

nº15

**bida**  
farmacéutica

## LA FARMACIA EN VERANO

### ENTREVISTA

Matilde Sánchez Reyes  
Presidenta de Fedifar

### RSC

Concedidos los IV Proyectos  
de Innovación Social

### PREVENCIÓN CAPILAR

Nuevo Servicio en la farmacia

### DEPORTE Y FARMACIA

El deporte el mejor medicamento

Grupo  
**bida**  
farma

# SCHWABE CREA LA PRIMERA GUÍA DESTINADA A AYUDAR A LOS FAMILIARES Y EL ENTORNO CERCANO DE LAS PERSONAS QUE PADECEN ANSIEDAD

con la colaboración de la Fundación Juan José Lopez-Ibor y SEDEP

El pasado 26 de mayo fue presentada a los medios de comunicación a través de una rueda de prensa en la que colaboraron Lorenzo Viniegra y Sonia Ayo (Director general y Directora de marketing de Schwabe Farma Ibérica), Inés Lopez-Ibor y Sara Laguna de SEDEP (Sociedad Española para el Desarrollo y Estudio de la Psicología).

La guía “(Con)Vivir con la Ansiedad” incluye información sobre la enfermedad, consejos e incluso testimonios reales de pacientes, para ayudar a entender qué podemos hacer por las personas que sufren este trastorno y cómo desestigmatizar esta enfermedad.



Descargue aquí la guía y no dude en compartirla. También disponible en [www.lasea.es](http://www.lasea.es) de forma gratuita.



“La ansiedad es, con diferencia, la condición psiquiátrica más común en Europa. Se calcula que actualmente un 29% de la población española sufre esta patología. Tenemos que mirar por mantener una buena salud mental. En este sentido, las personas que conviven con aquellos que padecen ansiedad, pueden contribuir de forma muy positiva en su tratamiento” matiza la doctora Inés López-Ibor, especialista en psiquiatría y catedrática de la Universidad Complutense de Madrid.

Schwabe Farma Ibérica, con más de 150 años de experiencia en el mundo de la salud, ha dado un paso más en su objetivo de ayudar a los pacientes que sufren de ansiedad, tras su lanzamiento en 2020 de Lasea, medicamento ansiolítico de origen natural.



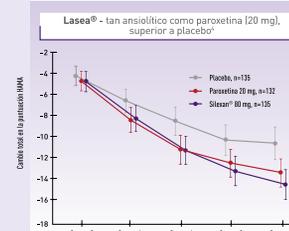
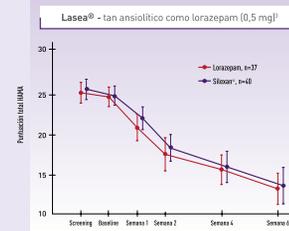
## LASEA: EFICACIA ANSIOLÍTICA COMPARABLE A LORAZEPAM Y PAROXETINA<sup>1,2</sup>

Indicado para el tratamiento de los síntomas transitorios de ansiedad para mayores de 18 años, Lasea® es un medicamento cuya eficacia y seguridad han sido probadas en 16 ensayos clínicos con con más de 2.200 pacientes, incluyendo estudios controlados con placebo y otros comparados con otros principios activos como son paroxetina y lorazepam.



Su principio activo, Silexan® (aceite de *Lavandula angustifolia* de calidad farmacéutica), modula los canales de calcio presinápticos relacionados con la liberación de neurotransmisores.<sup>3</sup>

Más información y ficha técnica disponible en [www.lasea.es](http://www.lasea.es)



1. Kasper S et al. Int J Neuropsychopharmacol. 22014;17:859–869. 2. WoelkH, SchläpkeS. Phytomedicine2010;17:94–99. 3. Schuwald A et al. PLoS ONE 2013;8:e59998



## 1

**EDITORIAL**  
página 3



## 2

**ACTUALIDAD**  
página 5



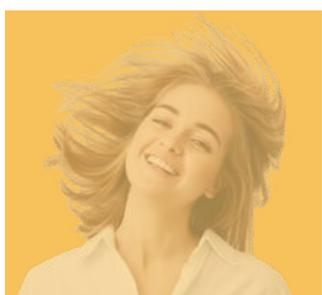
## 3

**ENTREVISTA**  
páginas 10-12



## 4

**LA PIEL  
EN VERANO**  
páginas 16-19



## 5

**PREVENCIÓN  
CAPILAR**  
páginas 24-25



## 6

**CAMPAÑA  
TABACO**  
páginas 36-37



## 7

**RSC**  
páginas 38-43



## 8

**DEPORTE  
Y FARMACIA**  
páginas 48-49



### Grupo Bidafarma S.C.A

Carretera Santa Fe - Granada Km. 3.6,  
A-92 C.P. 18320 Santa Fe. (Granada).

### Consejo de redacción

Luis Francisco Ortega Medina,  
María de Gádor Villalobos Megías,  
María Jesús Oya Amate, Matilde Sánchez Reyes,  
Pilar Sánchez-Mohino Arias, Rafael Luis Millán Gómez,  
Ignacio Pérez Ortiz.

### Coordinación editorial

Javier Rodríguez Fabre.

### Coordinación periodística

Ana Zurita Berbel y Jesús Hernández Albarraçín.

### Diseño y maquetación

Sara Romero Ortega.

### Preimpresión, impresión fotomecánica

Gráficas Piquer C/ Al Mediterráneo N° 29. Pol. Ind.San Rafael  
Huércal de Almería (ALMERÍA).



### Depósitos legales:

Edición Andalucía Oriental: GR 639-2017  
Edición Andalucía Occidental: GR 640-2017  
Edición Andalucía Sur: GR 641-2017  
Edición Islas Canarias: GR 642-2017  
Edición Extremadura: GR 643-2017  
Edición Castilla-La Mancha: GR 644-2017  
Edición Castilla y León: GR 645-2017  
Edición Madrid y Norte: GR 646-2017  
Edición Galicia: GR 647-2017  
Edición Baleares: GR 648-2017

### ISSN

Registro de comunicación de soporte  
Edición Andalucía Oriental: 2530-7754

Edición Andalucía Occidental: 2530-7746  
Edición Andalucía Sur: 2530-7738  
Edición Islas Canarias: 2530-7673  
Edición Extremadura: 2530-7703  
Edición Castilla-La Mancha: 2530-7681  
Edición Castilla y León: 2530-769X  
Edición Madrid y Norte: 2530-772X  
Edición Galicia: 2530-7711  
Edición Baleares: 2530-7762

SOPORTE VÁLIDO, RECONOCIDO POR LA  
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA Y  
ORDENACIÓN FARMACÉUTICA, REGISTRO  
2017/9



## EDITORIAL

# A LA SOMBRA DE AQUEL LAUREL

**S**e pueden obtener enseñanzas de los errores y fracasos, pero para crecer, una sociedad o un colectivo debería aprender sobre todo de sus propios éxitos.

Todo proyecto viene precedido de un sueño o una ilusión por lograr un objetivo, una meta que se espera conseguir lo antes posible. Este pensamiento cortoplacista es muy humano y nada se le puede reprochar. Sin embargo, en muchas áreas del conocimiento, la ciencia o el arte, sabemos que eso simplemente es una quimera, en especial cuando se piensa en grande, cuando se trata de crear una “gran obra”. Entonces habrá que poner a su servicio mucha imaginación e inteligencia, pero también una gran dosis de esfuerzo colectivo y recursos económicos, convicción en los fines y en el camino a recorrer; y por supuesto precisará tiempo, mucho tiempo.

Los peregrinos al llegar a Santiago de Compostela, quedan absortos ante la belleza y la grandiosidad de la Catedral, aunque pocos reparan en que la primera piedra se puso en tiempos de Alfonso VI, hace ya más de 900 años, su construcción duró casi dos siglos, y aún se sigue reformando. Al recordar el descubrimiento “casual” de la penicilina por el Dr. Fleming, no suele hacerse hincapié en la larga vida dedicada a la investigación de un científico al que la humanidad tanto le debe. Si hoy día muchísimas patologías se previenen, alivian o remedian con la administración del medicamento adecuado, eso no es flor de un día, sino fruto de siglos de trabajo de boticarios y ahora farmacéuticos.

Cuando el singular modelo farmacéutico español lo comparamos con la farmacia de otros países, destacamos su carácter solidario, garantista del acceso universal y en igualdad de condiciones de todos los ciudadanos a cualquier medicamento que puedan precisar, vivan donde vivan. Sin embargo, quizás falte un pensamiento y un justo reconocimiento hacia aquellos farmacéuticos que pusieron sus bases, cuando tuvieron una visión o presintieron la necesidad y se unieron para fundar las cooperativas farmacéuticas que hoy conocemos, aquellos a quienes tanto les debemos.

Nadie les podía garantizar ningún resultado exitoso cuando hace más de un siglo comenzaron poco a poco el camino del asociacionismo cooperativo como defensa de una profesión con muchos problemas de suministro que empezaban a cronificarse. No se trataba de un proyecto libre de riesgos, sino todo lo contrario; su resultado se suponía desde luego incierto, bastante aventurado y con muchas posibilidades de no alcanzar la meta deseada. Como todo en esa época, comenzó con espíritu y circunscripciones claramente provinciales. Ahora, la creación de Bidafarma refuerza la clave, esa dovela central de la cúpula que sostiene nuestro modelo de farmacia, en previsión del peso de un futuro siempre incierto.

En los albores del siglo XX, al iniciar el camino de lo que ahora es el 90 % de la distribución farmacéutica en España, el proyecto contaba entre los boticarios con muchos más detractores que compañeros de viaje. La actitud valiente de aquellos pioneros se acredita al afrontar una financiación que nadie podía asegurarles. Suponía también entrar en el terreno de lo desconocido; todos eran licenciados universitarios, profesionales farmacéuticos imbuidos en sus pequeños laboratorios por el mundo de la Biología, la Botánica y la ciencia Química, tradicionalmente tildados de conservadores y con limitada experiencia empresarial. No era fácil dar el paso, pero lo hicieron.

Si algo tienen en común las grandes obras es que quienes las idean y ponen esa primera piedra que luego sustentará sus pilares fundamentales, no suelen alcanzar a verlas culminadas, y solo serán las generaciones posteriores, quienes las disfruten u obtengan sus beneficios.

Los herederos de este modelo de distribución cooperativa y de este modelo de farmacia, tan dependientes el uno del otro en perfecta simbiosis, debemos estarles realmente agradecidos a esos antecesores nuestros que apostaron por poner la semilla, y esperar. Y ellos sabían que “el que siembra un laurel no se sienta a la sombra de él”.



# BIDAFARMA CELEBRA SU ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA

**La sede de la Fundación Cajazol en Sevilla fue el escenario elegido para celebrar la Asamblea General Ordinaria de Bidafarma, que se llevó a cabo cumpliendo todas las medidas de seguridad para velar por la salud de los asistentes**

**E**l pasado 28 de mayo tuvo lugar la celebración de la Asamblea General Ordinaria de Bidafarma para informar de toda la actividad realizada por la cooperativa durante 2020, año marcado por la pandemia, y aprobar las Cuentas Anuales del pasado ejercicio.

El acto institucional comenzó de la mano de Luis Francisco Ortega, secretario del Consejo Rector de Bidafarma, que detalló la actividad que la cooperativa realizó durante el pasado año en diferentes ámbitos

como formación, relaciones con instituciones universitarias y asociaciones de pacientes o responsabilidad social corporativa, entre otros.

Antonio Pérez Ostos, presidente de Bidafarma, fue el encargado de informar sobre los datos económicos generales de la cooperativa, que cerró el año 2020 con una facturación de 2.536 millones de euros, lo que supone un incremento del 1,82% sobre 2019, y una cuota de mercado del 21,77%. Según Pérez Ostos, “el resultado económico consolida la tendencia de los últimos años de un leve crecimiento del precio y número de recetas”. A lo que añadió que “la marcha económica de Bidafarma es coherente con el cuadro económico del sector”.

En cuanto al futuro inminente de la cooperativa, el presidente destacó “el avance realizado durante 2020 del Plan Estratégico, que, bajo la supervisión del director general, Jesús Porres, está conduciendo a Bidafarma hacia su futuro como referente dentro del cooperativismo farmacéutico”. Durante 2020, la cooperativa ha alcanzado dos

“

**Es necesario poner en valor el papel de la farmacia y el uso responsable del farmacéutico.**

importantes hitos como son la culminación y consolidación de las sinergias previstas entre las 29 instalaciones logísticas que Bidafarma dispone a lo largo de todo el territorio nacional y el establecimiento de alianzas estratégicas con otras empresas del sector de especial relevancia para la realidad cotidiana de la farmacia.

Por su parte, Antonio Mingorance, vicepresidente de Bidafarma, durante su intervención hizo hincapié en “la necesidad de la actividad institucional de la cooperativa junto al resto de instituciones del sector para la defensa del modelo farmacéutico español. Una actividad institucional que la cooperativa ha llevado a cabo con las administraciones públicas, asociaciones de pacientes, sociedades científicas y universidades”. Una actividad institucional que viene motivada según Mingorance porque “somos farmacéuticos y no podemos permanecer ajenos, como profesionales sanitarios, a desempeñar nuestra labor al lado de los pacientes. Por nuestra responsabilidad social corporativa, como empresa de un sector esencial, no podía permanecer impasible ante una emergencia nacional de estas dimensiones. Por poner en valor el papel de la farmacia y el uso responsable del farmacéutico”.

El tesorero de la cooperativa, Francisco José Chacón, expuso el informe de Tesorería y solicitó la aprobación de las cuentas anuales de Bidafarma.

#### 2020, año marcado por la pandemia

La celebración de la Asamblea General de Bidafarma sirvió para enumerar la importante labor que la cooperativa ha realizado junto a sus farmacias socias durante la pandemia, siempre en beneficio de la salud de la sociedad.

En este sentido, se destacaron las diferentes alianzas con las administraciones que dieron lugar a la puesta en marcha de la dispensación excepcional en farmacias de medicamentos hospitalarios; la activación del control del stock de hidroxycloquininas en comunidades como Madrid, Galicia o Castilla-La Mancha; el reparto de material sanitario y de protección en ciudades como Burgos, Toledo, Badajoz; o la gestión de las vacunas contra el coronavirus en Andalucía y Extremadura

Además, Bidafarma ha facilitado a las farmacias, asociaciones de pacientes y a la industria farmacéutica material divulgativo con recomendaciones y medidas de prevención frente al coronavirus en los meses más duros de la pandemia.

#### Reuniones de Zona online

De forma previa a la Asamblea General, se celebraron durante los días del 17 al 19 de mayo, las Reuniones de Zona de forma telemática.



“

**El avance del Plan Estratégico está conduciendo a Bidafarma hacia su futuro como referente dentro del cooperativismo farmacéutico.**



# LA COOPERATIVA D'APOTECARIS CELEBRÓ SU PRIMERA ASAMBLEA GENERAL DE FINAL DE PANDEMIA

**E**l pasado día 27 de mayo, la Cooperativa d'Apotecaris celebró su Asamblea General de socios, en el transcurso de la cual se aprobaron las cuentas de la empresa correspondiente al ejercicio 2020 así como la memoria, balance y cuentas de resultados, además de abordar diversas cuestiones de interés para el socio cooperativista, entre ellas los datos de ventas correspondientes al ejercicio 2020 (muy condicionado por la pandemia de la Covid-19 y sus importantes efectos en el ámbito sanitario, económico y social) y la evolución de las mismas durante los primeros meses del presente ejercicio.

En el transcurso de la asamblea, el presidente de la Cooperativa, Eladio González, valoró los ratios más significativos de las cuentas de la entidad durante un año 2020 absolutamente atípico a todos los niveles y analizó la actual situación general del sector de la distribución farmacéutica balear, a las puertas de un restablecimiento paulatino de la normalidad que se intuye muy próximo, después de quince meses de restricciones a todos los niveles.

En la citada asamblea se procedió, asimismo, a la proclamación de los nuevos cargos electos de la entidad cooperativista, en concreto de los reelegidos Mateo Colom (vicepresidente); Asunción Carrió (Secretaria); José Francisco Ladaria (Vocal 2º) y Baltasar Pons (Vocal 4º). Previamente a la asamblea de la Cooperativa también tuvo lugar la Junta General de accionistas de la Unión Farmacéutica Balear (UFB), en la que se aprobaron las cuentas del 2020.





Miguel Reviejo, consejero de la cooperativa en la comunidad gallega, explicó a los asistentes la importante labor de la distribución farmacéutica para la población



# BIDAFARMA GALICIA, EJEMPLO DE LA CADENA DE VALOR DE LA DISTRIBUCIÓN

El consejero de la cooperativa, Miguel Reviejo, intervino en unas Jornadas de Logística y Transporte poniendo en valor el trabajo que la distribución realiza día a día

El pasado mes de abril el periódico La Voz de Galicia organizó unas jornadas de logística y transporte, un congreso virtual que profundizó en los retos y oportunidades del sector tras la irrupción de la pandemia. El inmenso esfuerzo que ha realizado el transporte durante estos últimos meses y su futuro más inmediato fue analizado por expertos de la talla del presidente de la Autoridad Portuaria de A Coruña y empresarios de compañías como Repsol, Grupo Gestán o Satelium.

Como no podía ser de otra forma, Bidafarma estuvo presente en las jornadas donde, Miguel Reviejo, consejero de la cooperativa en la comunidad gallega, explicó a los asistentes la importante labor de la distribución farmacéutica para la población.

Durante su intervención, Reviejo ahondó en el concepto de la cadena de valor de la distribución farmacéutica, un término desconocido para la gran mayoría de la población que explicó así: “Esa cajita que se fabrica en un laboratorio tras unos procesos de investigación laboriosos, tiene que llegar a la farmacia y al usuario en perfectas condiciones, y ahí es dónde estamos nosotros”. El consejero gallego de Bidafarma apuntó además que “la logística del medicamento es una distribución complicada y a la vez muy precisa, que consigue que todos los pacientes que necesitan un medicamento lo puedan tener en su oficina de farmacia más cercana”.

En cuanto al modelo de la farmacia y el sistema de cooperativas farmacéuticas en España, Miguel Reviejo se mostró orgulloso ante los asistentes del sistema implantado en España del que dijo “creemos que se debería de copiar al menos en la zona Euro ya que el modelo que tenemos funciona espléndidamente bien”.



“El modelo cooperativo ofrece soluciones integrales a la farmacia”

“El modelo cooperativo ofrece soluciones integrales a la farmacia”, comentó reviejo a los periodistas y asistentes, y prosiguió defendiendo el modelo mediterráneo que, “además es solidario y ofrece soluciones con gran equidad pudiendo ofrecer los mismos servicios en farmacias rurales o en la gran ciudad”.

Reviejo también profundizó en la apuesta de la cooperativa por la innovación y automatización de todos los almacenes para conseguir así optimizar la distribución de los pedidos y evitar los fallos en la distribución del medicamento.

En cuanto al proceso de adaptación de la cooperativa a la situación sanitaria generada por el Covid, Reviejo explicó el sistema de burbujas implantado por la Bidafarma así como la figura del rastreador interno que han conseguido que la incidencia en los trabajadores de la cooperativa haya sido prácticamente nula durante todo este periodo de tiempo.

## Bidafarma en Galicia

La cooperativa cuenta en la comunidad gallega con seis almacenes, tres de ellos en A Coruña, uno en Lugo, otro en Ourense y otro en Vigo, en la provincia de Pontevedra. En Galicia da servicio a más de 1.300 farmacias a través de estos seis centros logísticos y cuenta con más de 80 rutas de distribución creando unos 350 puestos de trabajo entre directos e indirectos.

Actualmente, Bidafarma es líder en las provincias de Lugo y A Coruña, situándose en una cuota de mercado del 72% y el 53%, respectivamente.



“La logística del medicamento es una distribución complicada y a la vez muy precisa”

# LA DISTRIBUCIÓN FARMACÉUTICA REIVINDICA SU CONTRIBUCIÓN A LA SOSTENIBILIDAD MEDIOAMBIENTAL



El pasado día 15 de abril se celebró, en formato online, la V Jornada Profesional de Distribución Farmacéutica -organizada por el Consejo General de Colegios Farmacéuticos- bajo el lema “La sostenibilidad en la Distribución Farmacéutica”. Durante la jornada se desarrollaron cuatro ponencias y una mesa redonda, en las que se incidió en las acciones desarrolladas por este importante sector para promover la reducción de consumos, el uso de energías renovables y la reducción de residuos y emisiones.

Durante la inauguración de la jornada, el antiguo vocal nacional de Distribución Farmacéutica del Consejo General, José Ramón López, manifestó que “el objetivo de esta jornada es mostrar, al resto de profesionales de la sanidad y a la sociedad en general, cómo la distribución, en su labor esencial dentro de la cadena del medicamento, se ajusta en su desarrollo a satisfacer las necesidades del presente sin comprometer la capacidad de las futuras generaciones, garantizando el equilibrio entre el crecimiento económico, el cuidado del medioambiente y el bienestar social”.

En la mesa redonda se abordó la sostenibilidad de los medicamentos y productos sanitarios. En el transcurso de la misma M<sup>a</sup> Soledad Pedrosa, vocal de Distribución del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Sevilla y directora general de CEDIFA señaló que “la distribución farmacéutica contribuye al cuidado del medioambiente dentro de su ámbito a través de un sistema eficaz de logística inversa para la gestión responsable de los residuos; acuerdos de

colaboración con los laboratorios para optimizar los procesos de transporte, almacenamiento, manipulación y eliminación de productos; y asociación con gestores de residuos autorizados que aseguran la trazabilidad del producto, su tratamiento final y certificación de su eliminación conforme a la normativa medioambiental aplicable”.

Por su parte Juan Carlos Mampaso, director general de SIGRE Medicamento y Medio Ambiente, manifestó que “el binomio salud y medioambiente son dos caras de la misma moneda”. En este sentido, recordó que “se calcula que un 24% de la carga mundial de morbilidad y un 23% de la mortalidad son atribuibles a factores medioambientales, lo que implica 12,6 millones de muertes cada año, según datos de la OMS”.

En su turno de intervención, Miguel Valdés, director general de FEDIFAR, abordó la colaboración entre la distribución farmacéutica y SIGRE, y puso de manifiesto que “gracias al Sistema SIGRE, la red de más de 22.000 farmacias, en colaboración con los 142 almacenes de distribución y la industria, evitan la emisión de 1.400 toneladas de CO<sub>2</sub> a la atmósfera”. La lucha contra el cambio climático es uno de los pilares estratégicos de las empresas de distribución farmacéutica representadas por FEDIFAR. Todas las empresas están implicadas en esta labor y participan activamente en la protección del medio ambiente, optimizando procesos industriales y operativos para minimizar el impacto ambiental”, afirmó.

## Cuatro ponencias

Durante esta V Jornada Profesional de Distribución Farmacéutica se desarrollaron cuatro ponencias en las que se abordaron las distintas actividades desarrolladas para la contribución a la sostenibilidad medioambiental y la reducción de la huella de carbono. En este sentido cabe subrayar la intervención de Juan Jorge Poveda, vocal de Distribución del Colegio de Farmacéuticos de Madrid, que hizo hincapié en cómo se ha ido disminuyendo el consumo de papel y puso en valor las inversiones económicas que están llevando a cabo las cooperativas farmacéuticas para facilitar la reducción de residuos y el reciclaje.

Por otra parte, Enrique García-Mina, vocal de Distribución del Colegio de Farmacéuticos de Navarra, pronunció una conferencia sobre el uso de energías y tecnologías en relación con las buenas prácticas medioambientales tanto desde la preparación de pedidos como la iluminación, las cámaras frigoríficas, los transportes eléctricos, etc. También Juan Sanz, director de operaciones de Bidafarma, trató en su ponencia la gestión de consumibles y residuos, y cómo las nuevas tecnologías y la innovación en diversos ámbitos van a permitir continuar reduciendo consumos rentabilizando además las inversiones.

