



CÓDIGO FONASA: CONSOLIDAR LOS SERVICIOS FARMACÉUTICOS



No hay nada más reconfortante para un gremio que obtener un avance concreto luego de trabajar arduamente por ello. Ese es el caso de

nuevo Código Fonasa que se publicó el pasado 19 de febrero en la resolución exenta 270, bajo el nombre de "Consulta Químico Farmacéutico".



ERNESTO MICKMAN, EL LEGADO DE FUTURAS GENERACIONES



CERTIFICADO MÉDICO PARA REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA, EL RIESGO QUE NO ASUMIMOS



AUMENTO DE LA OBESIDAD EN CHILE, UNA BOMBA DE TIEMPO



LEY DE FARMACOS 2 E INTEGRACIÓN VERTICAL



TU DIETA PODRÍA AFECTAR LA SALUD DE TU PIEL



EDITORIAL



Hoy celebramos un hito significativo: el primer año de La Botica Porteña, nuestra querida revista digital. En este aniversario, extendemos nuestro más sincero agradecimiento a todos los y las profesionales que han contribuido con su valioso conocimiento y experiencia. Su tremenda colaboración ha enriquecido nuestras páginas y ha fortalecido nuestra comunidad profesional.

Mirando hacia adelante, invitamos

cordialmente a nuestros colegas de los regionales de Arica a Punta Arenas a unirse a nosotros en las próximas ediciones. Nuestro desafío es continuar siendo una fuente informativa vital y relevante para nuestras profesiones y nuestro Colegio de Químicos Farmacéuticos y Bioquímicos de Chile A.G.

Juntos, podemos explorar nuevos horizontes, compartir perspectivas diversas y promover el avance continuo en salud, medicamentos, exámenes de laboratorio y todo lo que implique a la farmacia y la bioquímica en nuestro país y a nivel mundial.

La Botica Porteña es más que una revista; es un vínculo que une a nuestra comunidad, un espacio donde podemos aprender, inspirarnos y crecer juntos. En este aniversario, renovamos nuestro compromiso de seguir siendo una plataforma inclusiva y dinámica para todos los profesionales de la salud.

¡Gracias por un año increíble y esperamos emocionados lo que el futuro nos depara!

*Paula Fernández
Presidenta, Colegio QF y BQ Valpo*



LA BOTICA PORTEÑA

Directora

Paula Fernández Urrutia

Representante Legal

Paula Fernández Urrutia

Editor

Pedro Garrido R.

Periodista

Pedro Garrido R.

Contacto

colegioqfybqregionalvalparaiso@gmail.com

Dirección

Huito 430, Valparaíso

Web

www.colegioqfybqvalparaiso.cl

DIRECTORIO REGIONAL

Paula Fernández Urrutia

*Presidenta, Química Farmacéutica
Farmacia Asistencial y Hospitalaria.*

Francisco Álvarez Román

*Vicepresidente, Químico Farmacéutico
Salud Pública, Farmacia Clínica y
Docencia.*

Patricio Elías Saavedra Guerin

*Secretario, Bioquímico
Laboratorio Clínico.*

Catherine Radovcic González

*Tesorera, Química Farmacéutica
Farmacia Comunitaria.*

PIOCHAS OFICIALES



GRANDE 3X3

\$ 12.000 Colegiado
\$14.000 General



MEDIANA 2X2

\$ 8.000 Colegiado
\$10.000 General



PEQUEÑA 1X1

\$ 6.000 Colegiado
\$8.000 General



<https://www.colegioqfybqvalparaiso.cl/>

LA HISTORIA SE ESCRIBE CON NOSOTRAS

QF. Paula Fernández Urrutia
Presidenta
Colegio Farmacéutico Valpo

Cada año, el 8 de marzo nos brinda la oportunidad de reflexionar sobre los avances, desafíos y reivindicaciones que aún persisten en la lucha por la igualdad de género. En el ámbito de la salud, este día adquiere una relevancia aún mayor, ya que las mujeres ocupamos sobre el 70% de los puestos de trabajo en salud y enfrentamos diversas barreras y desigualdades que afectan nuestro bienestar y calidad de vida. Es fundamental reconocer que las mujeres han desempeñado un papel crucial en el avance de la ciencia y la medicina a lo largo de la historia.

