 12 anos: Dois a quatro comprimidos após as refeições e ao deitar (até quatro vezes por dia). Crianças com menos de 12 anos: Administrar apenas sob aconselhamento médico.	- Protetores da mucosa gástrica. - Deve ser efetuado um intervalo de 2 horas entre a toma de Gaviscon e a administração de outros medicamentos. - Contém alto teor de sódio: especial precaução em doentes hipertensos.

							- Pode ser utilizado durante a gravidez e aleitamento.
--	--	--	--	--	--	--	--

Bibliografia

1. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=937&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
2. Farmácia Calvário. Acessível em: <https://www.farmaciacalvario.com/benylin-xarope-200ml.html>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
3. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=51862&tipo_doc=rcm. [acedido em 28 de janeiro de 2016].
4. Bisolvon. Acessível em: http://www.bisolvon.pt/familia_de_produtos_bisolvon/tosse_seca/bisoltussin_tosse_seca1.html. [acedido em 28 de janeiro de 2016].
5. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=31323&tipo_doc=rcm. [acedido em 28 de janeiro de 2016].
6. Bisolvon. Acessível em: http://www.bisolvon.pt/familia_de_produtos_bisolvon/tosse_seca/bisoltussin_tosse_seca.html. [acedido em 28 de janeiro de 2016].
7. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=40851&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
8. Tussilene. Acessível em: <http://www.tussilene.pt/tussilene/dextrometorfano/>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
9. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=56350&tipo_doc=rcm. [acedido em 28 de janeiro de 2016].
10. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/441530/s/levotuss-comprimidos/category/333/>. [acedido em 28 de janeiro de 2016].

11. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5007&tipo_doc=rcm. [acedido em 28 de janeiro de 2016].
12. Índice. Acessível em: <https://www.indice.eu/pt/INDICEonline/medicamentos/levotuss/> [acedido em 28 de janeiro de 2016].
13. Folheto Informativo do Medicamento.
14. Materfarma. Acessível em: http://www.materfarma.pt/info/ver_pagina.php?id=13&tab=seccoes. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
15. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=6566&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
16. Angelini. Acessível em: <http://www.angelini.pt/wps/wcm/connect/pt/home/produtos/medicamentos-venda-livre/oxolamina>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
17. Folheto Informativo do Medicamento.
18. Pierre Fabre. Acessível em: <http://www.pierrefabre.pt/dermo-sante-gama-drill.html>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
19. Folheto Informativo do Medicamento.
20. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/supracare-xarope-tosse-200-ml>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
21. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=36558&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
22. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/441258/s/tussoral/category/333/>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
23. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=45119&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].

24. Farmácia Higiene. Acessível em: <http://farmaciahigiene.pt/produtos/comprimidos-efervescentes/acetilcisteina-tolife-comp-eferv/>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
25. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=40084&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
26. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/acetilcisteina-sandoz-mg-comprimidos-efervescentes-600-mg-x-20>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
27. INFARMED: Folheto informativo do medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=38804&tipo_doc=fi. [acedido em 3 de fevereiro de 2016].
28. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/acetilcisteina-azevedos-mg-comprimidos-efervescentes-600-mg-x-20>. [acedido em 3 de fevereiro de 2016].
29. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=3547&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
30. A Sua Farmácia Online. Acessível em: <http://www.asuafarmaciaonline.pt/tosse-rouquidao-e-dores-de-garganta/>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
31. A Sua Farmácia Online. Acessível em: <http://www.asuafarmaciaonline.pt/ambroxol-fluidox-mg.html>. [acedido em 4 de fevereiro de 2016].
32. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=33445&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
33. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/catalog/category/view/s/tosse/id/977/?limit=24&p=5&produtos=Ver+Todos>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
34. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=33446&tipo_doc=rcm. [acedido em 4 de fevereiro de 2016].

35. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/catalog/category/view/s/tosse/id/977/?p=6&produtos=Ver+Todos>. [acedido em 4 de fevereiro de 2016].
36. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=52430&tipo_doc=rcm. [acedido em 4 de fevereiro de 2016].
37. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/catalog/category/view/s/tosse-com-expetorac-o/id/1121/>. [acedido em 4 de fevereiro de 2016].
38. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=1114&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
39. Bisolvon. Acessível em: http://www.bisolvon.pt/familia_de_produtos_bisolvon/tosse_com_expetoracao/bisolvon_comprimidos.html. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
40. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=56467&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
41. Farmácia Higiene. Acessível em: <http://farmaciahigiene.pt/produtos/saquetas/bisolvon-saquetas/>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
42. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=36696&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
43. Bisolvon. Acessível em: http://www.bisolvon.pt/familia_de_produtos_bisolvon/tosse_com_expetoracao/bisolvon_linctus_adulto.html. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
44. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=1116&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
45. Bisolvon. Acessível em: http://www.bisolvon.pt/familia_de_produtos_bisolvon/tosse_com_expetoracao/bisolvon_linctus_crianças.html. [acedido em 29 de janeiro de 2016].

46. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=51496&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
47. Tussilene. Acessível em: <http://www.tussilene.pt/tussilene/bromexina/>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
48. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=1227&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
49. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/broncoliber-comprimidos-30-mg-x-20>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
50. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=1226&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
51. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/broncoliber-capsulas-libertacao-prolongada-120-mg-x-20>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
52. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=50241&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
53. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/broncoliber-solucao-pulverizacao-oral-50mg-ml-x-13-ml>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
54. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=1228&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
55. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/broncoliber-xarope-criancas-15-mg-5-ml-x-200-ml>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
56. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=1229&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
57. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/broncoliber-xarope-adultos-30-mg-5-ml-x-200-ml>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].

58. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=3552&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
59. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/fluimucil-granulado-para-solucao-oral-saquetas-200-mg-x-20>. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
60. INFARMED: Folheto informativo do medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=30252&tipo_doc=fi. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
61. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/fluimucil-solucao-oral-2-20-mg-ml-x-200-ml>. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
62. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=36370&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
63. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/fluimucil-solucao-oral-4-40-mg-ml-x-200-ml>. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
64. Farmácia em casa. Acessível em: <http://www.farmaciaemcasa.pt/index.php/medicamentos/fluimucil-600-mg-x-20-comp-eferv-detail>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
65. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5803&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
66. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/mucoral-capsulas-400-mg-x-20>. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
67. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5808&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
68. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/mucoral-xarope-20-mg-ml-x-200-ml>. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
69. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5807&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].

70. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/441444/s/mucoral-xarope/category/333/>. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
71. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5809&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
72. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/mucosolvan-comprimidos-30-mg-x-20>. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
73. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=55466&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
74. Farmácia Nacional. Acessível em: <http://www.farmacianacional.pt/mucosolvan-pastilha-mole-15mg-x-20-pastilhas-moles.html>. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
75. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5814&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
76. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/mucosolvan-xarope-6-mg-ml-x-125-ml>. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
77. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5815&tipo_doc=rcm. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
78. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/mucosolvan-perlonguets-capsulas-libertacao-prolongada-75-mg-x-20>. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
79. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=6093&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
80. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=29504&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
81. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/pulmiben-2-xarope-20-mg-ml-x-125-ml>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].

82. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/pulmiben-5-xarope-50-mg-ml-x-250-ml>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
83. Aboca. Acessível em: <http://www.aboca.com/pt/os-nossos-produtos/grintuss-xarope-adultos>. [acedido em 28 de janeiro de 2016].
84. Aboca. Acessível em: <http://www.aboca.com/pt/os-nossos-produtos/grintuss-xarope-criancas>. [acedido em 28 de janeiro de 2016].
85. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=147&tipo_doc=rcm. [acedido em 30 de janeiro de 2016].
86. Grupo Azevedos. Acessível em: <http://www.grupoazevedos.com/produtos?page=8>. [acedido em 30 de janeiro de 2016].
87. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=8808&tipo_doc=rcm. [acedido em 30 de janeiro de 2016].
88. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/antigrippine-comprimidos-x-20>. [acedido em 30 de janeiro de 2016].
89. Folheto Informativo do Medicamento
90. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/bisolviral-spray-nasal-20-ml>. [acedido em 30 de janeiro de 2016].
91. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=44633&tipo_doc=rcm. [acedido em 30 de janeiro de 2016].
92. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/cegripe-comprimidos-1-mg-500-mg-x-20>. [acedido em 30 de janeiro de 2016].
93. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=52018&tipo_doc=rcm. [acedido em 30 de janeiro de 2016].
94. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/griponal-comprimidos-efervescentes-4-500-mg-x-20>. [acedido em 30 de janeiro de 2016].
95. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=4432&tipo_doc=rcm. [acedido em 30 de janeiro de 2016].

