

ENERO 2026

CUIDÁ TU SALUD, DISFRUTÁ EL VERANO

CAMPAÑA DE SALUD
PARA TODA LA
COMUNIDAD

Estimados colegas,

Esta nueva edición celebra el compromiso y la trayectoria de nuestros farmacéuticos. El 11 de diciembre distinguimos a quienes cumplen 25 y 50 años de ejercicio, reconociendo su vocación, ética y aporte sostenido a la salud de la comunidad. También destacamos la labor de la Asociación de Bromatólogos Municipales, por su acción en la seguridad de los medicamentos.

Además, bien sabemos que la farmacia va más allá de dispensar productos: es un espacio de cuidado, prevención y educación, por esto, en Farmacéuticos en acción, exploramos cómo el farmacéutico puede acompañar el manejo de la obesidad como enfermedad crónica, ofreciendo cribado, consejo y seguimiento desde el mostrador.

El verano propone oportunidades únicas: transformar la temporada en crecimiento y servicios de valor. Desde visual merchandising hasta venta cruzada, nutricosmética y salud deportiva, compartimos estrategias para que cada visita a la farmacia sea una experiencia positiva y completa. Además, acercamos propuestas de turismo para relajarse y disfrutar, y consejos prácticos de cuidado de la piel y fotoprotección, para un verano seguro y saludable.

Los invitamos a recorrer esta edición, inspirarse y aplicar estas ideas en la práctica diaria. Ser farmacéuticos significa combinar conocimiento, compromiso y vocación al servicio de la salud de nuestra comunidad.

Consejo Ejecutivo CFC

Farm. Germán Daniele
Presidente

Farm. Diego Miranda
Vicepresidente

Farm. Laura Cornaglia
Secretaria

Farm. Fernando Ducoin
Tesorero



La revista E-CFC del Colegio de Farmacéuticos de Córdoba es una publicación temática destinada a la comunicación y difusión de actividades de interés para la comunidad farmacéutica.

Año III - Nº 16
© 2024

Elaboración
Colegio de Farmacéuticos de la Provincia de Córdoba
Corro 146, Ciudad de Córdoba

Newsletter
Director: Farm. Laura Cornaglia
Elaboración y redacción: Lic. Romina Zampa, MDE
Asesoramiento Científico: Farm. Isabel Tenllado
Diseño: Lic. Lucas Tenllado

SOMOS CFC

RECONOCIMIENTO A UNA VIDA DE COMPROMISO CON LA PROFESIÓN FARMACÉUTICA

El pasado 11 de diciembre de 2025, el Colegio de Farmacéuticos de la Provincia de Córdoba realizó el acto de **entrega de distinciones a los profesionales que cumplieron 25 y 50 años de ejercicio de la profesión**, en una emotiva ceremonia llevada a cabo en el Pabellón Argentina de Ciudad Universitaria, con la participación de los miembros del Consejo Ejecutivo, presidentes de las delegaciones, representantes del Consejo General, del Tribunal de Cuentas y del Tribunal de Disciplina.

El encuentro fue una oportunidad para honrar trayectorias marcadas por la vocación, el compromiso y la responsabilidad con la salud de la comunidad, reconociendo el aporte sostenido de quienes han acompañado la evolución de la profesión farmacéutica a lo largo de los años.

Durante el acto se destacó el valor del ejercicio profesional ético, la actualización permanente y el rol fundamental del farmacéutico en los distintos ámbitos de desempeño, así como la importancia de transmitir experiencia y conocimientos a las nuevas generaciones.

Familiares, colegas y autoridades del Colegio acompañaron este reconocimiento, compartiendo un espacio de encuentro y celebración que puso en valor la historia colectiva de la institución, construida a partir del trabajo diario de cada profesional.

Desde el Colegio de Farmacéuticos de Córdoba expresamos nuestro más sincero **agradecimiento y felicitación** a quienes alcanzaron estos hitos tan significativos, reafirmando nuestro orgullo por su trayectoria y por el camino recorrido en **defensa y fortalecimiento de la profesión**. Para ver las imágenes del encuentro, ingresar en: <https://bit.ly/44UCg7R>

Reconocimiento institucional a la Asociación de Bromatólogos Municipales

En el marco del acto, se otorgó también un reconocimiento a la Asociación de Bromatólogos Municipales de la Provincia de Córdoba, por su compromiso y acción en la detección de medicamentos en kioscos, almacenes y supermercados de las distintas localidades a las que pertenecen, colaborando de manera permanente en la erradicación de la venta ilegal de medicamentos y en la protección de la salud pública.