Otro aspecto crucial que requiere atención es la investigación médica inclusiva y sensible al género. Durante mucho tiempo, la falta de representación de las mujeres en los ensayos clínicos ha llevado a lagunas en nuestro conocimiento sobre cómo ciertas enfermedades y tratamientos afectan a las mujeres de manera diferente que a los hombres. Es imperativo que la investigación médica

considere las diferencias biológicas, hormonales y sociales entre los géneros para garantizar que los tratamientos sean efectivos y seguros para todas las personas.

Además, es esencial abordar los problemas de salud mental que afectan de mayor manera a las mujeres, como la depresión, la ansiedad y el trauma relacionado con la violencia de género. Estas complicaciones pueden estar influenciadas por factores sociales y culturales, como la discriminación, el acoso y la falta de autonomía en la toma de decisiones. Además, hay roles que históricamente se nos atribuyen a las mujeres, como, por ejemplo, el trabajo doméstico, el cual tiene una importancia fundamental en el funcionamiento del mundo entero.

Aún hay mucho que avanzar en distintas materias, como igualdad salarial, ocupación de grandes cargos de responsabilidad, derechos sexuales y reproductivos, contar con mayor acceso a



dispositivos de cuidados infantiles acorde a las necesidades actuales, entre muchos otros.

Porque sin nosotras y nuestra fuerza de trabajo, el mundo se detiene. Las mujeres sostienen la vida y en nuestro caso, además la salud. Por lo tanto, merecemos tener vidas libres de violencia, así como poder desarrollar nuestras potencialidades y participar políticamente en todos los

espacios que deseemos, sin estancarnos, limitar o retroceder nuestra carrera profesional por el hecho de maternar o tener que cuidar. Saludamos y conmemoramos este 8 de marzo con un compromiso a construir un mundo donde cada mujer sea respetada, valorada y tenga igualdad de oportunidades, para que podamos vivir en sociedades más justas y saludables para todos y todas.

8M



CÓDIGO FONASA: CONSOLIDAR LOS SERVICIOS FARMACÉUTICOS

QF. Jorge Cienfuegos Silva
Presidente
Colegio de Químicos Farmacéuticos
y Bioquímicos de Chile

No hay nada más reconfortante para un gremio que obtener un avance concreto luego de trabajar arduamente por ello. Ese es el caso de nuevo Código Fonasa que se publicó el pasado 19 de febrero en la resolución exenta 270, bajo el nombre de "Consulta Químico Farmacéutico". Tras años de intentos, trabajos e informes se logró este primer código en Modalidad Institucional (MAI) para el servicio público, donde múltiples colegas realizan sus servicios profesionales hace años, mas no existía un código para clasificarlos específicamente, y los casos locales en que sí existían se diluían en la glosa "otros".

Los químicos farmacéuticos brindamos múltiples servicios farmacéuticos a los pacientes, no solamente aquellos relacionados a la buena gestión de los medicamentos y asegurar los parámetros de calidad de los mismos, sino que su uso seguro y racional, ofrecen a los usuarios e instituciones, eficiencia y seguridad para los pacientes.

Sin embargo, este no es el final del camino. Un código FONASA, en su modalidad MAI, abre paso a pensar y evaluar los múltiples servicios farmacéuticos disponibles para hospitales, atención primaria y



farmacias comunitarias. Para este último se requieren códigos en Modalidad Libre Elección (MLE), lo que podría ser alcanzable en un horizonte más cercano que antes del 19 de febrero. Esta lógica de "mejoramiento continuo" también debe prevalecer al momento de analizar el nuevo código, ya que tanto el costo como las condiciones para que este se dé, son un camino que se abre para los únicos

profesionales del equipo de salud que aún no tenían esta codificación.

Lao-Tse dijo que "Un viaje de mil millas comienza con un primer paso". Sin embargo, antes de ese paso hubo muchos colegas que hicieron trabajo silencioso y arduo para posicionar a los químicos farmacéuticos en sus establecimientos, realizaron publicaciones mostrando tanto costos

como beneficios de los servicios farmacéuticos y otros que llevaron las temáticas a nivel de los tomadores de decisiones para seguir consolidando una ruta que no ha estado exenta de baches. El Colegio de Químicos Farmacéuticos y Bioquímicos es el lugar para todos y cada uno de esos colegas, que por separado han podido avanzar, pero en conjunto, avanzamos más.



TENEMOS CÓDIGO FONASA!!!