96. Viver Bem. Acessível em: <http://www.viverbem.eu/content/ilvico-n>. [acedido em 30 de janeiro de 2016].
97. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=641&tipo_doc=rcm. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
98. Aspirina. Acessível em: http://www.aspirina.pt/scripts/pages/pt/products/html/aspirina_c/. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
99. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=2105&tipo_doc=rcm. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
100. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/collu-hextril-solucao-pulverizacao-bucal-0-2mg-100-ml-x-40-ml>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
101. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=2852&tipo_doc=rcm. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
102. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/drill-pastilhas-3-0-5-mg-x-24>. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
103. Folheto Informativo do produto.
104. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/euphon-pastilhas-10-mg-x-70>. [acedido em 29 de janeiro de 2016].
105. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=4375&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
106. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/hydrotricine-pastilhas-1-mg-x-24>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
107. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5359&tipo_doc=rcm. [acedido em 31 de janeiro de 2016].

108. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/441338/s/mebocaina-forte/category/333/>. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
109. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=36095&tipo_doc=rcm. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
110. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/441338/s/mebocaina-forte/category/333/>. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
111. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/mebocaina-anti-inflam-solucao-pulverizacao-bucal-6-1-5-mg-ml>. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
112. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5447&tipo_doc=rcm. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
113. Inpharma. Acessível em: <http://www.inpharma.cv/index.php?mod=prod&cat=1&id=94>. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
114. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=31887&tipo_doc=rcm. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
115. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/strepfen-pastilhas-8-75-mg-x-24>. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
116. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=45997&tipo_doc=rcm. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
117. Strepils. Acessível em: <http://www.strepils.pt/produtos/garganta-irritada/>. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
118. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=50468&tipo_doc=rcm. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
119. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/tantum-verde-limao-sem-acucar-pastilhas-3-mg-x-20>. [acedido em 31 de janeiro de 2016].

120. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=37173&tipo_doc=rcm. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
121. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/tantum-verde-solucao-pulverizacao-bucal-3-mg-ml-x-4-ml>. [acedido em 1 de fevereiro de 2016].
122. Folheto Informativo do Medicamento.
123. Angelini. Acessível em: <http://www.angelini.pt/wps/wcm/connect/pt/home/produtos/medicamentos-venda-livre/tantum-protect-pastilhas>. [acedido em 31 de janeiro de 2016].
124. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=31906&tipo_doc=rcm. [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
125. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/bisolspray-adulto-solucao-pulverizacao-nasal-0-5mg-ml-x-10-ml> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
126. Edol. Acessível em: http://edol.pt/activeapp/wp-content/files_mf/1428672501Fi_Bloxinus_atual.pdf [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
127. Pharmashop Discount. Acessível em: <http://www.pharmashopdiscount.com/fr/hygiene-du-nez/30475-baush-lomb-bloxinus-spray-nasal-20ml-3401051621218.html> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
128. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5900&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
129. Farmalfena. Acessível em: <http://www.farmalfena.pt/store/constipacaorinitesinusite/956-elgydium-escova-inspiration-media-.html> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
130. Farmácia Macieira. Acessível em: <http://www.farmaciamacieira.com/nasex.html> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
131. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=51722&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].

132. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/nasexilo-solucao-pulverizacao-nasal-1-mg-ml-x-10-ml> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
133. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=10391&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
134. Farmácia Caniço. Acessível em: http://www.farmaciadocanico.pt/catalogo/detalhes_produto.php?id=2672 [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
135. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=6014&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
136. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5960&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
137. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/neo-sinefrina-solucao-conta-gotas-2-5-mg-ml-x-15-ml> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
138. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5959&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
139. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/neo-sinefrina-solucao-conta-gotas-5-mg-ml-x-15-ml> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
140. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=7544&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
141. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/rhinospray-solucao-pulverizacao-nasal-1-18-mg-ml-x-12-ml> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
142. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=7581&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
143. Farmácia Calvário. Acessível em: <https://www.farmaciacalvario.com/rinerge-nebulizador-10ml.html> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].

144. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=9151&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
145. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/vibrociol-solucao-nasal-conta-gotas-0-25-2-5-mg-ml-x-15-ml> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
146. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=10950&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
147. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/vibrociol-solucao-pulverizacao-nasal-0-25-2-5-mg-ml-x-15-ml> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
148. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=9150&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
149. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/vibrociol-gel-nasal-0-25-2-5-mg-g-x-12-g> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
150. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=6547&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
151. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/vibrociol-actilong-solucao-inalacao-1-mg-ml-x-15-ml> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
152. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=46653&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
153. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/vibrociol-actilong-duo-solucao-pulverizacao-nasal-0-6-0-5-mg-ml-x-10-ml> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
154. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=9161&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].

155. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/vicks-vapospray-spray-pulverizacao-nasal-0-5-mg-ml-x-15-ml> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
156. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=9155&tipo_doc=rcm#page=1&zoom=auto,-73,798 [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
157. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/vicks-stick-inalacao-nasal> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
158. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=9159&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
159. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/vicks-vaporub-pomada-inalacao-vaporizacao-x-50-g> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
160. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=51727&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
161. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/441458/s/xymeral/category/935/> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
162. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=51726&tipo_doc=rcm [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
163. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/441457/s/xymeral/category/979/loja> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
164. Atlas da Saúde. Acessível em: <http://www.atlasdasaude.pt/publico/content/higiene-nasal> [acedido em 25 de fevereiro de 2016].
165. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/libenar-aspirador-nasal> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].

166. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/lyomer-c-spray-nasal-isotonico-100-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
167. Marimer. Acessível em: <http://www.marimer.com/en/spray-isotonique.html> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
168. Marimer. Acessível em: <http://www.marimer.com/en/spray-hypertonique.html> [acedido em 16 de fevereiro de 2016].
169. Medicare. Acessível em: <http://www.medcareonline.pt/products/mucoclear-3/> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
170. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/narhinel-soft-recarga-aspirador-nasal> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
171. Nasalmer. Acessível em: <http://www.nasalmer.com/solucion-hipertonica.php> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
172. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/naso-drill-spray-nasal-100-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
173. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/nasomar-spray-nasal-hipertonico-50-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
174. Farmácia Silva. Acessível em: <http://farmaciasilva.pt/outros-1/nasomar-descongestionante> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
175. Medicare. Acessível em: <http://www.medcareonline.pt/products/pari-montesol/> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
176. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/460495/s/physiodose-baby-agua-mar-hipertonica/category/932/> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
177. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/460496/s/physiodose-baby-agua-mar-isotonica/category/959/> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
178. Physiodose. Acessível em: <http://www.physiodose.com/gr/eau-mer-hypertonique.html> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
179. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/physiodose-agua-mar-100-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
180. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/physiologica-soro-fisiologico-5-ml-x-40> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
181. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/rhinomer-spray-nasal-forca-1-135-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].

182. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/rhinomer-baby-spray-nasal-ultra-suave-115-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
183. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/rhinomer-intense-eucalipto-spray-nasal-20-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
184. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/rhinomer-spray-nasal-forca-1-135-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
185. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/rhinomer-spray-nasal-forca-2-135-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
186. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/rhinomer-spray-nasal-forca-3-135-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
187. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/sinomarim-adulto-agua-do-mar-125-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
188. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/sinomarim-crianca-agua-do-mar-hipertonico-100ml-25> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
189. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/sterimar-agua-mar-100-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
190. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/sterimar-mn-agua-mar-magnesio-100-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
191. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/unimer-pediatico-spray-nasal-hipertonico-100-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
192. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/unimer-pediatico-spray-nasal-isotonico-100-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
193. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/uriage-isophy-spray-nasal-100-ml-promocao> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
194. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/uriage-isophy-agua-termal-isotonica-5-ml-x-18> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
195. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/wet-gel-nasal-20-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
196. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/wet-spray-nasal-mini-4-x-15-ml> [acedido em 18 de fevereiro de 2016].
197. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=161&tipo_doc=rcm [acedido em 19 de fevereiro de 2016].

198. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/agiolax-granulos-x-400-g> [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
199. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=822&tipo_doc=rcm [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
200. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/bebegel-gel-rectal-em-bisnaga-3-83-0-054-g-x-6> [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
201. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=855&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
202. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/bekunis-comprimidos-revestidos-105-5-mg-x-40> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
203. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=860&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
204. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/bekunis-cha-0-250-750-mg-g-x-175-g> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
205. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=2306&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
206. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/dagragel-gel-rectal-em-bisnaga-0-078-5-532-g-x-6> [acessível em 20 de fevereiro de 2016].
207. Folheto Informativo do Medicamento.
208. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=4083&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
209. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/dulcogotas-solucao-oral-em-gotas-7-5-mg-ml-x-30-ml> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
210. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=2863&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].

211. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/dulcolax-comprimidos-revestidos-5-mg-x-20> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
212. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=2864&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
213. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/dulcolax-supositorios-10-mg-x-6> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
214. Frutos e Fibras. Acessível em: <http://www.frutosefibras.com/pt/difcil/frutos-fibras-original> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
215. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=40690&tipo_doc=rcm [acedido em 23 de fevereiro de 2016].
216. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=53963&tipo_doc=rcm [acedido em 23 de fevereiro de 2016].
217. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/454193/s/lactulose-sandoz/category/1126/> [acedido em 23 de fevereiro de 2016].
218. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=4874&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
219. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/laevolac-xarope-666-7-mg-ml-x-500-ml> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
220. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/laevolac-xarope-em-saquetas-10-g-15ml-x-20> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
221. Saninter Grupo. Acessível em: <http://www.sanintergrupo.pt/nutreo/transito-intestinal/cuidados-laxeov/laxeov-cubos/> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
222. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/laxeov-cubos-figo-uva-x-20> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
223. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=4950&tipo_doc=rcm [acedido em 19 de fevereiro de 2016].

224. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/leite-magnesia-philips-suspensao-oral-83-mg-ml-x-200-ml> [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
225. Aboca. Acessível em: <http://www.aboca.com/pt/os-nossos-produtos/melilax> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
226. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5588&tipo_doc=rcm [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
227. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/microlax-enema-adultos-450-45-mg-3ml-x-6-tubos> [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
228. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/microlax-enema-criancas-270-27-mg-3ml-x-6-tubos> [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
229. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/midro-cha-laxante-80-g> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
230. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5754&tipo_doc=rcm [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
231. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/movicol-po-solucao-oral-saquetas-x-20> [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
232. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=5784&tipo_doc=rcm [acedido em 23 de fevereiro de 2016].
233. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/mucinum-comprimidos-revestidos-x-50> [acedido em 23 de fevereiro de 2016].
234. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=6228&tipo_doc=rcm [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
235. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/normacol-plus-granulado-em-carteiras-620-80-mg7g-x-30> [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
236. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/441074/category/333/> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].

237. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=7287&tipo_doc=rcm [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
238. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/pursennide-comprimidos-revestidos-20-mg-x-20> [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
239. Farmácia Silva. Acessível em: <http://farmaciasilva.pt/sollievo-bio-comprimidos> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
240. A Sua Farmácia Online. Acessível em: <http://www.asuafarmaciaonline.pt/supositorios-de-glicerina-f.p.-adultos.html> [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
241. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/verolax-micro-clister-6750-mg-x-6> [acedido em 19 de fevereiro de 2016].
242. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=9328&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
243. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/xarope-de-macas-reinetas-120-ml> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
244. Farmácia Silva. Acessível em: <http://farmaciasilva.pt/mae-e-bebe/benegast-dimexanol> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
245. Folheto Informativo do Medicamento.
246. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=41564&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
247. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/imodium-plus-comprimidos-2-125-mg-x-12> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
248. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=4444&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
249. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/imodium-rapid-comprimidos-orodispersiveis-2-mg-x-10> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].

250. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=143&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
251. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/aero-om-comprimidos-mastigavel-42-mg-x-100> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
252. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=144&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
253. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/aero-om-emulsao-oral-gotas-105mg-ml-x-25-ml> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
254. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=47148&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
255. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/aero-om-capsula-mole-125-mg-x-20> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
256. Skin. Acessível em: <http://skin.pt/arkocapsulas-comprimidos-carv-o-vegetal-50unid> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
257. Farmácia em Casa. Acessível em: <http://www.farmaciaemcasa.pt/index.php/suplementos-56061/dulcogas-18-saquetas-16064-detail> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
258. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=6624&tipo_doc=rcm [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
259. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/pankreoflat-comprimidos-revestidos-80-172-mg-x-60> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
260. Farmácia Silva. Acessível em: <http://farmaciasilva.pt/advancis-easylax> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
261. Aero-OM. Acessível em: <http://www.aero-om.pt/produtos-aero-om/aerobio-adulto> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
262. Aero-OM. Acessível em: http://www.aero-om.pt/images/imagens_produtos/AEROBIOinfantil_folheto_20120216.pdf [acedido em 20 de fevereiro de 2016].

263. Farmacentral. Acessível em: <https://www.farmacentral.pt/7367219-aero-bio-infantil-sol-or-5ml-x-10.html> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
264. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/442351/s/atyflor/category/1141/> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
265. JABA RECORDATI. Acessível em: <http://www.jaba.pt/Media/5f/5f097506-f068-403f-b77a-8efcd4597ef8.pdf> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
266. Farmácia Silva. Acessível em: <http://farmaciasilva.pt/biogai-gotas-de-probioticos-sem-congelar> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
267. JABA RECORDATI. Acessível em: <http://www.jaba.pt/Media/75/75ae47ac-816d-4079-b798-a306d9691edd.pdf> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
268. Farmácia Silva. Acessível em: <http://farmaciasilva.pt/duobiotic> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
269. INFARMED: Folheto informativo do medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=8814&tipo_doc=fi [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
270. Viver Bem. Acessível em: <http://www.viverbem.eu/article/ul-250-capsulas> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
271. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/642204/s/zirfos/category/333/> [acedido em 20 de fevereiro de 2016].
272. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=44681&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
273. Farmácia Calvário. Acessível em: <https://www.farmaciacalvario.com/alka-seltzer-comp-efervescente-x20.html> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
274. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=4821&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
275. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/kompensan-comprimidos-mastigaveis-340-mg-x-20> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].

276. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=4825&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
277. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/kompensan-s-comprimidos-mastigaveis-340-mg-x-20> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
278. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=10264&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
279. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/maalox-plus-comprimidos-mastigaveis-x-40> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
280. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=6778&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
281. Farmadelivery. Acessível em: <http://www.farmadelivery.com.br/pepsamar-230mg-50-comprimidos> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
282. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=6847&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
283. Farmácia Calvário. Acessível em: <https://www.farmaciacalvario.com/phosphalugel-x20.html> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
284. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=2591&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
285. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/rennie-digestif-comprimidos-mastigaveis-680-80-mg-x-96> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
286. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=29925&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
287. Aristo. Acessível em: <http://www.aristo-iberia.pt/pt/produtos/details/medicacao-sem-receita/medicacao-sem-receita-47/lasa-10-mg-comprimidos-173/> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].

288. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=53137&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
289. Farmácias Portuguesas. Acessível em: <https://www.farmaciasportuguesas.pt/catalogo/index.php/catalog/product/view/id/441433/s/kairol/> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
290. European Medicines Agency: Summary of Product Characteristics. Acessível em: http://www.ema.europa.eu/ema/index.jsp?curl=pages/medicines/human/medicines/002618/human_med_001679.jsp&mid=WC0b01ac058001d124 [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
291. Nexium Control. Acessível em: <http://www.nexiumcontrol.pt/> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
292. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=46924&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
293. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/proton-capsulas-gastrorresistentes-10-mg-x-14> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
294. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=7213&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
295. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/proton-capsulas-gastrorresistentes-20-mg-x-14> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
296. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=50302&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
297. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/gaviscon-suspensao-oral-carteiras-x-12> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
298. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em: http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=54020&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].
299. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/gaviscon-duefet-suspensao-oral-carteiras-500-213-325-x-12> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].

300. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em:

http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=50312&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].

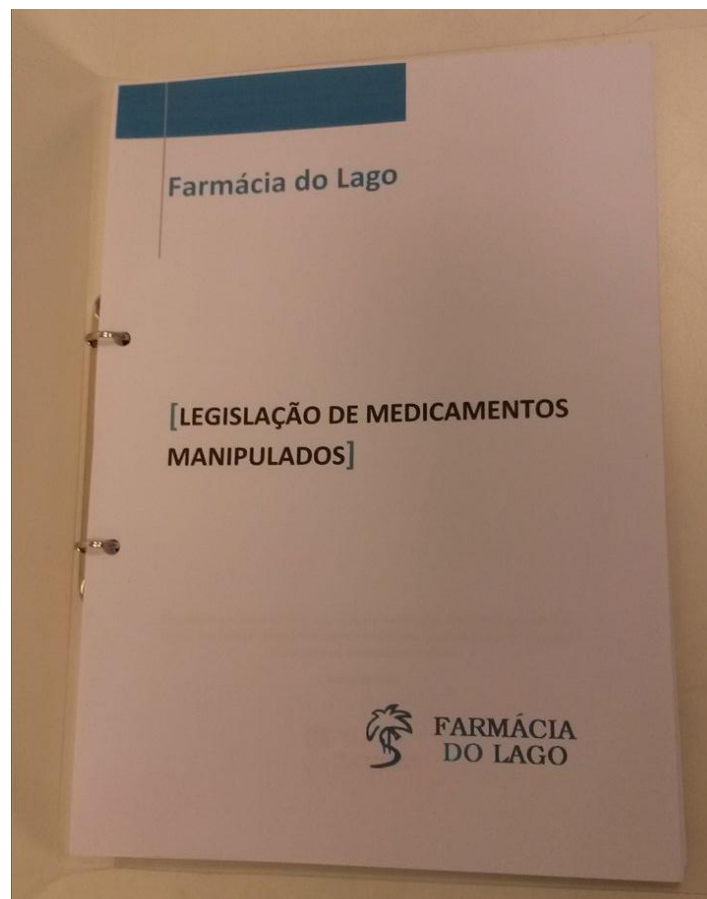
301. Farmácia do Lago. Acessível em: <http://farmaciadolago.com/gaviscon-comprimidos-mastigaveis-x-24> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].

302. INFARMED: Resumo das Características do Medicamento. Acessível em:

http://www.infarmed.pt/infomed/download_ficheiro.php?med_id=585441&tipo_doc=rcm [acedido em 21 de fevereiro de 2016].