Finalmente intervino Esther González, vocal de Distribución del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Girona, que llevó a cabo, durante su ponencia, una revisión de la gestión de residuos internos en el sector de la distribución farmacéutica.

### Bidafarma, ejemplo a seguir

El director de Operaciones de Bidafarma, Juan Sanz, fue el encargado de poner la voz al sector del transporte y la logística en la industria farmacéutica. Bajo el título “El futuro empieza hoy”, Sanz explicó a los asistentes el firme compromiso que Bidafarma tiene con el medio ambiente que le ha llevado a elaborar un plan de eficiencia energética, calcular el impacto de su huella de carbono y un plan de reducción de las emisiones. A lo largo de su ponencia, Sanz trató aspectos como la digitalización de los procesos, la gestión de los residuos, la eliminación de papel y las repercusiones que tendrán estas acciones en el futuro de la industria.

El director de Operaciones repasó las acciones que Bidafarma está realizando como el uso de tecnología Led y mejora en los rendimientos de las instalaciones mediante mecanismos de digitalización e inteligencia artificial. Recalcó la oportunidad de dar un giro hacia el autoconsumo en energía fotovoltaica, pese a que el 100% de la energía consumida en Bidafarma ya es de origen renovable.

En cuanto a la gestión de residuos, Juan Sanz desveló que, en colaboración con Sigre, ayudan a gestionar el 20% de residuos farmacéuticos procedentes de pacientes en España, aportando al año un ahorro de 280 toneladas de CO2.

Además, a nivel de transporte, hizo hincapié en la importancia de contar con redes eficientes para cubrir todas las necesidades de las farmacias desde el modelo solidario que promueve Bidafarma.

El Director de Operaciones de la cooperativa explicó que la fusión realizada por la cooperativa ha supuesto, entre logística y transporte, un ahorro de casi mil toneladas de CO2 año. Y en esta misma línea, dio a conocer el nuevo proyecto puesto en marcha por Bidafarma, Farmacross, que le permitirá reducir el flujo de camiones a sus instalaciones gestionando su propia mercancía desde el origen de fabricación a sus almacenes.



**Durante la jornada, se expusieron las claves para promover la reducción de consumos, el uso de energías renovables y la reducción de residuos y emisiones**

### El futuro empieza hoy

1. Protección medio ambiental
2. Desarrollo social
3. Crecimiento económico

### Integración

Ahorro energético, Agua, Gas:

**229 Tn Co2/año**

Sinergias **11**

**Ahorro 3 millones Km/año**

### SIGRE

808.608 kg **20%**

Ciudad	Bidafarma	137.736	3,34%
VALENCIA	Bidafarma	101.766	2,32%
SEVILLA	Bidafarma	82.863	1,89%
BARCELONA	Bidafarma	65.348	1,49%
MADRID	Bidafarma	41.063	0,94%

**280 Tn CO2/año**

### farmacross

Consolidación del transporte pesado  
Optimización descarga puntos entrega  
Colaboración con laboratorios

**De 260 vehículos a 37 vehículos**





ENTREVISTA

**MATILDE SÁNCHEZ REYES**

PRESIDENTA DE FEDIFAR

# LOS FARMACÉUTICOS HAN DEMOSTRADO EL GRAN POTENCIAL QUE PUEDEN OFRECER AL SISTEMA NACIONAL DE SALUD Y SE HA PUESTO DE MANIFIESTO QUE DEBE APROVECHARSE

**M**atilde Sánchez Reyes (Sevilla). Es licenciada en Farmacia por la Universidad de Sevilla, doctora por la misma universidad y Master of Business Administration (MBA) del Instituto de Empresa. Es titular de una oficina de farmacia en Sevilla desde 1998, vicesecretaria del consejo rector de Bidafarma y secretaria del consejo rector del Grupo Bidafarma, así como secretaria de la Sociedad Europea de Cooperativas Farmacéuticas (SECOF) y Acofarma, y también consejera en Unycop y Cedifa. Fue elegida presidenta de la Federación de Distribuidores Farmacéuticos el 22 de abril de 2021, convirtiéndose en la primera mujer que preside la patronal en sus 40 años de historia.

## Felicidades por este nombramiento. ¿Cómo han sido los primeros días al frente?

Muchas gracias. La verdad es que han sido semanas de un trabajo intenso, muchas temas a tratar y la verdad es que asumo esta etapa con mucha ilusión y asumiendo la gran responsabilidad que tengo por delante.

## Después de este año de pandemia de la covid-19 parece que se presenta un horizonte distinto...

Creo que este año ha sido complicado para todos, a nivel personal como profesional. Creo que a nivel profesional tenemos que destacar la gran labor que ha realizado tanto la oficina de farmacia como la distribución farmacéutica en España. La distribución ha sido capaz de garantizar que todos sus pacientes hayan podido acceder a sus medicamentos en condiciones de equidad, seguridad y calidad. Ha gestionado adecuadamente los stocks y las empresas de distribución en España son empresas con estructuras muy sólidas y a la vanguardia de la distribución en Europa. En cuanto al horizonte, podemos ver más esperanza gracias a la vacunación.

Son varias las empresas asociadas a Fedifar que están colaborando en la distribución de la vacuna en distintas comunidades autónomas, en ese sentido también tenemos que estar orgullosos de ese granito de arena que está aportando la distribución farmacéutica.

## Para muchos que no estén tan familiarizados, Matilde. ¿Qué es Fedifar?

FEDIFAR es la patronal que agrupa a todas las empresas de distribución farmacéutica de gama concreta que operan en España. Las empresas de gama concreta son aquellas que trabajan la totalidad de las referencias comercializadas que en total son treinta mil. Indiferentemente de cuál sea su precio y su nivel de rotación. En total son 19 las empresas asociadas a Fedifar y representan más del 97% del mercado de suministro de medicamentos en España. Fedifar como patronal es el interlocutor de referencia de la distribución con las autoridades sanitarias y los diferentes agentes que forman parte del sector farmacéutico.

“

“Los farmacéuticos han realizado una labor esencial durante la pandemia. Han estado en primera línea, en momentos de gran dificultad han estado ahí y su labor ha sido muy bien valorada por los ciudadanos”

## ¿Qué objetivos tenéis a medio y largo plazo?

Defender los intereses de todas las empresas asociadas. Y ya que somos los interlocutores de referencia de la distribución farmacéutica con las autoridades sanitarias, tenemos que reforzar el diálogo y la cooperación con todas las autoridades y fuerzas políticas y los demás agentes del sector farmacéutico. Es muy importante que aumentemos la disertación de la distribución farmacéutica dentro del Sistema Nacional de Salud y que FEDIFAR sea el punto de encuentro de todas las empresas asociadas.

## Hemos visto que ha sido un año en el que el farmacéutico se ha realizado aún más como sanitario de referencia...

Han realizado una labor esencial durante la pandemia. Han estado en primera línea, en momentos de gran dificultad han estado ahí y su labor ha sido muy bien valorada por los ciudadanos. El apoyo de la distribución ha sido muy importante. Los farmacéuticos han demostrado su gran potencial que puede ofrecer al Sistema Nacional de Salud y se ha puesto de manifiesto que debe aprovecharse.

“

“Queremos que Fedifar sea el punto de encuentro para todas las empresas asociadas”

**Y en el ámbito de la distribución, el sanitario más próximo. Habéis estado al pie del cañón abasteciendo a todas las farmacias...**

Creo que el binomio farmacia y distribución ha estado a la altura de las circunstancias. La gran labor de las farmacias también se ha debido al papel de la distribución, la ayuda y el apoyo. Se ha garantizado el acceso a los medicamentos para todos los pacientes, el suministro ha sido normal durante los meses de pandemia. Las empresas asociadas a FEDIFAR se han movido mucho institucionalmente. Muchas acciones realizadas, no sólo la distribución de las vacunas. Se ha colaborado en la distribución de material de protección sanitario, control de medicamentos que tuvieron alguna dificultad, distribución de medicamentos de diagnóstico hospitalario... El papel de la distribución ha sido importante, además del apoyo a las farmacias en primera línea se han hecho muchas acciones de gran importancia.

**Distribución en zonas rurales donde no hay ningún centro de atención primaria. Repartir salud podríamos decir...**

La distribución tiene un papel clave dentro del Sistema Nacional de Salud. Se visualiza más cuando hablamos de la España rural, la España vaciada. Donde no llega casi nadie, sí llega una furgoneta de las empresas de distribución farmacéutica, al margen de que sea rentable o no. Nuestro modelo es solidario porque depende de recursos de las operaciones que son rentables para sufragar a las que no lo son, esto permite sostener este modelo farmacéutico que tenemos en España de una gran capilaridad.

**FEDIFAR y Bidafarma, Bidafarma y FEDIFAR. Idilio que ayuda a toda la ciudadanía...**

FEDIFAR como representante de todas las empresas de distribución farmacéutica de amplia gama tiene un idilio con todas las empresas asociadas y entre ellas está Bidafarma. Puedo decir que la distribución farmacéutica en España tiene un gran compromiso con los ciudadanos puesto que somos esenciales para el acceso al medicamento en condiciones de calidad, equidad y seguridad.

**Matilde, me gustaría pedirle un mensaje en esta nueva etapa para todos los farmacéuticos:**

Que sigan trabajando y realizando la gran labor sanitaria que han demostrado también durante la pandemia. Estos meses han puesto de relieve que somos esenciales dentro del Sistema Nacional de Salud.

“

**“La distribución farmacéutica en España tiene un gran compromiso con los ciudadanos puesto que somos esenciales para el acceso al medicamento en condiciones de calidad, equidad y seguridad”**





# COFARCA APUESTA POR LA EFICIENCIA ENERGÉTICA

Recientemente ha puesto en marcha una instalación fotovoltaica de autoconsumo

**C**ofarca ha instalado paneles solares de última generación en su almacén de Gran Canaria, un gran proyecto con el que alcanza el 25% de autoabastecimiento eléctrico instantáneo y reducirá anualmente la emisión de CO<sub>2</sub> a la atmósfera de 105.252 kg, equivalente a plantar 18.144 pinos canarios al año.

La inauguración de la instalación solar fotovoltaica se realizó el pasado mes de abril con la visita de Rosana Melián, Directora General de Energía del Gobierno de Canarias, que junto a representantes de Cofarca realizaron un recorrido de la instalación fotovoltaica y del almacén de Cofarca.

Con esta instalación, compuesta por 264 módulos fotovoltaicos en una superficie de 1.300 metros cuadrados, Cofarca reducirá en mayor medida las emisiones de CO<sub>2</sub> a la atmósfera. Una apuesta firme por la energía solar, renovable y limpia que ejecuta con la subvención de "Mejora de la Eficiencia Energética y el Uso de Energías Renovables en Empresas y Edificios Residenciales" cofinanciada con FEDER y concedida por el Gobierno de Canarias el pasado año 2020, y que contribuye al desarrollo sostenible gracias a la obtención ilimitada de energía.

Supone un gran avance en el desarrollo de la política de protección del medio ambiente que lleva a cabo Cofarca, con una importante mejora en la eficiencia energética de la cooperativa. Las energías renovables han llegado a Cofarca para quedarse.

## Eco-Acción

### Instalación fotovoltaica de autoconsumo en Cofarca



Superficie ocupada: 1.300 m<sup>2</sup>

264 módulos fotovoltaicos

Supone un 25% de autoabastecimiento eléctrico instantáneo

Reduce anualmente la emisión de CO<sub>2</sub> a la atmósfera de 105.252 kg al año.

Equivale a plantar: 18.144 pinos canarios al año.

# BIDAFARMA SALAMANCA SE SUMA A LA INICIATIVA “FRENA EL SOL, FRENA EL LUPUS”



Frena el sol,  
frena el lupus



Las farmacias salmantinas se han adherido a la campaña impulsada por la Federación de Asociaciones de Farmacias de Cataluña (FEFAC), que permite a las personas con lupus acceder a fotoprotectores con un factor solar muy alto a un precio reducido.

El Lupus Eritematoso Sistémico (LES) es una enfermedad autoinmune de origen desconocida producida por los propios anticuerpos que atacan a las células del organismo. En el mundo hay más de cinco millones de personas con lupus; aproximadamente, una por cada 1.000 habitantes. En España el lupus afectaría a 45.000 personas.

Una de las causas que más hace empeorar el lupus son los rayos del sol (UV-B). La exposición solar no solo puede dar lugar a un brote cutáneo de la enfermedad, sino que también puede provocar un aumento importante de la actividad inflamatoria en forma de afectación a cualquier órgano.

Por este motivo, las farmacias de Salamanca a través del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Salamanca, junto a la Asociación de Lupus de Salamanca y de Bidafarma, se han sumado a la iniciativa 'Frena el sol, frena el lupus', que permitirá a los pacientes de esta enfermedad tener acceso a fotoprotectores de ISDIN de alta protección a precios muy reducidos.

“

La exposición solar empeora la calidad de vida de los pacientes con lupus. Gracias a las farmacias los pacientes con lupus pueden acceder a fotoprotección solar a precio muy reducido

La campaña se presentó de forma online el pasado 21 mayo y contó con las intervenciones de Javier E. Recio, miembro del Consejo Rector de Bidafarma; Iván Ramos, vocal de Dermofarmacia del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Salamanca; Ana Sánchez, presidenta de la Asociación Lupus de Salamanca; Antonio Torres, presidente de Federación de Asociaciones de Farmacias de Cataluña e impulsor de la campaña 'Frena el sol, frena el lupus'; Oriol Rodríguez, responsable de Fotoprotección de ISDIN; y Sofía Barceló, directora de Relaciones Institucionales de Alliance Healthcare.

Durante su intervención, Javier E. Recio mostró su satisfacción por “ayudar desde Bidafarma a los pacientes con lupus en su día a día, en gestos tan simples como salir a la calle, sin que la exposición al sol suponga un problema para la salud para estas personas”.

Además, Recio quiso poner en valor el trabajo que desde Bidafarma se realiza “mano a mano con las asociaciones de pacientes, acompañándolos junto a las farmacias en el cuidado responsable de su salud”

## 955 farmacias participantes

En España, 955 farmacias forman parte del proyecto 'Frena el Sol, frena el lupus', ofreciendo cobertura a más de la mitad de los pacientes de lupus. Cada día son más las farmacias que forman parte de esta iniciativa puesta en marcha en el año 2015. Actualmente está presente en Cataluña, Aragón, Baleares, Asturias, Madrid, Sevilla, Granada, Murcia, Jaén y Cantabria y se trabaja para llegar al resto del territorio y dar cobertura al 100% de los pacientes. Salamanca acaba de sumarse a la misma.

# FARMACIA Y TABACO



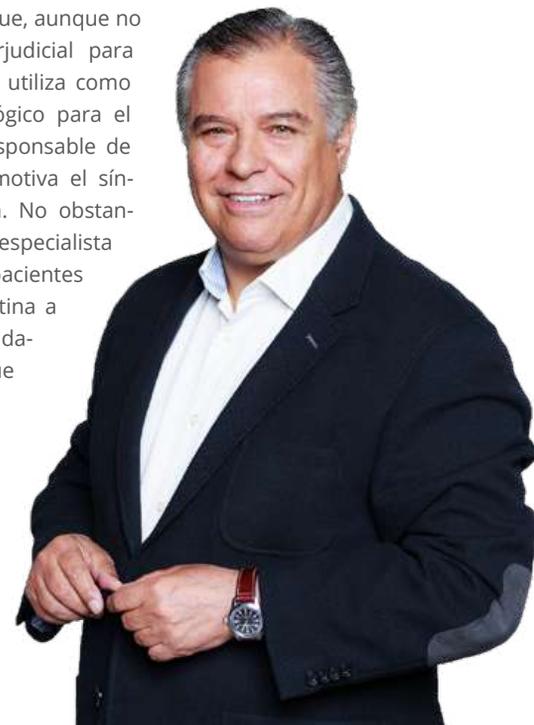
## POR EL DR. BARTOLOMÉ BELTRÁN

**S**e está demostrando que los farmacéuticos se involucran cada vez más en la salud pública. Muestra de ello es la iniciativa que tuvo gran acogida, liderada por el Consejo Andaluz de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (CACOF) en las farmacias andaluzas, para prevenir el tabaquismo y promover la cesación tabáquica.

De este modo, la iniciativa reivindica el papel activo del boticario para ofrecer la ayuda y asesoramiento profesional a las personas que quieren dejar de fumar, a través de sus consejos, realizando una labor de educación sanitaria. Además, es una manera de colaborar con los servicios sanitarios en la identificación y seguimiento de personas fumadoras que cumplen los requisitos establecidos para someterse a los tratamientos financiados para dejar de fumar.

Tal y como afirma el presidente del CACOF, Antonio Mingorance "las Oficinas de Farmacia son, por cercanía, capilaridad y accesibilidad, el espacio sanitario más próximo a los pacientes y pueden contribuir de manera importante en la mejora de la calidad de vida de las personas a la hora de afrontar problemas de salud pública, como es el caso del tabaquismo". Y añadió que "las farmacias son espacios sanitarios próximos y de fácil acceso para toda la población y podemos ayudar de forma importante a las personas que quieren dejar de fumar y llevar un estilo de vida saludable". Y es que, muchas veces no somos conscientes de las alarmantes

cifras que el tabaco deja a sus espaldas. Solo en 2020, unas 50.000 personas fallecieron a causa del tabaco en nuestro país. Según los datos de 2020 de la Encuesta Europea de Salud en España (EESE), el 19,8 por ciento de la población mayor de 15 años fuma a diario, el 2,3 por ciento es fumador ocasional y el 22 por ciento es exfumador. Por este motivo, es importante que el asesoramiento sea de un profesional sanitario. El doctor Jesús Peña Del Bustillo, jefe de servicio de neumología del hospital Quirónsalud Sagrado Corazón, explica que el principal motivo de la adicción al tabaco es la nicotina que, aunque no es especialmente perjudicial para la salud (de hecho se utiliza como tratamiento farmacológico para el tabaquismo), es la responsable de la adicción, su falta motiva el síndrome de abstinencia. No obstante, según indica el especialista "cuando tratamos a pacientes administrándoles nicotina a veces incluso en cantidades mayores a la que inhalan con el tabaco nos refieren que continúan con ganas de fumar". Es lo que hay. Seguro.



# Tu farmacia te cuida

**“Nuestra piel habla sobre nosotros, sobre nuestra forma de vida y nuestro estado de salud. Cuidar la piel es un trabajo que recoge sus frutos a largo plazo, pero merece la pena invertir en ello”**

**Adela Prada Quesada.**  
Farmacia Prada+Costa. Sevilla.



# EL FARMACÉUTICO, EL MEJOR ALIADO DE LA PIEL EN VERANO



Con la llegada del buen tiempo debemos realizar una exposición paulatina y preparar la piel para la llegada del verano de un modo inteligente

La piel es el órgano más extenso de nuestro cuerpo y su principal función es la de protección. Por su parte, el sol es fuente de energía, tomar el sol moderadamente es sano ya que sintetizamos vitamina D esencial para los huesos y procesos de nuestro sistema inmunológico además de mejorar lesiones inflamatorias en algunas enfermedades dermatológicas pero existen efectos nocivos producidos por una sobre exposición a las radiaciones solares como el envejecimiento exógeno de la piel, alteraciones de la pigmentación, deshidratación, lesiones cancerígenas, etc.

Con la llegada del buen tiempo debemos realizar una exposición paulatina y preparar la piel para la llegada del verano de un modo inteligente, teniendo en cuenta distintos aspectos.



## CUIDADOS DE LA PIEL ANTES DEL VERANO

1. Lo primero que tenemos que pensar es si podemos tener algún problema en la piel que nos condicione a disfrutar de este tiempo. Si así fuera deberíamos acudir a un dermatólogo.
2. Prestar atención a nuestra alimentación añadiendo a nuestra dieta alimentos con gran cantidad de agua y ricos en licopenos, betacarotenos y vitamina C.
3. Comienza a tomar fotoprotección oral, que son suplementos alimenticios con altas concentraciones en antioxidantes, vitaminas y minerales que nos protegen parcialmente de las reacciones fotoinducidas, aunque nunca serán sustitutivo de la fotoprotección tópica.
4. Es importante eliminar las células muertas de la piel para mantenerla sana y fortalecer la dermis haciéndola más resistente a las radiaciones solares.
5. Con hidratación conseguimos garantizar una función barrera.
6. Elegir una fotoprotección tópica que mejor se adapte a nuestras necesidades es garantía de éxito en el cuidado de nuestra piel.



Para todo ello, el farmacéutico es el mejor valedor de la información.

### El sol, un arma de doble filo para la piel

En este punto vamos a desgranar la información que tenemos actualmente sobre radiación solar y la elección adecuada de una protección solar.

Existen tres tipos de radiaciones solares. La infrarroja, de menor energía y que nos proporciona calor. Mantiene la temperatura en la superficie terrestre y hasta hace poco se pensaba que su efecto se limitaba al aumento de temperatura, pero hoy en día sabemos que desempeña un papel en el fotoenvejecimiento: no nos broncea, pero ocasiona estrés térmico liberando radicales libres.

Por otra parte, la visible, la famosa y tan de moda luz azul, que se ha relacionado con el desarrollo de manchas e hiperpigmentaciones ya que estimula la producción de melanina sobre todo en personas con fototipos oscuros (IV, V y VI).

Y, por último, la archiconocida ultravioleta, que se presenta en tres formas: UVA, UVB y UVC.

La radiación UVC es la más energética y dañina, pero es absorbida en su totalidad por la capa de ozono de la estratosfera.

La radiación UVA, que es capaz de alcanzar la dermis, es la causante del bronceado al oxidar la melanina e interviene en la degra-

dación del tejido conjuntivo, fibras de colágeno y elastina, favoreciendo la aparición de hiperpigmentación y arrugas y siendo potencialmente cancerígena.

La radiación UVB es un radiación más energética que la UVA y, por tanto, resulta más dañina. Es absorbida por la epidermis y los efectos negativos de una exposición prolongada producen eritemas cutáneos, quemaduras solares, el bronceado tardío debido a la activación de la melanogénesis (síntesis de melanina, no oxidación como en la UVA, que se traduce en bronceado duradero), engrosamiento de la piel y fotoenvejecimiento cutáneo.

Pero a su vez, la radiación UVB tiene un papel fundamental en la síntesis de vitamina D tan necesaria para nuestro organismo, por lo que debemos buscar un equilibrio ya que, en los últimos años, se ha detectado en la población un déficit de vitamina D y se ha cuestionado si podría estar relacionado con el uso extendido de la protección solar, aunque estudios publicados hasta la fecha no encuentran una relación directa entre ambas.



**Los protectores solares nunca han de emplearse para permanecer más tiempo expuestos a la radiación ultravioleta**

### Protectores solares, claves para una exposición segura al sol

Para proteger nuestra piel de estas radiaciones, es fundamental utilizar protectores solares que minimicen efectos nocivos de la radiación, nunca han de emplearse para permanecer más tiempo expuestos a la radiación ultravioleta. Estos protectores solares bloquean los efectos de la radiación gracias a una serie de ingredientes llamados filtros, que se clasifican en inorgánicos o minerales y orgánicos o químicos. La diferencia es que los primeros bloquean la radiación UVA y UVB mediante un efecto pantalla, siendo muy estables y recomendándose en niños y pieles alérgicas y sensibles, y los segundos se basan

en moléculas que absorben la radiación ultravioleta y la transforman en energía térmica, son muy cosméticos y pueden elaborarse en productos hidratantes o no comedogénicos apto para pieles grasas, acnéicas o rosáceas.

Las siglas FPS significan 'Factor de protección solar' y es importante saber que sólo se refieren a la protección que nos ofrece el producto frente a la radiación ultravioleta B, la principal responsable de la quemadura solar.