QF. Francisco Álvarez Román

Vicepresidente
Colegio Farmacéutico Valpo

Recientemente nos hemos enterado de la buena noticia que tenemos código Fonasa, algo que es histórico y sin duda demuestra que seguimos avanzando en el reconocimiento y consolidación de nuestra profesión.

Ahora ¿qué significa que tengamos código FONASA?. Lo primero, el código reconocido para la prestación denominada "Consulta Químico Farmacéutico" en la modalidad de atención institucional (MAI) significa que se reconoce que nuestra labor implica una prestación de salud y que tiene la relevancia de asignarle un código y un valor, porque es algo que se debe cuantificar, se debe valorar y que tiene un impacto en la salud de las personas.

Este reconocimiento no implica que nos paguen más o que el hospital o el CESFAM donde trabajo tenga un mayor ingreso por realizar esta prestación. Esto no es porque no seamos relevantes, es sólo que ninguna prestación MAI que realice nuestro centro de salud tiene una asignación o presupuesto adicional. Sin embargo, es un gran primer paso.

Dentro de esta consulta, ¿qué actividades caben en esta categoría de consulta Químico Farmacéutico? Al no haber una definición clara, se asociada principalmente a las acciones que realiza el químico farmacéutico en

interacción con los usuarios ya sea internos o externos con el objetivo o impacto de promover una atención de salud que implique fortalecer el bienestar de los usuarios (pacientes) o evita la exposición a los eventos adversos asociado a medicamentos, por ejemplo. Volvamos a la duda creciente, porque un primer paso, que nos falta, ¿Cuál es el siguiente camino que tenemos que avanzar? El siguiente paso es avanzar al reconocimiento de la prestación por parte de FONASA en la modalidad de libre elección (MLE).

¿Por qué es importante que se reconozca esto? Porque por un lado amplía el reconocimiento de nuestra profesión en la atención de salud y por otro se tiene un valor que beneficia tanto a nuestros colegas como a los centros de salud que trabajan desde lo económico.

Pero más allá de números que impacto más grande puede producir? puede fortalecer que nuestros colegas puedan tener mayor tiempo o horarios protegidos para poder realizar estas acciones y por otra pueden ayudar a que los usuarios puedan acceder a tener mejores resultados con sus tratamientos de medicamentos, entre otros beneficios.

Dentro de los beneficios, podemos observar la mejora de la adherencia de los usuarios con enfermedades crónicas. Hoy sólo un tercio



de los pacientes con enfermedades crónicas adhiere de forma adecuada a la terapia, aun así ese tercio en cualquier momento sin seguimiento puede caer en el grupo de "no" adherentes. Por qué es importante la adherencia? Porque es lo mínimo para que los usuarios alcancen mejores resultados con su tratamiento y así poder lograr la resolución de sus enfermedades, mantenerse sin mayores problemas o evitar que aparezcan algunos nuevos. Otro beneficios a los usuarios, los colegas, los expertos en medicamentos, pueden aportar así como se ha demostrado, en la prevención de los eventos adversos a medicamentos y evitar sobre o subdosificación de los medicamentos en los contextos de los usuarios, individualizando la terapia a la medida que los pacientes lo necesitan.

Sin duda, los alcances de

este reconocimiento van a seguir creciendo, y esperamos que pronto avancemos al siguiente paso. Porque acá si bien el beneficio hacia el reconocimiento y valoración del trabajo de los colegas es muy importante, es vital también que los usuarios, los pacientes sepan, que estos avances los van ayudar al disponer de un profesional de salud, que les pueda orientar con la mejor información de sus terapias con medicamentos como la ayuda a los otros profesionales de la salud en la optimización de las farmacoterapias de los usuarios.

Queda claro, que el impacto de estos avances, tiene un señal positiva en la salud pública de nuestro país y que el gran aporte que han realizado los colegas tenga este merecido reconocimiento.



† ERNESTO MICKMAN, EL LEGADO DE FUTURAS GENERACIONES

QF. Paula Fernández Urrutia
Presidenta
 Colegio Farmacéutico Valpo

En esta edición especial de aniversario queridos colegas y amigos, con profundo respeto y gratitud, queremos despedir al destacado colega Ernesto Rolando Mickman Vergara Q.E.P.D. (26.04.1967 – 21.02.2024).

Es con un profundo pesar en nuestros corazones que despedimos a un colega excepcional y un ser humano extraordinario que ha dejado una huella imborrable en nuestras vidas y en la comunidad farmacéutica en general.

