Número: 8 Julio-Agosto 2002

COLEGIO OFICIAL DE FARMACÉUTICOS DE LA REGIÓN DE MURCIA

INFORMA

Ciudadanos y farmacéuticos por la calidad y el bienestar sanitario

Presentado el logo de la Red de Oficinas de Farmacia y los distintivos que ayudarán a los consumidores a identificar a los farmacéuticos

El Colegio Oficial de Farmacéuticos de la Región de Murcia, la Asociación Murciana de Amas de casa, Consumidores y Usuarios (THADER) y la Unión de Consumidores y Usuarios (UCE) firmaron el pasado 4 de julio un convenio de colaboración para poner en marcha una serie de medidas de actuación en beneficio de los consumidores de la Región y garantizar sus derechos. El compromiso adquirido incluye la formación e información reciproca tanto de los profesionales como de los usuarios

"La oficina de farmacia es un establecimiento sanitario al servicio de la sociedad. Existe para y por la sociedad. Escuchamos sus sugerencias y demandas para mejorar el sistema en beneficio de la sociedad", así lo aseveraba el presidente del Colegio de Farmacéuticos, Prudencio Rosique, en la firma del convenio con carácter indefinido que firmó junto con la Asociación Murciana de Asociaciones de Amas de casa, Consumidores y Usuarios (THADER) y la Unión de Consumidores y Usuarios (UCE).

Al acto acudieron los representantes de cada uno de las asociaciones además de José Gabriel Ruiz, Director General de Consumo de la Región de Murcia.

Prudencio Rosique explicó que tras la encuesta presentada en el mes de abril los usuarios solicitaban la identificación del personal que les atendía. Por este motivo, se han creado los identificativos para cada uno de los profesionales de la oficina de farmacia.

> El sector farmacéutico y los consumidores desean que tanto la propia red como el trabajo del farmacéutico se adecue a cada día más y mejor a las demanda y necesidades de toda la población

Haciendo los deberes

Continuamos "haciendo los deberes". No han pasado ni tres meses desde que presentamos la encuesta que desarrolló la Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios, THADER, con el prólogo de UCE, y ya hemos dado satisfacción a las demandas que los ciudadanos nos trasladaron a través de dicho estudio. Ya tenemos firmado el convenio más amplio y ambicioso que jamás se ha desarrollado entre el Colectivo farmacéutico y las Asociaciones de Consumidores y ya tenemos en vías de preparación los nuevos identificadores para todos los trabajadores que ejercen en la red de farmacias de la región. Por otra parte y sin perder de vista los intereses de los ciudadanos, la puesta en marcha de SIGRE amplia el valor de la oficina de farmacia como establecimiento sanitario en el concepto más amplio y "europeo" del término, como cuidador de la salud individual y de la salud de nuestro entorno. Junio y julio, por tanto, han sido meses intensos y de recogida de frutos. La Red de Alerta Farmacéutica es una realidad tangible a la que cada vez se han sumado más compañeros y que ha despertado el interés de la prensa y de la Administración. Pero no debemos contemplar con satisfacción el trabajo realizado sino pensar que en otoño continuaremos e iremos a más. Este verano está siendo el tiempo de preparar todo el desarrollo del Convenio con Sanidad y ya tenemos las Comisiones de trabajo en marcha y en Madrid una nueva Ministra...como siempre, habrá que continuar trabajando y sobre todo, una vez más nos toca esperar...

Prudencio rosique robles

Presentado el SIGRE

SIGRE
Por la Salud de la Naturaleza

Bajo el título: "Por la Salud de la Naturaleza", se presentó en la sede colegial el pasado 2 de julio Sigre, Sistema Integrado de Gestión y Recogida de Envases, una sociedad sin ánimo de lucro creada para la gestión, la recogida y reciclado de medicamentos.

La Unión Europea promulgó en 1994 una directiva que obligaba a sus Estados Miembros a responsabilizarse de la gestión de los envases puestos en el mercado y a legislar en materia de prevención y de reducción del impacto medioambiental. Desde entonces se ha trabajado para crear Sigre constituida por FARMAINDUSTRIA, FEDIFAR y el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos.

Una comisión mixta velará por las necesidades del ciudadano

El sector farmacéutico y los consumidores desean que la red farmacias y el trabajo del farmacéutico se adecúe cada día más y mejor a las demanda y necesidades de toda la población.

A partir del convenio firmado por el COF, THADER y UCE, se crea una comisión mixta constituida por los siguientes miembros:

-Coordinadora:

Mª Fuensanta Martínez (COF)

- Vocales:

Jesús Artero (THADER)

Paqui Jiménez (COF)

José Martínez (UCE)

- Secretaría:

Mª Ángeles García Villalba

El convenio firmado contiene los siguientes puntos:

• La creación de una comisión en la que estén representadas todas las organizaciones firmantes, destinadas a velar por el cumplimiento de lo suscrito y a trasladar a la sociedad dichos acuerdos y trabajos.

• Anualmente se elaborará un protocolo de actuación y desarrollo de este documento en cada una de las áreas de trabajo, fijando actuaciones a cumplir.