FARMACÉUTICOS EN ACCIÓN

DEL IMC A LA ENFERMEDAD CRÓNICA BASADA EN LA ADIPOSIDAD: EL NUEVO ROL DEL FARMACÉUTICO EN EL MANEJO DE LA OBESIDAD (PARTE 1)

Por Mgter. Farm. María Isabel Tenllado

Introducción: Un Cambio de Paradigma en la Obesidad

La obesidad, que afecta a una octava parte de la población mundial, ha sido tradicionalmente definida por el Índice de Masa Corporal (IMC). Sin embargo, las publicaciones recientes, en particular la Comisión de The Lancet Diabetes & Endocrinology y el Consenso de la Asociación Estadounidense de Endocrinología Clínica (AACE), marcan un punto de inflexión. El nuevo consenso de la AACE reformula la obesidad como una enfermedad crónica basada en la adiposidad (Obesity-Related Complications and diseases, ORCD, por sus siglas en inglés), reconociendo los complejos cambios neurohormonales implicados y yendo más allá de una simple métrica de peso.

Este cambio exige que todos los profesionales de la salud, incluido el farmacéutico comunitario, actualicen sus estrategias de cribado, consejo y manejo. La farmacia, por su accesibilidad y confianza, se convierte en un punto clave para la implementación de estas nuevas directrices.

A lo largo de estos artículos, del cual estamos enviando la primera parte, describiremos brevemente el contexto de la enfermedad, estrategias de cribado, consejo, seguimiento y la posibilidad de incorporar este servicio en las farmacias junto con sus estrategias de marketing farmacéutico.

LA FARMACIA COMO CENTRO DE DETECCIÓN Y CRIBADO ACTIVO

El nuevo marco insta a ir más allá del IMC. Nuestro rol en la farmacia debe evolucionar de la mera medición del peso al cribado integral de la adiposidad y el riesgo asociado.

a. Métricas Esenciales en la Farmacia

Aunque el IMC sigue siendo una herramienta de cribado útil, el farmacéutico debe incorporar medidas más precisas del riesgo cardiometabólico.

- **Circunferencia de la Cintura (CC):** La farmacia debe estandarizar la medición de la CC (en la parte superior de la cresta ilíaca). Esta es una medida clave de la grasa visceral y predice mejor el riesgo de enfermedad cardiometabólica que solo el IMC.

- **Relación Cintura-Estatura (RCE):** Un cálculo sencillo que ayuda a confirmar el exceso de adiposidad, especialmente en pacientes con un IMC que no se clasifica como obesidad pero que tienen riesgo elevado.

- **Composición Corporal:** El uso de balanzas que midan la impedancia bioeléctrica (cada vez más comunes en farmacias) permite estimar el porcentaje de grasa y masa muscular (sarcopenia), complementando la información del IMC.

Acción Farmacéutica	Relevancia Clínica
Medición de CC y RCE	Identifica la adiposidad visceral, factor de riesgo clave.
Bioimpedancia	Discrimina entre masa muscular y grasa corporal.
Historia Farmacológica	Identifica fármacos que promueven el aumento de peso (ej. glucocorticoides, algunos antidiabéticos, antidepresivos).

b. Identificación de ORCD (Enfermedades Relacionadas)

El farmacéutico es vital en la detección de posibles complicaciones o enfermedades asociadas (ORCD) antes de que se establezcan. En el consejo de rutina, debemos indagar sobre:

- **Factores de Riesgo Metabólico:** Resultados recientes de glucemia, perfil lipídico, presión arterial.

- **Síntomas Subjetivos (como veremos forma parte del Estadio 2):** Fatiga, dolor articular, calidad del sueño (apnea), reflujo gastroesofágico o incontinencia urinaria de esfuerzo. Estos síntomas pueden indicar ORCD moderada, requiriendo intervención.

ABORDAJE TERAPÉUTICO: DESDE LA ESTRATIFICACIÓN HASTA LA DERIVACIÓN

El nuevo consenso de la AACE utiliza la estadificación (Estadio 1, 2, 3) para guiar el tratamiento. El farmacéutico debe utilizar esta clasificación para ofrecer un servicio de triaje y monitorización.

El nuevo consenso de la Asociación Estadounidense de Endocrinología Clínica (AACE) utiliza la estadificación (Estadio 1, 2, 3) para clasificar la Obesidad como Enfermedad Crónica Basada en la Adiposidad (ORCD).

Es importante notar que esta estadificación no se basa en valores numéricos específicos del IMC o la circunferencia de la cintura, sino que se basa en la presencia y la gravedad de las comorbilidades y complicaciones relacionadas con el exceso de adiposidad.

La clave es el juicio clínico y la evaluación del impacto del exceso de grasa corporal en la salud y la calidad de vida del paciente.