Para quienes no lo conocieron Ernesto estudió en la Universidad de Chile, la carrera de Química y Farmacia desde 1975 al 1981. Además estudió medicina homeopática. Siendo estudiante comenzó como ayudante en los prácticos de Química orgánica en la época del Dr. Farmacéutico Ernesto Fernández.

A nivel gremial durante el año 1985 al 1987 fue presidente del colegio de QF y BQ de Valparaíso, donde se consigue una importante donación del terreno en Quilpué, por parte de don Reinaldo Knop para la construcción de un lugar de esparcimiento para los colegiados y familias.

En su experiencia profesional destacamos que trabajó como gerente de producción de Homeopatía Alemana Knop durante casi 15 años. En el año 1997 se independiza y es propietario de farmaceutica iacobub.

Además, fue dueño de una empresa pequeña denominada EMickman Research, la cual envasaba productos naturales, realizaba investigación y desarrollo de productos para el bienestar humano. Además, fue co dueño de productos del bosque, el cual tenía productos naturales, homeopáticos, veterinarios y orientación junto con terapias de shoot detox, bioquanteq, reiki, imanes, el cual era atendido por la Dra Patricia Vejar M, y él.

Fue un maestro excepcional de homeopatía, donde compartió generosamente su vasto conocimiento y experiencia con generaciones de estudiantes.

La noticia del fallecimiento de nuestro querido amigo y colega ha sacudido profundamente a todos nosotros. Durante años, fue una figura emblemática en nuestro colegio farmacéutico, dedicando su vida a la profesión que amaba con pasión y compromiso inquebrantable.

Como farmacéutico, Ernesto Mickman, no solo era un experto en su campo. Sino que su dedicación a la enseñanza y su habilidad para transmitir su pasión por la farmacia, especialmente en el ámbito de la homeopatía, dejaron una marca indeleble en las mentes y los corazones de quienes tuvieron el privilegio de ser sus discípulos. Pero más allá de sus logros profesionales, era conocido



por su empatía inigualable y su tremenda convicción en sus ideales. Siempre estaba dispuesto a escuchar, a brindar apoyo y a ofrecer palabras de aliento a aquellos que lo necesitaban. Su calidez humana y su compasión eran palpables para todos y todas. Siempre tuvo una palabra para orientar a quien fuera que entrara en su farmacia con consejos de su especialidad y con una sonrisa en su rostro. Hoy, nos despedimos de un

amigo, un mentor y un colega ejemplar. Aunque su ausencia dejará un vacío en nuestras vidas y en nuestra comunidad, recordaremos con cariño sus enseñanzas, su bondad y su legado perdurable.

Descansa en paz, querido Ernesto Rolando Mickman Vergara. Tu luz seguirá brillando en los corazones de todos aquellos a quienes tocaste con tu sabiduría y tu amor.



CERTIFICADO MÉDICO PARA REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA, EL RIESGO QUE NO ASUMIMOS

Dr. Iván Garrido Riquelme
Médico, Residente UPC

Tradicionalmente cada año en que se inicia la actividad escolar; se solicita con mayor frecuencia, el adjuntar un certificado médico que autoriza al alumno a realizar actividades físicas y deportivas en su colegio, de acuerdo a su malla curricular. Lo cual por cierto, supone, que la información y valoración realizada es veraz y que efectivamente es apto para desempeñar este esfuerzo físico. Lamentablemente la realidad es que, en muy pocos casos, se hace una valoración integral de la condición de salud para extender dicho certificado; por razones de tiempo, de costo o simplemente porque asumimos que, si es un niño, niña o un/a adolescente, está totalmente apto.

En la gran mayoría de los casos el certificado lo conseguimos con algún Médico(a) conocido, en un menor número se solicitan algunos exámenes generales y en mucha menor medida un electrocardiograma de reposo. Entendiendo que el riesgo de muerte súbita, por aparición de arritmias



maligñas o la obstrucción del flujo cardíaco por hipertrofias del corazón, son imposibles de predecir en un chequeo tan básico y general; se hace necesario tomar conciencia de lo que significa el documento que como médicos emitimos y como padres solicitamos.