• Las áreas de trabajo se desarrollarán según las necesidades que establezca la comisión de seguimiento de este Convenio.

• Este documento tiene carácter indefinido.

Cosumidor-farmacéutico

Roberto Vivancos Barceló, presidente de UCE, manifestó su satisfacción con el servicio que ofrecen las oficinas de farmacia y con el vínculo tan directo entre el consumidor y el farmacéutico. Esta relación de cercanía favorece la calidad en la prestación del servicio. Barceló desatacó la relación de confianza entre el consumidor y las OF, relación no sólo refrendada por el estudio realizado por THADER y el COF, sino también por los datos de denuncias e incidencias nulas por parte de los consumidores hacia los farmacéuticos.

Finalidad publica esencial

José Gabriel Ruiz, Director General de Consumo apostó por la firma de este tipo de acuerdos que, aunque son establecimientos con una titularidad privada, tienen una finalidad pública y esencial, siendo el punto más cercano al consumidor para la prestación de la asistencia sanitaria perfectamente encaminado en la atención primaria de salud. “Esto supone”, explicó, “una apuesta más del sector farmacéutico en la defensa y protección de los intereses de los consumidores”.

Colaboración recíproca

Este acuerdo es de recíproca colaboración y ayuda y va a dotar de un mayor nivel de seguridad y de salud a los ciudadanos, y por lo tanto, una mayor calidad de vida y bienestar. La forma de actuación por parte de los profesionales farmacéuticos consistirá en proporcionar conocimientos a las asociaciones de consumidores para que a su vez los trasmitan a los ciudadanos sobre cuestiones como el uso racional del medicamento. Las asociaciones de consumidores harán llegar a estos profesionales las inquietudes del sector además de dar a conocer y promover la protección de los derechos y los intereses legítimos de los consumidores.

RED DE FARMACIAS DE LA REGIÓN DE MURCIA

Protección de los derechos

José Gabriel Ruiz dijo que la firma de este acuerdo es un paso importante más que viene a unirse a otras apuestas decididas por parte de este sector en la protección de los derechos de los consumidores. Es un sector que cree tanto en su producto, que no es simplemente la dispensación o custodia de medicamentos, sino que trasciende esas cuestiones para dar un servicio público a los ciudadanos de información en el ámbito sanitario. “Creen tanto en este producto que se adhieren a un sistema que facilita y que de forma gratuita resuelve los conflictos y controversias que puedan surgir en los ciudadanos, se trata de la Junta Arbitral de Consumo de la Región”.

Acuerdo pionero

El Director General de Consumo destacó la actuación del sector farmacéutico murciano por su preocupación por la defensa del derecho de los ciudadanos, y además, “es un ejemplo a nivel regional y también a nivel nacional, ya que el acuerdo suscrito es pionero a nivel nacional entre farmacéuticos y organización de consumidores para que de forma permanente se constituyan las comisiones pertinentes para resolver problema que pueda afectar al mundo del consumo y problemas que puedan surgir a los ciudadanos”.

Este acuerdo supondrá un beneficio para la calidad de vida y bienestar

Integración del sistema arbitral

Como representante de la Administración Regional Ruiz agradeció el compromiso adquirido con la sociedad murciana y anunció la plena disposición en todo aquello que se precise y redunde en la mejora de la calidad de vida y protección de los derechos de los consumidores.

El Director General de Consumo comunicó que las 536 oficinas de farmacia van a integrarse en el sistema arbitral de consumo como la forma más eficaz de proteger los derechos de los consumidores.

La Red de Oficinas de Farmacia apuesta por la recogida y reciclado de envases

Los envases vacíos, caducados o con restos de medicamentos se depositan en cada uno de los contenedores del Punto Sigre situados en cada una las oficinas de farmacias. Esta es la finalidad del Sistema Integrado de Gestión y Recogida de Envases del sector farmacéutico (SIGRE), autorizado por la Consejería de Agricultura, Agua y Medio Ambiente, y cuya presentación se celebró en el salón de actos del COF. A este acto acudió Juan Carlos Mampasso, Director General del Sigre y Prudencio Rosique como Presidente del Colegio Oficial de Murcia.

La Directiva Europea 94/62 promulgada en 1994 obligaba a los Estados Miembros a responsabilizarse de la gestión de los envases puestos en el mercado y a legislar en materia de prevención y de reducción del impacto medioambiental. Como consecuencia de ello, el Parlamento Español aprobó la Ley 11/97 de Envases y Residuos de Envases que implica a los distintos agentes que operan en el mercado para que gestionen la recogida y reciclado de todos los envases que se comercialicen. Esta normativa es de aplicación a todos los sectores, entre ellos el farmacéutico. Este sector ha estado desde un principio abierto a la creación de cualquier tipo de proposición. Así, para adaptarse a los requerimientos de esta Ley y junto con FARMAINDUSTRIA y FEDIFAR, se ha constituido el Sistema Integrado de Gestión y Recogida de envases (SIGRE), una sociedad sin ánimo de lucro encargada de la implantación y desarrollo de este sistema.

