

Mundo Farmacéutico

Junio 2022

Nº 369

Tengo el préstamo de la farmacia a tipo variable, ¿me interesa cambiarlo a tipo fijo? Pág. 06

Consecuencias del estreñimiento y cómo evitarlo Pág. 18

Lesiones en la rodilla, una consulta habitual en las farmacias allá de la protección solar Pág. 27

Implantes, brackets, tratamientos... el gran impacto de la pandemia en la salud dental Pág. 30

Entrevista a **Alfonso Berrocal**

Presidente del Grupo Español Multidisciplinar de Melanoma

www.cofares.es



 **COFARES**

My summer ISDIN



Innovación en cada textura.
Protección para cada piel

ISDIN
LOVE YOUR SKIN



Por una farmacia unida



En las últimas semanas hemos recorrido la geografía española para celebrar nuestras juntas preparatorias y poder conversar, directamente, con todos vosotros. En estos encuentros previos a la Asamblea General, que se celebrará el próximo 30 de junio, hemos puesto de manifiesto que el éxito del modelo de la farmacia española se debe, en gran medida, a que en vuestras farmacias los pacientes encuentran las medicinas y los productos de salud que necesitan y en el momento en el que los necesitan. Un acceso que, además, es cada vez más amigable para el paciente, ya que si algo caracteriza a esta profesión es su capacidad de adaptación y escucha permanente a las necesidades del entorno.

Para contribuir a esta labor que de manera excelente lleváis a cabo desde el mostrador de la farmacia, en Cofares trabajamos de manera permanente por mejorar aún más nuestro compromiso con el suministro de medicamentos, velando siempre por su seguridad y conservación óptimas. Además, a pesar de que el ratio de puntualidad está ya en unas cotas muy altas, seguimos dando pasos adelante para perfeccionarlo.

Ejemplo de ello es el plan logístico para acercar los centros de distribución -los almacenes-, a las farmacias y agilizar así nuestro tiempo de llegada. Como presidente me comprometí hace tres años a contar con un almacén a menos de una hora de distancia de media de los socios y este año consolidamos esa meta.

Asimismo, en las juntas preparatorias hemos tenido la oportunidad de explicaros la propuesta de actualización de los Estatutos. De forma general, esta renovación pretende aclarar y realizar mejoras técnicas al texto de partida, recogiendo algunas de las previsiones contenidas en la 'Ley de Cooperativas', actualizando otros conceptos o realizando mejoras de redacción. La última versión de los Estatutos data de 2002 y desde entonces ha habido modificaciones o ajustes parciales. La revisión es una puesta al día necesaria para que Cofares continúe con su actividad conforme a derecho.

Para terminar, me gustaría compartir una reflexión final. Nuestro sector sufre cada cierto tiempo envites de agentes de otros canales, que se acercan a la farmacia con intereses pocos claros o directamente oscuros. Unas veces pretenden mermar la vocación social de la farmacia o incluso su condición de establecimiento sanitario para la dispensación de medicamentos.

Ante ello, es importante que tengamos presente que el modelo de farmacia es un bien que debemos proteger activamente: la alta capilaridad de la farmacia española, incluyendo las boticas rurales, no tiene parangón en otros países y contribuye a la cohesión y fortalecimiento del Sistema Nacional de Salud.

Obviamente, la Cooperativa no puede permanecer impasible a esta realidad. Por eso, mucho antes de que la

amenaza se pueda convertir en una realidad, hemos decidido actuar con transparencia, honestidad y profesionalidad para defender hasta el último milímetro el legítimo derecho de la farmacia a tener su propio espacio en la reconfiguración del SNS. El compromiso de este presidente y su equipo es la defensa del modelo de distribución farmacéutica en apoyo contante al modelo de farmacia español. Ambos se necesitan: son la misma realidad. El uno sin el otro no tendría sentido. Son un binomio.

Así, consideramos imprescindible continuar con el desarrollo de un diálogo fluido, continuo, cercano y transparente entre los intereses públicos y los privados. En definitiva, trabajemos entre todos por una farmacia unida, abierta al paciente y con propósito.

Tenemos un rumbo. Contáis con vuestra Cooperativa.

“En Cofares trabajamos de manera permanente por mejorar aún más nuestro compromiso con el suministro de medicamentos, velando siempre por su seguridad y conservación óptimas”.

Eduardo Pastor
Presidente de Cofares

Índice Mundo Farmacéutico

369
Junio 2022

Mundo Farmacia Local

Castilla-La Mancha presenta la campaña 'Farmacia Comunitaria, tu apoyo en Salud Mental'
Campaña de información sobre receta médica en Pontevedra
Los farmacéuticos navarros se forman sobre violencia de género

Farmacia Rural

El SPD supone una importante ayuda en el día a día de los pacientes mayores

Mundo Economía

Tengo el préstamo de la farmacia a tipo variable, ¿me interesa cambiarlo a tipo fijo?

Mundo Tecnológico

La adicción a las criptomonedas, un nuevo problema de salud

Mundo Ciencia

Entrevista a Alfonso Berrocal: "El melanoma es el tumor en el que la inmunoterapia demuestra mayor eficacia"

Mundo Exterior

Colombia acogerá un nuevo Hub Logístico Sanitario a finales de año

Mundo Profesional

Bienestar físico y emocional, ¿qué va primero?
Cuidados de la piel y los ojos: la importancia de la fotoprotección
Consecuencias del estreñimiento y cómo evitarlo
Un escaparate con un toque veraniego

Mundo Cofares

Eduardo Pastor defiende ante la RANF el valor estratégico de la distribución farmacéutica
Cofares aboga por la humanización de la tecnología para avanzar hacia una salud más inclusiva

04

Fundación Cofares

Ganadores del XVIII Torneo Benéfico Nacional de Golf
Sorteo de Oro de Cruz Roja en apoyo al programa SANAMOS
Taller 'Vive un embarazo saludable'
70.000 euros de ayuda humanitaria para Ucrania

24

05

Farline Informa

Más allá de la protección solar

26

06

Cofares Cuidado y Confort

Lesiones en la rodilla, una consulta habitual en las farmacias

27

09

eDUCO+ Health Academy

Programas para crear a los futuros profesionales del sector

28

10

Welnia a tu lado

Implantes, brackets, tratamientos... el gran impacto de la pandemia en la salud dental

30

12

Cofares Salud Animal

¿Qué debe contener el botiquín casero de una mascota?

31

14

Con Firma

Propuestas del presente, respuestas para el futuro

32



Consulta digitalmente este y otros números de la revista en el siguiente enlace o en el código QR adjunto:
<https://blog.cofares.es/mundo-farmacéutico-2>



NUEVO COOLTEARS HYDRO+

LA LÁGRIMA ARTIFICIAL MÁS "COOL"

CON ÁCIDO HIALURÓNICO
CROSS-LINKED 0,4%



SIN CONSERVANTES¹
SIN FOSFATOS
COMPATIBLE CON
LENTE DE CONTACTO¹



● **Fórmula innovadora de Ácido Hialurónico cross-linked para un alivio duradero del ojo seco¹⁻⁴:**

- **Alta pureza³**
- **Alto peso molecular⁴**
- **Alta concentración¹**
- **Alta viscosidad⁴**

● **Muy bien tolerado con alivio y frescor inmediato^{1,4}**

● **No produce visión borrosa y permite 1 instilación al día* lo que mejora la calidad de vida de cualquier tipo de paciente con ojo seco^{1,3}**

*Administrar 1 o 2 gotas en cada ojo una o más veces al día o según las instrucciones de su médico o farmacéutico.

Material exclusivo para Profesionales Sanitarios.

Comercializado por: Santen pharmaceutical Spain, S.L. C/Acanto 22. 28045-Madrid. email: medinfo@santen.es.
Cooltears Hydro + es un Producto Sanitario Clase IIB estéril que cumple la normativa de Productos sanitarios

1. Prospecto para paciente Cooltears Hydro+. Diciembre 2020. 2. Fallacara A et al. Polymers (Basel). 2018; 10(7): 701. 3. Posarelli C et al. J Ocul Pharmacol Ther. 2019; 35(7): 381-387. 4. Technical file Cooltears Hydro+ 2021.



**COOLTEARS®
HYDRO+**

Your dry eye partner



Castilla-La Mancha presenta la campaña 'Farmacia Comunitaria, tu apoyo en Salud Mental'

El Consejo de Colegios de Farmacéuticos de Castilla-La Mancha (COFCAM) y la Consejería de Sanidad de la comunidad autónoma han presentado la campaña 'Farmacia Comunitaria, tu apoyo en Salud Mental', en colaboración con la Alianza Otsuka-Lundbeck.

La directora general de Humanización y Atención Sociosanitaria, María Teresa Marín, el presidente del COFCAM, Francisco Izquierdo, y la presidenta de la Federación de Salud Mental de Castilla-La Mancha, María del Carmen Navarro, han destacado el gran trabajo de colaboración realizado para sensibilizar y desestigmatizar el Trastorno Mental Grave (TMG), desde un punto de vista positivo, integrador y normalizado, así como para actualizar la formación del personal farmacéutico en salud mental y antipsicóticos.

La campaña busca dar claves de la Atención Farmacéutica dirigida a usuarios, familiares y cuidadores de personas con TMG así como difundir las cerca de veinte

asociaciones de pacientes de salud mental desde el colectivo farmacéutico. Para llevar a cabo los objetivos mencionados, se ha preparado una serie de materiales a distribuir, como un cartel o póster de la campaña; materiales formativos/informativos a modo de ejemplos para entrega periódica sobre varios temas, en los que antes se formará e informará a los profesionales de farmacia.

Además, esta campaña de salud mental comprende cuatro formaciones dirigidas a farmacéuticos en los meses de mayo, junio, septiembre y octubre, focalizadas en el paciente joven, en adherencia terapéutica, en alteraciones metabólicas y en alteraciones sexuales. En estas formaciones se contará con psiquiatras y psicólogos especializados, farmacéuticos y pacientes que darán a conocer su experiencia personal.



Los farmacéuticos navarros se forman sobre violencia de género

La Delegación del Gobierno en Navarra ha impartido una formación en el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Navarra sobre el protocolo de actuación en la farmacia comunitaria ante la violencia de género, que incluye múltiples pautas, como hablar con la mujer a solas, con actitud de escucha y comprensión, y hacerle saber que cuenta con el apoyo del profesional farmacéutico.

Esta formación, que se enmarca en las medidas 27 y 157 del Pacto de Estado contra la Violencia de Género, tiene como objetivo proporcionar al personal de las farmacias herramientas para la detección precoz de las situaciones de violencia de género que puedan sufrir las mujeres que acuden a las boticas y darles a conocer los recursos especializados de atención integral a las víctimas existentes en la actualidad. Además, trata de sensibilizar a este personal sobre los graves y persistentes problemas de salud que genera la violencia contra las mujeres y las consecuencias en el desarrollo físico, psicológico y social de sus hijos e hijas.

En esta formación se han descrito, entre otros aspectos, los síntomas psicológicos y físicos que habitualmente desarrollan las víctimas de violencia de género, se han expuesto las situaciones que conllevan una mayor vulnerabilidad y dependencia, y la diferente casuística en la que se pueden encontrar estas mujeres.

Campaña de información sobre receta médica en Pontevedra

Las farmacias de Pontevedra han comenzado una campaña organizada por el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Pontevedra con el objetivo de informar a los ciudadanos sobre los requisitos que deben cumplir las recetas privadas y cuáles son los datos mínimos obligatorios que los médicos, odontólogos y podólogos deben cumplimentar para que las recetas sean válidas.

Y es que, a pesar de haber transcurrido más de una década desde la publicación del Real Decreto 1718/2010, de 17 de diciembre, sobre receta médica y órdenes de dispensación y de haber finalizado el plazo de adaptación de las recetas médicas hace más de nueve años, todos los días se solicitan en las farmacias de la provincia medicamentos sujetos a prescripción, bien sin disponer de la correspondiente receta oficial emitida por un facultativo, bien con una receta que carece de datos obligatorios.

"Los farmacéuticos no podemos dispensar sin receta los medicamentos que la necesitan y tampoco podemos hacerlo si la receta no cumple los requisitos de formato o carece de algún dato obligatorio. La ley no nos lo permite y nos exponemos a unas sanciones muy elevadas por hacerlo", afirma la presidenta del COF de Pontevedra, Alba Soutelo. Por ello, se ha organizado de nuevo una campaña para informar, de forma sencilla y visual, qué recetas son válidas y cuáles son los requisitos establecidos por la normativa de receta médica.





El SPD supone una importante ayuda en el día a día de los pacientes mayores

Luis Martínez, dueño de una farmacia rural en Albacete, revela el éxito y la gran aceptación que ha tenido en la provincia el servicio del Sistema Personalizado de Dosificación de medicamentos.

Querer ayudar a los pacientes y mejorar su calidad de vida es una voluntad intrínseca a la profesión farmacéutica. Por ello, servicios como el Sistema Personalizado de Dosificación de medicamentos (SPD), que se está llevando a cabo en la provincia de Albacete, son muy bien recibidos por las personas que lo precisan ya que les facilita la toma de varios medicamentos y aumenta la adherencia al tratamiento. El año pasado durante la experiencia piloto en la provincia, el SPD mejoró la vida de 183 pacientes mayores a través de 1.105 intervenciones puestas en marcha por 22 farmacias.

Luis Martínez, propietario de una farmacia rural situada en Tiriez, revela cada detalle de este proyecto: "Es un convenio de colaboración entre el Colegio de Farmacéuticos de Albacete y la Diputación, que ha destinado una partida para financiar el proyecto SPD". El objetivo de esta iniciativa "es conseguir que las personas del medio rural, sobre todo las personas mayores que tienen muchas patologías, tomen la medicación de forma correcta", explica Luis.

El SPD es muy parecido a un pastillero estándar, pero de un solo uso. "Tiene una parte de cartón y la otra es un blíster plástico con los huecos donde se deposita la medicación", relata este boticario, que afirma que este sistema permite a los pacientes tener mayor adherencia a su tratamiento. "Hay gente que toma entre 10 y 11 medicamentos diarios, en 3 o 4 tomas, y cada uno de ellos está metido en su caja, tal y como nosotros se lo dispensamos. Esta situación puede ser muy complicada para personas mayores, que no ven bien o no pueden manipular los medicamentos", explica.