Un FPS 50 multiplica por 50 la exposición segura al sol, un FPS 30 la multiplica por 30, uno de FPS 15 por 15... a mayor FPS mayor prevención de quemaduras. En la realidad, cuando se analizan los productos en el laboratorio, un FPS 15 absorbe un 93 % de los rayos UVB, un FPS 30 absorbe un 96.7%, un FPS 50 absorbe un 98% (entre uno de FPS 50 y uno de 100 solo hay una variabilidad de 1-2 % por lo que ambos suelen englobarse en el término 'pantalla total').

Por otro lado, también hay que prestar especial atención a las siglas PA+, PA++, PA+++, PA++++, que son la garantía de que el producto nos ofrece una protección frente a la radiación UVA, cuantos más signos + se indican, mayor es la protección que nos ofrece.

Las siglas IR-A indican que se ha tenido en cuenta el factor de las radiaciones infrarrojas, incluyendo antioxidantes para combatir sus efectos. Actualmente no existen protectores solares que nos protejan de estas radiaciones pero sí les incluyen antioxidantes que intentan combatir sus efectos.



**Desde la oficina de farmacia debemos desarrollar una labor de información y asesoramiento para trasladar a la población nuestro conocimiento sobre los efectos de las radiaciones solares**

### Y para después del verano...

Las vacaciones y el verano tienen su "cara B". El sol, los productos químicos de las piscinas, el tipo de alimentación que suele llevar a más excesos... nos pueden ocasionar problemas en la dermis como manchas, deshidratación y alteraciones en la función barrera que tendríamos que solucionar, por ello tendremos que realizar un cuidado más exhaustivo de la piel. Se debe continuar utilizando un protector solar todo el año así como cremas hidratantes corporales humectantes y con efecto oclusivo. Además, aprovechar la noche para añadir en la rutina facial productos queratolíticos a base de ácido retinoico, alfa-hidroxiácidos y despigmentantes que los aplicaremos de forma progresiva según tolerancia, y no olvidarnos nunca de una exfoliación semanal a base de peeling químicos, enzimáticos y/o mecánicos.

Todos estos cuidados que hemos ido desgranando para afrontar los meses de verano son de vital importancia ya que el cáncer de piel es actualmente el más frecuente en España y el que más crece cada año. Una de cada cinco personas desarrollará cáncer de piel a lo largo de su vida. Su incidencia aumenta un 10% anual, lo que supone que desde el 2010 el crecimiento ha sido de un 50%.

Desde la oficina de farmacia debemos desarrollar una labor de información y asesoramiento para trasladar a la población nuestro conocimiento sobre los efectos de las radiaciones solares y advertir del elevado riesgo de sufrir un cáncer de piel si no se siguen las pautas recomendadas.



## LOS CONSEJOS DE LA EXPERTA.

Debemos buscar siempre los llamados protectores solares de amplio espectro, pero sin olvidar que no tiene sentido adquirir el mejor producto del mercado si después no lo usamos correctamente, para ello debemos saber cómo aplicarlo y que cantidad es la adecuada.



1 - 1,4 ml = 2 dedos  
Rostro y cuello



1 - 1,4 ml = 2 dedos  
por brazo



2 - 4,8 ml = 4 dedos  
en el dorso y 4 en espalda

Se suele decir que la mejor protección solar es la que se reaplica.

La pauta a seguir es en un entorno urbano es aplicar el producto por la mañana y volverlo a aplicar al mediodía, si el entorno es bajo una exposición solar intensa siempre reaplicar cada dos horas y tener en cuenta que después de los baños o de sudoración intensa también debemos volverlo a aplicar.

# QUE TUS PACIENTES NO SE ‘DEJEN LA PIEL’ ESTE VERANO

## Llega el tan ansiado verano y con él las largas exposiciones al sol

**E**stamos cansados de leer en redes sociales y diferentes artículos que el sol es el peor enemigo de la piel, las características del temido melanoma y todo tipo de historias de terror. Sin embargo, al trabajar cara al público podemos ver que la sociedad no está tan concienciada. Es ahí donde entra en juego nuestro papel de profesionales de la salud.

Si bien es cierto que detrás del mostrador repetimos varias veces al día las diferentes funciones y beneficios de los fotoprotectores, siguen llegando casos de quemaduras graves o de alergias solares que presentan eritema corporal extendido.

Últimamente, la campaña de fotoprotección que se lleva a cabo en la mayoría de farmacias (nosotras nos incluimos) está muy enfocada a las ventas y ofertas excepcionales en lugar de centrarse en lo más importante, que es evitar que nuestros pacientes se “dejen la piel” literalmente.

Como sanitarios que tanto hemos luchado estos años por el reconocimiento de este título, muchas veces nos dejamos en el tintero cosas que explicar a nuestros pacientes. Por supuesto, en la mayoría de los casos es por falta de tiempo (nos volvemos a incluir en esto), pero otros muchos, es porque lo damos por hecho. Es decir, tras repetir numerosas veces las mismas pautas nos parecen tan obvias que creemos que se sobreentienden.

### Fotosensibilidad, la gran desconocida

En el mostrador, la gente muestra preocupación por si la toma del medicamento puede realizarse en ayunas o combinarse con bebidas alcohólicas, sin embargo, nadie repara en la fotosensibilidad. Y eso se debe a que es la gran desconocida a pesar de todas las campañas preventivas que se llevan a cabo.

Gran cantidad de chicas jóvenes que acuden a la farmacia con anticonceptivos orales pautados por su médico muestran sorpresa cuando les aconsejamos el uso de fotoprotección para evitar la temida mancha del labio superior o manchas en el rostro en general. Pero esto no solo pasa con las que recién empiezan el tratamiento, sino con mujeres que llevan haciendo uso del mismo durante muchos años. Incluso, hemos llegado a tener clientes bajo tratamiento de isotretinoína que al advertirles que lo correcto es aplicar fotoprotector también en el cuerpo nos miran ojipláticos, ya que bajo su criterio un par de gotas en la cara era más que suficiente.

Por otra parte, ¿cuántos advertimos de la fotosensibilidad de los AINEs, antibióticos, hipolipemiantes, antiulcerosos, psicofármacos, antidepresivos, antifúngicos, antihistamínicos, antivirales y psolarenos? ¡Son muchísimos!

Explicar las cosas tantísimas veces al día puede llegar a ser muy frustrante, especialmente cuando apenas tenemos tiempo o vemos que no nos prestan atención. Pero si de todas esas personas a las que se lo repetimos, una de ellas se queda con la idea y evita que ella o su familia sufran un susto por parte de las células de la piel, entonces será un trabajo bien hecho del que sentirse orgulloso como farmacéuticos. Además, podemos aprovechar la revolución de las redes sociales para llegar a más público y así concienciar a la población.

La piel es el mayor órgano que tenemos y tiene una gran memoria, en nuestras manos está proteger a los nuestros y evitar así llegar a un punto de no retorno.

“ Podemos aprovechar la revolución de las redes sociales para llegar a más público y así concienciar a la población



**Amalia Rodicio Mateo.**  
Farmacia Mateo Hinojal  
(Navalmoral de la Mata, Cáceres)

“

La gente muestra preocupación por si la toma del medicamento puede realizarse en ayunas o combinarse con bebidas alcohólicas, sin embargo, nadie repara en la fotosensibilidad



## La PIEL SANA es un indicador de calidad de vida para las personas con incontinencia

La piel es el órgano más extenso del cuerpo humano: su superficie alcanza dos metros cuadrados y pesa 5 kilogramos, aproximadamente. Su espesor varía según las zonas y puede ser fino, 2 mm en los párpados y zonas genitales, o grueso, 4 mm en la zona labial, plantar y palmar.

La piel es un sistema vivo en continua regeneración que protege los órganos. Desechamos de 30 a 40.000 células diarias por lo que, para favorecer dicha regeneración, es esencial realizar un buen cuidado de la piel.

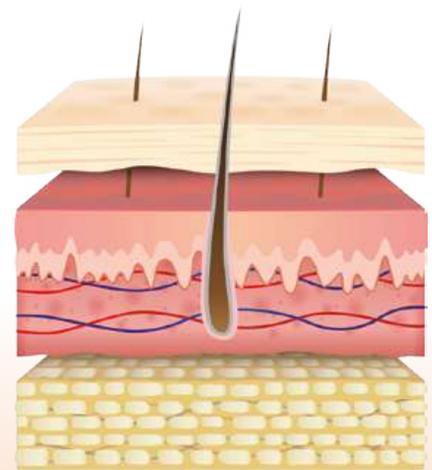
## La piel de las personas mayores está en riesgo continuo

La piel de las personas mayores, debido al proceso de envejecimiento, tiene **menor capacidad para regenerarse**. Además, las **personas mayores encamadas** tienen más problemas que hacen que **la piel sea más sensible** y **tenga menor capacidad para actuar como barrera protectora**, como por ejemplo, la **HUMEDAD** y la **falta de transpirabilidad**, provocada por algunos productos para el cuidado de la incontinencia, unido al **sudor natural** de la piel, el **roce** o **cizallamiento** de los productos mal colocados, la **presión** de la postura y la presencia de **heces**.

Si la función protectora de la piel se ve comprometida, se crea un ambiente favorable al crecimiento de hongos y bacterias y puede provocar su degradación, causando irritación, prurito o infección.

## LA PREVENCIÓN ES FUNDAMENTAL PARA CUIDAR LA PIEL DE LAS PERSONAS MAYORES

Es importante garantizar y prevenir el buen estado de la piel. Para cuidar la piel de las personas mayores, lo principal es **reducir la exposición a la humedad utilizando productos para la incontinencia enteramente transpirables**, además de evitar el contacto de la piel con las heces. También es importante **reducir la fricción, cizallamiento** (ropa interior, absorbentes, etc), **mantener sana la barrera protectora de la piel** (FHN) y garantizar la **hidratación** y la **nutrición** adecuada.



- ▶ Humedad (incontinencia y transpirabilidad)
- ▶ Presión, fricción y cizallamiento
- ▶ Irritación física o química
- ▶ Dermatitis y/o eczema con inflamación y eritema
- ▶ Eritemas, flictena lo que desembocará en UPP
- ▶ Crecimiento de hongos y bacterias

“ Los tres principios más importantes para mantener la salud natural de la piel son: mantener la piel seca, limpia y protegida. ”

TENA,  
tu elección  
sostenible.



TENA®

Por su rápida absorción, alta retención  
y total transpirabilidad

Yo elijo ProSkin ¿y tú?



TENA y ORLYS™ ProSkin, con su innovadora tecnología FeelDry Advanced™, es la primera gama de absorbentes aprobada por SKIN HEALTH ALLIANCE (SHA), organización internacional líder en la salud de la piel, y testada DERMATOLÓGICAMENTE.

Gama de absorbentes ProSkin.  
La respuesta TENA y ORLYS™ Pants a una PIEL SANA,  
sin humedad, limpia y protegida.



Ten siempre a mano los  
códigos actualizados de  
la gama ProSkin

Contacta con tu Delegado de TENA o con  
Atención al Profesional

📞 900 12 10 12 ✉ profesional@essity@unitono.com

Información de uso exclusivo para el profesional sanitario.

¿QUÉ ES TENA PROTECTS?

Descúbrelo en  
[www.tena.es/sostenibilidad](http://www.tena.es/sostenibilidad)



ORLYS™  
Pants



TENA y ORLYS ProSkin son marcas del Grupo Essity



# EL SERVICIO DE TELEDERMA UNA APUESTA DE ÉXITO EN LA FARMACIA RURAL

Beatriz Pérez Vallejos, es licenciada en Farmacia y titular de la Farmacia de Alicún desde hace 7 años, en un pueblo localizado en la sierra alpujarreña de Almería, con unos 220 habitantes censados.

Desde que me hice cargo de la farmacia presté especial atención a la Dermatología. De hecho, muchos de los pacientes acuden a la oficina de farmacia con problemas y/o lesiones en la piel; presentando una mayor prevalencia la queratosis actínica. Todo ello, es consecuencia del trabajo desarrollado en la población, eminentemente rural, el trabajo en la vega y la larga exposición solar de años atrás. Recomendar la protección solar y hacer hincapié en esta área, se presenta como una parte importante en la prevención de la salud en el área de la Dermatología.

En este contexto, cuando me fue presentado por Bidafarma el servicio Telederma, consideré que era una apuesta segura para mi farmacia y no dudé ni un segundo en implantarlo. Bajo mi punto de vista, su coste de inversión estaba por debajo del beneficio que para la población podía suponer. El servicio ofrece numerosas ventajas al paciente: en primer lugar, trata de acercar a un profesional sanitario como es el dermatólogo a casa en casos de preocupación y duda; en segundo lugar, pone a tu disposición a un especialista pudiendo contar con un diagnóstico en menos de 24-48 horas y, en tercer lugar, ofrece la posibilidad de colaborar con un médico de atención primaria para su derivación de forma preferente, en caso necesario. Por lo que, indudablemente, la implantación del servicio Telederma era una propuesta que sumaba a mi labor como farmacéutica.

En mi caso, disponía de este servicio desde el año 2019, pero en el año 2020, la inesperada situación pandémica mundial, supuso el detonante para confiar aún más en sus posibilidades. La situación de confinamiento, el uso de mascarillas y la no presencia física del médico por atender los casos de coronavirus de la zona, llevó a que muchas consultas se hicieran en farmacia. En concreto, se restó mucha importancia a las lesiones de piel, quedando en muchos casos ocultas bajo las mascarillas.

Muestra clara de la utilidad del servicio es el caso que narro escuetamente a continuación:

Se trata de una paciente mayor de 90 años de edad y con una calidad de vida extraordinaria, autónoma y con pocos problemas de salud. Presentaba una pequeña lesión en el pómulo izquierdo, diagnosticada de queratosis seborreica, lesión que telefónicamente fue tratada con antibiótico oral cada 8 horas y corticoide, consiguiendo cierta mejoría en su inicio.

Pasados unos meses, y en el tiempo de mayor incidencia de covid, la paciente llegó a la Farmacia solicitando su tratamiento. Mientras era atendida, me pregunta, mostrando gran preocupación, "qué podía hacer para tratar la lesión que no se terminaba de curar". La invité a que me la mostrara y cuando se destapó el rostro, debajo de su mascarilla apareció una lesión que en mi opinión era altamente preocupante por su aspecto y cambio morfológico.

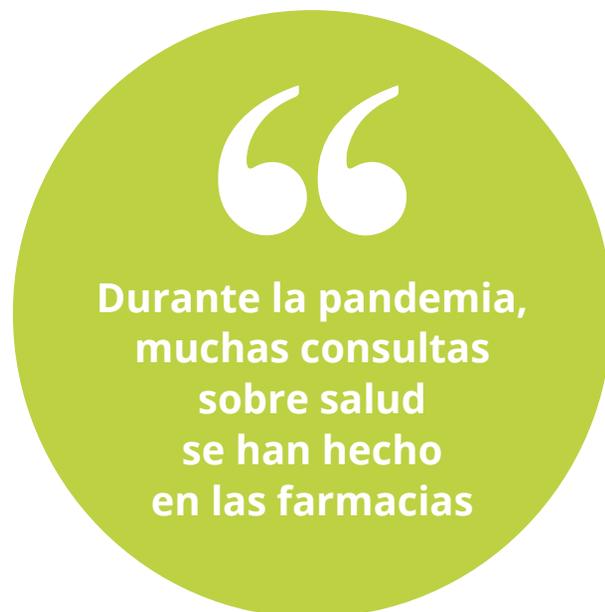
“

Telederma supone un plus en el desempeño de la profesión farmacéutica

En vista de ello, y teniendo en cuenta que mi oficina de farmacia disponía del servicio Telederma no dudé y rápidamente le ofrecí la posibilidad de que dicha lesión facial pudiese ser valorada por los especialistas en dermatología de este servicio. De este modo, y considerando la posible peligrosidad de la lesión, informé a la familia, ofreciéndoles la posibilidad de poder ayudarles desde mi farmacia con este servicio. Es por ello, que les expliqué su funcionamiento y una vez informados, no lo dudaron. Ese mismo día la paciente firmó su consentimiento informado y le tomé las fotos; una macroscópica tomada con el iPod y otra microscópica acoplando el dermatoscopio. A continuación, rellené su historial personal y de salud y envié toda la información requerida a través de la plataforma.

Los resultados no se hicieron esperar. Vinieron justo a primera hora de la mañana siguiente y el informe apuntaba a un carcinoma de células escamosas que suele ser una variante de cáncer de piel no melanoma con un alto índice proliferativo. Requería una consulta preferente en dermatología y planificación de cirugía. Así que se procedió a informar al médico de Atención Primaria que le solicitó una consulta en dermatología con carácter urgente. No obstante, debido al colapso sanitario por la pandemia, la espera era de unos 10 días. Es por ello que los familiares decidieron consultar en una clínica privada ante la posibilidad de acortar plazos.

Así fue y en cuestión de dos días la paciente fue intervenida y dada de alta ese mismo día. Las curas fueron llevadas a cabo por el enfermero de atención primaria. En una semana su piel se regeneró y cicatrizó muy bien. A día de hoy la paciente presenta un aspecto muy saludable. Esa mejoría y por consiguiente, su mejor calidad de vida, llevaron a la paciente a mostrar su agradecimiento a la farmacia, al dermatólogo que le practicó la cirugía y a todos los sanitarios de atención primaria que intervinieron a posteriori en su seguimiento y control.



La paciente siempre tuvo conciencia de la importancia de la protección solar y, actualmente, se ha incrementado mucho más, puesto que sabe que es la única forma de prevenir eritemas y lesiones de piel provocadas por el sol.

Animo así a todas las farmacias y en especial a aquellas de zonas rurales, a que apuesten por una herramienta y/o servicio como Telederma. Indudablemente supone un plus en el desempeño de la profesión farmacéutica. Ya no tanto porque pueda generar un posible beneficio económico o potenciar la venta en el área de cosméticos destinados a la protección solar, sino por la satisfacción personal que supone atajar a tiempo lesiones graves en la piel con el consiguiente beneficio de salud que experimenta el paciente.

**Lda: Beatriz Pérez Vallejos**

FARMACIA  Alicún



**Telederma**



# NUEVO SERVICIO DE BIDAFARMA: PREVENCIÓN CAPILAR



**A**ctualmente, la caída del cabello y la alopecia es una de las tres causas más frecuentes de consulta al dermatólogo, originando una gran preocupación en la población y asociándose en muchos casos a ansiedad y depresión, dejando de ser una cuestión meramente estética.

Hoy en día, el 80% de los varones y hasta el 50% de las mujeres padecen algún tipo de alopecia, es por ello, que la detección precoz de las mismas y su posterior tratamiento resultan fundamentales para frenar la evolución o retrasar su aparición.

Existen muchos tipos de alopecia, pudiendo distinguirse entre alopecias no cicatriciales y cicatriciales. No obstante, en el curso de formación que Bidaforma ofrece a todas aquellas farmacias adheridas y que es impartido por los doctores Pablo Martín y Javier Domínguez Cruz, se tratan aquellas de mayor prevalencia tales como el efluvio telogénico, la alopecia androgenética y la alopecia areata (no cicatriciales) y alopecia frontal fibrosante, liquen plano pilar y foliculitis decalvante (cicatriciales), respectivamente.

El **objetivo principal** es acercar el paciente al dermatólogo a través de la farmacia, aprovechando su capilaridad y formación sanita-

## PREVENCIÓN CAPILAR

Es un servicio de detección de patologías capilares que se desarrolla en la farmacia comunitaria, a través del cual se pretende ofrecer en un plazo máximo de 48 horas, un juicio clínico al paciente, por parte de un equipo de dermatólogos pertenecientes a la Unidad de Tricología y Trasplante Capilar del Hospital Viamed Santa Ángela de la Cruz, liderados por los Doctores Pablo Martín y Javier Domínguez Cruz.

ria, ya que actualmente es un profesional con difícil acceso por parte de la población, además de evitar desplazamientos innecesarios y elevados tiempos de espera. Consecuentemente, disminuirían en gran medida los costes repercutidos al Sistema Nacional de Salud.

Además, con este servicio, se pretende dotar a la farmacia de la autonomía suficiente para que no requieran de servicios externos que puedan llevar a cabo esta actividad, fomentando la formación interna, sin depender de la externalización del mismo.

Para que una farmacia pueda adherirse al servicio, debe disponer del equipamiento necesario, que consta de un dermatoscopio digi-

tal con luz polarizada, el cual permite una alta sensibilidad diagnóstica, ampliando hasta 200 veces la lesión a analizar y un iPod Touch, con el que realizar las fotografías. Además de utilizar la plataforma Prevención es Bida, herramienta que permite albergar todos los datos de salud de los pacientes de forma anónima y segura, además de ser el nexo de comunicación entre la farmacia y el equipo de dermatólogos.

Es importante destacar, que al menos una persona de la farmacia deberá haber realizado el curso de formación de Prevención Capilar para poder habilitarse en el servicio. Este curso es completamente gratuito y se pone a disposición de la farmacia como herramienta para dotar de un mayor conocimiento sobre el área

en cuestión a todos los integrantes del equipo. Para desarrollar el servicio en la farmacia, el personal habilitado de la farmacia debe de realizar un mínimo de 4 fotografías (3 macroscópicas de la zona frontal, parietal y occipital y 1 microscópica) que deberá enviar a través de la plataforma Prevención es Bida al equipo de dermatólogos, junto con la anamnesis, los datos del paciente y su consentimiento informado. Éste evaluará las fotografías emitiendo un juicio clínico con las posibles indicaciones y tratamiento a realizar, que quedará recogido en un informe que se emitirá en un plazo máximo de 48 horas.

Cabe destacar, que **Prevención es Bida** es más que un nexo de comunicación entre el equipo de dermatólogos y la farmacia, ya que registra todos aquellos datos básicos de salud de los pacientes dados de alta en la misma, pudiendo recoger su medicación, las contraindicaciones, alergias, e incluso constantes (peso, talla, tensión...), pudiendo acceder el paciente a ellos a través de su APP, fácilmente descargable en la App Store de iOS o Play Store, en el caso de Android.

Bidafarma pone a disposición de las farmacias, además de la formación, una serie de elementos de marketing con los que la farmacia puede informar a sus pacientes de la presencia y disponibilidad de dicho servicio, tales como folletos, stoppers, o post para divulgación a través de redes sociales, entre otros.

En conclusión, Prevención Capilar, además de dotar de un alto valor asistencial a la farmacia comunitaria, completa la oferta de servicios disponibles en las mismas y repercute positivamente al Sistema Nacional de Salud, disminuyendo los costes y tiempos de espera innecesarios. Es por ello que desde Bidafarma, te animamos a que te unas a las farmacias Prevención Capilar. ¡No te arrepentirás!



**Este nuevo servicio  
dota de un alto  
valor asistencial a la  
farmacia comunitaria**

# La detección precoz de la alopecia y su posterior tratamiento son fundamentales para frenar su evolución





# ESTRENAMOS NUEVA ZONA PRIVADA EN LA WEB, ¿AÚN NO HAS ENTRADO?

## Mucho más intuitiva y funcional, en la nueva plataforma podrás acceder a todo lo que necesitas en solo tres clics

¡En BidaFarma estamos de estreno! Desde el pasado mes de junio está a tu disposición la nueva zona privada de la web, una plataforma creada para los socios que la cooperativa ha creado en exclusiva haciendo que cualquier gestión sea mucho más fácil y cómoda.

Siempre pensando en vosotros, en BidaFarma hemos decidido apostar por una web más intuitiva y funcional que la versión anterior con la que podrás acceder a todo lo que necesitas con solo tres clics.