El farmacéutico, punto de información

A partir del momento en que queda implantado el Punto Sigre, la misión del farmacéutico se ampliará, de tal forma que a la habitual faceta de asesoramiento al consumidor sobre el uso y consumo del medicamento, sumará la labor de información sobre el reciclado de estos envases y la eliminación de los medicamentos no usados o caducados. Con la implantación del Sistema Integral de Recogida de Envases, las oficinas de farmacia de la Región (y de toda España) que voluntariamente se adhieren se convierte en Farmacias Adheridas y dispondrán de un contenedor especialmente diseñado que cumple todos los requisitos para este fin junto con folletos informativos.

Colaboración ciudadana

Desde el COF se solicita la colaboración ciudadana para devolver los restos de los medicamentos a la farmacia cuando ya no se necesiten tanto por nuestra salud como por la salud el medio ambiente. Este distintivo es una garantía de una gestión correcta y un compromiso en la construcción de un país ambientalmente más sostenible.

Manifiesto para cuidar la salud de la naturaleza, tu propia salud

1 La Unión Europea promulgó en 1994 la Directiva 94/62 que obliga a sus Estados Miembros a responsabilizarse de la gestión de todos los envases puestos en el mercado, entre ellos los de productos farmacéuticos, con el objetivo de prevenir y reducir el impacto en el medio ambiente.

2 Esta Directiva fue recogida por el Parlamento Español al aprobar la actual Ley 11/97 de Envases y Residuos de Envases, atendiendo a la demanda social de conservar y defender el medio ambiente.

3 En la actualidad la mayoría de nuestros residuos están siendo gestionados para prevenir y reducir el impacto ambiental.

4 Los envases vacíos o con restos de medicamentos, así como los medicamentos caducados, no deben ir a la basura ni al mismo montón que los papeles, latas, vidrios, pilas...

5 Los medicamentos utilizados adecuadamente mejoran nuestra salud. Sus envases, si no son reciclados, y sus restos, ni no son eliminados debidamente, pueden dañar la salud de la naturaleza. Su correcta gestión ayuda a la conservación del medio ambiente y según las directrices de la OMS, también beneficia nuestra salud.

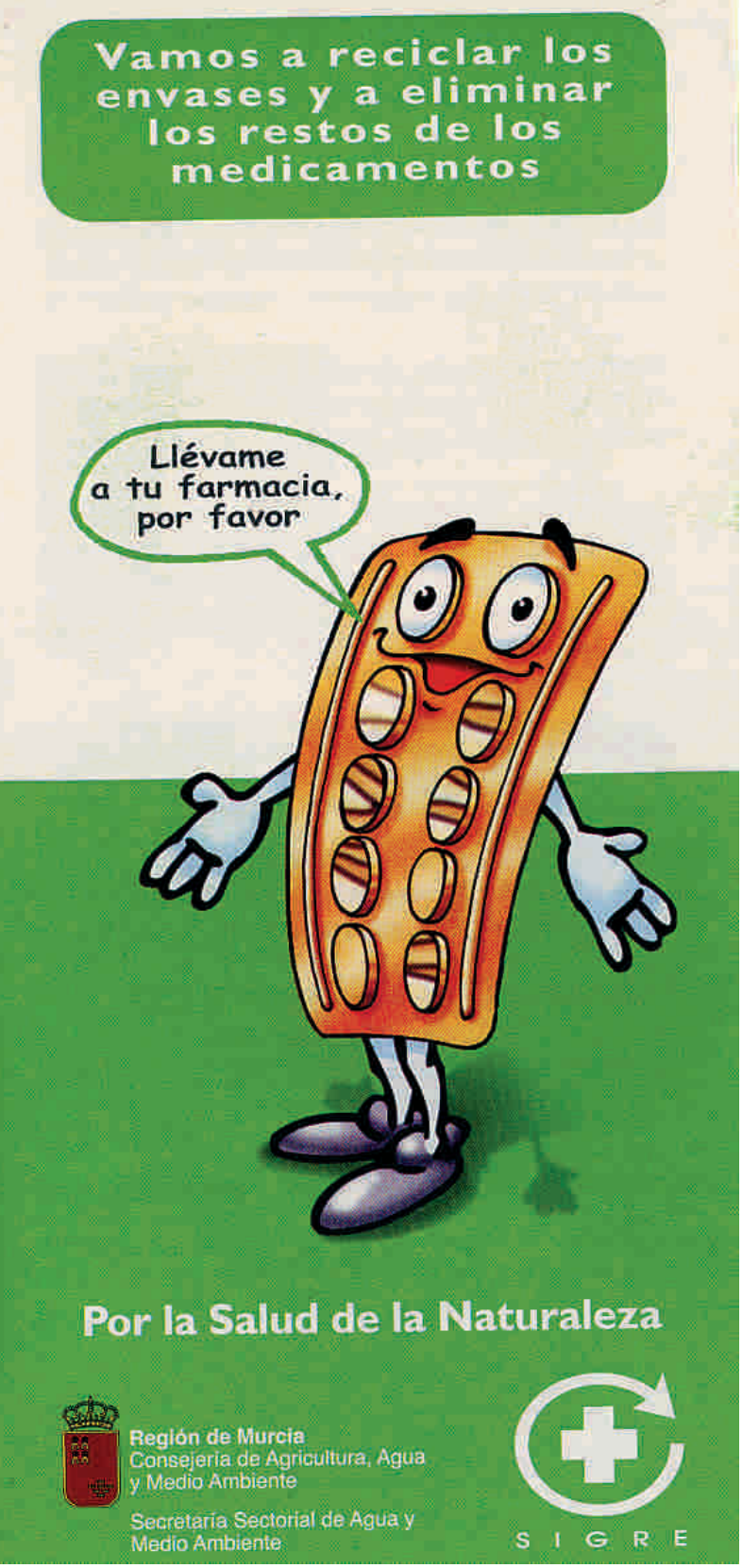
6 La industria farmacéutica, en consonancia con su sensibilidad medioambiental, ha promovido la puesta en marcha del sistema, con la participación de la distribución y de las oficinas de farmacia. De la colaboración de os consumidores, por el alto grado de sensibilización y respeto que tiene a la Naturaleza.