Por ello, el farmacéutico prepara en el SPD la medicación de toda la semana. "Son 28 huequitos correctamente marcados por días y horarios, algo que ayuda mucho a los pacientes, ya que ellos simplemente localizan el hueco correspondiente y extraen la medicación", cuenta este farmacéutico rural quien asevera que "los pacientes están encantados con el SPD" y, aunque cada uno tiene su propia casuística, "sienten que este programa es una ayuda en su día a día".



Luis Martínez

"Estos servicios deberían ser remunerados por la Administración porque está demostrado que tienen un valor añadido en la atención del paciente".

Beneficioso para las farmacias rurales

Además de todas las ventajas que supone la inclusión del SPD para los pacientes mayores y polimedcados, este proyecto es beneficioso para las boticas rurales a nivel de viabilidad económica. Tal como cuenta Martínez, "la Diputación destina una partida para este servicio y paga a las farmacias por paciente y mes, algo que supone una buena ayuda para las boticas".

De hecho, para él, muchos de los servicios que se ofrecen desde la oficina

de farmacia, tales como seguimientos farmacoterapéuticos o indicaciones de medicamentos que no requieren receta médica, podrían remunerarse por parte de la Administración en los establecimientos farmacéuticos rurales para reforzar su viabilidad económica. "Simplemente, se trata de demostrar que lo que hacemos tiene un valor en la salud de la gente y que, por tanto, a la Administración le podría (o le debe) interesar que esto sea así", concluye.



Cristina García y Luis Martínez



Tengo el préstamo de la farmacia a tipo variable, ¿me interesa cambiarlo a tipo fijo?

Los organismos económicos internacionales plantean un escenario de subida de tipos de interés para los próximos meses.

A lo largo de los últimos meses hemos experimentado un rápido incremento de los tipos de interés. El Euribor -tipo de referencia de la mayoría de las financiaciones a tipo variable- se ha situado en positivo en abril después de varios años en valores negativos. Al mismo tiempo, el rendimiento del bono español a 10

años, que sirve como termómetro de los tipos de interés a largo plazo, se ha situado por encima del 2 %, su nivel más alto de la última década.

Las previsiones que manejan todos los organismos económicos internacionales plantean un escenario de subida de tipos para los próxi-

mos meses. La intensidad de estos incrementos, así como su duración en el tiempo dependerán principalmente de la evolución de la inflación, ya que se esperan subidas de tipos por parte de los bancos centrales para hacer frente a las tensiones inflacionarias.



Factores para tener en cuenta

Por lo tanto, a la hora de decidirse por hacer un cambio en este sentido hay que tener en cuenta una serie de factores:

-  **Diferencia entre el tipo variable que se paga actualmente y el tipo fijo que se va a pagar.** Por ejemplo, si ahora estoy pagando Euribor +1,50 y con el cambio paso a pagar un 2,25 % fijo, estaré pagando casi un 0,50 % más, al menos durante el primer año.
-  **Gastos de cancelación anticipada que tenga el préstamo actual,** así como gastos de constitución del nuevo préstamo.
-  **Plazo restante del préstamo.** Cuanto menos años nos quede de préstamo menos nos interesa cambiarlo, ya que tendrían que subir los tipos de interés de forma muy rápida e intensa para que nos compense por los gastos del cambio.

A la hora de decidirnos debemos tener en cuenta también la capacidad de la farmacia para hacer frente a las subidas de tipos de interés. Si el rendimiento que genera actualmente la farmacia nos da una capacidad de pago ajustada sería conveniente intentar cambiar la hipoteca a tipo fijo. Si la capacidad de pago es más holgada, la decisión dependerá de la aversión al riesgo del farmacéutico.

A la hora de decidirnos debemos tener en cuenta la capacidad de la farmacia para hacer frente a las subidas de tipos de interés.



Alejandro Pastrana

DONDE HAY UNA HERIDA, **CRISTALMINA**

Cristalmina desinfecta y **protege las heridas durante horas.**



Acción
antibacteriana



Cómoda
aplicación en spray



Ni pica
ni mancha

cristalmina[®]
Digluconato de clorhexidina 1%

Como si nada

 **Salvat**

NOMBRE DEL MEDICAMENTO: Cristalmina 10 mg/ml solución para pulverización cutánea. **COMPOSICIÓN CUALITATIVA Y CUANTITATIVA:** Cada ml de solución cutánea contiene 10 mg de digluconato de clorhexidina. Para consultar la lista completa de excipientes, ver sección Lista de excipientes. **FORMA FARMACÉUTICA:** Solución para pulverización cutánea. Solución transparente incolora o ligeramente amarillenta. **DATOS CLÍNICOS: Indicaciones terapéuticas:** Antiséptico de heridas y quemaduras leves de la piel. Antiséptico del ombligo en recién nacidos. **Posología y forma de administración: Posología:** Aplicar una o dos veces al día. No realizar más de dos aplicaciones diarias del producto. **Población pediátrica:** no se dispone de datos. **Forma de administración:** Uso cutáneo. Emplearse sin diluir. Limpiar y secar la herida antes de aplicar el medicamento. Aplicar directamente sobre la zona afectada o bien sobre una gasa. Dejar actuar y secar. **Contraindicaciones:** Hipersensibilidad al principio activo (digluconato de clorhexidina) o a alguno de los excipientes incluidos en la lista de excipientes. No utilizar en ojos ni oídos, ni en el interior de la boca u otras mucosas. **Advertencias y precauciones especiales de empleo:** Uso externo sobre la piel. No ingerir. En el caso de contacto accidental con ojos u oídos lavar inmediatamente con abundante agua. No debe utilizarse en caso de heridas profundas y extensas. Aunque la absorción de clorhexidina a través de la piel es mínima, no puede excluirse el riesgo de efectos sistémicos. Dichos efectos pueden favorecerse en caso de aplicaciones repetidas, por la utilización del producto sobre grandes superficies, con vendaje oclusivo, sobre piel lesionada y en mucosas. No debe utilizarse para la asepsia de zonas de punción o inyección, ni para la desinfección de material quirúrgico. Se debe retirar cualquier material empapado, gasas o pijamas antes de comenzar con la intervención. No usar elevadas cantidades y evitar que la solución se acumule en los pliegues de la piel, bajo el paciente o que empape las sábanas u otro material húmedo en contacto directo con el paciente. Cuando se aplique vendaje oclusivo a las zonas previamente expuestas a este medicamento, se debe tener especial cuidado de que no haya exceso de producto antes de colocar el vendaje. **Población pediátrica:** La utilización en niños menores de 30 meses se realizará exclusivamente bajo control médico. El uso de soluciones cutáneas de clorhexidina, de base alcohólica o acuosa, como desinfectante de la piel previo a procesos invasivos, se ha asociado con quemaduras químicas en neonatos. En base a los casos notificados y las publicaciones disponibles, el riesgo parece mayor en niños prematuros, especialmente en aquellos nacidos antes de la semana 32 de gestación y durante las primeras 2 semanas de vida. **Interacción con otros medicamentos y otras formas de interacción:** La acción de la clorhexidina se ve disminuida por pH alcalino, detergentes aniónicos y taninos: En general, teniendo en cuenta las posibles interferencias (antagonismo, inactivación, etc.) debe evitarse el empleo simultáneo o sucesivo de antisépticos, salvo con otros compuestos catiónicos. No debe usarse en combinación ni después de la aplicación de jabones aniónicos, yodo, sales de metales pesados y ácidos. **Población pediátrica:** Los estudios de interacciones se han realizado sólo en adultos. **Fertilidad, embarazo y lactancia:** No se han realizado estudios bien controlados en humanos, pero los estudios de reproducción en animales no han demostrado riesgo para el feto (Categoría B según la FDA). No hay datos o éstos son limitados relativos al uso de clorhexidina en mujeres embarazadas. Los estudios en animales no sugieren efectos perjudiciales directos ni indirectos en términos de toxicidad para la reproducción. Se desconoce si clorhexidina o alguno de sus metabolitos se excreta en la leche materna. Deberá tenerse en cuenta el posible riesgo de efectos sistémicos. **Efectos sobre la capacidad para conducir y utilizar máquinas.** La influencia de este medicamento sobre la capacidad para conducir y utilizar máquinas es nula o insignificante. **Reacciones adversas:** Trastornos de la piel y del tejido subcutáneo: Reacciones cutáneas de hipersensibilidad (frecuencia no conocida); Lesiones traumática, intoxicaciones y complicaciones de procedimientos terapéuticos: Quemaduras químicas en neonatos (frecuencia no conocida). **Notificación de sospechas de reacciones adversas:** Es importante notificar sospechas de reacciones adversas al medicamento tras su autorización. Ello permite una supervisión continuada de la relación beneficio/riesgo del medicamento. Se invita a los profesionales sanitarios a notificar las sospechas de reacciones adversas a través del Sistema Español de Farmacovigilancia de Medicamentos de Uso Humanos: <https://www.notificaram.es>. **Sobredosis:** En caso de ingestión accidental, proceder al lavado gástrico y protección de la mucosa digestiva. Se han descrito casos de hemólisis tras la ingestión de clorhexidina. En caso de hemólisis puede ser necesaria transfusión sanguínea. **DATOS FARMACÉUTICOS: Lista de excipientes:** Agua purificada. **Incompatibilidades:** La clorhexidina es incompatible con jabón y otros agentes detergentes aniónicos. Los agentes bloqueadores con hipoclorito pueden causar manchas de color pardo en tejidos previamente en contacto con clorhexidina. **Periodo de validez.** 3 años. **Precauciones especiales de conservación.** Conservar por debajo de 30°C. **Naturaleza y contenido del envase.** Frasco de vidrio provisto de válvula pulverizadora que se presenta en envase de 25 ml. Frasco de plástico (PET), provisto de válvula pulverizadora que se presenta en envase de 125 ml. **Precauciones especiales de eliminación y otras manipulaciones.** La eliminación del medicamento no utilizado y de todos los materiales que hayan estado en contacto con él, se realizará de acuerdo con la normativa local. Las ropas que hayan estado en contacto con este medicamento, no se lavarán con lejía ni otros hipocloritos pues se produciría una coloración parduzca en los tejidos, sino con detergentes domésticos a base de perborato sódico. **TITULAR DE LA AUTORIZACIÓN DE COMERCIALIZACIÓN:** Laboratorios Salvat, S.A., C/ Gall, 30-36, 08950 Esplugues de Llobregat (Barcelona). España. **NÚMERO(S) DE AUTORIZACIÓN DE COMERCIALIZACIÓN:** 61.109. **FECHA DE LA PRIMERA AUTORIZACIÓN/ RENOVACIÓN DE LA AUTORIZACIÓN:** 29 de abril de 1996 / 1 de abril de 2011. **FECHA DE LA REVISIÓN DEL TEXTO:** Noviembre 2017. La información detallada y actualizada de este medicamento está disponible en la página web de la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS) <https://www.aemps.es>. **CN:** 25 ml - 661250.7; 125 ml - 661251.4. **PVP S/IVA:** 25 ml - 6,24 €; 125 ml - 12,41 €. **PVP IVA:** 25 ml - 6,49 €; 125 ml - 12,91 €. **Medicamento no sujeto a prescripción médica.**



La adicción a las criptomonedas, un nuevo problema de salud

La especulación con criptomonedas tiene un alto potencial adictivo y se ha convertido en una nueva forma de ludopatía, siendo incluso más peligrosa que otros juegos.

Más de 4 millones de personas en España ya han invertido en criptomonedas, un dato que demuestra que cada vez más españoles especulan con esta criptomoneda con el fin de obtener el máximo rendimiento en el menor plazo.

Las promesas de grandes ganancias sin necesidad de una gran inversión y con poco esfuerzo atraen a mucha población, especialmente a los jóvenes, seducidos por una ilusión de triunfo fácil en un mercado al que es sencillo acceder y que funciona las

24 horas del día, cada día de la semana, desde cualquier dispositivo. Por ello, la especulación con criptomonedas tiene un alto potencial adictivo y se ha convertido en una nueva forma de ludopatía, siendo incluso más peligrosa que otros juegos.

¿Qué riesgos encierra?

Según informa la Asociación Centro Catalán de Adicciones Sociales, ACENCAS, la inversión en criptomonedas es una de las actividades que más preocupa, sobre todo por la accesibilidad total que tiene. Algo que ha provocado que el tiempo medio que se tarda en desarrollar una adicción se haya reducido debido a las facilidades que ofrece la tecnología. Asimismo, entraña aún más peligro que los juegos de azar ya que la especulación con criptomonedas se realiza desde el anonimato,

algo que no se tiene en las máquinas tragaperras o en los salones de juego.

Por otra parte, se vive un clima de aceptación y permisividad social sobre las criptomonedas y, en cierto modo, también se vincula a cierto nivel social y cultural, debido a que se mueve en el entorno financiero. Todos estos aspectos provocan que la inversión sea una actividad de riesgo y adrenalina que propicia la adicción.



¿Cómo identificar si es una adicción?

Al tratarse de un fenómeno muy reciente, la OMS no habla todavía de adicción, pero síntomas como la ansiedad, la depresión, el abandono de las relaciones sociales, estudios, trabajos o deudas son señales que aparecen en la vida de las personas adictas a las criptomonedas. Otros factores que deben alertar del problema son:

- ⦿ Falta de control: el individuo es incapaz de ponerse o mantener unos límites y las criptomonedas se convierten en el núcleo central de su vida.
- ⦿ Se esconde para invertir o no cuenta con el consentimiento de padres o familiares.
- ⦿ Emplea cada vez más tiempo y pone en riesgo más cantidades de dinero (incluso el que no tiene a través de préstamos).
- ⦿ No puede dejar de buscar ganancias rápidas a pesar de que en la mayoría de las veces pierde.

¿Cómo prevenirlo?

Desde el Colegio de Psicología de la Comunitat Valenciana aseguran que, para prevenir esta adicción, es fundamental que en los planes de drogodependencias se tenga en cuenta, y que se realicen campañas informativas.

¿Tiene tratamiento?

El tratamiento sigue las mismas pautas que las de la terapia de la ludopatía, sobre todo las indicadas para el juego *online*. Consta de un primer periodo de deshabitación, seguido de un proceso de rehabilitación en el que el paciente se plantea superar su dependencia psicológica y llevar una vida satisfactoria en ausencia de la dependencia.



Entrevista a Alfonso Berrocal,
presidente del Grupo Español
Multidisciplinar de Melanoma.