Obviamente antecedentes familiares de enfermedades crónicas o historia de

patologías congénitas de los estudiantes, facilitan la sospecha y exigen estudios más acabados antes de cualquier certificación; sin embargo, no eximen la obligación de todos nosotros de mantener siempre una alta sospecha. Pues pese a contar con un certificado médico que autorice que un alumno está apto para desarrollar actividad física o deportiva; va a depender de múltiples factores su tolerancia; entre ellos condición física previa, estado nutricional, antecedentes de alergias, alimentación, intensidad del esfuerzo físico y duración de actividad, incluyendo factores climáticos y

ambientales a los que nos sometemos.

Por ello, siempre es importante estar alertas tanto profesores, como alumnos, padres y médicos, ante síntomas como ahogo súbito, sensación de taquicardia, mareos, dolores al pecho o desmayos; pues pueden ser el aviso a veces sutil y subestimado, que no estamos realmente aptos para dicho esfuerzo y la vida de nuestro hijo(a) en peligro.



LEY DE FARMACOS 2 E INTEGRACIÓN VERTICAL

Alfredo Silva

Asesor Jurídico

Colegio Farmacéutico Valpo

Encontrándose aún en tramitación, destacar que los autores del proyecto han declarado que el propósito principal de la misma es regular los medicamentos bioequivalentes genéricos y evitar la integración vertical de laboratorios y farmacias. Asimismo, mejorar el acceso a los medicamentos considerando su precio y calidad y potenciar la accesibilidad de las personas a los diversos fármacos.

El proyecto de ley original señala que “el mercado completo de medicamentos, esto es, farmacias, distribuidores, laboratorios, médicos y dependientes de la venta en farmacias, participan de una industria que opera en condiciones que tienden a la colusión y el abuso de posición dominante en todos los niveles de la cadena productiva”. Diversos estudios han destacado que “el nivel de concentración que existe en el canal de retail, (que) eleva el riesgo de ocurrencia de prácticas anticompetitivas que en el pasado han tenido efectos negativos para los consumidores. Asimismo, teniendo en vista que los medicamentos son bienes de confianza, y debido a la dificultad para que una persona no experta evalúe adecuadamente su valor antes, durante y después del consumo, las decisiones de compra de los pacientes son condicionadas por el médico y el dependiente de la farmacia (Fiscalía Nacional Económica, Minuta de lanzamiento del estudio sobre el mercado de medicamentos, p.6 y 7).

Los principales aspectos que busca regular esta Ley son los siguientes:

-modifica el Código Sanitario con relación a los medicamentos bioequivalentes genéricos : regulará el rotulado y nombre de los medicamentos, buscando evitar el sobreprecio de productos genéricos de marca.

- Valor de medicamentos: A la usanza de varias legislaciones, instalará un sistema de fijación de precios máximos (con intervención del Minsal). Con relación a la tarifa de dispensación (el costo del medicamento que debe pagar un paciente) se definirá considerando el valor del fármaco (lo que le cuesta a la farmacia comprar un remedio al laboratorio) más una tarifa fija que podría definir la farmacia más los impuestos asociados. (Sesión de comisión mixta que concluye votación de indicaciones marzo 2022, senado.cl).

-Busca crear un Observatorio Nacional de Medicamentos a cargo de la Subsecretaría de Salud Pública, para analizar los costos y gastos de los fármacos en comparación con el mercado internacional.

-Busca regular la venta de medicamentos a través de plataformas digitales por parte de establecimientos autorizados, aumentando así la disponibilidad y competencia. -evitar la integración vertical de laboratorios y farmacias. El tema de la integración

vertical en salud ha sido materia de permanente interés, sin que haya podido confirmarse un avance regulatorio que posibilite precaver los efectos desfavorables de esta práctica. Se ha dicho que integración vertical es la absorción por parte de una sola firma de dos o más procesos técnicos relacionados verticalmente, y en que si bien, cada segmento de la cadena de valor puede constituir un mercado por separado, la integración vertical consiste en unir los procesos al interior de una sola unidad económica (Superintendencia de Salud, Dossier sobre integración vertical y efectos en el sector privado de salud, 4 dic. 2017). El ejemplo tradicional en salud es el que observa el otorgamiento de prestaciones de salud por parte de (empresas relacionadas de) las Isapre, no obstante la prohibición legal para ello (art.173 del DFL 1/2005 Minsal) . El Proyecto original del año 2015 exponía así el problema: “Se evidencia una integración vertical del proceso productivo de medicamentos. Donde los laboratorios producen los medicamentos que se venden luego en las cadenas y una integración con droguerías y distribuidoras para fijar el precio y condiciones de compra y venta del mercado. La estrategia de integración vertical hacia atrás es por parte de las farmacias, que avanzaron sobre el mercado de producción”. De allí que la propuesta normativa consistía en: “Proscribir la