303. Gaviscon. Acessível em: <http://www.gaviscon.pt/medicamentos/> [acedido em 21 de fevereiro de 2016].

Anexo XV – Dossier de Legislação de Medicamentos Manipulados



Conteúdo

Decreto-Lei n.º 90/2004, de 20 de Abril

Altera os Decretos-Leis n.os 72/91, de 8 de Fevereiro, que regula a autorização de introdução no mercado, o fabrico, a comercialização e a comparticipação de medicamentos de uso humano, e 118/92, de 25 de Junho, que estabelece o regime de comparticipação no preço dos medicamentos

Decreto-Lei n.º 95/2004, de 22 de Abril

Regula a prescrição e a preparação de medicamentos manipulados

Declaração de Retificação nº 51/2004

Portaria n.º 594/2004, de 2 de Junho

Aprova as boas práticas a observar na preparação de medicamentos manipulados em farmácia de oficina e hospitalar

Portaria n.º 769/2004, de 1 de Julho

Estabelece que o cálculo do preço de venda ao público dos medicamentos manipulados por parte das farmácias é efectuado com base no valor dos honorários da preparação, no valor das matérias-primas e no valor dos materiais de embalagem

Deliberação n.º 1491/2004, de 7 de Dezembro

(DR, 2.ª Série, n.º 302, de 28 de Dezembro de 2004)

Contratação pelos hospitais de preparados - equiparados a preparados officinais - destinados exclusivamente a serem utilizados naqueles estabelecimentos

Deliberação n.º 1497/2004, de 7 de Dezembro

(DR, 2.ª Série, n.º 303, de 29 de Dezembro de 2004)

Define as condições exigidas aos fornecedores de matérias-primas para a prescrição e a preparação de medicamentos manipulados

Deliberação n.º 1498/2004, 7 de Dezembro

(DR, 2.ª série, n.º 303, de 29 de Dezembro de 2004)

Define o conjunto de substâncias cuja utilização na preparação e prescrição de medicamentos manipulados não é permitida, bem como as condições dessa proibição

Deliberação n.º 1500/2004, 7 de Dezembro

(DR, 2.ª série, n.º 303, de 29 de Dezembro de 2004)

Aprova a lista de equipamento mínimo de existência obrigatória para as operações de preparação, acondicionamento e controlo de medicamentos manipulados, que consta do anexo à presente deliberação e dela faz parte integrante.

Deliberação n.º 1504/2004, de 7 de Dezembro

(DR, 2.ª série, n.º 304, de 30 de Dezembro de 2004)

Define os formulários e farmacopeias reconhecidos pelo INFARMED

Despacho n.º 4572/2005, de 14 de Fevereiro

(DR, 2.ª Série, n.º 43, de 2 de Março de 2005)

Mantêm a comparticipação em 50% os preparados oficiais incluídos na Farmacopeia Portuguesa ou no Formulário Galénico Nacional e as fórmulas magistrais que constam da lista de medicamentos manipulados comparticipáveis

Despacho n.º 18694/2010, 18 de Novembro

(DR, 2.ª série, n.º 242, de 16 de Dezembro de 2010)

Estabelece as condições de comparticipação de medicamentos manipulados e aprova a respectiva lista

Deliberação n.º 1985/2015, de 2 de Novembro

Compilação elaborada por Ana Luísa Coutinho de Carvalho, 200902370, no âmbito do Estágio Curricular do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas pela Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto.

março de 2016

Anexo XVI – Projeto Farmácia Ativa: Mais Saúde, Mais Confiança, Mais Beleza



Projetos [O que é](#) Júri Como funciona

LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

FARMÁCIAATIVA
COM O APOIO LA ROCHE-POSAY

Farmácia Ativa

AJUDAR ESTÁ-LHE NA PELE

A sua comunidade merece o que há de melhor

A Farmácia Ativa é uma campanha de âmbito social, levada a cabo pela La Roche-Posay em colaboração com a Associação Nacional de Farmácias e que visa melhorar a qualidade de vida das populações portuguesas.

As Farmácias Portuguesas foram convidadas a apresentarem projetos de cariz social, para melhorar a qualidade de vida e o bem-estar da população da sua área de influência.

Agora, cabe a si, votar no projeto que mais gosta, para que este seja implementado na sua comunidade.

Agora é a sua vez! Faça você, também, parte deste projeto. Envolve-se. Ajude a sua Comunidade.