“El melanoma es el tumor
en el que la inmunoterapia
demuestra mayor eficacia”

El doctor y jefe de Sección de Oncología Médica en el Hospital General Universitario de Valencia detalla cómo identificar las señales que deben alertar sobre que una potencial lesión puede ser un melanoma.

Para hablar del melanoma debemos saber, en primer lugar, qué es exactamente...

El melanoma es un tumor maligno que se origina en una célula especializada en dar pigmento en la piel y en algún otro órgano.

¿Qué causas hay detrás del melanoma?

La mayor parte de las causas del melanoma son ambientales, de hecho, más del 90 % de los melanomas están relacionados con la radiación ultravioleta del sol. También es cierto que hay algunas familias que tienen una predisposición genética a desarrollar melanoma, pero representan el mínimo de los que vemos en la práctica clínica.

En España se diagnostican cerca de 6.000 casos al año. ¿Cuál es el perfil de persona que es más propensa a desarrollar este tipo de cáncer?

Hay unos factores de riesgo que fundamentalmente tienen que ver con las características de la piel del enfermo. Clasificamos la piel en seis grupos, que empiezan desde el fototipo uno: un colectivo muy predispuesto, que serían pacientes con la tez muy blanca, que siempre se queman en la exposición al sol y que tienen el pelo rojo. Hay diferentes fototipos que van creciendo en grado de protección a la exposición solar hasta el fototipo seis, que son pacientes con la piel y ojos muy oscuros, que son los que tienen un menor riesgo. Aparte de esas características de la piel están los factores hereditarios; el síndrome de nevus displásico se da en familias que tienen predisposición a tener el melanoma por causa genética.

¿En qué consiste la regla ABCD en el diagnóstico del melanoma?

Se trata de una regla nemotécnica para recordar cuáles son las señas

les que deben alertar a un enfermo sobre que su potencial lesión puede ser un melanoma. La A tiene que ver con la simetría de la lesión: las lesiones pigmentadas benignas de la piel suelen ser muy homogéneas, muy regulares y simétricas, mientras que el melanoma puede tener un crecimiento un poquito más desordenado.

La B hace referencia a los bordes; en las lesiones benignas suelen estar muy bien delimitados y perfectamente homogéneos, mientras que los de los melanomas suelen ser más irregulares, preci-

“Las inmunoterapias las asociamos con la supervivencia a largo plazo y las terapias dirigidas con la respuesta inmediata”.



Exploración de una paciente

“El melanoma es uno de los tumores más agresivos que podemos ver los oncólogos, por no decir que es el más agresivo de todos”.

hasta hace muy poquito, hasta el desarrollo de la inmunoterapia, el melanoma metastásico se consideraba una enfermedad letal con una supervivencia mediana de seis meses.

samente por el crecimiento que va teniendo entre las capas de la piel.

La C se refiere al color; los melanomas generalmente tienen heterocromía, es decir, mezclas de colores, hay zonas más oscuras, zonas más claras... Mientras que las lesiones con tendencia a ser benignas tienen un color bastante más uniforme.

Y, finalmente, la D tiene que ver con el diámetro; consideramos que una lesión es sospechosa cuando el diámetro es superior a los seis milímetros.

Hay algunos autores que añaden una letra adicional que es la E, de evolución, y que significa que con el tiempo la lesión vaya cambiando de tamaño o tenga alguna alteración adicional.

¿Por qué parece que la sociedad no es consciente de que el melanoma es un cáncer muy agresivo?

El melanoma es uno de los tumores más agresivos que podemos ver los oncólogos, por no decir que es el más agresivo de todos. Quizás no hay tanta conciencia social porque, afortunadamente, el melanoma avanzado, el que es dado a metástasis, es una enfermedad relativamente infrecuente que afecta a unas mil personas al año en España. Sin embargo,

Hoy en día, las cosas han cambiado y conocemos mutaciones del melanoma que han permitido desarrollar tratamientos farmacológicos dirigidos a estas mutaciones. Además, el melanoma es el tumor en el que la inmunoterapia demuestra mayor eficacia. Esto nos ha permitido cambiar ese panorama que teníamos en 2010 a los datos actuales, que son que la mitad de los pacientes están vivos a cinco años de seguimiento.

¿Cuáles son las principales vías en las que se investiga?

Tenemos dos grandes tratamientos para los pacientes con melanoma. Por una parte están las que llamamos terapias dirigidas; se trata de fármacos que van dirigidos a la presencia de una mutación y la bloquean. Existen tres grandes grupos de fármacos comercializados por tres laboratorios distintos que atacan una mutación muy frecuente en el melanoma. Estos fármacos son comprimidos que se toman por vía oral dando resultados extremadamente satisfactorios en el manejo de la enfermedad.

Por otra parte, para los pacientes que no tienen mutación o que, teniéndola, les ha fallado el tratamiento con terapias dirigidas, existe la inmunoterapia. La que manejamos en la actualidad está basada en los fármacos anti-PD-1. Solos o

en combinación con otra inmunoterapia, son tratamientos que se asocian a una muy baja incidencia de efectos secundarios y a unas respuestas un poquito inferiores a las de las terapias dirigidas. Pero los pacientes que responden tienen duraciones de respuesta extraordinariamente prolongada. Entonces, las inmunoterapias las asociamos básicamente con la supervivencia a largo plazo y las terapias dirigidas con la respuesta inmediata.

Por tanto, ¿podríamos decir que en cuanto a investigación las perspectivas son optimistas?

Sí, ahora mismo estamos en un techo terapéutico; podemos tener vivos a 5 años a la mitad de los pacientes pero lógicamente sigue habiendo un 50 % de pacientes para los que no lo conseguimos y que son el objeto de casi todas las investigaciones actuales. Se trata de buscar nuevos fármacos o combinaciones para esos pacientes que se escapan a los tratamientos convencionales que tenemos ahora.

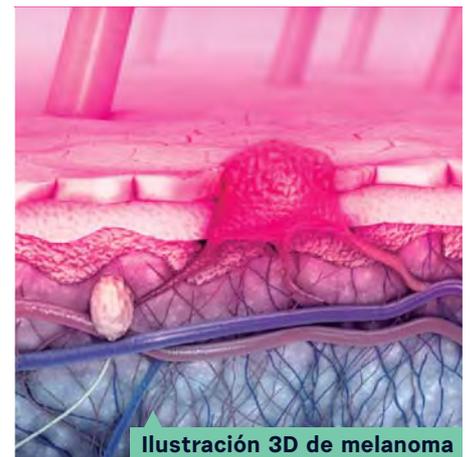


Ilustración 3D de melanoma

“Se trata de buscar nuevos fármacos o combinaciones para esos pacientes que se escapan a los tratamientos convencionales”.



Colombia acogerá un nuevo *Hub* Logístico Sanitario a finales de año

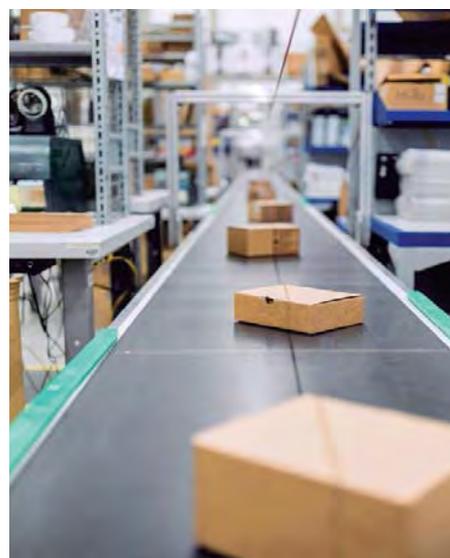
La experiencia de Cofares se ha aplicado en el nuevo *Hub* Logístico Sanitario de Bogotá que suministrará medicamentos y productos sanitarios a más de 50 millones de personas.

A finales de año Bogotá (Colombia) acogerá un nuevo *Hub* Logístico Sanitario, iniciativa de Audifarma, destinado a la distribución de medicamentos y productos sanitarios que llegará a más de 50 millones de personas.

Gracias a su creación, se prepararán casi un millón de pedidos al año y se repartirán más de 3.000 millones de dosis, lo que se traduce en 40 millones de kilos de productos sanitarios distribuidos con transportes propios. Y es que su construcción supondrá un crecimiento exponencial del servicio a

domicilio en Colombia con cifras cercanas a los 500.000 envíos mensuales y la creación en de más de 1.000 nuevos empleos.

Audifarma es la compañía de distribución sanitaria líder en Colombia dentro del ámbito institucional. Entre sus principales propósitos, se encuentran aumentar las experiencias positivas de los grupos de interés gracias a procesos ágiles y simples; potenciar la transformación digital en el ámbito sanitario; y acompañar a las personas en el camino hacia su bienestar proporcionando todo tipo de productos.



Cofares y su labor de mentoría

Para lograr crear este pulmón logístico, Audifarma ha contado con la experiencia de Cofares, organización líder de productos de salud en España en base a la última innovación tecnológica. Aparte de los proyectos nacionales, Cofares se ha convertido de facto en una organización mentora a nivel internacional y, actualmente, colabora con los principales actores de logística y distribución farmacéutica de Europa, Asia y Latinoamérica, principalmente compartiendo información sobre casos de éxito en distribución farmacéutica.

A este nuevo gran centro nacional en Bogotá se suma la zona de distribución de carga de importación en las instalaciones del Aeropuerto Mariscal Sucre de Tababela, en Quito (Ecuador), que Cofares Proyectos inauguró en 2021. En concreto, se trata de una zona de desconsolidación de la mercancía aérea de entrada al país por el aeropuerto, que consta de dos fases más que se realizarán entre 2022 y 2023. Entre otros productos, llegan vacunas, productos hospitalarios, medicamentos, productos tecnológicos importados por Ecuador, productos industriales, alimenticios, textiles, animales, etc.



Nuevo Hub Logístico Sanitario en Bogotá, en proceso de construcción



Nueva zona de distribución de carga de importación del aeropuerto de Quito



Objetivo: el mínimo esfuerzo



Emuliquen® Simple



Emuliquen® Laxante



La **parafina líquida emulsionada** reblandece y lubrica las heces, facilitando una evacuación suave y con menos esfuerzos. Por ello resulta especialmente aconsejable para personas con hemorroides u otras patologías de ano y recto.

La combinación de **parafina líquida emulsionada** y **picosulfato de sodio**, lubrica las heces y estimula el movimiento del intestino, reforzando el hábito natural de la defecación.

Emulsión oral	Para adultos y niños mayores de 6 años
Emulsión oral en sobre	Para adultos y adolescentes mayores de 12 años

Emulsión oral	Para adultos y adolescentes mayores de 12 años
Emulsión oral en sobre	Para adultos

Alivio sintomático del estreñimiento ocasional

- Lea las instrucciones de este medicamento y consulte a su farmacéutico.
- No utilizar más de 6 días seguidos sin consultar al médico.
- Para consultar ficha técnica https://cima.aemps.es/cima/dochtml/ft/16678/FT_16678.html



LAINCO, s.a.

Avda. Bizet, 8-12, 08191 - RUBI (Barcelona) - www.lainco.es



Bienestar físico y emocional, ¿qué va primero?

La salud es un estado completo de bienestar físico, mental y social; por esta razón resulta clave trabajar los buenos hábitos para conseguir el ansiado equilibrio.

El interés por la salud física y el bienestar mental es una cuestión que preocupa desde el inicio de las civilizaciones. Quizás una de las expresiones latinas más repetidas durante siglos ha sido 'mens sana in corpore sano', una proclamación de la necesidad de tener un todo conectado. Los estudios han demostrado que practicar alguna actividad física ayuda a nivel cognitivo y cerebral y, a su vez, contribuye a despejar la mente, reduce el estrés, mejora la autoestima, etc.

Desde la botica, podemos hacer una revisión rápida de los diferentes niveles de atención farmacéutica relacionados con la salud mental.

❖ ¿De qué factores depende la salud?

El aumento de la esperanza de vida ha ido de la mano del predominio de patologías crónicas como el cáncer, la enfermedad cardiovascular, la diabetes... Patologías muy relacionadas con los estilos de vida, el tipo de alimentación, el sedentarismo, el estrés y el consumo de tabaco y alcohol. El objetivo de los grandes organismos de la salud es actuar en la prevención propiciando

hábitos saludables que potencien la alimentación equilibrada, la actividad física y el abandono de sustancias tóxicas. De igual manera, se deben dar herramientas para reducir el estrés, una sensación bastante común en nuestro día a día, que propicia conductas adictivas como el consumo de tabaco y alcohol y también cambios en los hábitos saludables.

Por esta razón, para mejorar el bienestar emocional es necesario cambiar el estilo de vida actual y hacerlo más saludable, algo que podemos transmitir a nuestros pacientes desde la farmacia, apostando por programas multidisciplinarios con el resto de personal sanitario sobre prevención y mejoras de la salud, sobre todo, de los grupos más vulnerables.



❖ El papel de las emociones en la salud

Las emociones positivas tienden a potenciar la salud tanto física como mental mientras que las emociones negativas tienden a disminuirla. Existe una relación directa entre los niveles de emociones negativas y los síntomas de la enfermedad física, de manera que cuando aumenta la ansiedad, la ira o la depresión, empeoran los síntomas físicos. No obstante, cada persona reacciona y siente de una manera diferente las situaciones que le tocan vivir: algunas responden al estrés con dolores de cabeza o problemas digestivos, otras no pueden dejar de preocuparse o darle vueltas a un asunto e, incluso, hay quien manifiesta problemas conductuales como el consumo de determinadas sustancias.

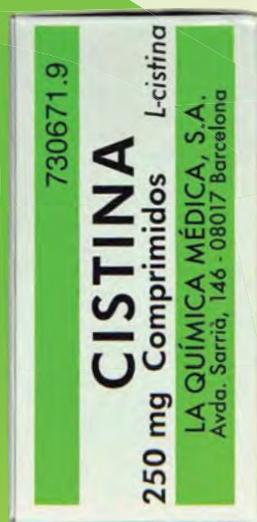
En resumen, como explica la Constitución de la OMS, "la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades". Desde la botica, podemos hacer una revisión rápida de los diferentes niveles de atención farmacéutica relacionados con la salud mental, mostrando una actitud de acompañamiento y escucha activa, y ofreciendo una atención más humana y empática. Podemos hacer también colaboraciones con gabinetes de psicología y centros de actividades como yoga, meditación y terapias de grupo. De esta forma, tendremos la posibilidad de ofrecer a nuestros pacientes opciones completas que vayan más allá de una receta o un medicamento.