7 El funcionamiento de SIGRE está asegurado: los laboratorios farmacéuticos aportan la financiación mediante una cuota por cada envase puesto en el mercado; la distribución aporta el soporte logístico y los farmacéuticos su colaboración como agentes informadores a sus clientes y supervisores del Punto SIGRE.

8 Con este sistema, gestionado por expertos, el circuito del medicamento queda cerrado: fabricación, distribución, dispensación, uso y devolución a la farmacia.

9 El sector farmacéutico confía en la respuesta social de los consumidores, por el alto grado de sensibilización y respeto que tienen a la Naturaleza.

10 Para SIGRE, responsable de esta campaña ecológica, la farmacia, con la colaboración del farmacéutico, es el punto natural donde los ciudadanos depositan los envases y los restos de sus medicamentos.



¿Cómo funciona el SIGRE?

Este sistema funciona como un sistema de gestión cerrado, es decir, aprovecha el mismo canal de distribución que utilizan las Oficinas de Farmacia, pero en sentido inverso: el consumidor lleva los envases y restos de medicamentos a la farmacia para ser posteriormente recogidos por la distribución y entregados para su clasificación y posterior tratamiento.

¿Qué podemos depositar?

En cada una de las Oficinas de Farmacia hay ubicados contenedores en los que se depositarán: envases vacíos de medicamentos, los envases con resto de medicamentos y los medicamentos caducados con sus respectivos envases. Sin embargo, hay una serie de productos que no tienen la consideración de envase, y por lo tanto no deberán llegar al Punto Sigre de las farmacias:

- Bolsas para infusiones unidas inseparablemente al producto que contienen
- Envoltorios, entendiendo por tales, materiales utilizados para envolver un producto, que no acompañan a éste en el momento de su puesta en el mercado, sino que se incorporan al mismo en el momento de su venta al por menor al consumidor final (por ejemplo, el papel utilizado para envolver los productos vendidos)
- Jeringuillas, bolsas de plasma y productos que, debido a su finalidad, puedan considerarse en sí mismo como producto sanitario
- Frascos o bolsas para tomas de muestras de sangre, heces u orina y otros recipientes similares utilizados con fines analíticos
- Prospectos o instrucciones que acompañen a los medicamentos en sus envases
- Cajas de lentes de contacto y de gafas

Una vez depositados por el consumidor y restos de medicamentos en el Punto Sigre de la farmacia, sus distribuidores habituales se encargan de la recogida para transportarlos y almacenarlos de forma adecuada, para su posterior entrega en las plantas de selección o clasificación. Una vez que los residuos han llegado a la planta de selección y clasificación se pone en marcha el siguiente proceso de separación:

- Por el tipo de material de envases: papel, cartón, vidrio, plástico, etc. Una vez clasificados y seleccionados serán puestos a disposición de plantas especializadas para su reciclado.
- Los restos de medicamentos, una vez clasificados, serán eliminados mediante gestores de residuos autorizados que aseguran su correcto tratamiento de acuerdo con la legislación vigente.

Noticias de prensa

Se endurece el control sobre un fármaco antiacné

Lleva más de una década en el mercado y en el sector de la dermatología es un superventas, pero sus potenciales efectos adversos han merecido una estrecha vigilancia sanitaria. La isotretinoína (comercializada en España como Roacutan) es la única medicación que ha demostrado ser capaz de limpiar los rostros lacerados por el acné rebelde. Sin embargo, a un alto precio. Es conocido su potencial teratogénico, es decir, para causar malformaciones fetales y su uso se asocia a un mayor riesgo de depresión. La polémica sobre sus efectos secundarios se ha reavivado este año. La agencia americana del medicamento, la FDA, endureció el pasado febrero las medidas de control para prescribirlo con el objeto de evitar posibles anomalías fetales, esta semana una plataforma cívica internacional ha solicitado su retirada del mercado a las autoridades sanitarias del Reino Unido alegando que la tasa de suicidios se incrementa entre los usuarios./mayo, 2002