Mais Saúde, Mais Confiança, Mais Beleza



Farmácia do Lago
Telefone: 226168951
Website: www.farmaciadolago.com

Objetivos

- Melhorar a auto-estima de doentes oncológicos, ajudando a melhorar a sua imagem.
- Transmitir conselhos de melhoramento do aspeto físico dos doentes, de modo a que se sintam melhor psicologicamente, ajudando a encarar esta fase de doença de uma forma mais positiva.

Descrição

As doenças oncológicas são cada vez mais prevalentes no nosso país e o número de novos casos tende a aumentar. As consequências físicas e psicológicas que estas doenças e respetivos tratamentos acarretam são devastadoras para o indivíduo. A queda de cabelo e outras pilosidades são os sinais mais visíveis e os que mais diminuem a auto-estima dos doentes, principalmente das mulheres. Assim, a Farmácia do Lago pretende organizar um Workshop de Maquilhagem e Beleza direcionado a estas senhoras, de modo a que a sua auto-estima seja elevada e se sintam melhor com a sua imagem.

Benefícios

- Elevar a auto-estima de doentes oncológicos.
- Melhorar o estado emocional destes doentes, para se sentirem mais positivos e não recearem o seu reflexo no espelho.

Anexo XVII – Folheto Informativo: Ácido Úrico e Gota

Alimentos não aconselhados

- Pão de centeio e pão integral;
- Café, chocolate e cacau;
- Bebidas alcoólicas, especialmente cerveja (com ou sem álcool);
- Refrigerantes;
- Carnes: porco, galinha, peru, vitela, borrego, cabrito, leitão, carnes defumadas, enchidos, presunto, bacon e salsichas;
- Miúdos (fígado, coração, moelas...);
- Peixe: sardinha, marisco, lula, anchovas, bacalhau, truta, salmão, cavala, vieiras e mexilhões;
- Vegetais e hortaliças: favas, ervilhas, feijão, lentilhas, grão-de-bico, espargos, brócolos, cogumelos e espinafres;
- Frutas: cereja, nêspera, côco e ananás;
- Castanhas, nozes, avelãs, amêndoas, pistachos e amendoins;
- Molhos, caldos e refeições pré-cozinhadas;
- Gorduras, principalmente a banha.



Dica importante:

Tomar diariamente o pequeno-almoço e comer a intervalos não superiores a 3,5 horas;

Ingerir cerca de 2 a 3 litros de líquidos por dia, sob a forma de água, infusões de ervas ou outras bebidas alcalinizantes (sumos naturais de fruta e/ou legumes).

Ácido Úrico e Gota



Dieta recomendada



Ana Luísa Coutinho de Carvalho

Trabalho elaborado no âmbito do Estágio Curricular do
Mestrado Integrado em Ciências Farmacéuticas
2015/2016

O que é a Gota?

A gota é uma doença caracterizada por ataques episódicos de artrite (inflamação das articulações) em pacientes que apresentam níveis sanguíneos de ácido úrico elevados.



Os locais mais frequentemente afetados são as articulações dos dedos dos pés, os tornozelos, os joelhos, as mãos e os cotovelos.



O que é o ácido úrico?

O ácido úrico é uma substância produzida no fígado, derivada do metabolismo da purina, um tipo de proteína presente nos alimentos que ingerimos. Quanto mais purina ingerimos, mais ácido úrico é produzido pelo nosso organismo.

Valores de referência de ácido úrico no sangue:

Mulher: 2,4 - 6,0 mg/dL

Homem: 3,4 - 7,0 mg/dL

Deste modo, os indivíduos que sofrem de gota ou possuem valores sanguíneos elevados de ácido úrico, devem ter uma alimentação adequada à sua condição. Assim, a dieta deve ser pobre em purina e rica em alimentos de origem vegetal.



Alimentos recomendados



- Leite, iogurte magro, manteiga e queijo branco;
- Pão branco, bolos secos e biscoitos de água e sal;
- Água e chás pouco fortes;
- Arroz, batatas e massas;
- Carnes: pato, vaca e coelho;
- Ovos;
- Peixe: pescada, carapau, pargo, faneca e corvina;
- Vegetais e hortaliças: alho, abóbora, feijão-verde, agrião, couve, alface, cenoura, lima, grelos, nabo e pepino;
- Cebola e tomate (em moderação);
- Frutas: laranja, maçã, pêra, morango, melancia, tangerina e melão;
- Óleos vegetais em pouca quantidade;
- Cozidos mas sem aproveitar a água de cozedura, uma vez que as purinas são solúveis em água.



**RELATÓRIO
DE ESTÁGIO
2015-16**

RUA DE JORGE VITERBO FERREIRA
N.º 228, 4050-313 PORTO - PORTUGAL
www.ff.up.pt