Tras un análisis exhaustivo de la anterior versión que comenzó hace poco más de un año, lanzamos una nueva versión de nuestro portal con un diseño renovado para conseguir una mejor usabilidad permitiendo así un mejor rendimiento de la web. Con el objetivo de dar un mejor servicio a todos los socios, los departamentos de Informática, Marca y Comercial de BidaFarma, han trabajado durante estos doce meses para poner en marcha este nuevo proyecto de la zona personal de la web y conseguir una experiencia única cada vez que entres en tu zona personal. Desde el inicio se configuró un grupo de trabajo en el que, además de los tres departamentos que han capitaneado el cambio, se incluyó a un grupo de socios para contar así con la opinión y sugerencias de la farmacia.

Gracias a este trabajo de los distintos departamentos codo con codo con los socios se produce una mejora incremental de la plataforma que cuenta con los últimos avances de seguridad sin perder de vista la comodidad.

Este proyecto, que nació con el objetivo de ayudar a los socios, refleja el constante esfuerzo de todos los que formamos BidaFarma por ofrecer la mejor calidad y facilitar la navegación a todos los usuarios.

**En la nueva zona privada podrás ver, con tan solo tres clics, los últimos pedidos, búsquedas o últimos albaranes.**

Con la nueva versión, podrás acceder a todo lo que necesitas en solo tres clics



Bienvendido a BidaFarma. Hoy es **martes, 27 de abril de 2021**

### Últimos pedidos

Pedido	Fecha	Cliente	Imp.Neto
3043652508	27/04/2021	0010009090	8,24
3043654488	27/04/2021	0010009090	7,58
3043655145	27/04/2021	0010009090	35,30
30436552587	27/04/2021	0010009090	-8,24
3043650514	27/04/2021	0010009090	0,00

### Notificaciones

- LaboraFarma 01/01/2021
- Grupos Bitransfer 01/01/2021
- Depósito Farmaceuta 01/01/2021
- Campaña Bankinter 01/01/2021
- Artículos Covid-19 01/01/2021

### Promociones

VER PROMOCIÓN

VER PROMOCIÓN

VER PROMOCIÓN

### Últimas devoluciones

Nº Solicitud	Fecha	Cliente	Solicitud	Estado
2603485096	23/04/2021	0010009090	Devolución 23 Abril 2021 14:21	Solicitada
3603376473	17/04/2021	0010009090	Devolución 17 Abril 2021 17:20	Solicitada

### Eventos

Abrió 2021

lu.	ma.	mi.	ju.	vi.	sá.	do.
29	30	31	1	2	3	4



Entre sus funcionalidades, la plataforma cuenta con un nuevo servicio de notificaciones, un recién estrenado buscador de productos para encontrar todo con mucha más facilidad y estar al día con el nuevo calendario de eventos.

#### Notificaciones

	Laborafarma	01/01/2021
	Grupos Bitransfer	01/01/2021
	Depósito Farmaceuta	01/01/2021
	Campaña Bankleter	01/01/2021
	Artículos Covid-19	01/01/2021

VER TODAS

Todo ello además, con la posibilidad de personalizar tu panel en una cesta unificada con todos los servicios que podrás personalizar a tu gusto.

artículos Promociones avantia salud en casa

e-tox novedades información bida farmacéutica

auto transfer Servicios comerciales formación sensafarma

Prevención Canal info laboral viajes comerciales

Canal bida bida mk farmapremium Vista clásica

CONFIGURAR ACCESOS

BidaFarma > Favoritos

artículos Promociones avantia salud en casa

Mostrar  Mostrar  Mostrar  Mostrar

Canal bida bida mk farmapremium Farma//seguros

Mostrar  Mostrar  Mostrar  Mostrar

“

Podrás personalizar tu panel a tu gusto en una cesta unificada con todos los servicios

Buscar...

aspirina | Productos

ASPIRINA 021

651877 ASPIRINA C EFERVESCENTE 20 COMPRIMIDOS

654571 ASPIRINA 500 MG GRANULADO 10 SOBRES

660370 ASPIRINA 500 MG 20 COMP EFERVESCENTE EFP

661523 ASPIRINA 500 MG 20 SOBRES GRANULADO

709527 ASPIRINA COMPLEX EFERVESCENTE 10 SOBRES

712729 ASPIRINA C EFERVESCENTE 10 COMPRIMIDOS

712786 ASPIRINA ADULTOS 20 COMPRIMIDOS

724120 CAFIASPIRINA 20 COMPRIMIDOS

832949 ASPIRINA PLUS 20 COMPRIMIDOS

Puedes usar el nuevo buscador de productos para que lo encuentres todo con facilidad.

Durante estos primeros meses, tanto la versión antigua como la nueva estarán operativas, pero, **¿a qué esperas para probarla?**

**Entra con tu usuario y contraseña y descubre todo lo que BidaFarma tiene preparado para ti.**

“

La plataforma cuenta con los últimos avances de seguridad sin perder de vista la comodidad

# ENTREVISTA A CRISTÓBAL ABRIO

## FARMACÉUTICO 'INFLUENCER'

**C**ristóbal Abrio es farmacéutico comunitario. Estudió farmacia en Sevilla y actualmente trabaja en Huelva en una farmacia de barrio como él mismo alega orgulloso. Su nombre ha empezado a sonar con fuerza a través de 'retweets' y 'me gustas' ya que lleva las redes sociales de @farmaciafedericomayo23 en la que trabaja y donde también es 'youtuber'. Entiende su profesión como un deber de servicio y proximidad hacia el paciente y no ha dudado en utilizar las nuevas tecnologías para ser un asistente virtual todos los días y en cualquier momento. Es cocreador del reciente podcast SOS Farma y ha dejado su ordenador para atender a Bidafarma.

### Farmacéutico y youtuber. Cuéntanos cómo se encuentran estas dos facetas

Es complicado, sobre todo por el tiempo. Son dos facetas que se complementan y congenian muy bien. Hago en internet lo mismo que detrás del mostrador, pero con una cámara delante.

### También tienes un podcast. ¿Cuándo empezó y cómo?

Tenemos el podcast desde hace poco, con un par de compañeros farmacéuticos. El proyecto se llama SOS Farma. Inicialmente queríamos montar un blog para farmacéuticos, pero al final descubrimos que a los tres nos gustaba mucho el formato podcast. Tuvimos una gran recepción por parte del público y de momento llevamos pocos, pero estamos realmente contentos la verdad.

### La farmacia 2.0 casi, ¿no?

A día de hoy, es importante estar en internet. Estamos muy conectados y la farmacia, que ha estado fuera de este campo, debía estar presente en las nuevas redes sociales. Es muy importante.

### ¿Crees que es una necesidad imperiosa que la farmacia siga acercándose a la gente aunque sea de esta manera?

Absolutamente. Es muy necesario, si no estás en redes sociales ya casi no existes. Tenemos que llegar al mayor número de personas.

“

“Es importante estar en internet. Estamos muy conectados y la farmacia, que ha estado fuera de este campo, debía estar presente en las nuevas redes sociales”

### Imagino que, durante esta pandemia, tus vías de comunicación te han permitido seguir cerca de tu gente...

Te permite interactuar con las mismas personas de siempre, incluso diariamente en la farmacia, pero también con nuevos pacientes. Con el uso de internet, han podido ver contenido nuevo por redes sociales. Ves situaciones tan dispares como una paciente que estaba aislada por Covid y pudo encontrarme por redes sociales para consultarme.

“

“Una paciente que estaba aislada por Covid pudo encontrarme gracias a las redes sociales y consultarme”

### ¿Cómo ves el futuro de la farmacia, teniendo en cuenta este nuevo marco multimedia?

Creo que el futuro es bueno. La farmacia siempre ha sido todoterreno y tenemos la capacidad de adaptarnos a todo lo que venga. Ahora hay un boom de farmacias en redes sociales. Con la telemedicina iremos a la par porque será donde el paciente nos encuentre.

### ¿Crees que las redes sociales pueden aportar más bien que mal dentro de unos años?

No podemos perder el Norte y perder el mostrador para todos nuestros pacientes. Las redes son un buen megáfono para poner sobre el mapa todo lo que hacemos. Hacemos mucha divulgación y cada vez hay más divulgadores por las redes sociales.

“

“No podemos perder el norte y perder el mostrador para todos nuestros pacientes”

### Imagino que mucha gente que acude a tu farmacia será gente mayor. Aquí entra lo de la brecha digital. ¿Les haces de profesor en esto de las redes?

Os sorprenderían algunas situaciones que nos encontramos. La persona que es muy mayor a lo mejor te ha visto en YouTube y alguien más joven no. Por norma general una persona mayor no suele verte por redes, es un mundo muy complejo. Ahora se ha hecho una digitalización muy grande a través de la pandemia. Pero no podemos perder el mostrador porque hay gente que nos necesita ahí.

### ¡Hasta la cita para las vacunas por una app en algunas comunidades!

Muchas veces tenemos que pedir citas para el centro de salud por internet para personas mayores. La persona tiene que ir al médico de alguna manera, son barreras que se encuentran y nos necesitan para varios casos. Les tienes que gestionar tú mismo la cita porque ellos no pueden. Aunque las redes son cada vez más relevantes no podemos olvidarnos de lo verdaderamente importante.



**“AUNQUE LAS REDES  
SOCIALES SON CADA  
VEZ MÁS RELEVANTES  
NO PODEMOS OLVIDARNOS  
DE LO VERDADERAMENTE  
IMPORTANTE”**



# PÍLDORAS JURÍDICAS

---

NOVEDADES E INFORMACIÓN  
JURÍDICA DE INTERÉS PARA  
EL ÁMBITO FARMACÉUTICO

---

## PÍLDORA PROTECCIÓN DE DATOS: PRIVACIDAD EN REUNIONES ONLINE

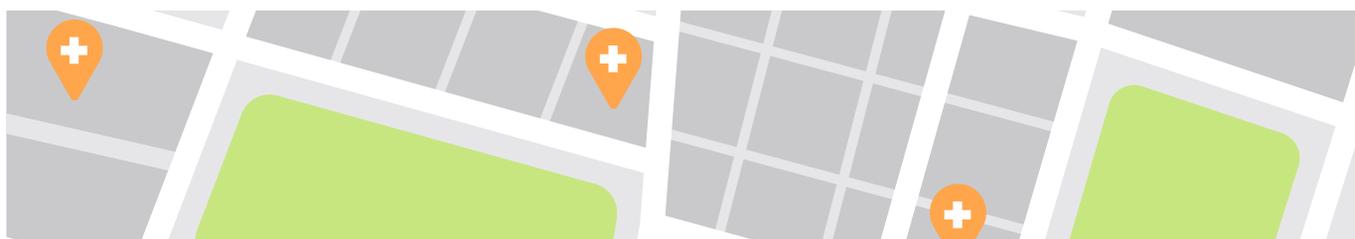
Una de las consecuencias de la pandemia por el coronavirus ha sido la normalización de reuniones online o en formato de videoconferencia, tanto en el ámbito personal, como en el profesional. Un formato que ha venido para quedarse y con el que debemos ser especialmente cuidadosos con los datos que compartimos y el nivel de privacidad al que nos exponemos con nuestros interlocutores, y mantener un entorno eficaz y seguro evitando incidentes que puedan suponer una brecha en la ciberseguridad del trabajo, o comprometer nuestra privacidad o la de terceros.

Estos descuidos son susceptibles de ocurrir al más alto nivel. El pasado mes de noviembre, un periodista se coló en la reunión por videoconferencia de los Ministros de Defensa de la Unión Europea, porque la ministra de Países Bajos publicó por error en redes sociales el código de acceso a la reunión.

Para ayudar a evitar estos incidentes, seamos ministros o no, la Agencia Española de Protección de Datos ha publicado unas sencillas pautas al respecto:

- En reuniones con un número elevado de asistentes y de diversas organizaciones, es conveniente pensar por adelantado en la sensibilidad de los temas a tratar, la identidad de los participantes y la posible difusión en caso de que la reunión sea grabada. También ayuda el deshabilitar las funcionalidades no necesarias como, por ejemplo, el chat, el intercambio de ficheros o el compartir pantalla.
- Limitar la reutilización de los códigos/enlaces de acceso. Si el asunto de la reunión es sensible, bien por el tema a tratar, la identidad de los participantes o cualquier otra cuestión, conviene usar códigos, urls de enlace y/o pines de acceso de un solo uso. En aquellos casos en los que se vayan a tratar datos o información muy sensibles, es conveniente consultar con un profesional de seguridad informática y, en su caso, tomar precauciones adicionales.
- Se recomienda no grabar las reuniones a menos que sea necesario. En tal caso, hay que informar adecuadamente a los asistentes de la finalidad de la grabación y en qué momento se inicia/detiene la misma.
- Antes de iniciar la reunión, comprobemos qué área es visible detrás de nosotros y qué información personal estamos revelando. Puede convenir la utilización de un fondo virtual que enmascare el segundo plano.
- Más allá de temas de eficiencia en la comunicación, durante la reunión conviene desactivar el micrófono y la recogida de video cuando no sea necesario.
- Especial atención a que la captura de video y audio podría continuar, por algún tipo de error humano o de sistema, cuando creemos que la reunión ha terminado.

Vemos que la lista presentada no tiene un carácter exhaustivo, sino que se trata de una serie de consejos básicos que se deben tener en cuenta y aplicarse cuando proceda. Como conclusión general, es necesario recordar que obligatoriamente se deben conocer y cumplir las políticas de su organización, tener en cuenta la logística de la reunión y elegir las medidas apropiadas para cada situación



## SUJECCIÓN A ACTOS JURÍDICOS DOCUMENTADOS EN COMPRAVENTAS DE FARMACIA:

A finales del pasado 2020 el Tribunal Supremo dictó dos sentencias declarando que la escritura notarial en la que se documente la cesión o transmisión de una oficina de farmacia es un acto susceptible de inscripción en el Registro de Bienes Muebles (independientemente de que la escritura se presente a inscripción o no, lo que dependerá en cada caso), y, por tanto, es un acto sujeto al impuesto sobre actos jurídicos documentados.

Hasta dicha fecha existían distintos criterios según las comunidades autónomas. En algunos casos, como en la Comunidad Valenciana o Comunidad de Madrid, sus tribunales regionales habían dispuesto que estas escrituras no debían gravarse con AJD al no ser necesaria (entendido como obligatoria), su inscripción en ningún Registro. Con el criterio contrario se había pronunciado por ejemplo el TSJ de Extremadura, y finalmente ha sido este criterio por el que se ha decantado el Tribunal Supremo, que indica que simplemente por ser la escritura susceptible de inscribirse en el Registro de Bienes Muebles, debe sujetarse al impuesto.

¿Qué implicaciones tiene esto? Para empezar, aplica obligatoriamente a todos aquellos compradores de farmacias cuyas escrituras se firmaran partir de 26 de noviembre de 2020, fecha de las sentencias del Tribunal Supremo. Estos compradores tendrán que liquidar un importe que varía según la comunidad autónoma en la que se produzca la transmisión, y que abarca una horquilla entre el 0,5% y el 1,5%.

Y también afectará, con mucha probabilidad, a aquellas compraventas celebradas en los cuatro años anteriores, con lo que se abre la puerta a que se produzcan requerimientos de Hacienda en los que se reclame, no solo la liquidación del impuesto, sino también los correspondientes intereses de demora.

**María Fernández-Cabrero**  
Jefa de Asesoría Jurídica

# SERVICIOS PROFESIONALES: ATENCIÓN AL SOCIO



Hemos querido conocer vuestra opinión sobre la utilidad de los servicios profesionales ofrecidos por la cooperativa

Desde el departamento de Atención al Socio de Bidafarma, liderado por M<sup>a</sup> Amada Cejudo Galán, se ofrece a la farmacia un apoyo técnico en el día a día para los Servicios Profesionales Farmacéuticos Asistenciales (SPFA).

Esta prestación al socio, desde el Call Center se lleva a cabo por un equipo de unas 40 personas especializadas en las siguientes categorías: Formulación, Medicina Natural, Atención Farmacéutica, Veterinaria y Ortopedia. Siempre accesibles a la farmacia, constituyen una ayuda fundamental en el desarrollo de los SPFA que el socio demande.



Conocemos el servicio profesional de Veterinaria de Bidafarma desde hace varios años, y lo usamos habitualmente, varias veces por semana.

Lo que más valoramos es la rapidez en contestar a nuestras consultas y que siempre nos dan una buena solución para nuestros clientes.

La ayuda del servicio profesional de veterinaria ha sido imprescindible para avanzar en esta familia.

Hemos conseguido mover una categoría totalmente nueva y una clientela que no venía a la farmacia. Además de la satisfacción de aprender a manejar y solucionar consultas para animales. Empezamos con gatos y perros y nunca pensamos que llegaríamos a solucionar consultas de pájaros exóticos, ovejas e incluso caballos.

A nivel personal, todos tenemos mascotas y nos gusta resolver sus problemas.

**¡Muchas gracias Iñaki!**



**IÑAKI SÁNCHEZ RUIZ,**  
Puertollano (Ciudad Real)



**MARÍA ABEIJÓN FERNÁNDEZ,**  
Pobra do Caramiñal (A Coruña).

Conocemos el servicio de ortopedia de Bidafarma y nos parece un servicio muy importante para la oficina de farmacia. Nos aporta poder ayudar a nuestros pacientes con ortopedia tanto útil como funcional y mejorar el servicio que aportamos desde la farmacia.

El uso es diario, con la facilidad de ver en la página web especializada en ortopedia, en el apartado de salud en casa, los distintos artículos que ofrecen. Tiene diseño cómodo y con mucha información para facilitarnos el consejo al paciente.

La atención que le puedo dar a mi paciente con un servicio diferenciador y que aporta una ayuda en su vida diaria es lo que más valoro. La inmediatez de los pedidos a la hora de servirle la ortopedia,

es importante esto para la farmacia porque el cliente está bien atendido y sobre todo no tenemos que tener el stock parado. Nos permite disponer de más espacio físico en nuestra farmacia.

Lo que ha supuesto este servicio para la farmacia es poder satisfacer las necesidades de nuestros pacientes, sobre todo, del rango de población más mayor. Por lo tanto, es un servicio diferenciador. Y creemos que para nuestros clientes es importante tener este servicio de ortopedia en nuestra farmacia, ya que de él obtienen una atención personalizada por nuestra parte, a mayores de la inmediatez de tener un servicio de ortopedia en su oficina de farmacia de confianza.

**¡Muchas gracias María!**

Conocemos el servicio profesional de formulación de Bidafarma y lo utilizamos diariamente, durante toda la mañana.

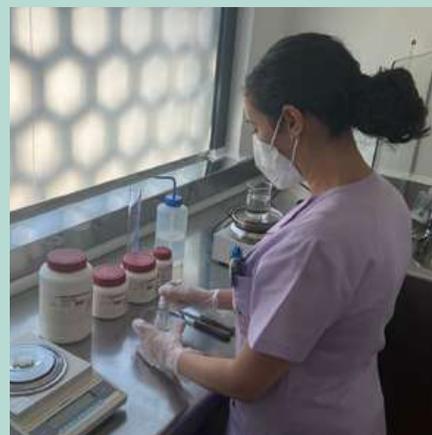
El principal punto a favor es el registro de casi todas las fórmulas que se suelen prescribir, con distintas concentraciones y cantidades.

Otro punto fuerte es poder hacer una copia de cualquier fórmula y añadir un principio activo o cualquier excipiente sin tener que hacer un registro nuevo de la fórmula. Además facilita la elaboración del prospecto y el etiquetado

Esto ha supuesto para la farmacia rapidez, facilidad y mejora en el trabajo diario.

Sabemos positivamente que nuestros clientes están encantados con la atención especializada de la farmacia.

**¡Muchas gracias!**



**DOMINGO SÁNCHEZ  
Y ELVIRA MEJIA C.B, Rota (Cádiz)**



**MARÍA DEL MAR REINA  
CAPARRÓS, Madrid.**

Al llevar 3 años como titular en la farmacia, recogí los conocimientos de homeopatía de la anterior titular. Y, aunque yo tengo también mucha formación en fitoterapia, la homeopatía es uno de los servicios que ofrecemos.

El servicio que ofrece Bidafarma en este campo lo conocemos ya que es nuestro proveedor de Boiron. Recibimos pedidos todas las semanas. Bidafarma nos ofrece un servicio fundamental para asegurarnos la continuidad en esta línea de trabajo. Nuestros clientes reconocen y valoran nuestra formación y la prontitud con la que les facilitamos estos productos.

Me gustaría aprovechar la oportunidad de esta entrevista para resaltar, además del servicio en esta categoría en concreto, el servicio que en general nos da la cooperativa Bidafarma

Desde mi experiencia como farmacéutica joven y emprendedora, estoy muy agradecida por el apoyo recibido en todas las facetas; tanto de mi ejercicio profesional como en el desempeño empresarial, asesoramiento informático, etc.

Resumiendo, me encuentro muy respaldada por mi cooperativa.

**¡Muchas gracias Mar!**



**Como sabéis, estamos a vuestra disposición en los siguientes teléfonos de contacto y a través de correo electrónico:**

**Veterinaria:**  
954 44 98 02  
veterinaria@bidafarma.es

**Ortopedia:**  
954 44 98 41  
ortopedia@bidafarma.es

**Formulación Magistral  
y Medicina Natural:**  
954 44 98 03  
formulacionyhomeopatia@bidafarma.es

**Atención farmacéutica:**  
954.44.98.04  
atencionfarmaceutica@bidafarma.es

Conocemos el servicio profesional de Medicina Natural y Homeopatía de Bidafarma. Llamamos al Call Center y solicitamos que nos pasen con el servicio de homeopatía. Lo usamos a diario y cada vez más. Necesitaríamos que Bidafarma aumentara el catálogo de productos de todos los laboratorios por la demanda creciente.

Lo que más valoramos del servicio es poder atender la demanda de nuestros clientes, cada vez más creciente de productos naturales y homeopáticos sin tener que derivar a herboristerías u otros establecimientos. Somos los farmacéuticos los profesionales más cualificados y además nos respaldan laboratorios farmacéuticos de calidad y confianza.

La incorporación de este servicio ha supuesto mejorar la calidad del servicio y atender el nicho de mercado que decide optar por la medicina

natural. Creemos que nuestros clientes valoran muchísimo la atención personalizada en la farmacia. Son muy fieles y confían totalmente en nuestro consejo y profesionalidad.

**¡Muchas gracias M<sup>a</sup> Ángeles!**



**M<sup>a</sup> ÁNGELES MARTÍNEZ MARTÍNEZ,  
Sabinillas (Málaga)**



# SE NOS HACE MAYOR...

**M**uchos dueños de mascotas ven que ese cachorrito que adquirieron hace ya algunos años ya no es tan peleón como antes, o que ya no baja al parque con las ganas que lo hacía cuando íbamos todas las tardes con él, cuando saltaba las escaleras del portal de un solo salto...no hay que preocuparse, solo hay que entender que quizás nuestro perro está pasando a la etapa de envejecimiento y que esto implica cambios en su día a día.

Los perros tienen una esperanza de vida más corta que la de nosotros y es normal que los veamos envejecer, solo hay que entenderlos y procurar que tengan una calidad de vida aceptable en esta etapa de su desarrollo, adaptando nuevos hábitos para que eso sea posible..., pero ¿cómo podemos interpretar que estamos ante esa etapa?

La esperanza de vida de nuestra mascota va a depender de varios factores: genéticos (las razas grandes viven sobre 10-12 años mientras que las pequeñas sobre 15 años de media), la calidad de vida que hayan tenido durante su vida, alimentación, cuidados, ...

Las etapas de vida de un perro son 4: cachorro (hasta 1 año), joven o junior (1-4 años), adulto (hasta los 7-8 años) y viejo o senior (a partir de los 8 años).

Es por esto, que a partir de los 8 años pueden aparecer señales propias de esta última etapa y que nosotros podemos interpretarlas y adaptar el día a día de nuestra mascota para que no se vea perjudicada en ningún momento. Estos cambios son tanto a nivel físico como en el comportamiento.

A nivel físico podemos encontrar: aparición de canas o cambios en el color del pelo o brillo (podemos añadir a su dieta complementos con aceites omega) o cambios en el color de los ojos (se vuelven más grisáceos).