Un nuevo fármaco frena el avance de la diabetes juvenil

El estudio es preliminar, y el número de enfermos que han participado en él, muy discreto. Sin embargo, los resultados de tratar durante 15 días a 12 pacientes recién diagnosticados de diabetes juvenil con un anticuerpo que modula el sistema inmune parecen prometedores y han salido a la luz en el último New England Journal of Medicine. Científicos de la Universidad de Columbia, en nueva York, y de la de California, en San Francisco, han probado un anticuerpo obtenido de ratones, y humanizado con técnicas especiales capaz de bloquear parte del mecanismo inmune que destruye las células del páncreas productoras de insulina. La idea de los investigadores era la de conseguir un producto que frenase la acción de las células T, que son las responsables, en buena parte, de la pérdida de la capacidad del páncreas para segregar la hormona que controla la entrada de azúcar en las células./ junio, 2002

Colaborar por el bien común y el medio ambiente

Símbolo SIGRE Los medicamentos llevarán en sus envases este distintivo para su reciclaje.
Contenedores Las oficinas de farmacia de la Región ubicarán contenedores especiales para la recogida selectiva de los fármacos.
Folletos Está previsto editar folletos explicativos dirigidos a los consumidores y material promocional que se colocará en las farmacias.

Las 533 oficinas de farmacia repartidas por la Región de Murcia van a habilitar contenedores destinados a la recogida selectiva de medicamentos no utilizables que los usuarios guardan en sus domicilios con el fin de proceder al reciclado de los envases y a la eliminación de los restos de fármacos antiguos.

La Consejería de Agricultura, Agua y Medio Ambiente de la Región de Murcia fue el escenario que acogió la presentación del denominado Sistema Integrado de Gestión y Recogida de Envases (SIGRE). SIGRE es una iniciativa del sector farmacéutico, que surge de su compromiso social y de su sensibilidad con el medio ambiente, según explicó Prudencio Rosique. El objetivo de esta iniciativa, según declaró el consejero de Sanidad y Consumo de la Región, Francisco Marqués Hernández, es que "el ciudadano lleve los envases vacíos, los envases con restos de medicamentos y los medicamentos caducados con sus respectivos envases a sus farmacias para que sean reciclados convenientemente". De este modo, se suprimen las medidas solidarias tomadas por algunas organizaciones para recuperar restos de medicamentos y utilizarlos en labores humanitarias, ya que la Organización Mundial de la Salud (OMS) es contraria a este tipo de iniciativas, según se explicó durante la presentación de SIGRE. Por su parte, el consejero de Agricultura, Agua y Medio Ambiente, Antonio Cerdá, manifestó que "el medicamento tiene una labor social muy importante pero que, en nuestro días, nos desprendemos de él de forma anárquica. Esta medida es un paso para mejorar la vida de todos ya que es beneficioso tanto para la salud pública como para el medio ambiente". A partir de ahora los medicamentos llevarán el símbolo de SIGRE en sus envases y en las farmacias se ubicarán contenedores especiales para la citada recogida, y posterior reciclado, de medicamentos además de folletos explicativos dirigidos al consumidor y material promocional que se colocará en las farmacias como símbolo de pertenencia al plan.

La colaboración entre farmacéuticos y ciudadanos se convierte con esta inciativa en una clara apuesta por el bien común. EL FARO/19-7-2002

HEFAME estrena presidente

Pedro Rabadán ocupará la presidencia de Hefame durante los dos próximos años, tras ganar las elecciones parciales en la cooperativa farmacéutica con el 56,6% de los votos. Rabadán, que ya ha anunciado su intención de no presentarse a la reelección cuando concluya el actual mandato, tiene ahora por delante el reto de cerrar el proceso de fusión con la sevillana Cecofar y crear el primer grupo distribuidor farmacéutico de España. Rabadán obtuvo un total de 740 votos, frente a los 566 (43,4%) logrados por la candidatura rival, encabezada por Eduardo Pérez. Un total de 1.306 fueron los votos emitidos, lo que representa una participación del 43% del censo de socios de Hefame.

Nueva ministra de Sanidad

El perfil de Ana Pastor

Esta funcionaria y médico de profesión que dirigía hasta ahora la subsecretaría del Ministerio del Interior pasará a ocupar la cartera de Sanidad, ostentada hasta el momento por Celia Villalobos. Nació en Pontevedra en 1957. Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Salamanca, es también master en Salud Pública, Administración Sanitaria y Dirección de Empresas.

Como funcionaria de carrera, pertenece al Cuerpo Superior de Salud Pública y Administración Sanitaria.

En Galicia, concretamente en su ciudad natal, ha desempeñado diversos puestos de responsabilidad, como los de jefe del Servicio de Planificación Sanitaria de la Delegación de la Consejería de Sanidad y Servicios Sociales, gerente de Atención Primaria y directora provincial del Servicio Gallego de Salud.

Ahora dirigirá los destinos de la sanidad española.