integración vertical como organización empresarial entre laboratorios y farmacias, puesto que incentiva el que en dependencias farmacéuticas se ofrezca ‘sobre el mesón’ los medicamentos bioequivalentes de marca propia, cuyos costos son tres veces mayor que los denominados medicamentos genéricos bioequivalente. Que además justifica esta medida el hecho que las características del mercado nacional de medicamentos , lo hacen particularmente vulnerable a que las estructuras de mercado vertical desarrollen de prácticas anticompetitivas, que sumado la dificultad (que reconoce la propia Fiscalía Nacional Económica) de fiscalizar la multiplicidad de formas en que los laboratorios pueden incentivar la dispensación de fármacos específicos por parte de las farmacias, especialmente cuando, las principales cadenas se encuentran verticalmente integradas con laboratorios específicos o tienen externalizados con laboratorios la producción de marcas propias.” En relación a lo expuesto, y en lo referido a la materia de análisis, terminar la relación comercial que existe entre clínicas, farmacias y laboratorios era uno de los objetivos de la Ley de fármacos 2. (Sesión de comisión mixta que concluye votación de indicaciones marzo 2022, senado.cl), tarea que, según entendemos, no será finalmente acometida y por tanto quedará excluida del texto final.



AUMENTO DE LA OBESIDAD EN CHILE, UNA BOMBA DE TIEMPO

Depto. Comunicaciones
Colegio Farmacéutico Valpo

Según la OMS, el 70% de los chilenos tendrán sobrepeso en 2030. Para el Dr. Rodrigo Muñoz, presidente de la Sociedad de Cirugía Bariátrica y Metabólica y Cirujano Digestivo Clínica Universidad de los Andes, la situación es preocupante: "el lugar que ocupa Chile con respecto al resto de los países de América, si bien puede variar levemente según el ranking usado, tenía un porcentaje de sobrepeso y obesidad del 39,8%, ocupando el segundo lugar después de Ecuador (41,3%) y por delante de México (39,1%)".

Vivir con obesidad, advierte el especialista, tiene graves consecuencias en la salud física y emocional de las personas, impactando fuertemente su calidad de vida. Los pacientes que viven con obesidad, aparte de sufrir una gran cantidad de enfermedades asociadas como hipertensión, diabetes, colesterol elevado o hígado graso, también tienen limitaciones de movilidad, falta de energía, dolores crónicos o depresión, llegando incluso al aislamiento social. Y esta situación es más urgente hoy en algunos grupos específicos: "En nuestro país, las tasas más altas de obesidad ocurren en mujeres, así como también, lamentablemente, durante los últimos años los niños y adolescentes que viven con sobrepeso y obesidad han aumentado de forma

sostenida, llegando a afectar al 45% de la población en este rango de edad".

En las Encuestas Nacionales de Salud de los años 2010 y 2017 se visualiza una prevalencia de obesidad mayor en mujeres que en hombres (30,5% vs 19,2% en 2009-2010 y 38,4% vs 30,3% en 2016-2017), la cual además aumenta con la edad y en los grupos de menor nivel socioeconómico de la sociedad.

La obesidad es una enfermedad crónica y compleja debido a que sus causas son multifactoriales. Por esto, el especialista hace un llamado a generar conciencia y apoyo en la población, fomentando el autocuidado, estableciendo metas realistas y, siempre que sea posible, consultando con especialistas adecuadamente entrenados y acreditados para recibir la ayuda y los tratamientos que correspondan a cada caso.

Si bien existen factores genéticos individuales, la obesidad se asocia principalmente con el incremento en la ingesta calórica diaria, el consumo de algunos alimentos ultraprocesados ricos en azúcares y carbohidratos refinados, el consumo de bebidas azucaradas y el sedentarismo.

El Dr. Muñoz plantea que se han implementado medidas positivas en Chile, como la

ley de etiquetado de alimentos, recientemente el financiamiento por parte del Estado de la cirugía bariátrica como el bono PAD, o los programas para mejorar hábitos alimenticios. No obstante, advierte que la situación actual requiere redoblar los esfuerzos entre políticas de prevención, mayor educación y un tratamiento oportuno, mejorando el acceso en los sistemas públicos y las coberturas de las aseguradoras privadas.