En cuanto al comportamiento, las ganas de jugar y la vitalidad en los paseos disminuyen a medida que avanzan en la edad. Igualmente, se cansará más al pasear, es importante no forzar a nuestra mascota a dar largos paseos, él debe marcar el ritmo.

Los problemas de artrosis y de las articulaciones son muy frecuentes en nuestros perros más ancianos ya que los cartílagos se van deteriorando. Un aporte de condroprotectores ayudará a paliar el problema, aunque debemos acudir al veterinario si vemos que se agudizan e impiden a nuestra mascota realizar las tareas cotidianas. A menudo observamos cambios en el apetito (podemos bajar la frecuencia de las comidas de 3 a 2 veces al día y revisar las piezas dentales, a veces la dieta es demasiado dura para las condiciones de su dentición).

Pueden aparecer la incontinencia fecal o urinaria, aunque se suele dar en los perros más mayores (existen pañales especiales para perros). En este caso es importante acudir al veterinario para descartar una posible infección de orina.

Todos estos cambios hacen que, en esta etapa, nuestra mascota requiera de unos cuidados especiales, que podemos resumir en:



Adaptar el ejercicio y los paseos a su condición física



Dieta específica para su edad y gasto energético.



Llevarlo al veterinario para revisiones periódicas, ya que en esta etapa son más susceptibles para contraer enfermedades.

Todo ello junto con el amor y cariño que le damos cada día harán que nuestra mascota pase esta última etapa de su vida con nosotros feliz y saludable.

**Pilar Fernández Rasco**  
Responsable de Farmascotas

  
**farmascotas**  
Cuidamos de ellos

**Debemos conocer las diferentes necesidades de nuestra mascota según su etapa de desarrollo**



# “ESTÉS DONDE ESTÉS, SIEMPRE TENDRÁS UNA FARMACIA CERCA PARA AYUDARTE”



**La campaña de verano de BidaFarma, hace foco en la cercanía de la farmacia con sus pacientes, en todo momento, en todo lugar.**

**E**ste año, desde el área de Marketing de BidaFarma, se ha puesto en marcha desde el 1 de Julio la campaña de verano. El objetivo es transmitir al público final un mensaje que le refuerce la idea de cercanía de la farmacia, apuntando al hecho de que siempre “está ahí para ayudarte”. La campaña muestra situaciones cotidianas que se dan en el verano, como los efectos de una inadecuada exposición solar, o picaduras de mosquitos, entre otras. Pero, además, en este caso, apelando al humor para llamar la atención.

Los recursos que se aportan para que la farmacia pueda utilizar esta campaña son cartelerías impresas, piezas para publicaciones en RRSS, y videos en CanalBida. Todo ello, además, disponible para la descarga en la nueva web de BidaFarma.

**Por un verano seguro, de la mano de la farmacia.**



# FARMACIAS ACTIVAS FRENTE AL TABACO

La “Semana sin tabaco” dinamizó la atención de pacientes en la farmacia, facilitando información y consejo farmacéutico sobre las consecuencias del tabaquismo en la salud.

La segunda fase de la campaña de Cesación Tabáquica ha demostrado, si cabe, la relevancia del papel de la farmacia en el cuidado de los pacientes, pero, sobre todo, en el hecho de ser en muchas ocasiones, el primer eslabón hacia una mejora en la calidad de vida de las personas.

Esta vez, el objetivo fue cambiar un cigarrillo por una planta, como símbolo de cambio de hábito. En ese acto, el profesional farmacéutico facilitaba, además, información de interés para que los pacientes decidieran iniciar un proceso de deshabituación tabáquica. El resultado: 5000 pacientes atendidos en las farmacias, asesorados e informados, de los cuales el 28% se decidían a iniciar dicho proceso. Este éxito es, sin duda alguna, resultado de la cercanía y profesionalidad que las farmacias aportan en la atención de sus pacientes.

Las farmacias, provenientes de todas las CCAA donde Bidafarma está presente, difundieron esta campaña a través de diversos medios (RRSS, cartelería, etc.), a la vez que numerosos medios del sector se hicieron eco de ella.

Sin duda, una vez más las farmacias de Bidafarma, cerca de sus pacientes.





# LA INNOVACIÓN SOCIAL

## Bidafarma selecciona cinco iniciativas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los pacientes y sus familias en el marco de la crisis del Covid

Con el objetivo de dar un paso adelante en la mejora de la salud y la calidad de vida de personas en riesgo de exclusión social y colectivos vulnerables afectados por la crisis sanitaria o proporcionar soluciones en el día a día de los pacientes y sus familias, Bidafarma ha puesto en marcha un año más, la convocatoria de los Proyectos de Innovación Social de Bidafarma.

Este 2020, debido a la emergencia social generada por la crisis sanitaria, Bidafarma ha priorizado aquellos proyectos de entidades sociales, que, al igual que la cooperativa, han demostrado su compromiso con la salud y las personas.

La situación excepcional a la que nos enfrentamos ha llevado a Bidafarma a poner el acento en esta ocasión en el desarrollo de iniciativas de entidades sin ánimo de lucro que, entre sus actuaciones, prevengan el cuidado de la salud y ayuden a personas y colectivos en riesgo de exclusión social.

En esta línea trabajan las cinco entidades galardonadas en esta edición como la Asociación Almeriense de Trastorno del Espectro del Autismo (ALTEA) que ha presentado el proyecto “Caballos que curan corazones”, la Asociación Jiennense de Esclerosis Múltiple Virgen del Carmen con el proyecto titulado “Por un espacio digno”, la Asociación Parkinson Granada con la iniciativa “Servicio Sostenible de Transporte Adaptado Puerta a Puerta”, la Asociación Esclerosis Múltiple y otras enfermedades neurológicas (ADEMPTO) con el proyecto “Tratamiento de realidad virtual, PSIOUS, para personas con enfermedades neurológicas y sus familiares” y la Asociación Extremeña de Fibrosis Quística que ha presentado el proyecto “Tu respiras sin pensar... yo solo pienso en respirar”.

Puesto que la responsabilidad social es uno de los pilares sobre los que se sustenta Bidafarma, con esta convocatoria reafirmamos nuestro trabajo con las asociaciones que ayudan al paciente y a sus familias a manejar

“  
Con esta convocatoria reafirmamos nuestro trabajo con las asociaciones que ayudan al paciente y a sus familias a manejar la enfermedad de manera positiva

la enfermedad de manera positiva. Para Bidafarma es un honor seguir apoyando este tipo de proyectos y contribuir así a mitigar las consecuencias sanitarias, sociales y económicas derivadas de la pandemia del Covid-19.

Conozcamos un poco más acerca de cada una de las asociaciones y en qué consisten estos proyectos que transformarán y mejorarán la calidad de vida de cientos de pacientes de toda España.

“

Bidafarma ha priorizado aquellos proyectos de entidades sociales, que, al igual que la cooperativa, han demostrado su compromiso con la salud y las personas.



# COMO PROTAGONISTA



**Pedro Luis Malagón Gallego,**  
Presidente de la Asociación  
Jiennense de Esclerosis Múltiple



**AJDEM se ha convertido en el referente de atención multidisciplinar para pacientes con esta y otras enfermedades neurológicas**

## ‘UN ESPACIO DIGNO’ PARA JIENNENSES CON ESCLEROSIS MÚLTIPLE

**La Asociación Virgen del Carmen mejorará sus instalaciones en la capital gracias a la ayuda de Bidafarma**

**D**esde su creación en 1996, la asociación jiennense Virgen del Carmen (AJDEM) ha recorrido un largo y duro camino para encontrar recursos y mejorar la calidad de vida de los afectados de esclerosis múltiple. Gracias a su labor diaria, se ha convertido en el referente de atención multidisciplinar para estos pacientes a nivel provincial ofreciendo los recursos necesarios para la atención a pacientes con esta y otras enfermedades neurológicas. Una entidad sin ánimo de lucro de la que forman parte 380 socios, que persigue con su labor diaria, la mejora de la calidad de vida de los enfermos de esclerosis múltiple de toda la provincia de una manera integral.

El poder ofrecer a los enfermos de cualquier punto de la provincia los mismos servicios y sus tres sedes ha sido lo que les ha llevado a presentar a la convocatoria de Bidafarma el proyecto ‘Por un espacio digno’. Con el impulso de Bidafarma, podrán equipar de mobiliario la delegación que (AJDEM) tiene en Jaén capital y mejorar la atención de los socios de la capital y alrededores.

Como explica su presidente, Pedro Luis Malagón, “con esta ayuda podremos tener una mayor visibilidad en la capital y ser centro referente de atención a enfermos neurológicos crónicos, ya que atendemos a pacientes de otras patologías neurológicas, como ELA, distrofias, ataxias, etc.”. Gracias a una socia farmacéutica conocieron la convocatoria puesta en marcha por Bidafarma y, concedores del apoyo

que la cooperativa ofrece a las asociaciones de pacientes más necesitadas, no dudaron en solicitar la ayuda para conseguir ‘Un espacio digno’ de atención para los pacientes de la capital y alrededores.

AJDEM cuenta en la actualidad con tres centros de atención en la provincia de Jaén, Bailén, Baeza y Jaén capital. Además, cuentan con dos centros de rehabilitación, uno en Baeza y otro en Jaén que son referentes de apoyo a este amplio colectivo gracias a los profesionales que emplean toda su ilusión y su tiempo para seguir luchando con esperanza en un “hoy bueno” y un “mañana mejor”, como ellos mismos indican.

Para Malagón “este tipo de ayudas son de vital importancia, especialmente para las asociaciones que disponen de menos recursos para la elaboración de grandes proyectos, pero no por ello su labor es menos importante”.



**Con el impulso de Bidafarma, podrán equipar de mobiliario la delegación que (AJDEM) tiene en Jaén capital y mejorar la atención de los socios de la capital y alrededores**

# LA INNOVACIÓN SOCIAL

## REALIDAD VIRTUAL PARA LOS PACIENTES CON ESCLEROSIS MÚLTIPLE DE TOLEDO

**La Asociación de Esclerosis Múltiple de Toledo pondrá en marcha el proyecto PSIOUS para la mejora de la salud mental de los pacientes**

Con una metodología centrada en la persona, la Asociación de Esclerosis Múltiple de Toledo (ADEMTO), proporciona a las personas con diagnóstico de esclerosis múltiple o cualquier otra enfermedad neurológica una rehabilitación integral proporcionando tratamientos específicos e individualizados para paliar las deficiencias y reducir las discapacidades.

Con más de 350 socios en toda la provincia, la asociación cuenta con una sede principal en Toledo, a la que se unen varias delegaciones en Consuegra, Madridejos y Ocaña para acercar así el tratamiento a los pacientes que residen en municipios más alejados y que no sea un hándicap la dispersión geográfica.

Tras un duro año en el que han tenido que adaptar las terapias y tratamientos a la situación generada por el Covid-19 fomentando la telerehabilitación, y conocedores del apoyo que Bidadarma ofrece a las asociaciones de pacientes más necesitadas, no dudaron en solicitar la ayuda para el nuevo proyecto de realidad virtual que tenían en mente.

El proyecto, bajo el título 'Tratamiento de realidad virtual, PSIOUS, para personas con enfermedades neurológicas y sus familiares', consiste en "la adquisición de una interfaz de realidad virtual que, combinado con técnicas psicoterapéuticas, realiza una exposición inmersiva virtual para reducir la activación fisiológica y modificar pensamientos distorsionados en trastornos de ansiedad, fobias, tratamiento del dolor crónico y trastornos desadaptativos que, además, son trastornos que se han visto muy incrementados durante los meses de pandemia", según explica Noelia Melgar, neuropsicóloga de la asociación.

**PSIOUS realiza una exposición inmersiva virtual para reducir la activación fisiológica y modificar pensamientos distorsionados en distintos trastornos**

Este impulso proporcionado por Bidadarma, supone, a juicio de la neuropsicóloga, "además de un avance en cuanto a la inclusión de TIC's en un entorno de rehabilitación, una mejora de nuestro servicio asistencial, pudiendo ofertar una mayor gama de tratamientos y una mejor calidad". Para Melgar, esta nueva forma de trabajar, "se traduce en la mejoría de la salud mental de nuestros socios y socias, disminuyendo al menos un 75% las repercusiones negativas de la enfermedad o patología".



**Noelia Melgar Parra**  
Neuropsicóloga  
de la ADEMTO

**María Martín de Hervás  
Vegue, Trabajadora  
Social de ADEMTO**

**Gracias a la realidad virtual mejora la salud mental de los pacientes disminuyendo al menos un 75% las repercusiones negativas de la enfermedad**

"Iniciativas como esta de Bidadarma son vitales y muy necesarias, más aún para entidades pequeñas que puedan poner en marcha nuevos servicios y adquirir herramientas novedosas para los servicios, suponiendo también una lanzadera para que se conozca el trabajo realizado y visibilizar enfermedades que necesitan de un tratamiento rehabilitador para mejorar su calidad de vida", apunta María Martín de Hervás, trabajadora social de ADEMTO.



# COMO PROTAGONISTA

## UN SERVICIO INTEGRAL PARA EXTREMEÑOS CON FIBROSIS QUÍSTICA

**‘Tú respiras sin pensar... yo solo pienso en respirar’ es el proyecto de la Asociación Extremeña de Fibrosis Quística para mejorar la calidad de vida de los pacientes que sufren esta enfermedad**

**M**edicación constante, terapias respiratorias, enzimas pancreáticas y profilaxis forman parte del día a día de los enfermos de fibrosis quística, una enfermedad genética que aún no tiene cura. Para hacer frente a esta lucha, organizaciones como la Asociación Extremeña de Fibrosis Quística llevan años trabajando en la mejora de la calidad de vida de estos pacientes y sus familiares.

Con casi veinte años de vida, la asociación ha contado con diferentes profesionales hasta configurar un equipo multidisciplinar que se encarga de desarrollar los diferentes proyectos y actividades, de manera profesionalizada, coordinada y comprometida. Por eso pusieron en marcha el proyecto ‘Tú respiras sin pensar... yo solo pienso en respirar’, que quiere dar continuidad al servicio integral y psicosocial llevado a cabo desde hace más de una década por estos profesionales atendiendo a 144 personas con fibrosis quística y sus familiares. Con este servicio se ofrece atención y orientación social, atención psicológica, fisioterapia respiratoria en el domicilio, acompañamiento hospitalario, información, orientación y divulgación de todos aquellos aspectos relacionados con la enfermedad.

Como explica García, gracias al impulso de Bidafarma, “podremos seguir ayudando a nuestros socios a tener una mejor calidad de vida y más en estos momentos difíciles ya que la fibrosis quística es una de las enfermedades pulmonares y raras de gravedad. Además, con el Covid, nuestras familias corren mucho riesgo porque el virus es más agresivo en ellos y deben tener mucho más cuidado”.

Los enfermos de fibrosis quística pueden llegar a tener problemas pulmonares serios, una preocupación que se agravó con la llegada del Covid a España. Por eso, cuando desde la asociación tuvieron conocimiento de la convocatoria de Bidafarma y que este año haría especial hincapié en las asociaciones más afectadas por la crisis sanitaria, no dudaron en solicitar la ayuda de la cooperativa: “Ha sido una sorpresa para todos los socios y directiva conseguir el apoyo de Bidafarma en un proyecto así. Nos ha venido como agua caída del



**Los enfermos de fibrosis quística pueden llegar a tener problemas pulmonares serios, una preocupación que se agravó con la llegada del Covid**



cielo, estamos muy agradecidos”, comenta su presidenta, Ana M<sup>a</sup> García, al conocer la resolución.

Para la presidenta, “este tipo de ayudas son de vital importancia, especialmente para ayudar a las personas con enfermedades raras como la nuestra que no consiguen el apoyo económico y social que se merecen. Ojalá podamos contar por muchos años con esta ayuda y Bidafarma pueda ayudar a muchas entidades más”.



**Ha sido una sorpresa para todos los socios y directiva conseguir el apoyo de Bidafarma en nuestro proyecto, comenta la presidenta**



**Ana María García,**  
Presidenta de la Asociación Extremeña de Fibrosis Quística

# LA INNOVACIÓN SOCIAL

## TRANSPORTE ADAPTADO Y SOSTENIBLE PARA LOS PACIENTES CON PÁRKINSON

La asociación Ágora de Granada pondrá en marcha un servicio de transporte puerta a puerta para evitar el aislamiento de pacientes

Uno de los síntomas principales del párkinson es la inestabilidad postural o pérdida de equilibrio, con el consiguiente riesgo de caídas y el trastorno de la marcha que se caracteriza por ser una marcha lenta, con arrastre de pies, bloqueos o congelaciones, desviación en la trayectoria, pérdida de braceo, etc. Esto hace que muchas personas afectadas no puedan salir solas de casa o necesiten ayuda para llegar hasta el centro en el que tienen que recibir su terapia.



María Angustias Díaz,  
Presidenta de la Asociación  
Párkinson Granada

Para evitar este tipo de situaciones y mejorar la asistencia y calidad de vida de los enfermos de párkinson y sus familias de toda la provincia, la Asociación de Parkinson Granada (ÁGORA) ideó un servicio sostenible de transporte adaptado puerta a puerta para personas con movilidad reducida. De esta forma, evitarían el aislamiento de los pacientes o que no reciban las terapias que necesitan.

Tras tener conocimiento de la convocatoria a través de la web de BidaFarma, presentaron su proyecto a la cooperativa y han conseguido ser una de las cinco iniciativas seleccionadas en la IV Convocatoria de Proyectos de Innovación Social.

Gracias a este servicio de transporte adaptado se atenderá, entre usuarios de la asociación y del centro de día, a un total de 45 personas, lo que supondrá de forma indirecta, la mejora de la calidad de vida de unas 90 personas.

La asociación ofrece una atención integral a través de servicios como fisioterapia, logopedia, terapia ocupacional, estimulación cognitiva, apoyo psicológico, atención social o transporte, todo de forma individual, grupal, online o a domicilio.

Como explicó su presidenta, M<sup>a</sup> Angustias Díaz, tras conocer la colaboración de BidaFarma en esta iniciativa, "gracias a esta ayuda podremos atender a un mayor número de personas que de otro modo no podrían acudir a nuestros centros y por tanto se quedarían sin recibir las terapias que necesitan para mantener una buena calidad de vida". Además, la puesta en funcionamiento del servicio ayudará a aumentar los ingresos de la entidad y consolidar su autofinanciación.

Todo ello reduciendo la huella de carbono, ya que se optimizarán las rutas de transporte y se evitarán desplazamientos individuales. Además, como desvela la presidenta de la asociación granadina, "ampliará nuestro alcance geográfico, llegando a municipios a los que antes no podíamos llegar".

Díaz muestra un profundo agradecimiento por la convocatoria de iniciativas de este tipo ya que, a su juicio, "es una forma de facilitar el acceso a colectivos discapacitados y mayores a centros especializados y a las terapias que tanto necesitan porque les ayuda a su integración y participación social amén del respiro que supone a los familiares y cuidadores."

Gracias al nuevo transporte adaptado serán muchos los pacientes que podrán acudir al centro a recibir las terapias necesarias

“



# COMO PROTAGONISTA

## ‘CABALLOS QUE CURAN CORAZONES’ DE PERSONAS CON AUTISMO

**Más de medio centenar de usuarios con TEA se beneficiarán de la ayuda de Bidafarma a la asociación almeriense**

**E**l proyecto ‘Caballos que curan corazones’, que apoya a personas con Trastornos del Espectro Autista (TEA) en su rehabilitación gracias a la equinoterapia, ha sido uno de los elegidos por Bidafarma en la IV convocatoria de proyectos de innovación. La iniciativa de la asociación ALTEA de Almería ha sido seleccionada, por el proyecto ‘Caballos que curan corazones’, que ayuda, gracias a la equinoterapia, a enfermos de autismo.

Desde su fundación en 2017, Altea trabaja en más de 10 municipios almerienses realizando actividades de todo tipo como terapia en contexto natural, apoyo educativo, deporte inclusivo (natación, atletismo, patinaje, ciclismo, bádminton, entre muchos otros deportes), campamentos, talleres de ocio, formaciones, respiros familiares, asesoramiento y orientación a las familias, equinoterapia, actividades de visibilización del colectivo, entre muchas otras.

Actualmente Altea cuenta con 134 unidades familiares asociadas de toda la provincia de Almería. Como explica su presidenta, M<sup>a</sup> Carmen Almagro “algunos de los socios trabajan en el sector farmacéutico y, al igual que Bidafarma, nuestro objetivo es mejorar la calidad de vida de las personas. Confiamos en empresas con una presencia tan importante como la de Bidafarma para seguir creciendo y diversificando nuestras opciones, por eso, cuando vimos la oportunidad de presentarnos no lo prensamos, esta era una puerta maravillosa para plantear un proyecto como éste”.



**Mª Carmen Almagro,**  
Presidenta de ALTEA

‘Caballos que curan corazones’, a pesar de ser uno de los proyectos más jóvenes de Altea, ya es demandado de manera generalizada entre sus socios. Según desvela Almagro, “hemos podido ver cómo la equinoterapia mejora el bienestar psicológico, emocional y físico, aún con las medidas y precauciones que deben tomarse para evitar contagios. La terapia con caballos se desarrolla en un entorno natural idílico en la zona de Almerimar, un espacio donde la terapeuta, Eva Siles y su equipo, hace magia sobre el caballo”.

**La equinoterapia mejora el bienestar psicológico, emocional y físico, aún con las medidas y precauciones que deben tomarse para evitar contagios**



Gracias a esta colaboración de Bidafarma, alrededor de medio centenar de usuarios podrán beneficiarse de esta actividad. La terapia con caballos supone altos costes de mantenimiento y profesionales especializados y ello hace que muchas familias no puedan asumir sus costes, “es por ello que buscamos incansablemente ayudas externas para financiar esas terapias y facilitar el acceso igualitario a cualquier persona que quiera disfrutar de los beneficios de estas terapias”, apunta la presidenta en agradecimiento a la colaboración de Bidafarma en esta iniciativa.

El proyecto puesto en marcha por la asociación almeriense, pretende apoyar a las personas con TEA en su rehabilitación al mismo tiempo que a sus familiares, proporcionándoles asistencia social y bienestar. Además, “a través del acceso a donaciones y subvenciones pretendemos hacer más accesible asistir a estas terapias que para familias con pocos recursos son un verdadero lujo”, aclara la presidenta.





Jornadas  
**Profesionales**  
21

DISTRIBUCIÓN  
FARMACÉUTICA:

**Una salida  
profesional  
segura**



# DEL ALMACÉN A LAS AULAS

**Bidafarma ha organizado varias jornadas en las universidades de Granada, Sevilla y Alcalá de Henares en las que han participado diferentes compañeros de la cooperativa, que han abordado las áreas en las que desempeñan su actividad. En estas jornadas se ha ofrecido a los alumnos información específica sobre las oportunidades laborales e itinerarios profesionales a los que pueden aspirar**

**G**ran éxito de participación en el ciclo de Jornadas Profesionales que Bidafarma ha organizado, durante el curso académico 2020-21, con las facultades de Farmacia de las universidades de Sevilla, Granada y Alcalá de Henares, para dar a conocer la distribución farmacéutica, entre los futuros profesionales, como una salida profesional segura. Entre los ponentes que han participado de manera divulgativa, señalamos a Juan Sanz, Sonia Blanco, Concha Ramos, Fernando Román, Maribel Fuentes, Enrique Muñoz, Manuela Villena, José Luis García, José Manuel Rodríguez, Rocío Rojo, José Ramón Molina, Emilia López, Santiago Carrasco, Carmen Granados, Rubén Carro, Marcos Bonafonte, Yolanda Lería y Cristina Ferrando. El presidente de Bidafarma, Antonio Pérez Ostos inauguró estas jornadas aseverando la importancia que adquiere la farmacia asistencial para el presente y el futuro: “Una farmacia que debe dar soluciones a las nuevas necesidades en salud de la población, sobre todo si de lo que hablamos es de las necesidades relacionadas con los medicamentos”, a lo que añadía: “para ello necesitamos a nuevos profesionales bien formados y motivados”. Desde el Grupo Bidafarma, su presidente Antonio Mingorance explicaba: “Es precisamente el farmacéutico el auténtico especialista en el medicamento y que debido a esta especialización, a la red logística con la que contamos y al cumplimiento de los requisitos técnicos y sanitarios exigidos para la custodia, almacenamiento y distribución de los medicamentos, lo que nos ha situado en una posición inmejorable para colaborar con el resto de profesionales y autoridades sanitarias en esta crisis sanitaria”.