Un año de boletín

El boletín de comunicación interna del Colegio Oficial de Famacéuticos de la Región de Murcia INFORMA ha cumplido un año de existencia. A través de estas páginas se ha ofrecido todo aquello que la comunidad farmacéutica ha podido necesitar en materia de comunicación. Estas páginas pretenden aproximar el vínculo existente entre los colegiados y aportarles un valor añadido en concepto de información.

Nos encontramos en la era de la comunicación y es preciso contar con instrumentos que sinteticen de forma eficaz todo el caudal informativo que se produce a diario y que llegue de una manera sincrética y desmenuzada para que responda a los intereses del colectivo. Además este elemento de comunicación es una vía directa en el ejercicio de la tarea colegial diaria. Traslada sin intermediación todo lo acaecido entre números que pueda ser de interés sustancial para seguir actuando de manera eficaz en el entorno social en el que nos movemos, con un objetivo máximo: que el ejercicio de salud en la tarea diaria del farmacéutico tenga un reflejo en el ámbito de la sociedad murciana, en su bienestar general y futuro.

Tanto los INFORMA bimestrales, como los números especiales han pretendido recoger las noticias de interés que permitan a cualquier profesional de la sanidad estar al día en todos los acontecimientos que puedan tener una repercusión en su labor cotidiana.

Las diferentes secciones, reportajes, entrevistas y noticias constituyen el eje central de la vida farmacéutica del siglo XXI. La botica de hoy, y los profesionales del sector tienen un reto con la asunción de las nuevas tecnologías, sin perder de vista el trato humano y cercano que se dispensa a los ciudadanos de la farmacia. Para que esta labor sea completa ha de contar con una información detallada y puntual de los hechos relevantes para el sector y que a través de un medio de comunicación propio como éste se consiguen encauzar. Lo que sería un volumen informativo imposible de manejar se ofrece de forma ordenada y sucinta con el esfuerzo de tratamiento del departamento de Comunicación.

Acuerdos de la Junta de Gobierno

25 DE JUNIO

• Estudio y Resolución de Expedientes de Altas de Colegiación y de Oficina de Farmacia.

• Apertura de Expediente Investigador a un farmacéutico, por incumplimiento de horario interfiriendo los turnos de urgencia de su localidad.

• Se acuerda enviar copia de la carta enviada por la Dirección General de Universidades al Sr. Presidente y remitirla a los Académicos constituyentes de la Real Academia de Farmacia "Sta. María de España".

• Se aprueba que todos los farmacéuticos con título de Ortopedia remitan sus datos al Colegio, con la finalidad de realizar un censo.

• La Junta de Gobierno apoya la solicitud del Jefe de Unidad Técnica de Farmacia Hospitalaria en la que se solicita la creación de un Depósito de Medicamentos en el Hospital "Román Alberca".

• Se aprueba prorrogar las becas colegiales a Dña. María Dolores García Prieto y Dña. Sandra García Álvaro.

29 DE JULIO

• Estudio y Resolución de Expedientes de Altas de Colegiación y Aperturas y Traslado de Oficina de Farmacia.

• Reclamación por vía judicial de los botiquines que deben a dos farmacéuticos de Águilas el Servicio Andaluz de Salud.

• Información sobre Telefarmacia, sobre el homenaje al Profesor Vicente Vilas y se lee felicitación a la Junta por el Premio "El FARO" y por el logo Red de Farmacias de la Región de Murcia.

EL CIM Y EL DEPARTAMENTO DE COMUNICACIÓN PRESENTAN "LOS TEMAS DE VERANO"

Utensilios y alimentos crudos son fuente de contaminaciones alimentarias

El consumo de alimentos contaminados por agentes infecciosos afecta anualmente en nuestro país a unas 9.000 personas. Más de la mitad de los casos que se producen son a causa de la salmonella. Muchas de estas contaminaciones empiezan en los utensilios de cocina.

Los alimentos con más riesgos de contaminación son los huevos, las salsas y preparados que lo utilizan como materia prima. Constituye una de las causas más frecuentes de intoxicación en humanos.

Medidas preventivas

• Evitar el consumo de quesos de pasta y quesos azules; no comer la corteza.
• Consumir bien cocinados los alimentos de origen animal (carnes, pescados, huevos...).
• Lavar cuidadosamente las verduras y las hierbas aromáticas.
• Evitar el consumo de leche cruda (no pasteurizada) o de alimentos elaborados con leche cruda.
• Recalentar adecuadamente las sobras alimentarias o los platos precocinados, antes de su consumo.
• Conservar la carne cruda separada de verduras y de alimentos cocinados o listos para consumir.
• Lavarse las manos, limpiar cuchillos y tablas de cortar después de haber manipulado alimentos crudos.

Enfermedades transmisibles de los animales a los humanos

Las zoonosis son las enfermedades de los animales transmisibles a los humanos y se destaca la Encefalopatía Espongiforme Bovina (EEB) o "mal de las vacas locas". El agente infeccioso que causa está enfermedad es el prión: una proteína "defectuosa" que produce la degeneración del cerebro en el que aparecen lesiones en forma de esponja.

La Brucelosis es otra enfermedad infecciosa grave que afecta al hombre y algunos animales. Se puede producir el contagio al consumir leche (especialmente de cabra) sin hervir.