Para la OMS, la obesidad y el

sobrepeso han alcanzado proporciones epidémicas. Las tasas de obesidad casi se han triplicado desde 1975 y han aumentado casi cinco veces en niños y adolescentes, afectando a personas de todas las edades y de todos los grupos sociales en la Región de las Américas y el mundo. De hecho, ya en 2021, la obesidad fue responsable de 2,8 millones de muertes por enfermedades no transmisibles (ENT) en las Américas, según este organismo internacional.



TU DIETA PODRÍA AFECTAR LA SALUD DE TU PIEL

Depto. Comunicaciones
Colegio Farmacéutico Valpo

La piel, siendo el órgano más grande del cuerpo humano, requiere cuidados adecuados para mantenerse en buen estado. Una alimentación equilibrada, rica en nutrientes esenciales, desempeña un papel fundamental en este aspecto. La Organización Mundial de la Salud (OMS) y expertos de Clínica Cath, especialistas en el cuidado de la piel y heridas de avanzada, destacan la importancia de una alimentación saludable para la salud cutánea.

La enfermera jefa de Clínica Cath, Carolina Saravia, señala que una alimentación balanceada, que incluya proteínas, carbohidratos, vegetales, frutas, grasas saludables y agua, proporciona a la piel los nutrientes necesarios para su óptimo funcionamiento.

La deficiencia de ciertos nutrientes, como la vitamina C, puede conducir a problemas cutáneos como el escorbuto, mientras que la falta de proteínas puede provocar una piel deshidratada y decolorada. Es crucial tener en cuenta que una piel bien nutrida es fundamental para la cicatrización de heridas y para mantener su elasticidad y salud en general.

Sin embargo, una de las condiciones más

preocupantes relacionadas con la salud de la piel es el pie diabético. La diabetes, una enfermedad en constante aumento a nivel mundial, puede ocasionar complicaciones graves en la piel, llegando incluso a requerir amputaciones de extremidades. En Chile, se estima, según el ADICH, que hay más de 80 mil personas con úlceras en los pies debido a la diabetes, lo que representa un desafío significativo para el sistema de salud.

Carolina Saravia advierte que el pie diabético es el resultado del deterioro vascular y neurológico causado por la diabetes, lo que puede llevar a una mala circulación sanguínea y a la disminución de la sensibilidad en los pies. Esto aumenta el riesgo de desarrollar heridas que, si no se tratan adecuadamente, pueden conducir a complicaciones graves, incluida la necesidad de amputación.

Además, asegura "que el pie de diabético lamentablemente va directamente relacionado con la educación del enfermo frente a la enfermedad y cuidados de la diabetes. En Chile se les amputan más extremidades a los hombres, llegando a ser el 74% y sólo un 26% a las mujeres según el ministerio



de Salud, lo que deja prever que las mujeres se cuidan un poco más de dicha enfermedad".

Para prevenir el pie diabético y otras complicaciones cutáneas, Saravia recomienda realizar controles regulares de azúcar en sangre, llevar una alimentación saludable, hacer ejercicio con regularidad y reducir el consumo de azúcares e hidratos de carbono en la dieta.

"En resumen, una alimentación equilibrada no solo beneficia la salud general del organismo, sino que también juega un papel crucial en la salud y apariencia de la piel. La prevención y el cuidado adecuado son fundamentales para evitar complicaciones cutáneas, especialmente en personas con condiciones médicas como la diabetes" finaliza la experta



LA BOTICA DE LA ABUELA



ARROZ INTEGRAL: REGULARIZA LOS PROBLEMAS INTESTINALES

El arroz tiene múltiples propiedades. Si lo cocinas con el doble de agua y la bebes cuando esté fría es un líquido rico en minerales y vitaminas. Se aconseja para la diarrea, porque devuelve al cuerpo los nutrientes perdidos. Sus propiedades ayudan a aliviar el colon irritable. Contiene mucha fibra por lo que regulariza el movimiento intestinal.