## PONENCIAS Y EXPERIENCIAS ANTE LOS NUEVOS PROFESIONALES DEL SECTOR

‘Una salida profesional segura’ y un concurso de ideas bajo el lema ‘Soluciones innovadoras en salud desde la farmacia’, varias apuestas desde la cooperativa con el objetivo de dinamizar la puesta en escena de la distribución farmacéutica ante los futuros profesionales del sector. Granada tuvo su presencia el 27 y 28 de abril, con la participación de la rectora de la universidad, Pilar Aranda; la decana de la Facultad de Farmacia, Ana Isabel Del Moral; y el presidente del Grupo Bidafarma, Antonio Mingorance. La primera sesión contó con la vicedecana de Investigación, Desarrollo e Innovación de la Facultad de Farmacia, Ana Conejo; el director de Relaciones con la Industria de Bidafarma, Ignacio Pérez; y el consejero de Bidafarma, Juan Domingo. El ámbito de la logística, tan importante en cuanto a distribución farmacéutica, contó con José Manuel Rodríguez, director técnico y el gerente de Sistemas Industriales, José Luis García.

Estudiantes de quinto curso también hablaron desde su experiencia al haber realizado sus prácticas en las sedes de Granada y Málaga,

como en el caso de Israa Tarif y Adriana Sola. Los días 11 y 12 de mayo se llevaron a cabo distintas ponencias y encuentros con estudiantes en la Universidad de Alcalá de Henares. La inauguración de estas jornadas se llevó a cabo con el presidente de Bidafarma, Antonio Pérez Ostos y el vicerrector de estudios de Grado y Estudiantes de la Universidad de Alcalá de Henares, Jorge Pérez. Para hablar del ‘valor de la distribución farmacéutica’, los estudiantes pudieron escuchar al consejero de Bidafarma Pedro López y a la decana de Farmacia María Victorina Aguilar. La jornada concluyó con las ponencias en cuanto al ‘papel asistencial del farmacéutico’. El pasado 30 de abril, el director general de Bidafarma, Jesús Porres concluyó las jornadas celebradas en Sevilla expresando varias ideas como: “Gracias a la formación multidisciplinar del farmacéutico podéis pasar por distintas áreas dentro de la cooperativa y hacerlo con una gran capacidad de adaptación y aporte de valor”.

**Las jornadas continuarán en el segundo semestre del año en las universidades de Santiago de Compostela, Navarra, Francisco de Vitoria y Alfonso X El Sabio.**

El concurso de ideas ‘Soluciones innovadoras en Salud desde la Farmacia’ iniciativa de Bidafarma y la Universidad de Sevilla, reconoció a: Andrea Durán, Sara Mena, Antonio Luque, Jesús López, Adrián Rivas, Antonio Domínguez, Arturo Bravo, Jiahao Chen, Paula María Fernández, Natalia Garrido, Almudena Lozano, Ana Suero, Macarena Martínez, Nazaret Canónico, Estrella Corredor y María Lourdes Puche. Las jornadas continuarán en el segundo semestre del año y se celebrarán en las universidades de: Santiago de Compostela, Navarra, Francisco de Vitoria y Alfonso X El Sabio.



# NUEVA EDICIÓN DEL CURSO SUPERIOR EN DIRECCIÓN DE OFICINA DE FARMACIA DE BIDAFARMA Y SAN TELMO

## El próximo curso lectivo tendrá lugar en Madrid la que será la X edición

La coyuntura económica actual y los grandes retos a los que se enfrenta el sector sanitario y farmacéutico demandan cada vez una mayor preparación empresarial de las personas al frente de las oficinas de farmacia. Con esta premisa, Bidafarma y el Instituto Internacional San Telmo vuelven a poner en marcha una nueva edición del Curso superior en dirección de Oficina de Farmacia, orientado a ampliar la visión empresarial y la formación de los responsables de la farmacia en la dirección y gestión de ésta.

Este curso tiene como objetivo fortalecer y potenciar los conocimientos, capacidades y aptitudes de sus participantes para la dirección de la oficina de farmacia, bajo un necesario enfoque empresarial que complemente la vocación de servicio y atención a sus clientes y pacientes.

Pretende aportar una visión global del proceso de dirección y a la vez profundizar en los diferentes aspectos específicos que lo componen dotando de herramientas y técnicas, así como ejercitando habilidades de gestión a través de una metodología pedagógica diseñada específicamente para este curso y basada en el 'Método del Caso'.

La orientación práctica forma parte troncal del aprendizaje, donde cada participante deberá desarrollar un plan de mejora concreto para su farmacia. Además, como ingrediente imprescindible del proceso de aprendizaje, permite compartir experiencias y establecer contactos con un grupo de personas con vocación de crecimiento profesional y personal en el mundo de la farmacia.

Para conocer más a fondo la dinámica del curso, la escuela de negocios organizará próximamente jornadas de puertas abiertas en la que se estudiará un caso real y podrás comprobar presencialmente la sistemática. Tu gestor comercial puede ampliar información si así lo deseas. Así mismo, si estás interesado, puedes solicitar una visita a tu farmacia en la que te expondrán los diferentes temas que abarca y el funcionamiento de cada una de las jornadas.

Este curso tiene como objetivo fortalecer y potenciar los conocimientos, capacidades y actitudes de sus participantes para la dirección de la oficina de farmacia



## TESTIMONIOS DE ANTIGUOS ALUMNOS

Jorge González Sanchez

(farmacéutico de Madrid y presidente de la VII edición).

*"San Telmo ha sido la 'vacuna' que me proporcionó herramientas y conocimientos para mi desarrollo profesional y personal".*

Ángel Puente González

(farmacéutico de Madrid y vicepresidente de la VII edición).

*"Experiencia muy positiva y enriquecedora. El hecho de haber conocido a personas con similares inquietudes y pensamientos, fuera de la zona de confort del día a día de la farmacia y poder profundizar y descubrir un lado más empresarial de la farmacia. Lo definiría como un curso de reflexión y búsqueda de oportunidades".*



# MEDIO SIGLO DE PROFESIÓN

**Estos días en Huelva hay un barrio que está de celebración. Una de sus boticas cumple 50 años, motivo más que especial para que sus vecinos celebren junto a los trabajadores de la farmacia este evento.**

U n 5 de junio de 1971, Ana Moreno Ruigómez abrió la farmacia situada en la calle Nicolás Orta de Huelva. Por aquel entonces, el barrio estaba aún por asfaltar y el alcantarillado era deficiente, pero todo esto se superó con la cariñosa acogida que le dieron a Ana al llegar. Nos cuenta que tal era la expectación, que la gente entraba a “curiosear” y, por hacer algo, compraba una caja de aspirinas... “fue el top de ventas durante unos días”.



Fue una farmacia de nueva apertura, y Ana recuerda así este momento: “Me siento tan agradecida a los colindantes... Me colé entre ellos y no pusieron objeción... De forma especial quiero resaltar la acogida y apoyo de los compañeros farmacéuticos de la zona: eran Mercedes Manzano, Jorge Rodríguez, Curro Vázquez (el presidente en aquellos momentos) y Ángel Ferraro. A Ángel lo menciono el último, porque no ha sido un compañero normal, ha sido ejemplar. La ayuda, consejo, colaboración por su parte nunca me faltó, por lo que hoy puedo decir que no solo es compañero o amigo, es familia, así lo siento y eternamente le estaré agradecida”.

Este compañerismo aún hoy se nota en el barrio, que si por algo se caracteriza, es porque estas mismas farmacias que nombra Ana son ahora regentadas por sus hijos.

Ahora la farmacia de la calle Nicolás Orta está a cargo de Cinta Galván, la hija pequeña de Ana y la responsable de que, en estos días, se realice en la farmacia la celebración del 50 aniversario de su apertura. En cuanto a por qué estudió Farmacia, se nota que su madre le trasladó la pasión por la profesión: “Siempre me encantó. De pequeña iba a envolver las cajitas de medicamentos, y ya un poco más mayor, hacía fórmulas magistrales “facilitas”. Me gustaba todo. Mis padres nunca nos insistieron en que estudiásemos Farmacia. De hecho, soy la pequeña de tres hermanos y los mayores tiraron por

letras. Me encanta el trato con el paciente, y realmente no me cuesta trabajo el empezar la semana en la farmacia. Desde luego, mi madre me ha inspirado. Ella siempre ha sido una apasionada de su farmacia, y yo también lo siento así”.

Si por algo se caracteriza la farmacia, es por el trato al paciente y la labor asistencial que realiza, un aspecto presente día a día desde que comenzó Ana allá por 1971 y que, por las palabras de su hija Cinta, ha heredado: “Mi madre me ha inculcado todo, por eso la farmacia es muy asistencial, volcada en el paciente, con servicios nuevos a descubrir cada día. Con mucha inquietud de hacer cosas nuevas, dar servicios innovadores, formándome siempre, eso es lo que he vivido”.

En cuanto a la evolución de la botica, Cinta nos cuenta que “no ha evolucionado nada en cuanto a nuestra ilusión y nuestro trabajo, que sigue siendo el mismo del primer día, pero sí que hay mucho más trabajo burocrático. Además, la inclusión de la informática ha sido muy importante. Mi madre cuenta cómo se daban los pedidos antes, que se apuntaba todo en una libretita... cosa que ahora sería impensable”.

Debido a las circunstancias de la pandemia, la celebración del 50 aniversario no va a ser como ellas esperaban, pero aun así Cinta nos cuenta que “estamos haciendo muchas cosillas con nuestros clientes. Hemos hecho una bolsita de tela conmemorativa con

todos nuestros nombres y los nombres de nuestros clientes, puesto que, sin ellos, nada tiene sentido. Estamos dando muchos regalitos que nos han donado algunos laboratorios, sorteillos... ¡los clientes están súper contentos!”.

La pandemia ha cambiado muchas cosas en este último año y medio y también ha posicionado a la farmacia como un establecimiento esencial y necesario para la sociedad, le preguntamos a Cinta si cree que esto cambiará: “espero que la farmacia siga siendo tan valorada como hasta ahora, durante la pandemia hemos afianzado nuestro sitio en la sociedad. Nuestra profesión cobra sentido con el paciente. Esto tiene que quedar claro”.

Bidafarma ha estado casi desde los comienzos con la farmacia de Ana y, desde que Cinta se hizo cargo, también ha sido su proveedor principal, Cinta tenía claro por qué iba a ser así: “Para mí, trabajar con Bidafarma es trabajar en casa, con gente a la que aprecio, me siento querida y respaldada. Es trabajar en familia”.

“

Para mí, trabajar con Bidafarma es trabajar en familia”



# EL ALMA DEPORTIVA DE LA FARMACIA

**E**l sector salud, y sobre todo la farmacia llevan en su ADN un inherente estado de permanente evolución. En los últimos veinte años hemos vivido un completo vuelco en la tradicional concepción de la oficina de farmacia que se ha culminado con la revolución que han supuesto la entrada en el canal de distintos actores que no imaginábamos o el cada vez más importante reto digital. En definitiva, cobra más sentido y fuerza que nunca aquello de renovarse o morir.

Y esto no es algo sencillo, dadas las dificultades que la Administración pone tanto a nivel central como autonómico a la oficina de farmacia, ya que a tenor de sus medidas, nos ve más como enemigos que como aliados en pro de la salud del paciente, cuando hemos demostrado ser un activo sobradamente valioso en el cuidado del mismo en los momentos más difíciles (el último, un potente estudio que demuestra la eficacia de la intervención farmacéutica en síntomas menores).

Bajo este escenario y siempre bajo el paraguas legislativo actual, uno de los pilares fundamentales de la oficina de farmacia, es la promoción de la salud. Innegablemente, hoy

desde una perspectiva covid-19, y basado siempre en la evidencia científica disponible, el deporte y la actividad física se muestran como aliados naturales del paciente para fomentar un aumento significativo de su salud, constituyendo una gran barrera preventiva frente a la enfermedad.

## Deporte, el mejor fármaco natural

Desde Farmacia Estación 71 siempre hemos tenido claro que, para estar a la vanguardia en el cuidado integral de la salud, debemos estar actualizados en un poderoso fármaco natural, el deporte; con sobrados beneficios demostrados para el que es el eje de nuestra farmacia y debe serlo del SNS: el paciente.

Por eso desde nuestra constitución, en coherencia con la visión y misión de nuestra particular forma de ver la farmacia, y gracias a mi formación en Nutrición Humana y Dietética y posteriores estudios especializados en Nutrición Deportiva y Rendimiento, decidimos aprovechar esta ventana.

Desde que tengo uso de razón, he estado generando ideas en mi cabeza sobre cómo construir una sinergia farmacia-deporte que pudiese convertirse en el alma de nuestra oficina de farmacia.

Apostamos en un primer momento por empezar a trabajar la nutrición deportiva, seleccionando marcas y productos que han demostrado ser los mejores para el rendimiento de los deportistas. Productos basados en evidencia científica que garantizan la fórmula más adecuada para obtener la mejor versión del deportista. Para ello llegaron a nuestra farmacia productos que normalmente no se podían encontrar en canal farmacia, que cuentan entre sus equipos de diseño de fórmula y producto con reputados profesionales de la nutrición y la farmacia.

En segundo lugar, apostamos por hacernos visibles en el apoyo a distintos deportes y deportistas. Es un orgullo para nosotros poder sentirnos algo partícipes del éxito futbolístico del CD Multimarcas Torrijos, que casi culmina el ascenso a 2ªB esta temporada. Con ellos colaboramos siendo el proveedor de los productos sanitarios que necesitan. También nos hemos hecho visibles a nivel provincial con el patrocinio del club de triatlón Triwild, y sobre todo de los triatletas del club de triatlón Monteverde; David Rodríguez y María Varo, que cuentan con numerosos éxitos a nivel nacional tanto en duatlón como en triatlón. Ellos son la punta de lanza de nuestro

proyecto deportivo actual. También portamos nuestra imagen y productos a clubs ciclistas amigos (Sanicen Racing Club y Triangle TC). Recientemente y gracias a una estrecha amistad con él, también me ocupo de la dieta y la suplementación, del árbitro manchego Javier Alberola Rojas, ejemplo de sacrificio y constancia, ayudándole en su desafío de ser el próximo árbitro internacional español (es el árbitro más joven en debutar en la liga de fútbol española).

En nuestra concepción de salud integral, apostamos por la colaboración multidisciplinar con una clínica de profesionales de la fisioterapia y podología, para que el deportista pueda obtener el mejor diagnóstico y tratamiento que le permita rendir al máximo de sus posibilidades.

### Los valores del deporte, presentes en la farmacia

Por último, intentamos que los valores que se viven en el deporte, transpiren hacia nuestra oficina de farmacia, dotándola de una personalidad característica y propia. Mostrar siempre un respeto absoluto hacia los demás y sus opiniones, aceptando las críticas buenas y malas para crecer de la mejor manera posible. Trabajar hasta la extenuación, mostrando el máximo

interés hacia las inquietudes de nuestros pacientes y deportistas, para poder darles el mejor servicio personalizado. Mantener una conducta ejemplar y, todo ello, con humildad, pasión y emoción, valores sin los que no entendemos la vida.

Pretendemos que nuestro proyecto no acabe ahí. Continuar formándonos, para ampliar nuestro conocimiento y aplicarlo en nuestro día a día, ampliar nuestro portfolio de productos para abarcar todas las necesidades del deportista, ofrecer un servicio online revolucionario basado en las necesidades reales del deportista y especializarnos en ortopedia deportiva para que el deportista pueda encontrar todo lo que necesite en un espacio sanitario de total confianza y calidad, bajo la lupa del farmacéutico.

También está en mente, inaugurar la consulta nutricional especializada en Nutrición Deportiva (actualmente solo la realizo con determinadas personas), para ayudar a los deportistas a crear desde el pilar de la nutrición, auténticos campeones. Por último la creación de un club deportivo que pueda dar respuesta a las necesidades de actividad física de los pacientes con distintas patologías adaptadas a sus capacidades, coordinado desde la oficina de farmacia, sería la guinda del pastel.

En definitiva, poner nuestro granito de arena al apostar por fomentar la adquisición de hábitos deportivos saludables, que se vean traducidos en un aumento de la prevención de la enfermedad y fortalecimiento de la salud. Esto finalmente debería contribuir a mejorar la sostenibilidad del SNS, dados los beneficios del deporte en todo tipo de pacientes, especialmente aquellos que sufran de hipertensión, hipercolesterolemia y diabetes; patologías que suponen una parte importante de la factura farmacológica del sistema y que podemos ayudar a descargar mediante todo este tipo de actuaciones.

Porque desde Farmacia Estación 71, creemos firmemente, que el deporte es la mejor medicina.



Alberto Díaz Gómez Farmacéutico y nutricionista Farmacia Estación 71. Toledo



**Bidafarma apuesta por el deporte**

**bida**  
farma

## ENTREVISTA A EDUARDO ORTEGA ORTEGA

### FARMACIA EDUARDO ORTEGA, ARROYOMOLINOS (MADRID)

**E**duardo es, como él mismo se define, un chico de barrio. Nacido y criado en Móstoles en un ambiente muy familiar en el que le guiaron siempre por la cultura del esfuerzo, nos cuenta que ya desde pequeño, el camino a seguir era el de trabajar para superar metas, no había otra opción. Curtido en la farmacia rural, este socio madrileño de Bidafarma dice seguir echándola de menos desde que se ha mudado a la ciudad. Ya con su propia oficina de farmacia, hablamos con él de su vocación, la importancia de la farmacia rural para el sistema de salud y las anécdotas de más de 20 años detrás del mostrador.

**Mi vocación desde niño fue ser “médico de perros”, pero la vida fue sabia y me llevó por el camino de los medicamentos**

“

**De padre carpintero y madre ama de casa, ¿de dónde te viene la vocación farmacéutica?**

Mi vocación desde muy niño fue ser médico de perros, es decir, veterinario, pero la vida fue sabia y me llevó por el camino de los medicamentos.

**Has estado muchos años trabajando en la farmacia rural, ¿qué destacarías de esa experiencia?**

Durante once años ejercí de farmacéutico rural en la localidad de La Frontera, en la serranía de Cuenca, rodeado de gente amable, muy alegre y, para mí, con un encanto muy especial. Los inviernos eran muy severos por la climatología de la zona, pero al llegar la primavera todo se llenaba de color en el campo. Allí las noches de verano no son como en Madrid sino que te permiten dormir y descansar. De lunes a viernes estaba en el pueblo y el fin de semana lo pasaba en Madrid, pero si tenía semana de guardia enlazaba una semana con otra y ese fin de semana no pisaba Madrid.

**¿Qué ha sido lo más gratificante de tu trabajo en la farmacia rural?**

Sin ninguna duda fue ayudar a la gente: desde desbloquear móviles con el PUK, llamar al servicio técnico de diferentes aparatos en casa de los abuelos (marcar un teléfono de 9 dígitos en teléfonos de rueda, no de teclas, mientras la abuela por cortesía intenta darte conversación, no es tarea fácil) y escuchar mucho, porque verbalizar los problemas también ayuda y alivia, etc. Recuerdo muchos consejos que me dieron y que he seguido al pie de la letra.

## “LA FARMACIA RURAL ES UNA ESTUPENDA CANTERA DE BUENOS FARMACÉUTICOS”

Durante muchos años, todas las semanas un abuelo de la localidad me regalaba huevos de corral y en verano me regalaban tomates que cultivaban en sus huertecillos. Además, hubo una época en la que una vez por semana a la médica, la enfermera y a mí como farmacéutico, una señora encantadora nos invitaba a almorzar en su casa. Una vez nos sacó una sartén de morteruelo casero (es un paté caliente que se come en Cuenca) y ellas acabaron pidiendo más pan porque aquello estaba riquísimo.

**¿Y lo más duro?**

Lo peor de todos esos años fue vivir la muerte de muchos abuelos que se habían ganado mi afecto. Además, las guardias 24/7, la soledad al tener a mi familia viviendo en otra provincia y el clima de la zona, que es muy frío para los que no hemos crecido allí, pero te curte el carácter.

**¿Crees que se debería potenciar el papel del farmacéutico rural?**

Absolutamente. Creo que no está suficientemente pagada la gran labor que hacen los farmacéuticos rurales, porque gracias a su trabajo se evita mucho gasto sanitario que pagamos entre todos. Además de la labor social, educativa, etc que realizan. A mi juicio, la farmacia rural es una estupenda cantera de buenos farmacéuticos.

**¿Cómo te imaginas el futuro de la farmacia?**

Pienso que la farmacia urbana podrá sobrevivir a los cambios de los nuevos tiempos, pero la farmacia rural está muy abandonada y no se apuesta por ella, algo que creo que es un gran error.

**Creo que no está suficientemente pagada la labor que hacen los farmacéuticos rurales, porque gracias a su trabajo se evita mucho gasto sanitario que pagamos entre todos**

“

**También realizaste un curso fuera de España, ¿qué te aportó este año en el extranjero?**

Estuve de Erasmus en Italia durante un curso y me encantó. Se lo recomiendo a todos los que tengan esa oportunidad. Conocí gente de muy distintas culturas y eso enriquece mucho.

Nos dijeron que cuando vuelves a casa después de esa experiencia vuelves siendo distinto y con una mentalidad más abierta. Desde que llegamos, nos dejaron muy claro que el resto de tu vida echarías

de menos ser Erasmus y, en mi caso, acertaron. En cierto modo es como cuando dejas de ser farmacéutico rural que lo echas de menos todos los días.

**Tras muchos años como farmacéutico adjunto decidiste dar el salto y tener tu propia oficina de farmacia, ¿qué te impulsó a este cambio?**

Lo he visto en casa, me gusta más tomar decisiones y “complicarme” la vida.

**¿Qué consejos le darías a aquellos compañeros que estén considerando la opción de dar el paso?**

Que vale la pena intentarlo, pero que no es un camino fácil.



## UNA DÉCADA LLENA DE ANÉCDOTAS



Once años en una farmacia rural dan para mucho. De hecho, tal y como narra Eduardo, podría llenar páginas con las anécdotas que le han ocurrido a lo largo de todos estos años, pero la que recuerda con más cariño es cuando un sábado de semana de guardia, hacia el mediodía, recibió una llamada de teléfono en la farmacia de una mujer anciana a la que no conocía de nada. La señora le explicó que vivía en un pueblo muy al Norte e iba con su marido de casi noventa años en su coche y se habían perdido en el campo. Creían que se habían metido por un camino que antiguamente se usaba porque atajaba mucha distancia para ir a un pueblo de la zona, pero su marido se había equivocado de desvío y no sabían dónde estaban ni hacia dónde ir. Cuenta el boticario que la señora le dijo con mucha educación: “Como usted está de guardia necesitamos que venga a ayudarnos”. Muy amablemente Eduardo le explicó que ésa no era su labor y que “si acudo a ayudarles seríamos tres personas perdidas en medio del campo”. Al parecer, “la buena señora ni protestó, se resignó, me dio las gracias y ahí acabó la conversación”, dice Eduardo.