La triquina es un parásito del ganado porcino que causa la triquinosis. Los últimos casos registrados se debieron al consumo de embutidos de jabalí de caza.

El derecho a la información de los consumidores

El Derecho a la información es uno de los cinco derechos básicos de los consumidores. En las crisis alimentarias, la información es la demanda esencial de los ciudadanos pero, también, la herramienta más eficaz para reducir el alcance del riesgo. La etiqueta debe ser el instrumento que nos ofrezca los datos esenciales del producto.

En los alimentos envasados la etiqueta debe indicar siempre:
• Nombre o denominación del producto alimenticio.
• Nombre y domicilio del fabricante, envasador o de un distribuidor establecido dentro de la Unión Europea.

En la mayoría de los casos:
• Lista de ingredientes.
• Contenido neto.
• Fecha de consumo preferente o fecha de caducidad.
• Lote de fabricación

Y en ocasiones puede aparecer esta otra información:
• Condiciones especiales de conservación.
• Modo de empleo.
• Etiquetado nutricional.

Artículo publicado en El Faro, La Verdad y La Opinión.

Viaje Seguro

Antes de iniciar cualquier viaje se deben tener en cuenta una serie de consejos tanto en función del destino del mismo como de nuestro estado de salud

En el caso de padecer algún tipo de enfermedad crónica es imprescindible visitar al médico de cabecera para realizarse un chequeo antes de su viaje además de llevar siempre consigo un informe en el que figura la descripción de la enfermedad y la medicación habitual. Por último, se recomienda llevar la medicación suficiente para todo el viaje.

Vacunaciones

Los desplazamientos a un país tropical es fundamental la administración de vacunas o tratamientos preventivos (quimioprofilaxis) contra algunas enfermedades infecciosas, debiéndose realizar con suficientes días de antelación al inicio del viaje. Para recibir la información necesaria sobre las vacunas recomendadas y el tipo de profilaxis según el país que quiera visitar acuda a la Consejería de Sanidad y Consumo.

Hay algunas enfermedades tropicales que no se manifiestas inmediatamente, pudiendo ocurrir que se presenten bastante tiempo después del viaje. En el caso de tener que visitar a su médico, infórmele de los viajes que haya realizado a países tropicales en los últimos 12 meses.

Precauciones

Es imprescindible tener en cuenta una serie de precauciones cuando se realizan desplazamientos, sobre todo en países tropicales:
• Beba siempre agua y bebidas refrescantes embotelladas y asegúrese que la abren delante suyo.
• Evite los cubitos de hielo en sus bebidas, ya que estos pueden contener microorganismos.
• No consuma verduras crudas, ni frutas sin pelar.
• No tome carnes o pescados crudos o poco cocidos.
• Procure tomar abundante agua para evitar posibles deshidrataciones.
• Puede se peligroso bañarse en ríos y lagos de agua dulce pudiendo correr el riesgo de contraer una infección, debido a la existencia de larvas de parásitos.

En los desplazamientos se aconseja llevar ropa amplia y aireada, conviene que sea de algodón, y se debe evitar las fibras artificiales. Utilice ropa de colores claros. Se recomienda calzado cómodo y amplio

El sombrero, gafas de sol y cremas solares de elevada protección son imprescindibles en climas con altas temperaturas.

La protección frente a los mosquitos y otros insectos es importante para prevenir numerosas enfermedades transmitidas por ellos. Se aconseja utilizar pantalones y camisas de manga larga, si está al exterior al anochecer y al amanecer. En las partes del cuerpo que no estén cubiertas con la ropa, se recomienda usar repelentes de insectos o base de dietil-toluamida o de dimetil-ftalato.

Enfermedades de transmisión sexual

En los países tropicales son muy frecuentes las enfermedades de transmisión sexual, incluidos el Sida y la Hepatitis B. Por ello se deben evitar las relaciones sexuales ocasionales e incontroladas y utilizar los preservativos, como mejor método para prevenir la transmisión de estas enfermedades. Para evitar el contagio a través de la sangre nunca comparta: agujas, cuchillas de afeitar, cepillos de dientes...

Botiquín de viaje

Además de la medicación habitual que necesite el viajero, conviene disponer de un pequeño botiquín que deberá contener:
• Analgésicos, antihistamínicos, antilácidos, antidiarréicos, antibióticos, pomadas antialérgicas.
• Material para realizar pequeñas curas: vendas, esparadrapo, gasas, desinfectantes.
• Repelentes de insectos.

Artículo publicado en El Faro, La Verdad y La Opinión.