AJO: PREVIENE INFECCIONES Y TIENE PROPIEDADES INMUNOLÓGICAS

El ajo posee, según los estudios consultados, propiedades inmunoestimulantes. El ajo crudo actúa como antimicrobiano, combatiendo bacterias y virus. Si lo cocinas, corres el riesgo de que en el proceso de cocción se destruye la alicina, un componente que fundamental para las propiedades antibacterianas. Puedes abrirlo y dejarlo al aire unos minutos para luego comerlo solo o agregarlo cuando la cocción esté finalizada.

AZUFRE: DISMINUYE LA CAÍDA DEL CABELLO

El azufre es recomendable para algunos problemas capilares, como detener la caída o propiciar el crecimiento del cabello de manera natural. Lo puedes encontrar en el berro, las coles y las cebollas. Es uno de los productos naturales desintoxicantes más potentes.

AVENA: AYUDA A ALIVIAR LOS ECCEMAS DE LA PIEL

Para disminuir la dermatitis o eccemas en la piel, se recomienda la avena, no solo su consumo como alimento, sino también la aplicación externa. Los baños de avena ayudan a disminuir el picor de la dermatitis y las irritaciones cutáneas y actúa sobre la seborrea y las urticarias.

PRIMERA CUMBRE DE FARMACIA COMUNITARIA DE FIP, CPS SUMMIT

QF: Mauricio Huberman Rodriguez

Presidente de FEFAS

Tesorero

Colegio de Químicos Farmacéuticos y Bioquímicos de Chile

La Federación Farmacéutica Internacional (FIP) organizó un encuentro con los líderes sudamericanos en Buenos Aires los días 6 y 7 de marzo.

En esa instancia participaron las más altas autoridades de la FIP. Su presidente Paul Sinclair (Australia), el presidente de la comisión de farmacia comunitaria Sherif Guorgui (Canada) y su directorio. Ellos trajeron a expositores de varios países para conocer su realidad; Sudáfrica - Irlanda - Malasia - Australia - Bosnia y Herzegovina - Canada - España y también se conectaron del Reino Unido.

Se hizo una mesa, la cual llamaron " La farmacia comunitaria en Latinoamérica: una

perspectiva institucional" Acá nos tocó mostrar la realidad tan dispar que hay en nuestros países. Expusimos a nombre de Sudamérica.

Ricardo Pesenti - Presidente de COFA Argentina.

Carlos Lacava - del foro farmacéutico de las Américas - Uruguay.

Mauricio Huberman - Presidente de Fefas - Chile.

FIP tiene un proyecto importante de capacitación y desarrollo de los servicios Farmacéuticos, el cual quiere implantar para Sudamérica a través del Foro Farmacéutico, lo que permitirá que la farmacia sea indudablemente necesaria en el tiempo.

MEDICAMENTOS Y DESREGULACIÓN
Impacto en los precios y en la accesibilidad
CHARLA EN VIVO

Mg. Jorge Schlottké
Argentina

Farm. Pamela Milla
Chile

Moderador: Farm Elena García
Paraguay

MIÉRCOLES 27 de MARZO | 15 hs. Argentina

Sumate a la transmisión ingresando en www.fefas.org | YouTube



SOCIALES

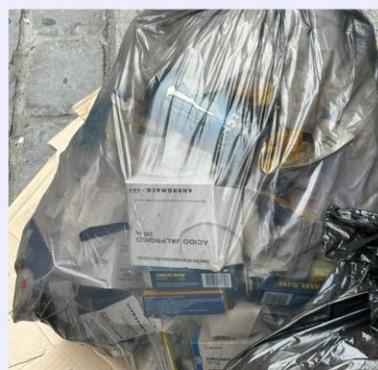


foto denuncia

Nuevas bolsas con cajas de medicamentos en pleno centro de Valparaíso



La Botica Porteña



Colegio de Químicos Farmacéuticos y Biólogos Regionales Valparaíso



El Presidente Nacional Jorge Cienfuegos junto al Presidente de Federación Farmacéutica Sudamericana Mauricio Huberman, participan en la Cumbre de Farmacia Comunitaria.



Miembros del Directorio de FEFAS, asistieron a la Cumbre de Farmacia Comunitaria en Buenos Aires, Argentina



Felicitaciones

luego de años de intenso trabajo y lucha, ya tenemos...

"CÓDIGO FONASA"



ENTRETENCIÓN



4	1	2	9		7	5
2			3		8	
	7			8		6
			1	3	6	2
1	5				4	3
7	3	6		8		
6			2		3	
	7			1		4
8	9		6	5	1	7