Fuentes:

- 'Bienestar emocional. Emociones y salud'. Ministerio de Sanidad. <https://bemocion.sanidad.gob.es/emocionEstres/emociones/consecuencias/emocionesSalud/home.htm>
- '¿De qué factores depende la salud?'. Ministerio de Sanidad. <https://bemocion.sanidad.gob.es/bemocionSalud/introduccion/home.htm>
- 'Salud mental. Fortalecer nuestra respuesta'. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- 'Día Mundial de la Salud, en tributo a los farmacéuticos'. Colegio Oficial de Farmacéuticos de Madrid. <https://blog.cofm.es/dia-mundial-de-la-salud-dedicado-a-los-mayores/>

CISTINA 250mg comprimidos

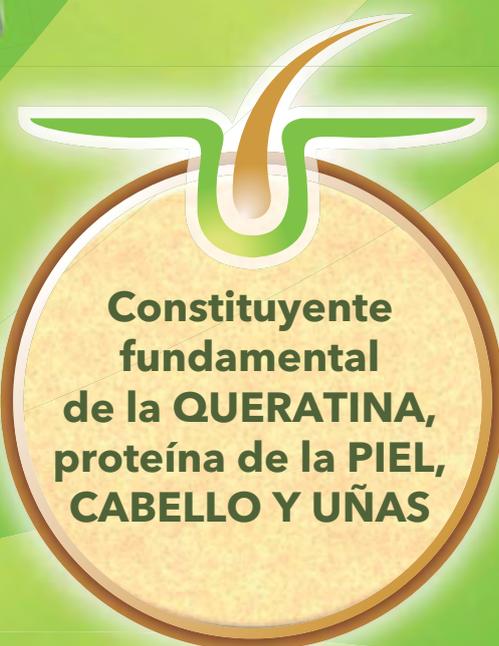


Sin gluten ni lactosa

Tomar durante las comidas

Por su condición de MEDICAMENTO:

- Fabricación bajo estricta normativa GMP
- Cumple ICH Q3D de Impurezas Elementales
- API cumple Farmacopea Europea



CISTINA 250mg comprimidos

1. NOMBRE DEL MEDICAMENTO: Cistina 250 mg Comprimidos **2. COMPOSICIÓN CUALITATIVA Y CUANTITATIVA:** Cada comprimido contiene: L-cistina 250 mg. Excipientes con efecto conocido: Almidón de maíz y sacarosa, 32,5 mg. Para consultar la lista completa de excipientes ver sección 6.1. **3. FORMA FARMACÉUTICA:** Comprimidos. Comprimidos blancos biconvexos. **4. DATOS CLÍNICOS:** **4.1 Indicaciones terapéuticas:** Tratamiento de déficit de cistina (constituyente de la queratina), que podría manifestarse con caída del cabello y/o fragilidad de las uñas, causado por dietas desequilibradas o restrictivas (adelgazamiento, vegetarianas, etc.). Está indicado en adultos y adolescentes mayores de 14 años. **4.2 Posología y forma de administración:** Posología: Adultos mayores de 14 años: de 4 a 6 comprimidos diarios, repartidos entre las 3 comidas. Población pediátrica: No se ha establecido la seguridad y eficacia de Cistina Comprimidos en niños menores de 14 años. Forma de administración: Vía oral. Ingerir los comprimidos durante las comidas con una cantidad suficiente de agua. Si los síntomas empeoran o si persisten después de 15-30 días de tratamiento, debe reevaluarse la situación clínica. **4.3 Contraindicaciones:** Hipersensibilidad al principio activo o a alguno de los excipientes incluidos en la sección 6.1. Pacientes con cistinosis. **4.4 Advertencias y precauciones especiales de empleo:** Se requiere precaución en caso de trastornos en la absorción o eliminación de cistina (ej., cistinuria). Interferencias con pruebas analíticas: Este medicamento contiene un principio activo que pueden producir alteraciones en los resultados de pruebas analíticas. Podría producir resultados falsos positivos en el test de nitroprusiato de sodio para cuerpos cetónicos usado en diabetes y sospecha de lesión hepatocelular. Advertencias sobre excipientes: Este medicamento contiene sacarosa. Los pacientes con intolerancia hereditaria a la fructosa, malabsorción de glucosa o galactosa, o insuficiencia de sacarasa-isomaltasa, no deben tomar este medicamento. **4.5 Interacción con otros medicamentos y otras formas de interacción:** No se han realizado estudios de interacciones. **4.6 Fertilidad, embarazo y lactancia:** Embarazo: No hay datos relativos al uso de L-cistina en mujeres embarazadas. Sin embargo, se conoce que existe una transferencia materno-filial. Los estudios realizados en animales son insuficientes en términos de toxicidad para la reproducción (ver sección 5.3). Como medida de precaución, es preferible evitar el uso de Cistina Comprimidos en mujeres embarazadas. Lactancia: Se desconoce si L-cistina se excreta en la leche materna. No se puede excluir el riesgo en recién nacidos/niños. Como medida de precaución, es preferible evitar el uso de Cistina Comprimidos en mujeres en período de lactancia. **4.7 Efectos sobre la capacidad para conducir y utilizar máquinas:** La influencia de Cistina Comprimidos sobre la capacidad para conducir y utilizar máquinas es nula o insignificante. **4.8 Reacciones adversas:** Durante el período de utilización de este medicamento no se han descrito reacciones adversas. Notificación de sospechas de reacciones adversas: Es importante notificar sospechas de reacciones adversas al medicamento tras su autorización. Ello permite una supervisión continuada de la relación beneficio/riesgo del medicamento. Se invita a los profesionales sanitarios a notificar las sospechas de reacciones adversas a través del Sistema Español de Farmacovigilancia de Medicamentos de Uso Humano. www.notificaram.es. **4.9 Sobre dosis:** Aunque no se tiene constancia de casos de intoxicación, en caso de producirse se instaurará tratamiento sintomático. **5. PROPIEDADES FARMACOLÓGICAS:** Ver ficha técnica completa. **6. DATOS FARMACÉUTICOS:** **6.1 Lista de excipientes:** Almidón de maíz, Sacarosa, Talco. **6.2 Incompatibilidades:** No procede. **6.3 Período de validez:** 5 años. **6.4 Precauciones especiales de conservación:** No requiere condiciones especiales de conservación. **6.5 Naturaleza y contenido del envase:** Envase de comprimidos blanco de plástico (polipropileno) con tapón de polietileno de baja densidad. Envase con 40 comprimidos. **6.6 Precauciones especiales de eliminación y otras manipulaciones:** Ninguna especial. La eliminación del medicamento no utilizado y de todos los materiales que hayan estado en contacto con él, se realizará de acuerdo con la normativa local. **7. TITULAR DE LA AUTORIZACIÓN DE COMERCIALIZACIÓN:** LA QUÍMICA MÉDICA, S.A. Avda. de Sarrià 146-148, 08017 Barcelona Tel: 932032151. **8. NÚMERO DE AUTORIZACIÓN DE COMERCIALIZACIÓN:** 32.621 9. **FECHA DE LA PRIMERA AUTORIZACIÓN/RENOVACIÓN DE LA AUTORIZACIÓN:** Sept.1959/ Sept. 2009 **10. FECHA DE LA ELABORACIÓN DEL TEXTO:** Febrero 2022 **11. PRESENTACIÓN Y PRECIO:** ENVASE CON 40 COMPRIMIDOS, PVP IVA: 8,40 € **12. CONDICIONES DE PRESCRIPCIÓN Y DISPENSACIÓN:** MEDICAMENTO NO SUJETO A PRESCRIPCIÓN MÉDICA. NO INCLUIDO EN LA OFERTA DEL SISTEMA NACIONAL DE SALUD.

LA QUÍMICA MÉDICA, S.A



Cuidados de la piel y los ojos: la importancia de la fotoprotección



Ante el incremento de las horas de sol, es fundamental que recordemos a nuestros pacientes la importancia de adoptar medidas destinadas a protegerse.

Se acerca el verano y con él llegan muchas más horas de luz solar diarias. Por ello, desde la farmacia comunitaria se puede aconsejar y hacer hincapié en la importancia de la fotoprotección a la hora de estar más expuestos al sol.

En relación con la población adulta, los farmacéuticos reciben cada vez más consultas acerca de la sospecha y peligrosidad de manchas y lunares, cumpliendo un papel crucial en la detección y cribado de problemas derivados de la exposición solar. A esto hay que añadir que desde la farmacia comunitaria se puede ofrecer consejo profesional en lo que concierne a

la protección de la zona de los ojos y de la piel en general.¹

Así, las recomendaciones para los ojos pueden ser las siguientes: utilizar gafas de sol con filtros UV homologados, llevar una alimentación saludable en la que, si fuera necesario, se utilicen suplementos nutricionales que ayuden a mejorar el estado de los ojos, hidratarlos frecuentemente y realizar revisiones periódicas.¹

Para la piel, se puede advertir a los pacientes que algunos medicamentos son fotosensibilizantes, como por ejemplo los antiacnéicos, antihistamínicos, anticonceptivos orales,

antidepresivos, diuréticos o benzodiazepinas, entre otros. En España existen más de 190 principios activos fotosensibilizantes. Toda esta información puede ser consultada en BOT PLUS, la Base de Datos de Información Sanitaria, para la consulta de información homogénea y actualizada relativa a medicamentos, productos de parafarmacia, enfermedades e interacciones.¹

A su vez, se debe incidir en la importancia de la hidratación oral (mínimo 2 litros de líquido al día) en ancianos por el elevado riesgo de deshidratación en los meses de mayor intensidad de sol.

Cosméticos y alimentación

Por supuesto, debemos recomendar el uso de cosméticos por vía tópica que sirvan para la fotoprotección, los cuales deben ser seguros, proteger frente a los daños a corto (eritema) y largo plazo (prevención de cáncer cutáneo fotodermatosis y fotoenvejecimiento), y cubrir un amplio espectro frente a radiaciones UVB, UVA, IR-A y luz visible.¹

También se pueden dar consejos a nivel de alimentación, sugiriendo el consumo de productos frescos: frutas, verduras, así como aceites de calidad, carnes magras y pescados. Sería interesante valorar el aporte de compuestos fenólicos no flavonoides como el resveratrol (piel y en mayor proporción en semilla de uva roja, moras y frambuesas).

Por último, en el caso de los ancianos, debemos recordar que a medida que avanza la edad se produce una mayor pérdida de masa muscular y deterioro de la función inmune relacionada con un menor aporte proteico, por lo que es recomendable que consuman alimentos con alto contenido en proteínas.¹

Fuentes:

- ¹ Campaña de fotoprotección 2021. Consejo general de Colegio de Farmacéuticos. 2021. Vocabla Nacional de dermofarmacia, alimentación, óptica oftálmica.

Guillermo Pascual Delgado
Registro y Desarrollo de Productos
(Dirección Técnica y Calidad)

Cualquier duda o la aportación de bibliografía, puede realizarse al Departamento de Registros, dirección técnica de Cofares, en el número de Tf.: 91 740 87 00

OLVIDA LA INTOLERANCIA A LA LACTOSA

ES HORA
DE DISFRUTAR



**DESCUBRE
LA GAMA NUTIRA**



Nº 1 EN VENTAS *

Recomendado por:



nutira.es



*Datos IQVIA TAM Enero 2022.
Productos a base de lactasa.

Complemento alimenticio. No superar la dosis diaria expresamente recomendada. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustituto de una dieta equilibrada y un estilo de vida saludable. Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños.





Consecuencias del estreñimiento y cómo evitarlo

Los cambios de rutina que se producen en verano favorecen la aparición de esta patología que puede llegar a causar importantes problemas de salud.

El estreñimiento es una patología muy frecuente en nuestra sociedad. Tanto es así que llega incluso a estar normalizada y quien la padece la ve como algo muy común. Pero lo cierto es que puede ser causante de otras muchas enfermedades.

Cabe destacar que es más frecuente en mujeres, presentando más del doble de casos que en hombres y situándose entre el 12-20 % de la población. Además, va aumentando con los años llegando casi al 50 % en ancianos.

La Fundación Española de Aparato Digestivo (FEAD) define el estreñimiento como aquella situación en la que una persona presenta menos de tres deposiciones a la semana, coincidiendo con presencia de heces duras, de escasa cuantía y más secas.

Así, en un estreñimiento crónico, la microbiota intestinal se encuentra alterada, ya que las toxinas no se eliminan correctamente y esa alteración puede afectar a nuestro sistema inmune que es el que nos defiende ante cualquier patógeno. Además, se puede producir dolor abdominal, diverticulosis y diverticulitis.

¿Qué lo origina?

Las causas del estreñimiento están relacionadas con:

- Ser adulto y mujer
- Estar deshidratado
- Seguir un inadecuado estilo de vida en el que se consuman alimentos con poca fibra, tanto soluble como insoluble, se beba poca agua y se realiza una escasa actividad física
- Tomar ciertos medicamentos, sedantes, analgésicos opioides, algunos antidepresivos, antihipertensivos, o hierro
- Tener una enfermedad mental, como depresión o un trastorno de la alimentación
- Que sea verano



Ensalada de quinoa

→ Ingredientes:

- ✓ 150 g de quinoa
- ✓ 100 g de tomates cherry
- ✓ Medio aguacate grande
- ✓ Media cebolla
- ✓ Unas hojas de cilantro
- ✓ Queso feta
- ✓ Aceite y limón

→ Elaboración:

- Lavar muy bien la quinoa. Es importante para eliminar una sustancia llamada saponina, un antinutriente que no eliminamos con la cocción.
- Poner en la sartén una cucharada de aceite y saltear la quinoa. De esta manera sacaremos un sabor a nuez muy agradable.
- Añadir el doble de agua que de quinoa y cocinar durante 15-20 minutos hasta que se seque.
- Partir el aguacate y la cebolla en cuadraditos y los tomates cherry por la mitad.



- Poner el cilantro, dos cucharadas de buen aceite de oliva y medio limón exprimido, y remover toda la ensalada.
- En el momento de servir añadir el queso feta al gusto.

¿Pero qué pasa en verano?

En la época estival aparecen los estreñimientos ocasionales, ya que el organismo está acostumbrado a una rutina diaria (trabajo, niños, deporte...) en la que seguimos unos hábitos alimentarios concretos y ahora, de repente, alteramos ese ritmo habitual (nos levantamos más tarde, comemos fuera de casa y no dormimos en nuestra cama).