Tras colgar el teléfono llamó a la Guardia Civil para darles ese número desde el que había llamado la señora y que fueran ellos a ayudarles. “Al cabo de casi una hora llamaron al timbre de la farmacia y era la señora octogenaria de antes. Había venido con su coche y su marido solo a darme las gracias por avisar a la Guardia Civil para que les ayudara”, cuenta Eduardo.

# JESÚS QUINTERO, FARMACÉUTICO RURAL: “SIN NOSOTROS, LOS PUEBLOS PEQUEÑOS NO TENDRÍAN NINGÚN SERVICIO DE SALUD”

## ENTREVISTA A JESÚS QUINTERO FARMACÉUTICO RURAL

**Te hemos visto en varios programas de televisión bajo el cariño de todos tus vecinos. Eres una institución en tu municipio...**

No me considero una institución, es mi trabajo e intento hacerlo siempre lo mejor que pueda.

**¿Qué se siente al ver que todo tu trabajo es tan reconocido y necesario?**

Siento satisfacción cuando la gente me agradece mi trabajo, es muy necesario nuestro trabajo. Es un pueblo muy pequeño y la gente necesita que les atiendas y les prestes tu apoyo. Consejos, orientarles un poco. La verdad es que es un trabajo muy satisfactorio.

**Siempre hemos entendido la farmacia como un deber de servicio. Un servicio para todos, mejor dicho. Con la farmacia rural, todavía más...**

Un deber de servicio que además se desempeña con mucho esfuerzo. Es complicado sacar adelante la economía de una farmacia tan pequeña. Está poco valorado por la administración. Sin nosotros los pueblos pequeños no tendrían ningún servicio de salud. Las personas mayores, si no tienes coche, qué haces. Nosotros los farmacéuticos en estos pueblos servimos de gran apoyo.

“Los farmacéuticos en estos pueblos servimos de gran apoyo”



Jesús Quintero nació en Gibraleón (Huelva). Cuando cursaba Bachillerato se decantó por Farmacia, carrera universitaria que cursó en Sevilla. Compagina su vocación con sus grandes aficiones: el cine y estudiar idiomas. Se ha convertido en una de las personas más queridas del municipio en el que decidió abrir su farmacia, Castaño del Robledo, una localidad de apenas 200 habitantes sin atención primaria. Jesús es el sanitario más próximo para sus vecinos, quienes le han dedicado cada aplauso a las ocho de la tarde durante todo el año de pandemia. Un sanitario en primera línea que nos abrió las puertas de su botica.

**En municipios como el tuyo, sin Atención Primaria, cobra todavía más importancia...**

Tenemos un consultorio pequeño que un par de veces en semana viene un médico a pasar consulta. Ahora con el coronavirus ha habido mucha atención telefónica. El papel que desempeña la farmacia es importante, a mucha gente les tengo que ayudar para pedir cita, decirles si tienen que renovar el tratamiento u orientarles si necesitan que los deriven a algún especialista. Intento hacer mi trabajo lo mejor que puedo y suplir un poco las carencias que la administración tiene en estos pueblos pequeños. La despoblación de las zonas rurales también viene con un papel que ha jugado la administración y lo que ha invertido en zonas rurales y la reducción de recursos.

“La despoblación de las zonas rurales también viene con un papel que ha jugado la administración y lo que ha invertido en zonas rurales y la reducción de recursos”

**¿Crees que la farmacia, la distribución farmacéutica y todos sus profesionales adquieren cada vez más importancia dentro de lo que a un asesor sanitario se refiere?**

Sí, por supuesto. El mundo de la farmacia, distribución...jugamos un papel primordial ahora que además hay tantos recortes en la sanidad pública. Desempeñamos un papel muy importante.

**Ahora viene por delante un problema que de hecho estamos percibiendo ya: ansiedad, estrés depresión postcovid...**

Tras este año, la gente ha sufrido mucho. Además de las pérdidas de familiares ha habido mucho miedo por estar reclusos. La gente está un poco trastocada y no hallan bien la manera de volver a su vida. Nosotros intentamos ayudarlos para hacerles ver que la pandemia pasará. La farmacia desempeña un buen papel a la hora de ayudar a la gente.

**¿Cuándo decidiste que querías ser farmacéutico y por qué?**

Cuando estudiaba bachillerato fue cuando decidí que quería estudiar Farmacia y el trato con la gente me gusta mucho.

**Este año de pandemia no ha sido nada fácil...**

Se ha visto mucho sufrimiento en la gente. El entorno rural no solo se ha visto afectado durante la pandemia. Llevo 18 años en este pueblo y las ayudas son insuficientes. No es comparable lo que es una farmacia de ciudad a lo que es una farmacia rural. Tenemos que luchar contra la despoblación y darles servicios sanitarios.

“El entorno rural no solo se ha visto afectado durante la pandemia. Llevo 18 años en este pueblo y las ayudas son insuficientes”



“Fue una decisión arriesgada venir a un pueblo pequeño, pero estoy muy contento de cómo me quiere la gente la verdad”

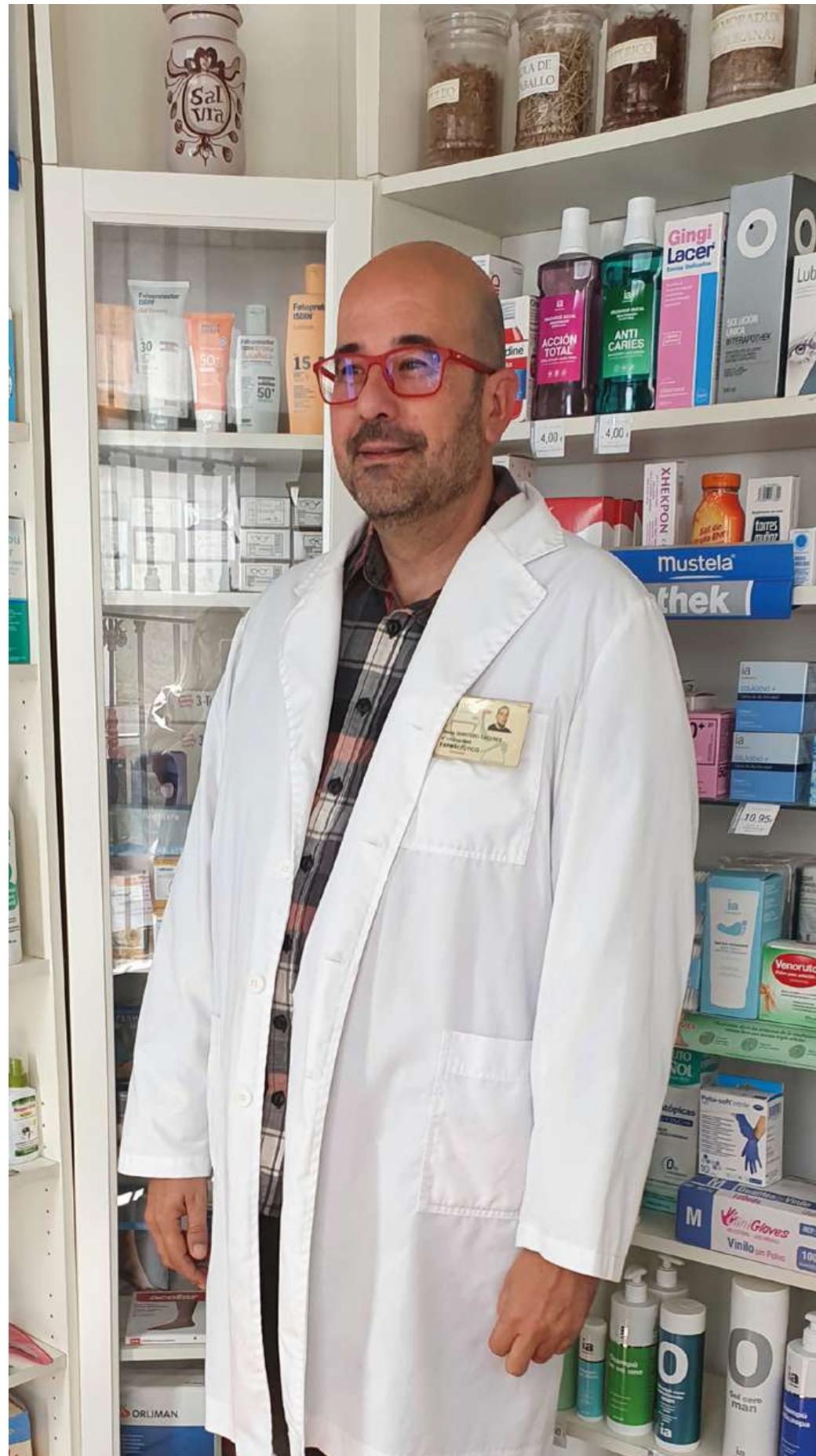
“

**En tu caso no se puede decir que sus vecinos no han tenido a un sanitario cerca de ellos, ¿quieres mandarles un mensaje?**

Desde que llegué me han dado cariño y me han cuidado. Fue una decisión arriesgada venir a un pueblo pequeño, pero estoy muy contento de cómo me quiere la gente la verdad. Os animo a que conozcáis la Sierra de Huelva y este municipio es maravilloso. Le pido a la administración que ayude a la farmacia rural porque el papel que desempeñamos es muy importante.



**Farmacia Jesús Quintero Cáceres**  
Castaño del Robledo (Huelva)



# FEMENINO EN PLURAL

Amalia y Paloma Olleros Santos Ruiz, junto con su madre Mamen Santos Ruiz, forman parte de una larga tradición de farmacéuticos -con diversas ramificaciones familiares- que se remontan al abuelo de Amalia y Paloma, Ángel Santos Ruiz, licenciado en Farmacia, bioquímico y catedrático de Química Biológica. Científico de brillante trayectoria y reconocido prestigio, fue uno de los fundadores de la Sociedad Española de Bioquímica y jugó un papel fundamental en la difusión de

esta disciplina científica en nuestro país, además de presidir la Real Academia de Farmacia. Ahora, desde sus respectivas farmacias, sus nietas y su hija - Paloma en Madrid y Amalia en la localidad salmantina de Béjar y con la presencia de su madre Mamen como referente más directo de la vocación de ambas- dos generaciones de farmacéuticas analizan al presente, pasado y futuro de una profesión que literalmente llevan en las venas.

**¿Por qué decidieron, en su momento, seguir la carrera de Farmacia?**

Mamen: en primer lugar, por tradición familiar y también por lo mucho que me gustaban las asignaturas troncales de la carrera. Paloma: a mí me encantaba ir a la farmacia de mi madre y atender a los pacientes, colocar los medicamentos y saber para qué servían...y luego me gustaba también mucho la investigación y la microbiología, y es que Farmacia es una carrera que tiene mucho caminos que puedes emprender. Amalia: Para mí fue también muy fácil elegir, porque mi madre estaba siempre allí, en la farmacia, y era un sitio donde podíamos ir en cualquier momento y estar con ella. Cuando tuve que elegir también estaba nuestro abuelo en el mundo farmacéutico y entendí que era una carrera, de entre las ciencias, con mucha proyección.

**¿Qué recuerdos guardan de su etapa de estudiantes? ¿Cómo valoran aquella etapa?**

Mamen: como una de mi vida, con un profesorado superpreparado, para hacernos amar cada asignatura y un ambiente de compañeros fantástico, con los que sigo relacionándome cada año y con alguno incluso a diario. Paloma: Para mí fue también una etapa muy divertida, de mucho aprendizaje y de grandes amigos, porque pasábamos muchísimas horas juntos, porque estábamos en clase y luego estaban las prácticas. Amalia: yo estudié en Salamanca, con mis hermanas, con gente entrando en casa continuamente, siempre corriendo a las prácticas, aquel era un mundo universitario muy divertido y muy interesante.

**¿Cómo están viviendo en su farmacia una situación tan excepcional como la que está provocando la pandemia?**

Mamen: con un aislamiento y un seguimiento de las normas higiénicas muy estricto, muy duro por la falta de relación de la familia. Paloma: con mucha dedicación al paciente, intentando resolver sus dudas e intentando ayudarle en lo que podamos de manera que en ningún momento se sientan solos. Amalia: a mí siempre me ha encantado tratar con los pacientes, y que en esta situación que vivimos sean conscientes de lo cerca que nos sentimos de ellos. En Béjar, que es una ciudad pequeña, ha sido mucho más fácil ayudarles, pero no hay que olvidar lo duro que ha sido ver cómo algunos se iban quedando por el camino.

**¿Qué ha representado para ustedes mantener esta continuidad familiar intergeneracional al frente de su oficina de farmacia?**

Mamen: pienso que las generaciones anteriores nos han transmitido -y nosotras a los que han venido detrás- sobre todo un gran sentido de la responsabilidad por nuestro trabajo, y un buen hacer como profesionales sanitarios. Paloma: para mí es honor poder seguir el legado de mi madre, porque de ella he aprendido la dedicación a los pacientes sobre todo y una formación continua. Amalia: en mi caso contar con mi madre ha sido estupendo, ya que siempre está ahí para ayudarme. A veces incluso creo ha sido más estricta conmigo que con el resto, pero eso me ha hecho más fácil poder asumir las responsabilidades en la dinámica diaria de la farmacia.

**¿Cómo cree que es percibida la labor del farmacéutico, en términos generales, por parte de los ciudadanos?**

Mamen: creo que con confianza y valorando mucho nuestra cercanía a la hora de atender las necesidades sanitarias de los ciudadanos en el día a día. Paloma: pienso que el farmacéutico es una figura muy cercana para el ciudadano, que sabe que podrá ser atendido por un profesional sanitario ante cualquier problema de salud con solo cruzar la puerta de la farmacia. Amalia: a nivel individual la farmacia es el lugar perfecto para descansar de cualquier preocupación relacionada con la salud; en cambio hay una cierta percepción en la sociedad de que los farmacéuticos somos unos privilegiados.

**¿Qué papel juega, en su opinión, la distribución farmacéutica desde el punto de vista de la viabilidad del actual modelo de farmacia?**

Mamen: para mí ha sido un gran apoyo poder comunicarme en cualquier momento con ellos, sabiendo que podía solicitarles aquel medicamento que precisaba con urgencia para atender a un usuario de mi farmacia. Paloma: para mí ha sido un punto de apoyo importantísimo, porque sin la distribución no podríamos ofrecer el servicio diario de medicación al paciente que lo necesita. Amalia: sin duda es un pilar fundamental para que la farmacia pueda seguir prestando el servicio que actualmente presta, sabiendo que podemos disponer -en un tiempo verdaderamente récord- de aquello que es realmente necesario para la labor que llevamos a cabo en la farmacia.



### ¿Cuáles son, a su juicio, los principales problemas que deberá afrontar la farmacia a corto y medio plazo?

Mamen: en primer lugar la Administración -a nivel nacional- no le da al farmacéutico la importancia que realmente tiene como profesional sanitario y la labor que realiza cada día, ofreciendo al usuario una información de calidad sobre temas de salud, en una atención personalizada que implica siempre una gran amplitud de horarios, algo que no siempre se valora. Paloma: para mí el principal problema es el intrusismo -en sus diversas formas- en el mercado farmacéutico que ha generado internet y las grandes superficies, donde no se ofrece al paciente el mismo trato, dedicación y atención que en una farmacia. También echo de menos un mayor apoyo a nuestro sector por parte de la administración, que no hace más que reducir los precios de los medicamentos, llenar nuestra actividad de decretos y conseguir que sea el farmacéutico el que asuma el coste de todo. Amalia: en mi opinión, el mayor problema a corto plazo es la viabilidad de las farmacias pequeñas, porque mientras los medicamentos sigan teniendo tan poco valor económico va a ser complicado que en los sitios pequeños pueda subsistir una asistencia sanitaria como la que ofrece la oficina de farmacia. A largo plazo está cambiando todo lo que

se refiere a la atención al paciente a nivel de calle, y luego está la cuestión del mundo digital, cómo la gente cada vez busca más información sanitaria por otros medios en internet, y eso a largo plazo puede acabar haciendo mucho daño.

### En términos generales, ¿consideran que corre peligro el actual modelo de farmacia en nuestro país?

Mamen: sí, porque la administración sigue sin dar importancia a la atención farmacéutica, y además permite el intrusismo en nuestra profesión, como ocurre por ejemplo por internet. Eso ha quedado demostrado en el tema de la vacunación de la Covid-19, que tantos problemas ha generado y en el que tan poca información fiable ha llegado al ciudadano. Paloma: de hecho ya existen farmacias con problemas de viabilidad, problemas serios además. La venta por internet no está haciendo ningún favor al sector y de hecho perjudica mucho a las farmacias, sobre todo a las rurales, que ofrecen un servicio las veinticuatro horas y que padecen muy directamente las consecuencias de este tipo de venta. Amalia: la forma de concebir la compra de cualquier producto ha experimentado un giro espectacular los últimos años. Nosotros somos unos profesionales con una formación muy especial y ese valor añadido

siempre será un factor determinante para la farmacia, aunque pienso que el actual modelo evolucionará de manera muy distinta en función del apoyo que reciba, tanto institucional como de la propia sociedad.

### Para concluir, ¿volverían ambas a estudiar la carrera de Farmacia?

Mamen: sin dudar, me ha dado muchas alegrías -tanto en la universidad como en la oficina de farmacia- y me ha permitido enseñar y ayudar a tanta gente. Paloma: claro que sí, es una profesión que me encanta, por su dedicación a los pacientes, y además es una profesión que te permite crecer en todos los sentidos. Amalia: yo volvería a estudiar la carrera de Farmacia sin dudar, y además volvería a optar por la oficina de farmacia, porque me gusta mucho el trato con el paciente, poder ayudar a solucionar sus problemas de salud y -sobre todo sentir que estás tan cerca de las personas. Y si no fuera posible desarrollar mi profesión en una farmacia, estoy convencida de que con la formación que te aporta la carrera de farmacia pueden abrirse para ti muchas puertas desde el punto de vista profesional.

**Amalia Olleros Santos Ruiz,  
Paloma Olleros Santos Ruiz  
y Mamen Santos Ruiz**

# ORGULLO DE SER BIDAFARMA

**Una vez hemos sido testigos de la repercusión que ha tenido la gestión de las vacunas tanto a nivel informativo como a nivel social, no queríamos perder la oportunidad de preguntarle a nuestros socios y empleados acerca de ello. Su opinión, como parte indispensable de esta labor, es nuestra mejor baza para continuar desempeñando un papel estratégico de cara a seguir desarrollando una sanidad y sociedad mejor.**

## Nuestros socios responden:

1. ¿Qué te ha parecido que tu cooperativa se haya prestado para custodiar y distribuir las vacunas en algunas comunidades autónomas?
2. ¿Qué sentimiento despierta que el almacén que da soporte a la farmacia diariamente sea responsable de esta labor? ¿Valoras tal capacidad de gestión?

3. ¿Tus pacientes son conscientes del esfuerzo que realizáis conjuntamente para que las vacunas lleguen a sus seres queridos?
4. ¿Piensas que supone un paso más para consolidar la profesión farmacéutica como servicio sanitario de primer nivel a la población?

## Enrique Ojeda, farmacéutico.



1. Pues me llena de orgullo que nuestra cooperativa haya dado este paso al frente para atender una necesidad de la población en un tema muy sensible. Había un problema con la distribución de un medicamento y la farmacia y, por tanto, nuestra cooperativa no podía quedarse de brazos cruzados.

En esta situación todos hemos arrimado el hombro y Bidafarma ha hecho gala de profesionalidad y de cumplir su misión de servicio a la sociedad

2. Pues me genera un sentimiento muy satisfactorio de pertenencia a una cooperativa que no permanece ajena a los problemas de la sociedad. Además, pone de manifiesto la fortaleza y la capacidad de llevar a cabo misiones que no son

nada sencillas, ya que los requisitos técnicos y logísticos necesarios para la custodia y la distribución de un bien tan preciado como la vacuna del Covid-19 no están al alcance de muchos, sino todo lo contrario.

3. Muchos sí, ya que así nos lo expresan en la farmacia. Y la gran mayoría quiero pensar que también, ya que ha habido múltiples momentos en que la información de la vacuna ha estado presente en todos los medios de comunicación y Bidafarma ha estado en primera línea dando una imagen muy positiva.

4. Evidentemente, todo suma. Allí donde haya un medicamento debe estar la profesión farmacéutica. Y si es la distribución logística del mismo, Bidafarma tiene que ponerse a realizar su labor y cumplir su misión con la sociedad y con sus socios.

## Maria Antonia Carrascosa, farmacéutica

1. Nuestra Cooperativa ha dado un paso al frente muy importante. ¿Quién mejor que los farmacéutic@s para la custodia y distribución de un medicamento? No solo somos especialistas en el medicamento, sino también para su cadena logística.

2. Solo me planteo un sentimiento y es el orgullo. Orgullo de tener las herramientas necesarias para acercar a la población una vacuna tan esperada por todos. Es un privilegio en mi caso contar con un familiar que ha trabajado mano a mano con la Cooperativa y sabe la dedicación que se le ha puesto, la atención y el compromiso.

3. A pie de calle es difícil que los pacientes relacionen que la farmacia está detrás de toda esta labor con su aportación, pero los que conocen cómo funciona este sector, nada más que ven lo positivo que ha sido esa involucración.

4. Siempre se nos ha exigido el doble de esfuerzo para reivindicar que somos parte fundamental de la sanidad. Este año, con nuestro trabajo diario y en las condiciones que han acontecido, ha sido la mejor manera de demostrar que estamos aquí, cerca de los pacientes y en primera línea.



## Pedro José Martagón, farmacéutico



1. Me parece un hecho muy relevante, que pone a la profesión farmacéutica en su conjunto no solo a la vanguardia de la prestación farmacéutica, sino también de la solidaridad. Queda claro que cuando la sociedad necesita a la Farmacia, siempre la encuentra.

2. Principalmente me genera un sentimiento de orgullo, por pertenencia a un colectivo que

ha arrimado el hombro en un momento complicado, sin pedir nada a cambio, cuando se necesitaba fundamentalmente compromiso y altura de miras.

Además, me consta que la gestión ha sido muy complicada y laboriosa, debido a los requerimientos particulares de conservación de las vacunas y al protocolo de custodia exhaustivo de las mismas.

3. Entiendo que la mayoría de ellos son conscientes del esfuerzo, compromiso y entrega de la Farmacia en la consecuencia y mantenimiento de la salud de sus seres queridos, aunque nunca está demás, que nosotros mismos, hagamos una labor pedagógica en nuestro día a día, aprovechando la cercanía y confianza que depositan en nosotros nuestros pacientes.

4. Pienso que sí, en un escenario de gran desasosiego que ahora puede parecer más lejano y controlado, la profesión farmacéutica en su conjunto dio un paso al frente, poniendo a disposición de las administraciones todo su potencial.

La capilaridad de la red farmacéutica nacional; una distribución farmacéutica de primer nivel, acostumbrada a la realización de unos servicios logísticos de eficiencia; y un personal con altísima cualificación sanitaria, se convirtieron en la carta de presentación de la profesión ante la Administración. Ahora, solo falta que, de verdad, el compromiso no solo venga del lado de la Farmacia, sino que la administración reconozca, y no solo con palabras, nuestra aportación a futuro dentro del Sistema Sanitario.

## María del Carmen González Lobo, empleada de Bidafarma

1. Me produce una gran satisfacción ser partícipe de este gran proyecto dado que somos una pieza clave importante para facilitar la gestión durante la pandemia.

2. Sí, ya de por sí se trabaja bajo unos estándares de calidad altos, pero a raíz de esta labor durante estos meses nuestras tareas han requerido de un control muy estricto tanto a nivel organizativo como en cuanto a la preparación de cada pedido.

Me felicitan por la labor que estamos desempeñando. Están muy contentos de que pongamos nuestro grano de arena para una labor tan importante.

3. Por supuesto, que cuenten con nosotros para esto significa que realizamos nuestro trabajo diario bien. Confían en nuestra preparación y formación en el almacén. Y además estamos en el punto de mira de toda la sociedad por nuestro trabajo.