LOS TEMAS DE VERANO

No dejes que el sol te queme

El Centro de Información del Medicamento informa cómo prevenir las quemaduras solares bajo el lema “No dejes que el sol te queme”.
Si no se toman las medidas adecuadas de protección solar la exposición puede generar efectos negativos sobre el organismo, desde insolaciones y quemaduras a corto plazo, hasta envejecimiento prematuro, cáncer de piel a largo plazo e incluso ceguera debido a las radiaciones ultravioletas

Los primeros baños de sol de la temporada deben ser cortos (unos diez minutos), aumentando paulatinamente el tiempo de exposición según la sensibilidad del individuo y siempre con fotoprotector. Esta es una de las recomendaciones del Centro de Información del Medicamento (CIM) del Colegio Oficial de Farmacéuticos de la Región. El sol además de proporcionarnos luz y calor, emite radiaciones ultravioletas (UV) A, B y C. La mayor parte de la radicación UV que llega a la superficie de la tierra es del tipo UVA, y en menor cantidad UVB. La exposición a la radiación UVB, sobre todo, y a la UVA en menor grado, causan enrojecimiento de la piel (eritema), que se manifiesta a las pocas horas del comienzo de la exposición y llega al máximo a las 24-36 horas, momento en que empieza a ceder y deja paso a la pigmentación. Si la exposición es brusca o intensa se produce quemadura (quemadura solar). Tanto la radiación UV solar como la UV artificial pueden causarlo. La dosis mínima eritematógena o DME (tiempo mínimo de exposición de la piel a una determinada fuente de luz en condiciones constantes, capaz de inducir eritema persistente a las 24 horas) es diferente en cada individuo y depende del tipo de piel; de la cantidad de melanina en la piel (la melanina filtra sobre todo las franjas de radicación UV más eritematógenas, por lo que si hay mucha melanina es difícil que se produzca eritema); el grosor de la piel; la intensidad de la radiación recibida; la longitud de onda de la radicación (la radiación UVB es 1.000 veces más eritematógena que la UVA); el viento junto con la humedad y el momento del día.

En todos los hogares conviene tener un botiquín que contenga material de cura

¿Qué es el índice ultravioleta (UVI)? Es una medida de predicción que nos indica los niveles de radicación ultravioleta atmosféricos que se espera lleguen a la tierra al mediodía y afecten a la piel. Su conocimiento nos permite prevenir la sobreexposición solar, utilizando el factor de protección adecuado teniendo en cuenta el UVI y el fototipo de la persona. Sus valores van del 0 al 16 (0 indica el riesgo mínimo de sobreexposición y mayor de 10 máximo).

Un bronceado duradero

La radiación UVB tiene capacidad pigmentónega mediante tres mecanismos: estimula la síntesis de melanina en el melanocito, la transferencia de esta melanina a los queratinocitos y la proliferación de los propios melanocitos. La pigmentación empieza a ser visible a los tres o cuatro días y si la exposición es reiterada se mantiene durante semanas e incluso meses. Por lo que es protectora ante nuevas exposiciones al sol pero el hecho de estar moreno no hace que no se tenga que aplicar un fotoprotector. Artículo publicado en los medios de comunicación regionales.

MEMORIA

3 al 8 junio
Semana del Diabético de la Región de Murcia
6 junio
Reunión AEOF
7, 8, 28 y 29 junio
Doctorado en Desarrollo de Medicamentos
11 junio
Reunión área profesional
12 junio
Conferencia sobre “Dieta Mediterránea en el Tratamiento de la Obesidad”
15 junio
Junta General Extraordinaria
18 junio
Reunión con el consejero de Agricultura, Agua y Medio Ambiente
Reunión SIGRE
19 junio
Charla Interactiva sobre Alopecia Androgenética
25 junio
Inicio Campaña de Verano
Junta de Gobierno
26 y 27 junio
Pleno y Asamblea del Consejo General
2 julio
Reunión constitución comisión Convenio Marco
Reunión con el consejero de Sanidad y Consumo
4 julio
Firma convenio asociaciones de consumidores
Rueda de prensa
9 julio
Presentación den Madrid del proyecto “Pistas”
10 julio
Reunión con el consejero de Sanidad y Consumo
Almuerzo con el consejero de Sanidad y Consumo
14 y 15 julio
Doctorado en Desarrollo de Medicamentos
15 julio
Premio Grupo El Faro
17 julio
Comisión de expedientes
17 y 18 julio
Pleno del Consejo General
18 julio
Rueda de presna con los consejeros de Sanidad y Consumo y Medio Ambiente
22 y 23 julio
Reunión TSI
29 junio
Junta de Gobierno

A.M.A.
AGRUPACIÓN MUTUAL ASEGURADORA

MURCIA
Av. Juan Carlos I,1, Bajo.
Tel: 968 20 04 10
Fax: 968 20 10 58
murcia@amaseguros.com
C.P.: 30008

CARTAGENA
Soldado Rosique, 10. Bajo.
Tel.: 968 50 48 80
Fax.: 968 50 35 55
cartagena@amaseguros.com
C.P.: 30205

LORCA
Óvalo Santa Paula, 3
Entlo. Edif Castroverde.
Tel.: 968 44 34 44
Fax.: 968 44 26 34
C.P.: 30800

EDITA
Colegio Oficial de Farmacéuticos de la Región de Murcia
Avda. Jaime I, 1 - Entlo.
30008 MURCIA
Telf.: 968 277 400

Diseño y Maquetación
A2 Comunicación e imagen

IMPRIME
Murciagraf, S.A.L.

D.L.:MU-1313-2001