Igual que nosotros necesitamos un período de adaptación cuando se producen cambios en nuestra vida cotidiana, nuestro intestino también. Es lógico que el organismo necesite acostumbrarse al trajín vacacional y es por eso por lo que, durante esta fase adaptativa, se produce un cambio en la regularidad deposicional.

Para prevenir el estreñimiento hay factores que no son modificables como la edad o el sexo, pero en cambio hay otras cosas que sí podemos hacer como, por ejemplo:



Incluir más fibra en la alimentación tanto soluble como insoluble



Aumentar la ingesta de líquidos (agua, zumos, caldos)



Realizar ejercicio físico todos los días



Intentar tener rutinas



En vacaciones escuchar el cuerpo e ir al baño cuando vengan las ganas. Retener las heces lo único que hace es que se resequen y cueste más eliminarlas

Por último, hay que evitar tomar laxantes de manera continuada para recurrir, en su lugar, a productos farmacéuticos más naturales como probióticos o fibras insolubles.

M^a Dolores Moreno



Un escaparate con un toque veraniego

Llega ya el verano y, con él, los preparativos de las vacaciones. Es buen momento, por tanto, para darle a tu escaparate ese toque veraniego que nos invita a disfrutar del tiempo libre pero, eso sí, sin dejar de cuidarnos.

Protección solar: playa, montaña, piscina o simplemente caminar por la calle... Los protectores solares son siempre indispensables en esta época del año y deben ocupar un lugar destacado en tu escaparate.



Gafas de sol: del mismo modo que cuidamos nuestra piel de los rayos solares, es fundamental proteger también nuestros ojos. Así que dale en tu escaparate especial visibilidad a la colección de gafas de sol, un artículo que es mucho más que un simple complemento de moda.



Ejercicio físico: las temperaturas más cálidas favorecen la práctica de ejercicio al aire libre. Además de concienciar sobre la necesidad de la fotoprotección, podemos también visibilizar en el escaparate y lineales aquellos productos adecuados para nuestros pacientes más deportistas. Complementos alimenticios para cuidar huesos y músculos, o las familias de productos para el alivio de lesiones deportivas, son solo algunos de ellos.



Oportunidad de venta cruzada

Nuestro consejo experto como profesional sanitario es parte del valor añadido que podemos ofrecer a los pacientes desde el mostrador de la farmacia. Por ello, no dudes en asesorarles en todo lo que consideres necesario para favorecer su salud y bienestar.

Tratamiento despigmentante y protector solar: la exposición al sol es la causa número uno de la hiperpigmentación, ya que es la radiación solar la que activa, en primera instancia, la producción de melanina.



Cuando un paciente está recibiendo un tratamiento despigmentante para eliminar las manchas de la piel, le recomendaremos también la utilización de un protector solar para prevenir su reaparición. Eso sí, es importante que su uso sea de manera indefinida y no únicamente hasta que desaparezcan las manchas.

Pérdida de peso y recuperador muscular: un paciente que está intentando perder peso y solicita sustitutos de comidas se encontrará en una situación de déficit calórico y no podrá recuperar sus músculos después de realizar ejercicio, de la misma forma que lo haría con un aporte calórico normal.



Por eso, un aporte extra de aminoácidos, como es la glutamina, puede ser muy beneficioso para la recuperación de los músculos. Es clave indicar que los sustitutos alimenticios pueden ser de gran ayuda, pero que no hay que dejar de lado una dieta variada y equilibrada, aunque se pretenda bajar de peso.

Eduardo Pastor defiende ante la RANF el valor estratégico de la distribución farmacéutica

El presidente de Cofares aboga por una Europa de la salud con stocks de emergencia garantizados y el respaldo de 200.000 oficinas de farmacia conectadas en favor del cuidado de las personas.

Cofares ha sido galardonada por la Real Academia Nacional de Farmacia (RANF) en reconocimiento a la labor realizada durante la pandemia de la COVID-19, en la que, a pesar de las circunstancias, ha seguido garantizando en todo momento el abastecimiento de los fármacos y productos sanitarios, asumiendo incrementos de la demanda superiores al 30 %.

La entrega de este galardón se ha llevado a cabo en un acto en el que también se ha celebrado una mesa redonda organizada con motivo de la Cátedra RANF/Cofares a través de la cual ambas entidades desarrollan una cooperación científico-tecnológica por una farmacia de salud integral.

Durante el acto, Eduardo Pastor, presidente de Cofares, ha hablado sobre la "Distribución farmacéutica española: un modelo robusto antes y después de la pandemia" y ha expuesto la necesidad de potenciar la atención farmacéutica y promover servicios de prevención y autocuidado que aporten beneficios a los



pacientes, de tal modo que supongan, a largo plazo, un alivio para el sistema de protección social.

"La farmacia y la distribución farmacéutica tienen ahora la oportunidad de potenciar la atención farmacéutica y promover servicios de prevención y autocuidado que aporten beneficios a los pacientes y, a largo plazo, supongan un alivio para el sistema de protección social", ha señalado Pastor.

El foco en la prevención

Al margen de la gestión llevada a cabo durante la crisis, el presidente de Cofares ha subrayado que "nos hemos dado cuenta de que nuestra labor de servicio va un paso más allá, nos hemos convertido de facto en una suerte de termómetro preciso y fiable sobre el comportamiento y los hábitos de millones de ciudadanos, una información que directamente nos posiciona como parte fundamental de la ciencia del dato".

Cofares aboga por la humanización de la tecnología para avanzar hacia una salud más inclusiva

La sede de la Cooperativa acoge la gala de los VI Premios SaluDigital del Grupo Mediforum, en la que Eduardo Pastor ha identificado como reto la capacitación digital la sociedad.

El presidente del Grupo Cofares, Eduardo Pastor, ha abogado por la tecnología como palanca de cambio y elemento vertebrador, acompañada siempre de talento y personas con el fin de enriquecer y contribuir en una salud más inclusiva y participativa.

Lo ha hecho durante su intervención en la inauguración de la gala de los VI Premios SaluDigital del Grupo Mediforum, en la que ha identificado como reto la capacitación digital la sociedad, al destacar que un 43 % de las personas no cuentan con las habilidades tecnológicas básicas.

A su juicio, "las farmacias son grandes aliadas en esta materia y, en este nuevo escenario, también las organizaciones y

sus líderes necesitan capacitaciones para gestionar este nuevo entorno".

"La tecnología está siendo determinante para repensar el nuevo universo de cuidados, y traerá consigo diagnósticos más punteros, se incrementará el uso de la telemedicina y el Big Data, el cual nos anticipará hechos relevantes que tendrán en cuenta las administraciones sanitario y pacientes", ha apuntado.

Por otra parte, Pastor ha agradecido ante la presencia del consejero de la Comunidad de Madrid, Enrique Ruiz Escudero, el proyecto de Ley de Farmacia de la región madrileña. "Es una ley con mayúsculas que se va a convertir en una inspiración para

las comunidades y que ayudará a las farmacias madrileñas y, por supuesto, a las personas", ha subrayado.



Eduardo Pastor

NUEVO



cantabria labs

Ivercare

3mg comprimidos EFG. Ivermectina

Simplifica el tratamiento

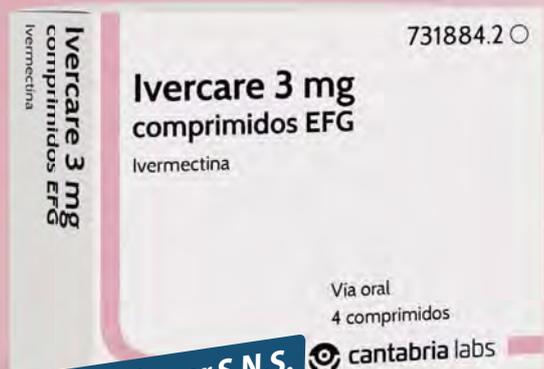
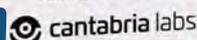
Con el care de
Cantabria Labs

Tratamiento de
PRIMERA LÍNEA¹
de la SARNA

- ✓ Administración sencilla y cómoda^{2,3}
- ✓ Favorece el cumplimiento terapéutico⁴

VÍA ORAL⁵

Financiado por S.N.S.



MÁS FÁCIL



MÁS CÓMODO



MAYOR
ADHERENCIA

La Ivermectina es el **1er REFERENTE VÍA ORAL** avalado por presentar²:

MUY BUEN PERFIL DE SEGURIDAD⁶ • ALTA TOLERANCIA² • Prácticamente SIN FRACASO TERAPÉUTICO²

Posología⁵

Una única dosis oral de 200 µg de Ivermectina por cada kilogramo de peso corporal

En la sarna clásica, se recomienda administrar una segunda dosis tras 7 días, ya que la Ivermectina no presenta acción ovicida^{7,8}

IVERCARE
1 comprimido = 15Kg
peso corporal

Número de comprimidos de 3mg (dosis) en función del peso corporal

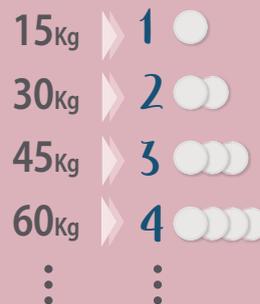


Tabla construida según Ficha Técnica a partir de la posología de Ivercare

IVERCARE EFG 3mg 4 comprimidos⁹ C.N 731884.2 PVP IVA = 17,48€

Referencias

- Rosumeck S, Nast A, Dressler C. Ivermectin and permethrin for treating scabies. *Cochrane Database Syst Rev.* 2018 Apr 2;4(4):CD012994. doi: 10.1002/14651858.CD012994. PMID: 29608022; PMCID: PMC6494415;
- JG Dorado et al. Sarna, pediculosis y picaduras de insectos. *Pediatr Integral* 2012; XVII(4): 301-320 [Consultado el 7/03/2022]. Disponible en: <https://www.pediatrintegral.es/numeros-antiores/publicacion-2012-05/sarna-pediculosis-y-picaduras-de-insectos/>;
- Thomas C, Coates SJ, Engelman D, Chosidow O, Chang AY, Part I - Ectoparasites: Scabies, *Journal of the American Academy of Dermatology* (2019), doi: <https://doi.org/10.1016/j.jaad.2019.05.109>
- Jittamala, Podjaneet et al. "A systematic review and an individual patient data meta-analysis of ivermectin use in children weighing less than fifteen kilograms: Is it time to reconsider the current contraindication?" *PLoS neglected tropical diseases vol. 15,3* e0009144. 17 Mar. 2021, doi:10.1371/journal.pntd.0009144
- Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS) [Internet]. Madrid: Ficha Técnica de Ivercare 3 mg comprimidos EFG [Consultado el 4/05/2022]. Disponible en: https://cima.aemps.es/cima/pdfs/es/ft/86297/FT_86297.pdf
- Lobo Y, Wheller L. A narrative review of the roles of topical permethrin and oral ivermectin in the management of infantile scabies. *Australas J Dermatol.* 2021 Aug;62(3):267-277. doi: 10.1111/ajd.13654. Epub 2021 Jun 29. PMID: 34184244;
- Thomas C, Coates SJ, Engelman D, Chosidow O, Chang AY, Part I - Ectoparasites: Scabies, *Journal of the American Academy of Dermatology* (2019), doi: <https://doi.org/10.1016/j.jaad.2019.05.109>;
- Gowtham S, Karthikeyan K. Wonder drug for worms: A review of three decades of ivermectin use in dermatology. *Indian J Dermatol Venereol Leprol.* 2019 Nov-Dec;85(6):674-678. doi: 10.4103/ijdv.IJDVL_840_18. PMID: 31552839;
- Nomenclator. Ministerio de Sanidad [Revisado el 7/03/2022]. Disponible en: Ministerio de Sanidad - Profesionales de la Salud - Nomenclator.

NOMBRE DEL MEDICAMENTO Ivercare 3 mg comprimidos EFG. **COMPOSICIÓN CUALITATIVA Y CUANTITATIVA:** Cada comprimido contiene 3 mg de ivermectina. Para ver la lista completa de excipientes, consulte la sección 6.1. **FORMA FARMACÉUTICA:** Comprimido. Comprimidos blancos y redondos sin marcar de aproximadamente 5 mm de diámetro. **DATOS CLÍNICOS:** **Indicaciones terapéuticas:** Tratamiento de estrogiloidosis gastrointestinal (anguiluliasis), tratamiento de presunta microfilaremia o microfilaremia diagnosticada en pacientes con filariosis linfática debido a *Wuchereria bancrofti*, Tratamiento de sarna sarcóptica humana. El tratamiento está justificado en casos en los que la sarna se haya diagnosticado clínicamente y/o mediante exploración parasitológica. Sin un diagnóstico oficial, el tratamiento no está justificado en casos de prurito. Deben tenerse en cuenta las recomendaciones oficiales sobre el uso adecuado de agentes antiparasitarios. Normalmente, las recomendaciones oficiales serán aquellas elaboradas por las autoridades sanitarias y por la OMS. **Posología y forma de administración:** **Tratamiento de estrogiloidosis gastrointestinal (anguiluliasis).** La posología recomendada es una única dosis oral de 200 microgramos de ivermectina por cada kilogramo del peso corporal. Para una mayor orientación, la dosis apropiada según el peso del paciente es la siguiente:

PESO CORPORAL (kg)	DOSIS (número de comprimidos de 3 mg)
de 15 a 24	una
de 25 a 35	dos
de 36 a 50	tres
de 51 a 65	cuatro
de 66 a 79	cinco
≥ 80	seis

Tratamiento de microfilaremia causada por *Wuchereria bancrofti*: La posología recomendada para la distribución masiva del tratamiento de microfilaremia causada por *Wuchereria bancrofti* es una única dosis oral cada 6 meses, diseñada para suministrar aproximadamente entre 150 y 200 µg/kg de peso corporal. En zonas endémicas en las que el tratamiento solo puede administrarse una vez cada 12 meses, la posología recomendada es de entre 300 y 400 µg/kg del peso corporal, con el fin de mantener una supresión adecuada de la microfilaremia en los pacientes que reciben el tratamiento. Para una mayor orientación, la dosis apropiada según el peso del paciente es la siguiente:

PESO CORPORAL (kg)	DOSIS administrada una vez cada 6 meses (número de comprimidos de 3 mg)	DOSIS administrada una vez cada 12 meses (número de comprimidos de 3 mg)
de 15 a 25	una	dos
de 26 a 44	dos	cuatro
de 45 a 64	tres	seis
de 65 a 84	cuatro	ocho