4. Sin lugar a duda. Nuestra labor es silenciosa, estamos para dar soporte a las necesidades de la farmacia sin que se nos vea. Esta manera de trabajar es la que permite que la farmacia tenga un suministro diario de medicamentos, sin que se haya visto alterado en ninguna circunstancia. Estamos aquí para que puedan acercar la salud a todos sus pacientes.



# TU CLIENTE CUIDA DE TI



**D**ía a día, y más en los tiempos que corren, desde la farmacia nos preocupamos cada vez más por dar un servicio excepcional a nuestros clientes. Esa dedicación, muchas veces excede el plano sanitario y va más allá. Esta forma de ser es el ADN de nuestra profesión y nuestros clientes lo saben. Por todo

esto hemos recopilado, a modo de anécdotas, algunas de las formas en las que nuestros clientes nos agradecen todos los días nuestro trabajo.

Al igual que vosotros en la farmacia, desde el Departamento Comercial de Bidafarma, los gestores comerciales queremos agradecer

que nuestros socios también nos cuiden y hagan que nuestro trabajo sea mucho más fácil y gratificante.

**¡Muchas gracias por todos esos pequeños detalles!**

Durante el confinamiento, a las ocho de la tarde cuando la gente salía a aplaudir nos gritaban muy fuerte "¡Farmacéuticas, sois las mejores, muchas gracias!". Eso no se me olvidará jamás.

Además, recuerdo que una noche me rompieron la luna para robar en la farmacia. Los vecinos lo oyeron y llamaron a la policía ya que no saltó la alarma. Ellos mismos salieron a la calle e identificaron a los delincuentes. Cuando llegué yo, ya estaba todo en marcha con la policía y gracias a los vecinos la policía cogió a los ladrones.

**Sagrario Vaquero Galván,**  
Farmacéutica de Madrid

Lo mejor de este trabajo es que se genera una relación con cada uno de los farmacéuticos que va mucho más allá del plano profesional: se acaba hablando de todo, y como cada uno es experto en un tema, se aprenden cosas de todo tipo y recibes consejos tan variopintos como el truco infalible para triunfar con las lentes, cómo saber cuál es la pala de padel que se adapta más a tu estilo o qué sitios visitar en vacaciones y cuándo son las mejores fechas para ello.

**Miguel Monserrat,**  
Gestor comercial Bidafarma  
Madrid y Guadalajara

Mi farmacia se encuentra en un barrio de gente mayor en el que la media de edad es superior a 75 años. Hay un señor que tiene una tienda de alimentación desde hace años y se conoce a todo el barrio.

Desde el confinamiento, se ha ido implicando con los vecinos en todo aquello que podía ayudar, y una de las cosas que mejor acogida ha tenido ha sido el nexo farmacia-paciente. De forma regular se pasa por la farmacia a ver si alguien necesita algo, y acerca los paquetes voluminosos como los pañales de incontinencia a los pacientes que no pueden llevarlos.

**Mar Reina Caparrós,**  
Farmacéutico de Madrid

La mayor recompensa que tiene estar en primera línea ante el paciente, vecino, cliente o amigo es cuando de una u otra manera, con una sonrisa, un whatsapp, una llamada o un detalle demuestran un "¡Gracias por estar a nuestro lado!". Y desde la farmacia damos un enorme gracias por esos pequeños grandes gestos, momentos y detalles que nos emocionan.

Hemos tenido desde un cliente (escritor de relatos cortos) que nos regaló a cada uno del equipo su gran libro dedicándonoslo, al hijo de una vecina que nos hizo él solito para el árbol de Navidad un adorno precioso con cascabel incluido y llegó a la farmacia y me dijo: "Toma, esto es para vosotras, lo he hecho yo".

Cuando hablo de Tito y Alicia me emociono. Es una pareja mayor de Humanes que desde hace unos meses están en una residencia lejos de la farmacia y antes nos visitaban casi todos los días solo para traernos flores de su jardín y verduras de su huerta: los mejores tomates y coliflores que hemos visto. Además, en sus cumpleaños traían pasteles para celebrar con ellos su día. Echamos mucho de menos charlar con ellos. O Rosi y Daniel, tienen una familia preciosa y nos miman mucho con sus dulces caseros, que, además, no engordan. Y no puede faltar Ana, ya mi gran amiga Ana, siempre ahí, con sus mensajes de buenos días y buenas noches, ¡Siempre presente!

Faltan muchos otros grandes detalles de agradecimiento, que tengo muy presentes y que me hacen vivir cada día con más intensidad esta preciosa profesión. Muchas historias de vidas que desde hace dos años forman ya parte también de la mía.

### **Esther Moreno Falcón,**

Farmacia Humanes de Madrid, Madrid

"No existe para nosotras mayor recompensa que los pacientes nos agradezcan nuestra labor en la farmacia". Todos hemos pasado por una época muy complicada, y la pandemia sin "nuestros clientes" hubiese sido mucho peor.

No siempre lo material es lo que vale. Recordamos con mucha alegría los videos que recibimos de muchos de nuestros clientes, donde nos agradecían nuestra dedicación y el cariño que les dábamos. Para nosotras fue una bomba de energía que nos ayudó a continuar y a seguir con una sonrisa (oculta tras una mascarilla). La farmacia Maldonado puede decir con mucho orgullo que se siente cuidada por sus clientes.

### **Laura & Mayte**

Farmacia Maldonado 30, Madrid

Después de 55 años nuestros clientes son ya como una familia: nos traen café con churros, nos invitan a desayunos en el bar, nos hacen mantas, bolsas de punto de cruz para nuestras hijas... en fin, recibimos muchísimos detalles de agradecimiento hacia nosotros.

También nos cuidan y se preocupan mucho por nosotros. Por ejemplo, en una ocasión, cuando ya habíamos cerrado, pasó un camión y nos dio en la cruz. Como no estábamos, un vecino, Alberto, se molestó en hacer foto del camión, matrícula y luego nos contó todo lo sucedido. Al final son cosas impagables que reflejan la humanidad y gente buena de gran corazón que tenemos a nuestro alrededor. Nosotros estamos muy agradecidos y queremos mucho a nuestra clientela.

### **Ana Belén Pato-Castel Tadeo**

Farmacéutica de Madrid

Nuestros clientes, algunos son mucho más que eso, nos agradecen y reconocen nuestro trabajo de muchas formas diferentes: desde una cesta de frutas que llega a casa el día de mi cumpleaños, hasta poder disfrutar de una casa rural en la preciosa localidad de Trujillo. Este trabajo en particular, como gestor comercial, te da la gran oportunidad de conocer personas además de farmacéuticos.

Me faltarían líneas para describir todos esos detalles que estas personas han tenido conmigo: un simple mensaje de "buenos días, espero que tengas un maravilloso día", invitarme a un desayuno con risas donde de lo que menos hemos hablado es de la farmacia, una caja de mascarillas de las que "a mí me gustan", bombones para mi dieta... todo esto hace que nuestro día a día sea mucho más ameno. Gracias a todos.

### **Rafael Olmo,**

Gestor Comercial Bidafarma Madrid



Cristina Gumuzio Irala es titular de una oficina de farmacia ortopedia en la localidad vizcaína de Mungia. Además de su labor sanitaria detrás del mostrador, es una apasionada de la escritura, una afición que compatibiliza con la farmacéutica desde 2008.

A principios de este 2021 tuvimos el placer de acompañarla en la presentación de su cuarta novela, "La Marea", y aprovechamos el evento para conocer mejor las dos facetas que más la identifican.

**¿Qué hace una farmacéutica presentando su cuarta novela?  
¿Cuándo surge esta afición?**

En mi infancia era una gran lectora y mi sueño era escribir un libro, pero pasó mucho tiempo hasta que me decidí a escribir. En 2008 me surgió la idea de diseñar en ficción un fármaco informático, un fármaco capaz de vencer enfermedades hoy en día incurables, como el cáncer, degenerativas, parálisis... y tras aprender técnicas de escritura, para lo que me formé, en el año 2010 empecé a escribir mi primera novela, 'Farmachip', más tarde escribí 'Tormenta Solar', después 'El Juego de Dumas' y, por último, 'La Marea'.

# CRISTINA GUMUZIO, DE LA BOTICA A LA NOVELA DE CIENCIA FICCIÓN

**¿Cómo surge la idea de La Marea?**

La idea surgió hace años cuando empezó el comercio digital. Esto me hizo imaginar cómo podrían ser las calles del futuro, calles sin gente entrando y saliendo de las tiendas, ni viendo escaparates. Calles con menos iluminación por las noches. Esto me hizo pensar en la soledad y me ayudó a crear a Caitlin, mi personaje principal.

**¿Cómo te has documentado?**

En revistas y noticias científicas. Antes de empezar a escribir La Marea leí diferentes opiniones de personas que hablaban sobre el año 2050. Parámetros como la natalidad me sorprendieron (yo creía que esta iba a disminuir y sin embargo varios informes manifiestan lo contrario). También leí información sobre la creciente robotización, el incremento del desempleo, incluso el aumento de personas que trabajan desde sus casas y cuando van a las oficinas no tienen un puesto fijo. Y entre la información que leí me encontré con la noticia del interés que tiene Japón en tener fabricado un ascensor espacial para el año 2050. De hecho ya han hecho pruebas. Aunque la idea no es nueva. De hecho, los científicos llevan décadas soñando con ella. Se piensa que es un sueño inspirado en la torre Eiffel.

**¿Estás escribiendo en este momento?**

Estoy escribiendo mi quinta novela que tratará de la privacidad. De cómo nos ven, nos oyen, nos controlan, saben prácticamente todo de nosotros. Del sinsentido que tiene que las empresas paguemos y trabajemos guardando la ley de protección de datos de nuestros clientes, bajo penas multimillonarias, y sin embargo nuestros datos circulen libremente por la nube.

“

En 2008 me surgió la idea de diseñar en ficción un fármaco informático capaz de vencer enfermedades hoy en día incurables



## LA MAREA

La novela se desarrolla en el año 2050 y pretende dar una visión de cómo podría ser el mundo en esa época. Arranca cuando Caitlin, personaje principal, regresa a Inglaterra para asistir al entierro de sus padres, que han muerto en un accidente de tráfico. Caitlin es una chica joven, inglesa, que acaba de graduarse en ingeniería informática y se encuentra en Nueva York realizando su primer trabajo. A su vuelta al departamento estatal de informática de los

Estados Unidos su jefe le ofrece participar en un proyecto grandioso: la construcción del primer ascensor espacial.

Las novelas de Cristina están disponibles en Amazon en formato digital y en papel. Al ser una autora desconocida, y una editorial pequeña, es difícil llegar a las librerías pero tanto La Marea como El Juego de Dumas están en el canal de distribución por lo que se pueden solicitar en las librerías.

# 'MÁS FARMACIA', EL PODCAST DE BIDA FARMA



**+farmacia**  
bidafarma podcast

Escanea  
el código QR



y ¡no te pierdas  
ningún programa!



# BIDAFARMA EN LA FRONTERA SUR DE EUROPA

**E**l pasado 17 de mayo, la ciudad de Ceuta vivió uno de los episodios más traumáticos de su historia reciente. La frontera Sur de Europa se vio forzada por miles de individuos de toda condición y edad que se dieron cita al otro lado de la valla y en cuestión de horas, al menos 10.000 personas cruzaron los espigones del Tarajal y Benzú convirtiéndose en un hervidero de tensión, desesperación y lamentos.

La respuesta española no pudo ser más profesional ni humanitaria: cuerpos de seguridad del estado y voluntarios se volcaron ante la avalancha ayudando a salvar vidas y reconfortar almas. Muchos desaparecían bajo el agua o desfallecían bajo los efectos de la hipotermia, deshidratados, llagados en sus extremidades víctimas de rocas traicioneras y vallas fronterizas; exhaustos, al límite de sus fuerzas llegaban a la tierra de nadie.

Aquella noche, la ciudad autónoma se veía inundada de personas desamparadas vagando por sus calles, sin destino. En estas circunstancias, destacar una vez más la vocación sanitaria de un sector como el farmacéutico que sabe estar en su lugar cuando más se le necesita. Las farmacias se mantuvieron al pie del cañón en una situación crítica para seguir dando lo mejor de ellas. Manteniendo sus servicios y añadiendo a estos una labor humanitaria ante las miles de personas necesitadas de ayuda. Transfronterizos de todas las edades que acudían suplicando desde el dolor de las heridas infringidas por su aventura fueron tratados por nuestros farmacéuticos ceutíes, que curaban, calmaban, proporcionaban agua y ropa, o les ayudaban a contactar con sus seres queridos para asegurarles que estaban bien.

## La respuesta ejemplar de los farmacéuticos

Hemos hablado con varios compañeros que tienen farmacia en la ciudad autónoma, y en todos podemos destacar la solidaridad, el amor por el servicio al paciente y la generosidad. Alberto, Isa y Luis son tres de los más jóvenes que se encontraban al frente de su negocio aquella tarde y decidieron continuar ejerciendo su labor como sanitarios ante estas barbaridades que a veces nos marcan la vida.

Nos cuentan que "llegaban grupos de chavales adolescentes pidiendo si podíamos darle alguna crema para las heridas, otros nos pedían llamar a sus padres para decirles que estaban bien, o pidiendo algo para el resfriado ya que habían llegado enfermos, e incluso, uno de ellos quería pagarnos con 3 ó 4 dirhams una mascarilla que hemos estado regalando a todo el que nos la solicitaba".

“

**Los farmacéuticos ceutíes curaban, calmaban, proporcionaban agua y ropa, o les ayudaban a contactar con sus seres queridos para asegurarles que estaban bien**

Los boticarios ceutíes destacan que "la gran mayoría eran muy educados, respetando la cola y pidiendo comida, agua, ropa o zapatos "por favor", en ese idioma donde se mezcla el dariya con cuatro palabras aprendidas en español... Esto es una auténtica tragedia, de verdad".

Ante los cierres de la mayoría de los comercios, nuestros farmacéuticos aseguran no haber tenido que cerrar las puertas de las boticas en ningún momento, "sí hemos guardado cierta precaución cuando hemos visto desbandadas y carreras por la calle, pero no ha pasado nada. La cruz verde nunca se apaga".

Pero no solo las farmacias, también en el almacén de nuestra cooperativa atendieron a los más necesitados que se encontraban en las cercanías de las instalaciones portuarias en las que Bidafarma tiene su sede en Ceuta, buscándoles lo necesario a la espera de que su situación se aclarase.

Momentos como estos hacen que nuestra profesión se dignifique, nuestra vocación servicial y sanitaria hacia la población florezca con más fuerza que nunca, disipando cualquier duda sobre el origen y posicionamiento de nuestro gremio en el ámbito de la sanidad de nuestro país.

Las farmacias de Ceuta representan el orgullo que sentimos por todos aquellos compañeros que como ocurriera desde el principio de la pandemia, dieron la cara para ayudar cuando realmente es necesario hacerlo; sin dudar, sin protestar, simplemente como parte del compromiso que sienten como sanitarios de primer nivel.

Desde Bidafarma, muchísimas gracias a todos y enhorabuena por ser como sois.



# LOS PATIOS DE CÓRDOBA, UN ABANICO DE COLORES EN PLENA PANDEMIA

La fiesta de los Patios de Córdoba ha conseguido sorprendernos en plena pandemia al igual que todos los años por su colorido y por su vida, pero no solo por esto, sino también por el movimiento de fechas al igual que el resto de eventos locales, nacionales e incluso personales.

Una fiesta como esta, declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la Unesco en 2012, tenía que celebrarse sí o sí y así ha sido.

El festival de los Patios de Córdoba se celebra todos los años entre la segunda y tercera semana del mes de mayo y es conocido a nivel mundial, pero en el año de la pandemia ha sorprendido a todos con una edición especial en el mes de octubre de 2020 que vino a traer alegría y color a un año bastante gris.

Son numerosos los barrios cordobeses donde están situados los típicos patios como San Lorenzo, Santa Marina, San Basilio... unos barrios en los que también está muy presente la farmacia cordobesa. Ejemplo de ello es la farmacia de nuestro socio Higinio Burgos Montero, en pleno barrio de San Basilio.

“

**La farmacia de nuestro socio Higinio Burgos se ubica en uno de los barrios típicos de Córdoba**

Higinio nos cuenta que la edición 2020 celebrada en el mes de octubre fue distinta pero muy especial ya que “se celebró sobre todo como medida económica para apoyar al negocio local y a las personas que se dedican a este gremio, además de a los comercios de alrededor (hostelería, comercio y farmacias) y consiguió atraer mucho turismo local y provincial, ya que en ese momento todas las provincias andaluzas se encontraban cerradas perimetralmente”.

En cuanto a afluencia, no fue una edición masificada, lo que ayudó a poder disfrutarla. Además, se establecieron las oportunas medidas de seguridad como líneas en las calles para cumplir las distancias, cada patio tenía su dosificador de gel hidroalcohólico para la desinfección y mascarilla obligatoria.

Al no haber tanta masificación, se pudo disfrutar con tranquilidad de la fiesta ya que los patios estaban igual de cuidados y bonitos que siempre. Además, el tiempo acompañó por lo que fueron unos días de turismo muy provechosos.

La extensa hostelería que ocupa el barrio de la farmacia tuvo mucha afluencia de visitantes que, entre patio y patio, disfrutaban de la gastronomía típica cordobesa.



La edición del 2021 sí que ha podido celebrarse en su fecha habitual y se ha notado que teníamos muchas ganas de disfrutarla. Ha habido más afluencia que en octubre de 2020 y a ello ha contribuido la relajación en los cierres perimetrales tanto locales como provinciales.

Igualmente, se han seguido cumpliendo rigurosamente todos los protocolos de seguridad. Había que reservar entrada para pasar al patio, si no, no se podía entrar. De esa manera se ha controlado el aforo.

La zona ha pasado de ser un barrio típico de Córdoba a tener una connotación más turística, con hoteles, pisos turísticos, etc. por lo que los negocios dependen casi al 100% de los visitantes. Por ello, nos comenta el farmacéutico que ha sido un respiro frente a la etapa tan difícil que se ha vivido desde el comienzo de la pandemia.

Como nota curiosa, nos cuenta Higinio que desde marzo y debido a la pandemia, hubo familias que estaban de viaje visitando Córdoba, que se tuvieron que quedar por el cierre de fronteras. Ha sido el caso de una pareja de argentinos y una familia de ingleses que han decidido mudarse por un tiempo a este precioso barrio, ya que se han enamorado de la vida de la zona. Por lo que la pandemia, también ha traído a nuevos vecinos que llenan sus casas de vida.

## Los patios alrededor de la farmacia. El barrio de San Basilio

Los patios cercanos a la farmacia son los denominados “de arquitectura antigua” ya que se rescatan casas antiguas de vecinos que se decoran con flores cuidadas al milímetro, con sus macetas de colores colgadas de la pared, lo que les ha llevado a ser premiados en multitud de ocasiones. Acompañan a la decoración elementos que eran útiles durante el tiempo que fue habitada hace algunos siglos como fuentes, una pila, un pozo y escaleras repletas de vegetación. El suelo de las casas suele ser del típico chino cordobés, donde se dibujan formas e incluso, escudos de las familias que en ellas vivieron.

Desde la farmacia cordobesa os invitamos a todos los socios de Bidafarma a vivir esta experiencia que no os dejará indiferentes.

“

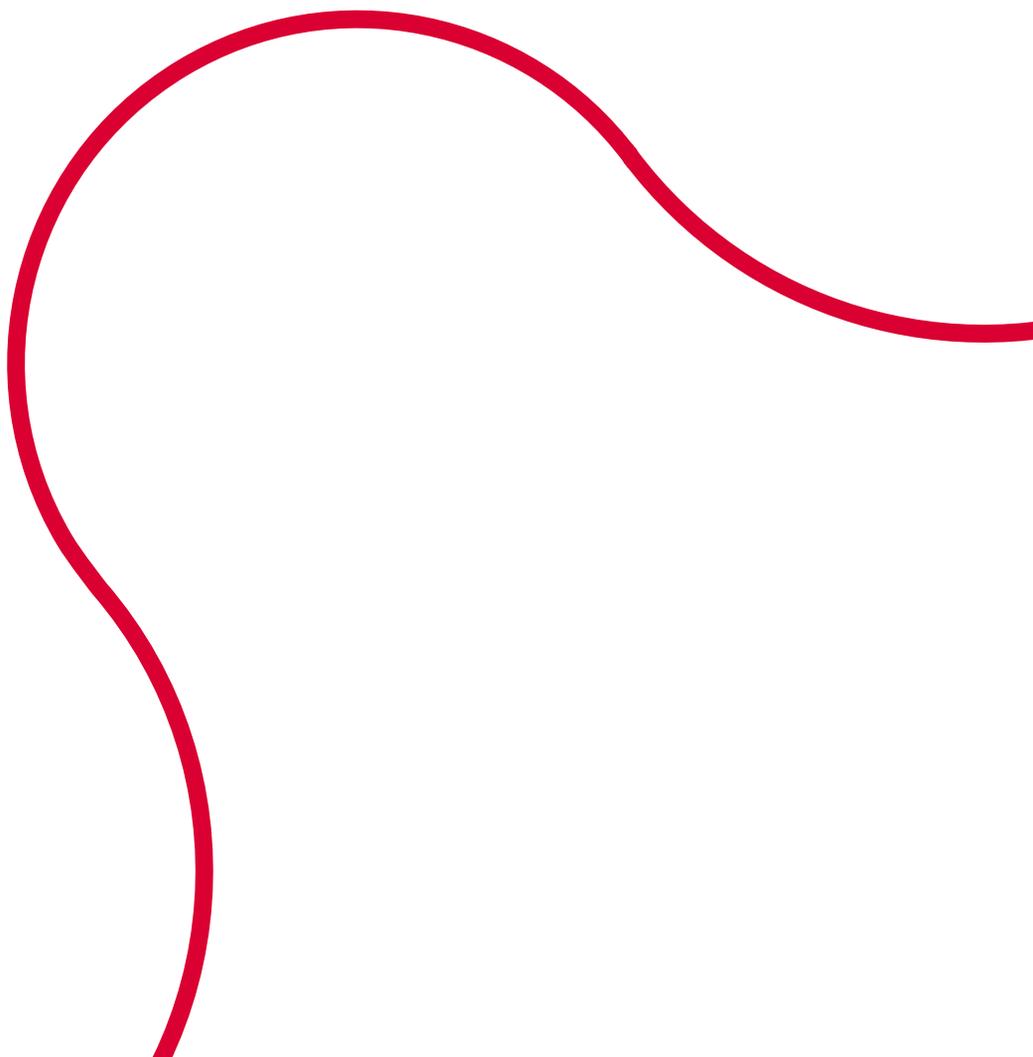
**Los patios cercanos a la farmacia son los denominados “de arquitectura antigua” ya que se rescatan casas antiguas de vecinos que se decoran con flores cuidadas al milímetro**

**Farmacia Higinio Burgos Montero, Córdoba**



# **La respuesta cooperativa**

De expertos de farmacia a  
profesionales de farmacia



# FORTÉBIOTIC+

Capa recubrimiento

Cepa microbiótica



TÉCNICA MICROENCAPSULACIÓN PATENTADA\*

\*PCT/ES2011/14524, FORTÉBIOTIC+, Invenidad (1) Las selenas B6 y B12 contribuyen al funcionamiento normal del sistema inmunitario. (2) La vitamina D contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunitario. (3) La vitamina E contribuye al mantenimiento de la integridad de la membrana celular y al mantenimiento de la actividad y el estado de salud de las células. (4) La vitamina C contribuye al mantenimiento de la integridad de la membrana celular y al mantenimiento de la actividad y el estado de salud de las células.



**HAZ + POR TU MICROBIOTA**  
**CON CEPAS MICROBIÓTICAS**