De manera alternativa, si no es posible determinar el peso, puede determinarse la dosis de ivermectina para su uso en campañas de tratamiento masivo según la altura del paciente como se muestra a continuación:

ESTATURA (cm)	DOSIS administrada una vez cada 6 meses (número de comprimidos de 3 mg)	DOSIS administrada una vez cada 12 meses (número de comprimidos de 3 mg)
de 90 a 119	una	dos
de 120 a 140	dos	cuatro
de 141 a 158	tres	seis
> 158	cuatro	ocho

Tratamiento de sarna sarcóptica humana: La posología recomendada es una única dosis oral de 200 microgramos de ivermectina por cada kilogramo del peso corporal. Sarna común: El restablecimiento solo se considerará definitivo después de 4 semanas de tratamiento. La persistencia de prurito o de lesiones de raspado no son motivo para la administración de un segundo tratamiento con anterioridad a esta fecha. La administración de una segunda dosis dentro de un plazo de las 2 semanas siguientes a la dosis inicial tan solo debería considerarse en los siguientes casos: a) Cuando aparecen nuevas lesiones específicas. b) Cuando la exploración parasitológica revela resultados positivos en esa fecha. **Sarna abundante y costrosa:** En estos casos de infección grave, es posible que sea necesario administrar una segunda dosis, una vez transcurridos entre 8 y 15 días del tratamiento con ivermectina, y/o administrar un tratamiento tópico concomitante, con el fin de lograr el restablecimiento. **Nota para los pacientes tratados por sarna:** Las personas con las que hayan tenido contacto, especialmente las parejas y los miembros de la familia, deberían someterse a un reconocimiento médico lo antes posible y, si fuera necesario, se les debería administrar un tratamiento inmediato para la sarna. Deberían adoptarse medidas higiénicas de prevención contra una posible reinfección (p. ej.: mantener las uñas de los dedos cortas y limpias) y deberían seguirse atentamente las recomendaciones oficiales respecto de la limpieza de la ropa y de la ropa de cama. **Pacientes de edad avanzada:** Los estudios clínicos con ivermectina no incluyeron un número suficiente de sujetos de 65 años en adelante como para poder determinar si respondían al tratamiento de manera diferente a los sujetos más jóvenes. Otro estudio clínico registrado no ha identificado ninguna diferencia entre la respuesta al tratamiento de las personas de edad avanzada y de los pacientes más jóvenes. En general, el tratamiento en personas de edad avanzada debería ser prudente, ya que este grupo representa la mayor frecuencia de disminución de la función hepática, renal y cardíaca, así como de enfermedad concomitante y de la administración de un segundo tratamiento farmacológico. **Población pediátrica:** La seguridad del medicamento en pacientes pediátricos con un peso corporal inferior a 15 kg no se ha determinado en ninguna de las indicaciones (véase la sección 4.4.). **Forma de administración:** Vía oral. En niños menores de 6 años, los comprimidos deberían triturarse antes de ser ingeridos. El tratamiento consiste en una única dosis oral, administrada con agua y en ayunas. Se puede tomar la dosis a cualquier hora del día, pero no debería comerse nada durante un periodo de tiempo de dos horas anterior y posterior a su administración, puesto que se desconoce la influencia de los alimentos en la absorción. **Contraindicaciones:** Hipersensibilidad al principio activo o a alguno de los excipientes incluidos en la sección 6.1. **Advertencias y precauciones especiales de empleo:** **Advertencias especiales.** La eficacia y la posología de la ivermectina en pacientes inmunodeprimidos que reciben un tratamiento para la estrogiloidosis intestinal no han sido determinadas mediante estudios clínicos adecuados. Se han registrado casos que muestran la persistencia de infestaciones después de la administración de una única dosis de ivermectina, concretamente en este tipo de pacientes. La ivermectina no es un tratamiento profiláctico de infecciones por filarias o por anguiluliasis. No se dispone de información que demuestre la eficacia de la ivermectina para eliminar o prevenir la maduración de las larvas infecciosas en humanos. No se ha demostrado que la ivermectina tenga actividad contra el gusano adulto de ninguna de las especies de las filarias. No se ha demostrado que la ivermectina tenga ningún efecto beneficioso para el síndrome de eosinofilia pulmonar tropical, la linfadenitis ni la linfagéitis observados en los casos de infección con filarias. Después de la administración de la ivermectina, es probable que la intensidad y la gravedad de los efectos adversos estén relacionadas con la densidad microfilarial previa al tratamiento, concretamente en sangre. En los pacientes coinfectados por *Loa loa*, la densidad microfilarial suele ser mayor, concretamente en sangre, lo que hace que los pacientes tratados sean más propensos a padecer efectos adversos graves. Por consiguiente, con anterioridad a la administración del tratamiento con ivermectina, deberían adoptarse medidas especiales en las zonas endémicas con *Loa loa* (véase la sección 4.8.). No se recomienda el tratamiento concomitante con citrato de dietilcarbamazina (DEC) e ivermectina en campañas de tratamiento masivo para la filariosis causada por *Wuchereria bancrofti* en África. Es posible que la coinfección de otras microfilarias, como la *Loa loa*, tengan como resultado un aumento de las microfilariemias en los pacientes infectados. Posiblemente la exposición sistémica de estos pacientes a la DEC cause la aparición de efectos secundarios graves relacionados con los rápidos y efectivos efectos microfilaricidas de este medicamento. Después de la administración de medicamentos con acciones microfilaricidas rápidas, tales como la DEC, en pacientes que padecían oncocercosis, se registraron reacciones cutáneas y/o sistémicas de diversa gravedad (reacción de Mazzotti), así como reacciones oftalmológicas. Estas reacciones posiblemente se deban a respuestas inflamatorias a la degradación de los medicamentos liberados después de la muerte de las microfilarias. Los pacientes tratados de oncocercosis con ivermectina también pueden experimentar estas reacciones la primera vez que reciban el tratamiento. Después del tratamiento con un medicamento microfilaricida, los pacientes que padezcan oncocercosis hiperreactiva o «Sowda» (especialmente observada en Yemen) pueden tener más probabilidades de tener reacciones adversas cutáneas graves (edema y agravamiento de la oncodermatitis). **Población pediátrica:** La seguridad del medicamento en pacientes pediátricos con un peso corporal inferior a 15 kg no se ha determinado. **Interacción con otros medicamentos y otras formas de interacción:** No se ha realizado ningún estudio sobre la interacción. **Fertilidad, embarazo y lactancia.** **Embarazo:** Durante el tratamiento masivo de la oncocercosis, los datos de un número limitado (aproximadamente 300) de mujeres embarazadas no mostraron efectos adversos, tales como anomalías congénitas, abortos espontáneos, mortinatos y mortalidad infantil, que pudieran atribuirse a un tratamiento con ivermectina durante el primer trimestre del embarazo. A día de hoy, no se dispone de otros datos epidemiológicos. Estudios con animales han mostrado la toxicidad para la función reproductora (véase la sección 5.3). Sin embargo, el valor diagnóstico de estas observaciones no se ha determinado. La ivermectina tan solo debería usarse en casos estrictamente necesarios. **Lactancia:** La leche materna contiene menos del 2 % de la dosis de ivermectina administrada. La seguridad de uso no se ha determinado en recién nacidos. La ivermectina tan solo debe administrarse a las madres lactantes en aquellos casos en los que el beneficio esperado supere el riesgo potencial para el lactante. **Fertilidad:** La ivermectina no tuvo efectos adversos en la fertilidad de las ratas cuando se les administró el triple de la dosis humana máxima recomendada de 200 µg/kg (por mg/m²/d). **Efectos sobre la capacidad para conducir y utilizar máquinas:** La influencia de la ivermectina sobre la capacidad para conducir y utilizar máquinas no se ha estudiado. No puede descartarse la posibilidad de que en algunos pacientes tenga efectos secundarios, tales como mareos, somnolencia, vértigo y temblores, los cuales pueden afectar a la capacidad para conducir y utilizar máquinas (véase la sección 4.8). **Reacciones adversas:** A continuación, se muestra una clasificación de las reacciones adversas según el tipo de órgano del sistema, su frecuencia en orden decreciente según la gravedad médica. **Tabla de reacciones adversas:** La frecuencia se define de la siguiente manera: muy frecuentes (≥ 1/10), frecuentes (de ≥ 1/100 a < 1/10), poco frecuentes (de ≥ 1/1.000 a < 1/100), raras (de ≥ 1/10.000 a < 1/1.000), muy raras (< 1/10.000), frecuencia no conocida (no puede estimarse a partir de los datos disponibles).

Clasificación por órganos y sistemas	Frecuencia	Reacciones Adversas
Trastornos de la sangre y del sistema linfático	Frecuentes	Transaminasa elevada, leucopenia ^b , linfadenopatía ^d
	Frecuencia no conocida	Anemia ^b
Trastornos gastrointestinales	Frecuentes	Dolor abdominal ^{b,c} dolor en la zona superior del abdomen, diarrea ^{b,d} , náuseas ^{b,c,d} , vómitos ^{b,d} , dolor epigástrico ^c , incontinencia fecal ^a
	Frecuencia no conocida	Incontinencia anal, estreñimiento ^b , dolor orofaríngeo
Trastornos del metabolismo y la nutrición	Frecuentes	Anorexia ^{b,c}
	Frecuencia no conocida	Edema
Trastornos del sistema nervioso	Frecuentes	Mareos ^b , vértigo ^{b,c,d} , temblor ^b
	Raras	Encefalopatía ^a
	Frecuencia no conocida	Alteración en la marcha, coma ^a , cefalea ^{c,d}
Trastornos psiquiátricos	Frecuentes	Somnolencia ^b
	Frecuencia no conocida	Cambios en el estado mental ^a , confusión ^a , estupor ^a
Trastornos de la piel y del tejido subcutáneo	Frecuentes	Prurito ^d , erupción ^d , urticaria ^d
Trastornos musculoesqueléticos y del tejido conectivo	Frecuencia no conocida	Dolor de espalda ^a , dolor de cuello ^a , mialgia ^{c,d} , artralgia ^{c,d} , escalofríos ^c
Lesiones traumáticas, intoxicaciones y complicaciones de procedimientos terapéuticos	Muy raras	Necrólisis epidérmica tóxica
Trastornos del sistema inmunológico	Muy raras	Síndrome de Stevens- Johnson
	Frecuencia no conocida	Asma
Trastornos hepatobiliares	Frecuencia no conocida	Hipereosinofilia ^b , trastorno hepático, hepatitis aguda, hiperbilirrubinemia, prueba de función hepática anormal ^a
Trastornos del aparato reproductor y de la mama	Frecuencia no conocida	Hematuria, dolor testicular ^c
Trastornos oculares	Frecuencia no conocida	Hiperemia ocular ^a , hemorragia subconjuntival ^a , iridociclitis, limbitis ^d , queratitis ^d , coroiditis ^d , uveítis anterior ^d , edema parpebral ^d , sensación anormal en el ojo ^d
Trastornos renales y urinarios	Frecuencia no conocida	Incontinencia urinaria ^a
Trastornos generales y alteraciones en el lugar de administración	Frecuencia no conocida	Disestesias ^a , letargo ^a , astenia ^{b,c,d} , pirexia ^{c,d} , hiperhidrosis, molestia, dolor difuso ^c , sentimiento de debilidad ^c , dificultad en la marcha ^a , escalofríos ^c
Trastornos respiratorios, torácicos y mediastínicos	Frecuencia no conocida	Tos ^c , molestias respiratorias ^c , exacerbación del asma ^d , garganta irritada ^c , disnea ^a
Trastornos vasculares	Frecuencia no conocida	Hipotensión ortostática ^{c,d}
Infecciones e infestaciones	Frecuencia no conocida	Conjuntivitis ^d , corioretinitis ^d
Trastornos del bazo, el sistema linfático y el sistema reticuloendotelial	Frecuencia no conocida	Linfadenitis ^d
Trastornos cardíacos	Frecuencia no conocida	Taquicardia ^d
Exploraciones complementarias	Frecuencia no conocida	Enzima hepática aumentada (ALAT/ALP) ^b
Trastornos endocrinos	Frecuencia no conocida	Sudoración excesiva ^c

^a: Pacientes infectados con *Loa Loa*. ^b: Pacientes con estrongiloidosis intestinal. ^c: Pacientes con filariasis *Wuchereria bancrofti*. ^d: Pacientes infectados con *Onchocerca volvulus*.

Descripción de las reacciones adversas seleccionadas: Pacientes infectados con *Loa Loa*: Los efectos secundarios están relacionados con la carga parasitaria y son leves y transitorios en la mayoría de los casos, pero su gravedad puede aumentar en los pacientes infectados con más de un parásito, en particular en el caso de infestación con *Loa loa*. Rara vez se han notificado casos graves y potencialmente mortales de encefalopatía tras la administración de ivermectina, en particular en pacientes muy infectados con *Loa loa*. Pacientes con sarna: puede observarse exacerbación transitoria de prurito al comienzo del tratamiento. Pacientes infectados con *Ascaris*: se han descrito casos de expulsión de *Ascaris* en forma adulta tras la ingestión de ivermectina. Pacientes con oncocercosis: Se ha reportado la aparición de hemorragia conjuntival. **Populación pediátrica:** Se observó un perfil de seguridad similar en pacientes pediátricos de 6 a 13 años. No se ha establecido la seguridad y eficacia de la ivermectina en niños que pesan menos de 15 kg. No se recomienda el uso de la ivermectina en niños pequeños (por ejemplo, los que pesan menos de 15 kg o menores de 2 años) debido en parte a que la barrera hematoencefálica puede estar menos desarrollada que en pacientes adultos. **Notificación de sospechas de reacciones adversas:** Es importante notificar sospechas de reacciones adversas al medicamento tras su autorización. Ello permite una supervisión continuada de la relación beneficio/riesgo del medicamento. Se invita a los profesionales sanitarios a notificar las sospechas de reacciones adversas a través del Sistema Español de Farmacovigilancia de Medicamentos de Uso Humano: <https://www.notificaram.es>. **Sobredosis:** Se han registrado casos de sobredosis accidental con ivermectina, pero ninguno de ellos ha tenido como resultado la muerte. En los casos de intoxicación accidental por dosis desconocidas de medicamentos de uso veterinario (uso oral, inyectable o cutáneo), se describieron los siguientes síntomas: erupciones, dermatitis por contacto, edemas, dolores de cabeza, vértigos, astenias, náuseas, vómitos, diarreas y dolores abdominales. También se han observado otros efectos que incluyen convulsiones, ataxias, disneas, parestesias y urticaria. Tratamiento en caso de intoxicación accidental: Tratamiento sintomático y supervisión en un centro de atención sanitaria con reemplazo de líquidos y tratamiento hipertensivo, si fuera necesario. Pese a que no se dispone de estudios específicos, es aconsejable evitar la combinación de agonistas GABA durante el tratamiento para la intoxicación accidental por ivermectina. **DATOS FARMACÉUTICOS. Lista de excipientes:** Celulosa microcristalina (E460) Almidón de maíz pregelatinizado Ácido cítrico (E330) Butilhidroxianisól (E320) Estearato de magnesio (E470b) **Incompatibilidades:** No procede. **Periodo de validez:** 36 meses **Precauciones especiales de conservación:** No requiere condiciones especiales de conservación. Conservar en el embalaje original para protegerlo de la luz. **Naturaleza y contenido del envase:** 4 comprimidos en blíster aluminio/aluminio. Los blísteres vienen embalados en una caja de cartón plegable. **Precauciones especiales de eliminación y otras manipulaciones:** Ninguna especial para su eliminación. La eliminación del medicamento no utilizado y de todos los materiales que hayan estado en contacto con él, se realizará de acuerdo con la normativa local. **TITULAR DE LA AUTORIZACIÓN DE COMERCIALIZACIÓN** Industrial Farmacéutica Cantabria S.A. Ctra Cazoña-Adarzo, s/n, 39011 Santander España. **NÚMERO(S) DE AUTORIZACIÓN DE COMERCIALIZACIÓN:** 86297. **FECHA DE LA PRIMERA AUTORIZACIÓN/ RENOVACIÓN DE LA AUTORIZACIÓN:** Octubre 2021. **FECHA DE LA REVISIÓN DEL TEXTO:** La información detallada de este medicamento está disponible en la página web de la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS) (<http://www.aemps.gob.es/>). Medicamento sujeto a prescripción médica, financiado por el Sistema Nacional de Salud con aportación normal. Blister de 4 comprimidos: PVP: 16,81 €, PVP IVA: 17,48 €.

Ganadores del XVIII Torneo Benéfico Nacional de Golf

Con el objetivo de recaudar fondos para diferentes causas solidarias la Fundación Cofares ha celebrado en el Troia Design Hotel (Portugal) el XVIII Torneo Benéfico Nacional de Golf.

Los ganadores fueron:

- | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>📌 1ª Categoría Masculina:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⌘ Primer clasificado: Enrique Batres ⌘ Segundo clasificado: Jesús Díaz | <p>📌 2ª Categoría Masculina:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⌘ Primer clasificado: Gonzalo del Rey ⌘ Segundo clasificado: Alfredo Sánchez |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

- 📌 Categoría Femenina:
- ⌘ Primera clasificada: **Mª Carmen Carmona**
 - ⌘ Segunda clasificada: **Mª Dolores Castelló**

📌 Premio Scratch Memorial Juan López Belmonte: **Luis García-López**

Felicidades a los ganadores y muchas gracias a todos los participantes.



Eduardo Pastor hace entrega del premio a Enrique Batres



Sorteo de Oro de Cruz Roja en apoyo al programa SANAMOS



Las farmacias tenemos la oportunidad de repartir millones de euros entre nuestros pacientes. Gracias al acuerdo firmado entre la Fundación Cofares y Cruz Roja España, podemos vender boletos para el Sorteo de Oro 2022 que se celebrará el 21 de julio de este año.

El dinero recaudado se destinará al programa SANAMOS, cuyo objetivo es financiar los tratamientos farmacéuticos no cubiertos por los sistemas de Salud para personas sin recursos, en colaboración con Cáritas, el Centro Social Marillach o la Fundación Red Madre.

La venta de boletos a las farmacias ya está disponible. Para solicitar los tuyos contacta con CORE en el teléfono 91 330 79 13.

✉ **Para más información:** fundacion@cofares.es.



Lola Moreno, durante su presentación

Taller 'Vive un embarazo saludable'

Con motivo del Día de la Madre, la Fundación Red Madre, la asociación #LasMujeresNosMovemos y la Fundación Cofares han celebrado el taller 'Vive un embarazo saludable' en el Auditorio de Tres Cantos. Durante el encuentro, un plantel de expertas de diferentes áreas aportó información teórica y práctica sobre cómo cuidarse durante el embarazo, con aspectos como el ejercicio físico, los beneficios del *mindfulness* o la importancia del autocuidado.

Lola Moreno, farmacéutica nutricionista y patrona de la Fundación Cofares, fue la encargada de dar las claves en cuanto a nutrición, poniendo en valor los beneficios de la dieta mediterránea.

70.000 euros de ayuda humanitaria para Ucrania



Representantes de Farmadosis, Fenin, Rovi, Texpol y la Fundación Cofares

Ya ha salido el primer tráiler refrigerado con 33 palés con insulina, fungibles, material de cura, equipamiento hospitalario, apósitos y material de diagnóstico.

La campaña de recaudación de fondos destinada a ofrecer ayuda humanitaria para Ucrania, lanzada por la Fundación Cofares el pasado mes de marzo y a la que se han unido empresas asociadas y colaboradoras de la Federación Española de Empresas de Tecnología Sanitaria, Fenin, Noruco, Ordisi y Shanae (Vettel Group), ha alcanzado un total de 70.000 euros.

Gracias a la colaboración de todos los participantes, se ha enviado al Public Health Center of the MoH of Ukraine un tráiler refrigerado con 33 palés con insulina, fungibles, material de cura, equipamiento hospitalario, apósitos y material de diagnóstico valorado en 270.000 euros a través de un canal seguro que permite la trazabilidad de todo el proceso, garantizándose la entrega en perfectas condiciones.

Esta iniciativa, que ha sido posible gracias a la estrecha labor con la AEMPS (Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios) e INGESA (Instituto Nacional de Gestión Sanitaria), forma parte del compromiso de la

Fundación Cofares de estar cerca de las personas más necesitadas, favoreciendo su salud.

En este sentido, los representantes de Farmadosis, Fenin, Laboratorios Rovi y Texpol, han asistido a la despedida del primer tráiler con dirección a Ucrania, acompañando al equipo de la Fundación que preside Eduardo Pastor.



Emilio Martínez, Beatriz Escudero, M^a Luisa Villanueva, Rosa Martínez, Sofía Azcona y Félix Martínez



Más allá de la protección solar

Cada vez más, los consumidores buscan protectores solares que aporten un extra, ya sea por su textura, rápida absorción o por sus formulaciones cuidadas que no sean grasas ni pegajosas.

Los consumidores están cada vez más concienciados con la protección frente a las radiaciones solares y la tendencia nos indica que este año el mercado de la categoría de solares va a tener grandes crecimientos, recuperando o incluso superando cifras anteriores a 2019. Los consumidores reclaman so-

lares que, además de la protección, aporten un plus, con texturas ligeras y de rápida absorción, formulaciones cuidadas nada grasas ni pegajosas, con texturas y aromas agradables, que no dé pereza aplicar. Y además, que aporten otros elementos como antioxidantes, agentes reparadores o antiedad.

En este sentido, los fotoprotectores solares Farline ofrecen, dentro de toda su gama, cosméticos totalmente actuales y muy demandados como:

- **Aceite Solar Bifásico SFP30 Farline 200 ml CN 205281.9:** además de la protección solar alta, gracias su activo Taninositol™, activa, intensifica y prolonga el bronceado, proporcionando un bonito tono dorado mientras nos protege. Su textura sedosa y no grasa, hace que se aplique muy fácilmente.
- **Agua Solar Bifásica SPF 50 Farline 200 ml CN 205280.2:** aporta hidratación y reduce el estrés oxidativo, además de ofrecer un índice de protección solar 50. Con activos como el aloe vera y la niacinamida, su textura es ultraligera y refrescante. En los solares bifásicos, es fundamental agitar correctamente antes de cada aplicación para garantizar la protección solar uniforme.



Líder del mercado: Farline alcanza el 50,2 % de cuota

Farline ha revalidado su posición como líder del mercado de marcas propias de distribución farmacéutica al lograr la cifra récord del 50,2 % de cuota de mercado en abril, según datos de Iqvia. La enseña, de acceso exclusivo en las farmacias suministradas por Cofares, ha crecido 11 puntos desde enero de 2020, convirtiéndose en una 'marca refugio' entre los pacientes durante la pandemia. El resultado supone un hito en la historia de Farline, conquistado gracias a la confianza que cada día depositan los socios de la Cooperativa en la marca, caracterizada por proporcionar productos de alta calidad a precios competitivos.



- **Fluido Aqua Fusion Farline SPF 50+ CN 199579.7:** con su textura acuosa ultraligera y ácido hialurónico de bajo y medio peso molecular, ofrece una muy alta protección, además de hidratar el rostro y luchar contra los signos de la edad. Está indicado para pieles normales, mixtas o grasas.
- **Fluido Aqua Fusion Farline con color SPF 50+ CN 199578.0:** además de las características del Fluido Aqua Fusión Farline, esta versión con color incorpora microesferas de pigmento que aportan un bonito color natural que va apareciendo a medida que se aplica.
- **Spray Transparente Farline SPF 50+ CN 188571.5:** la forma más rápida y sencilla de aplicar la protección solar que tu cuerpo necesita, incluso bocabajo o sobre la piel mojada. Ofrece muy alta protección frente a las radiaciones ultravioleta UVB y UVA.
- **Stick Solar Zonas Sensibles Farline SPF 50+ CN 182935.1:** su cómoda aplicación, su muy alta protección y perfecta cobertura lo hacen ideal para aplicar sobre las zonas más sensibles como lunares, cicatrices, manchas, labios o para maximizar la protección durante los deportes acuáticos.



Cristina López Cobollo

La gama de solares Farline permite ofrecer a tus consumidores la alternativa de protectores solares que demandan, alta calidad y las últimas innovaciones con las mejores condiciones económicas, y máxima rentabilidad para tu farmacia.



Lesiones en la rodilla, una consulta habitual en las farmacias

El farmacéutico es un profesional cualificado para asesorar sobre el uso de rodilleras teniendo en cuenta las características de cada caso concreto.



Las lesiones de rodilla son muy comunes y pueden ocurrir a cualquier edad. Dichas lesiones suelen interferir mucho en las actividades diarias, impidiendo algo tan básico como caminar o realizar la actividad deportiva habitual. En definitiva, las lesiones de rodilla tienen un gran impacto en la vida cotidiana.

Hay que tener en cuenta que la mayoría de ellas presenta uno o varios de los siguientes síntomas: dolor, hinchazón e inestabilidad en la articulación. Además, las lesiones de rodilla más comunes que cursan con dolor son las siguientes: esguince, desgarró, lesión de menisco (daño al fibrocartilago), bursitis, uso excesivo (suele estar relacionado con la actividad deportiva o laboral) o lesiones en los ligamentos. En cuanto a las dolencias de tipo artrítico, las más habituales son las siguientes, aunque existen muchas más: artrosis, gota y pseudogota o artritis reumatoide.

Para prevenir las lesiones de rodilla, se recomienda practicar deporte con regularidad, dedicar algunos minutos para calentar antes de comenzar la actividad física y estirar al terminar la actividad, practicar higiene postural, limitar o evitar los deportes de más riesgo para el dolor de rodilla como correr, esquiar o jugar al fútbol, elegir un calzado de calidad y utilizar rodilleras.



¿Qué hacer ante una lesión de rodilla?

La mayoría de las lesiones comunes de rodilla se tratan utilizando el método PRICE: *protection* (protección), *rest* (reposo), *ice* (hielo), *compression* (vendaje compresivo) y *elevation* (elevación).

Es decir, según el tipo de lesión y de su gravedad, está indicado:

- Proteger la zona dañada.
- Reposar durante los primeros dos o tres días posteriores a la lesión.
- Aplicar compresas de hielo o alimentos congelados.
- Comprimir la articulación con vendas para contener la lesión y reducir la inflamación.
- Drenar el líquido articular.
- Usar muletas, férulas o rodilleras.
- Elevar la rodilla apoyándola por encima del nivel del corazón y mantenerla firme.
- Seguir una pauta farmacológica a base de analgésicos y/o antiinflamatorios en caso de dolor e hinchazón (siempre bajo prescripción médica).
- En algunos casos más graves, recurrir a la cirugía.

Uso de rodilleras

Las rodilleras son productos sanitarios de uso externo que se utilizan para la prevención, profilaxis y tratamiento de las distintas enfermedades de la articulación de la rodilla. Su utilización ayuda a reducir el dolor, sujetar la rótula y proporcionar estabilización a la zona.

Consultar en la farmacia sobre los tipos de rodilleras, sus usos y materiales es una práctica habitual y el farmacéutico es un profesional cualificado para ofrecer el consejo adecuado para cada caso en particular.



En Cofares Cuidado y Confort trabajamos con las mejores marcas en rodilleras ortopédicas indicadas para tratar las lesiones de rodilla o los síntomas asociados. Para más información, consulta a nuestros expertos de Cofares Cuidado y Confort en el teléfono gratuito 949797979.

Rafael López Guzmán

Fuentes

- SEMFYC. https://www.semfyc.es/wp-content/uploads/2016/07/14_11.pdf
- https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/9963/1/0514198_00029_0007.pdf
- CINFA. <https://farmalastic.cinfa.com/blog/lesiones-de-rodilla>
- Clínica Mayo. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/swollen-knee/symptoms-causes/syc-20378129>
- Orliman. <https://www.orliman.com/rodillera-ortopedica-clave-para-el-tratamiento-de-las-lesiones-de-ligamento/>



Programas para crear a los futuros profesionales del sector

Identificar, atraer y potenciar el talento es la base sobre la que eDUCO+ Health Academy crea y desarrolla sus nuevas formaciones.

Cofares, a través de su escuela de formación eDUCO+ Health Academy, apuesta por el talento. Por ello, con la vocación de identificarlo, atraerlo y potenciarlo, está desarrollando programas para crear a los futuros profesionales de las empresas de distribución del sector salud, la industria farmacéutica y empresas sanitarias en general.

Siguiendo esta línea, se pone en marcha en este mes la tercera edición del Programa Health Leaders, una iniciativa diseñada por eDUCO+, el Departamento de Talento de Cofares y por la Universidad Complutense de Madrid, en el marco de la cátedra extraordinaria Logística Farmacéutica Cofares. El programa consiste en acoger a 15 alumnos que estén finalizando sus estudios de farmacia durante 6 meses en diferentes áreas de la compañía, además de cursar un programa formativo impartido por los directores de los distintos departamentos.

Por otro lado, se han diseñado dos másteres en colaboración con universidades para el próximo curso académico cuyo plazo de inscripción ya está abierto: el Máster en Logística Farmacéutica con la Universidad de Salamanca y el Máster en Administración y Dirección en la Industria Farmacéutica con la Universidad Complutense de Madrid. El primero es una propuesta innovadora de formación de profesionales para el sector farmacéutico que pretende cubrir una necesidad del mercado que está al alza. El alumno egresado tendrá un alto grado de cualificación en aspectos técnicos y de calidad, así como en aspectos de negocio y de gestión necesarios para desarrollar su labor profesional.

En cuanto al segundo máster, se crea para dar respuesta a la demanda por parte del sector de nuevos perfiles cada vez más formados en conocimientos específicos de acuerdo a las nuevas tendencias emergentes y con capaci-

dad para desarrollarse en habilidades como la comunicación, el pensamiento crítico o la toma de decisiones.

Los claustros están compuestos por directores y directivos de Cofares y por profesionales de laboratorios de la industria farmacéutica y personal docente de la universidad, respectivamente.

Capacitación de profesionales

Pero además, eDUCO+ no se centra exclusivamente en formar a las nuevas generaciones sino que también cree en la capacitación de los actuales profesionales y pretende dar respuesta a las demandas por parte de los socios de su Cooperativa. Por esto, se creó con la Universidad Alfonso X el Sabio el Curso de Experto en Ortopedia para Farmacéuticos. Después de la gran acogida de la primera edición, se va a realizar una segunda que comenzará en septiembre con plazas limitadas.

Por último, Cofares, eDUCO+ y la Universidad Complutense de Madrid otorgan el Sello Health Talent a aquellas empresas que apuestan firmemente por el desarrollo del talento en la industria farmacéutica. Este reconocimiento destaca la participación de estas empresas en programas que las organizaciones ofrecen a los jóvenes para que puedan desarrollar su talento.

Próximas formaciones *online* gratuitas



Operaciones Críticas para la OF

Impartido por Antonio Galera, Gerente de Farmacia Albacete

Fecha: 15 de junio



Liderazgo Optimista en la OF

Impartido por Ángel Largo, CEO de Hudipro

Fecha: 21 de septiembre



Planes de formación para el equipo de Farmacia

Impartido por Alex de Anca, de Farmacia de Anca

Fecha: 14 de diciembre



Reserva tu plaza en:

https://somos.educoplusacademy.com/formacion_gratuita_educo_22_formulario-0



Contra el molusco contagioso:

PRECISIÓN

molusinkid®

Hidróxido potásico 10 % gel cutáneo

GEL EN LÁPIZ¹

- Única formulación en gel de KOH 10%¹ que garantiza:

Eficacia^{2,3}
del KOH 10% en
el tratamiento del
molusco contagioso

Comodidad¹
y facilidad de uso

Adherencia¹
del gel a la pápula

**Fórmula y
dispositivo
patentados**

Referencias

1. Instrucciones de uso de Molusinkid®. 2. Teixidó C, et al. Efficacy and safety of topical application of 15% and 10% potassium hydroxide for the treatment of Molluscum Contagiosum. *Pediatr Dermatol* 2018 May; 35 (3): 336-342. 3. Can B, et al. Treatment of pediatric molluscum contagiosum with 10% potassium hydroxide solution. *J Dermatolog Treat* 2014 Jun; 25 (3): 246-8. Olsen J, et al. Epidemiology of molluscum contagiosum in children: a systematic review. *Fam Pract* 2014; 31: 130-136.

Lea detenidamente las instrucciones de uso antes de utilizar este producto.

- Molusinkid® tiene contraindicaciones y efectos secundarios. No utilizar en niños menores de 2 años.
- Molusinkid® cumple con la normativa vigente de Producto Sanitario Clase I.



CN: 200296.8



FAES FARMA



Implantes, *brackets*, tratamientos... el gran impacto de la pandemia en la salud dental

Muchas personas han aprovechado el uso obligatorio de las mascarillas durante la crisis del coronavirus para mejorar su sonrisa a través de tratamientos bucodentales.

Algunas consecuencias del confinamiento de 2020 fueron la suspensión en las revisiones bucodentales y la relajación en la alimentación, factores que causaron un aumento de las caries en el 13 % de la población, así como la aparición de bruxismo o gingivitis debido a la ansiedad del momento que estábamos atravesando.

Sin embargo, muchas personas decidieron aprovechar esa situación excepcional, los confinamientos y el uso obligatorio de la mascarilla, para mejorar su salud bucodental y la apariencia de su sonrisa.

Así lo recoge el estudio “La Salud Bucodental en España 2020”, realizado por el Consejo General de Dentistas,

que apunta que los implantes dentarios fueron uno de los tratamientos odontológicos más demandados en 2020, junto a los tratamientos estéticos, la ortodoncia, el blanqueamiento y los relacionados con la prevención.

Estética y cuidado dental gracias a las mascarillas

La obligatoriedad de tener que llevar mascarilla durante los dos años de pandemia se convirtió en el pretexto perfecto para que muchas personas decidieran someterse a tratamientos bucodentales estéticos. De esta manera, la demanda de ortodoncia aumentó un 39 % en el primer semestre de 2021 con respecto al promedio del año anterior, según datos facilitados por la red odontológica Clínicas W.

Alinear los dientes para lucir una dentadura perfecta puede hacerse mediante la ortodoncia tradicional o la invisible. Muchos pacientes optaban por la segunda por el mero hecho de disimular mejor el aparato dental. No obstante, con la llegada de las mascarillas, el problema estético de la ortodoncia con *brackets* desapareció.



El 56 % de los encuestados en el estudio realizado por Clínicas W afirma valorar más la sonrisa a partir de la pandemia.

Detección de halitosis



El uso de las mascarillas también ha puesto en conocimiento de muchas personas sus problemas de mal aliento, algo que debe abordarse desde su origen: puede proceder de la mala salud bucal, la deshidratación, una infección o una enfermedad periodontal.

Tras descubrir sus causas es importante tomar una serie de medidas para combatirla. Mantener una buena limpieza dental, cuidar el tipo de alimentación, hidratarse correctamente, dejar de fumar o llevar a cabo revisiones periódicas son los consejos que ofrecen los dentistas para hacer frente a este problema que merma la calidad de vida de quien lo padece.

En definitiva, el 56 % de los encuestados en el estudio realizado por Clínicas W afirma valorar más la sonrisa a partir de la pandemia. Por lo que si la crisis del coronavirus ha tenido algún impacto positivo en la sociedad es que ha generado una mayor concienciación en lo que respecta a la salud bucodental, algo que indirectamente repercute en una mejora general de la salud.



¿Qué debe contener el botiquín casero de una mascota?

Antisépticos, agujas estériles o suero fisiológico son solo algunos de los productos sanitarios que debe incluir el botiquín de los animales domésticos.



Del mismo modo que es habitual tener en casa un botiquín familiar con productos adquiridos en la farmacia, es de igual importancia disponer de un kit sanitario básico para las mascotas, con los utensilios necesarios para

actuar con eficacia en caso de que enferme o que sufra alguna emergencia (cortes, quemaduras, mordeduras, etc.). Productos que también se pueden adquirir en la farmacia de confianza y de la mano de un profesional farmacéutico.

Conviene tener junto al botiquín aquellos tratamientos que la mascota necesita como, por ejemplo, los antiparasitarios.

Principales productos que debe contener

- ▶ Antisépticos: aquí se engloban todos aquellos que desinfectan las heridas superficiales, como agua oxigenada, la povidona yodada o la clorhexidina de uso veterinario, o el alcohol de 70 grados.
- ▶ Cortauñas.
- ▶ Esparadrapo y gasas.
- ▶ Guantes de goma o de látex: para asegurar un grado óptimo de higiene y protección.
- ▶ Jabón hipoalergénico.
- ▶ Jeringuilla de plástico: puede servir tanto para dar agua o cualquier otro líquido a nuestra mascota, así como medicamentos.
- ▶ Agujas estériles.
- ▶ Pinzas: permiten retirar garrapatas, espigas o cuerpos extraños.
- ▶ Suero fisiológico: muy útil para el lavado de ojos y heridas. Los formatos monodosis ayudan a mantenerlo estéril y a usarlo con facilidad.
- ▶ Termómetro: apto para uso veterinario.
- ▶ Tijeras con punta roma: para cortar vendas o gasas sin dificultad.
- ▶ Toalla de algodón: resulta imprescindible aplicar frío a través de compresas en caso de inflamaciones o golpes de calor.
- ▶ Vendas.
- ▶ Gel de aloe vera: para tratar la irritación de la piel.

Por otra parte, conviene tener junto al botiquín aquellos tratamientos que la mascota necesita como, por ejemplo, los antiparasitarios o los recetados por alguna enfermedad.

En el caso de ser necesaria una respuesta inmediata es importante tener el botiquín localizado y a mano para poder encontrar lo necesario de forma rápida y actuar con prontitud ante situaciones urgentes. Para más seguridad, se puede incluir en el mismo espacio el número del centro de emergencias más cercano que esté abierto las 24 horas del día, un manual de primeros auxilios para perros y gatos y el historial de vacunas de la mascota.

Recuerda al usuario que en su farmacia de confianza puede adquirir los productos necesarios para un botiquín de primeros auxilios completo y práctico que garantice el cuidado de su “mejor amigo de cuatro patas”.

Además, como farmacéutico, aportarás el consejo adecuado para el uso de cada uno de los productos.

Fuentes

- Asociación Madrileña de Veterinarios de Animales de Compañía (AMVAC)
- <https://enelveterinario.com/botiquin-casero-mascotas/>
- Mis animales. <https://misanimales.com/debe-tener-botiquin-perro/>
- <https://www.aarp.org/espanol/hogar-familia/familia-bienestar/info-2020/botiquin-de-emergencia-para-mascotas.html>

Rafael López Guzmán
Director Comercial de
Cofares Salud Animal



Cofares Salud Animal cuenta con un equipo de profesionales especializados en veterinaria que te asesorarán siempre que lo necesites en el teléfono gratuito **949 790 000** o a través del mail directo **veterinaria@cofares.es**.



Con Firma

Margarita Alfonso

Secretaria general de la Federación Española de Empresas de Tecnología Sanitaria, Fenin

Propuestas del presente, respuestas para el futuro

Hoy, una vez alcanzada cierta estabilidad tras más de dos años de pandemia, hemos podido retomar propuestas, elaborar planes y poner en marcha una hoja de ruta renovada con lo mucho aprendido y, cómo no, con nuevos proyectos... Y en esa labor diaria, desde el sector de Tecnología Sanitaria debemos continuar trabajando para construir el futuro más inmediato, aportando todo nuestro conocimiento y experiencia al sistema sanitario.

En esta “nueva realidad”, la industria de Tecnología Sanitaria quiere, puede y debe tener un papel protagonista en el inaplazable proce-

so de transformación del Sistema Nacional de Salud.

En ese futuro que vislumbramos, la Federación Española de Empresas de Tecnología Sanitaria, Fenin, tiene numerosas propuestas, complementarias entre sí. En lo estructural, nuestras empresas tienen potencial para ser aún más competitivas, pero necesitan de un marco de colaboración público-privada estable. Por eso, desde Fenin hemos pedido la puesta en marcha urgente de un Plan de Industrialización que promueva un tejido nacional sólido e incremente la capacidad productiva frente a la dependencia de mercados externos.

Otro reto pasa por la renovación del parque tecnológico de hospitales y centros de salud, y reducir así el actual nivel de obsolescencia, ya que el 60 % de los equipos tiene más de 10 años de antigüedad. Tenemos muchas esperanzas en el Plan INVEAT desarrollado por el Gobierno, no obstante, próximas fases deberían incluir a otras familias tecnológicas que también son esenciales en la calidad asistencial. Y todo ello sin olvidarnos de medidas como la aplicación de un IVA reducido permanente a todos los productos sanitarios, que podría ahorrar cerca de 1.000 millones de euros al sistema.

En Fenin tampoco entendemos el futuro sin mantener un firme compromiso con la RSE y la solidaridad. Por eso hemos colaborado con la Fundación Cofares en el reciente envío de ayuda humanitaria a Ucrania y así seguiremos haciéndolo con aquellas acciones que contribuyan a mejorar nuestra sociedad desde el ámbito empresarial.

Y dado que muchas de las respuestas al futuro se ofrecen desde el presente, desde Fenin continuaremos trabajando en estas y en otras muchas propuestas que no caben en estas líneas para construir ese mañana como lo que somos: un sector estratégico y esencial dentro de la nueva cadena de valor del sistema que, entre todos, estamos haciendo realidad.

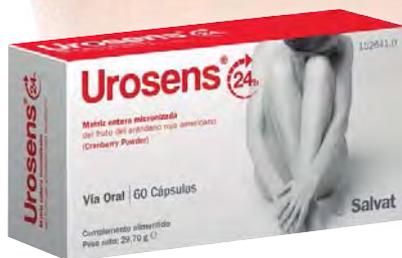


“Nuestras empresas tienen potencial para ser aún más competitivas, pero necesitan de un marco de colaboración público-privada estable. Por eso, desde Fenin hemos pedido la puesta en marcha urgente de un Plan de Industrialización que promueva un tejido nacional sólido”.



Defiéndete

Urosens®



C.N.:152641.0



C.N.:156030.8



C.N.:197205.7

ANTES

-  1 Cápsula por la noche
-  Período óptimo: 3 a 6 meses (apto para largos períodos de tiempo)
-  Apto para embarazadas

DURANTE

-  2 Cápsulas por la noche
-  Período óptimo: 1 semana junto antibiótico

RECIDIVA

-  1 Sobre por la noche
-  Período óptimo: 3 a 6 meses
-  Apto para embarazadas



* Diversos estudios indican que la actividad antiadherente de este concentrado es superior a la del extracto común y que el efecto de cada toma se prolonga durante más tiempo¹.

1. Howell A. Rutgers University, ACS, 2009

“Fórmulas expertas para los que valoran lo esencial, como tú”

ANA M^a DE MARCOS GÓMEZ

✚ Farmacéutica. Colegiada N° 12.008



BABE
LABORATORIOS
SENCILLAMENTE
ESENCIAL