Aquí se detallan los criterios de los estadios:

Estadio AACE	Criterio Principal (Impacto de la Adiposidad)	Ejemplos de Comorbilidades (ORCD)
Estadio 1	Riesgo Elevado, Sin Complicaciones Clínicas.	El paciente presenta exceso de adiposidad (según IMC, CC o RCE), pero no tiene aún enfermedades crónicas diagnosticadas. Puede tener factores de riesgo metabólicos <i>leves</i> o <i>subclínicos</i> .
Estadio 2	Complicaciones Leves a Moderadas.	El paciente ya presenta ORCD, pero estas están controladas o son de gravedad leve/moderada. Los síntomas pueden afectar la vida diaria , pero no limitarla severamente. * Metabólicas: Pre-diabetes, Dislipemia leve, Hipertensión o Diabetes Mellitus tipo 2 bien controladas . * Biomecánicas: Osteoartritis leve, Reflujo gastroesofágico (ERGE) o Incontinencia de esfuerzo moderada .
Estadio 3	Complicaciones Graves.	El paciente presenta al menos una ORCD grave que afecta significativamente la calidad y/o duración de la vida . * Cardiovasculares: Insuficiencia Cardíaca, Enfermedad Cardiovascular Aterosclerótica establecida (infarto previo, ACV), Fibrilación Auricular. * Hepáticas: Cirrosis, Esteatohepatitis No Alcohólica (NASH) avanzada. * Respiratorias: Apnea Obstructiva del Sueño grave.

Resumen de la Base de la Clasificación

La estadificación de la AACE se basa en la evaluación holística del paciente, y no solo en una cifra. Su objetivo es:

1. Diagnosticar la Obesidad como una Enfermedad: Reconocerla como ORCD.

2. Estratificar el Riesgo: Determinar qué tan urgente e intensivo debe ser el tratamiento para prevenir o revertir las complicaciones (siempre se recomienda una pérdida de peso más agresiva para los Estadios 2 y 3).

3. Guiar la Terapia: Los fármacos de segunda generación (como los agonistas GLP-1) se recomiendan específicamente para los pacientes en Estadios 2 y 3.

a. Intervención Farmacéutica según la Etapa

Estadio AACE	Objetivo Clínico	Rol del Farmacéutico
Estadio 1 (Sin ORCD)	Prevención.	Consejo nutricional detallado, fomento de actividad física, monitorización periódica de CC y IMC. Énfasis en el cambio de estilo de vida.
Estadio 2 (ORCD leve/moderada)	Reducción de peso (5-10%) para mejorar síntomas.	Monitorización estrecha de parámetros (Glucosa, TA). Revisión de la medicación. Derivación al médico para valorar intensificación del tratamiento farmacológico o dietético.
Estadio 3 (ORCD grave)	Pérdida de peso significativa (>10%) y control de complicaciones.	Adherencia y monitorización de fármacos complejos (ej. Semaglutida, Tirzepatida). Coordinación de la atención, asegurando citas con especialistas.

b. Manejo Farmacológico: Adherencia y Monitorización

Con la llegada de nuevos y potentes agentes antiobesidad (análogos de GLP-1 y otros), el farmacéutico es indispensable en:

1. Educación al Paciente: Instrucción detallada sobre la administración (inyección), manejo de efectos secundarios (gastrointestinales) y almacenamiento.

2. Adherencia Terapéutica: Estos fármacos son tratamientos crónicos. El farmacéutico debe recordar al paciente que la obesidad es una enfermedad crónica que requiere manejo a largo plazo.

3. Seguimiento de Resultados: Monitorizar la pérdida de peso de forma segura y establecer objetivos realistas (ej. 5% de pérdida en 3 meses para la osteoartritis).

COORDINACIÓN Y COLABORACIÓN INTER-PROFESIONAL

El manejo de la ORCD es inherentemente multidisciplinar:

• **Colaboración con Nutricionistas:** La farmacia puede ser un punto de encuentro para servicios de nutrición o establecer convenios de derivación mutua, asegurando que el paciente reciba una terapia conductual y dietética adecuada.

• **Comunicación con el Prescriptor:** El farmacéutico debe comunicar hallazgos de cribado (IMC, CC elevadas, síntomas de apnea del sueño) al médico de atención primaria o al endocrinólogo, asegurando que la estadificación del paciente sea correcta y que la terapia farmacológica se ajuste a las últimas guías.

• **Lucha contra el Estigma:** Es fundamental que el farmacéutico lidere la conversación con el paciente, desestigmatizando la obesidad, reconociéndola como una enfermedad neuro-hormonal crónica y no como una falta de fuerza de voluntad.

Herramienta Práctica: El Primer Paso para un Servicio Farmacéutico de Valor

Antes de continuar con la Farmacoterapia de Vanguardia para el tratamiento de la Obesidad (que abordaremos a fondo en el próximo número), te compartimos la siguiente información esencial.

Esta es una lista de verificación rápida o checklist, diseñada para tu mostrador. Su objetivo es sencillo: ayudarte a reconocer de forma inmediata las necesidades de tus pacientes e identificar a aquellos a quienes puedes ofrecer el Servicio Profesional Farmacéutico Asistencial, que desarrollaremos en próximos números. Comenzaremos con aquellos pacientes que puedan requerir de alguna intervención farmacéutica.

Primera Lista de verificación o Checklist Farmacéutico: Traduciendo el Consenso AACE al Mostrador

Para integrar eficazmente las nuevas definiciones de la Obesidad como Enfermedad Crónica Basada en la Adiposidad (ORCD) en la práctica diaria, puedes utilizar esta lista de verificación rápida durante el consejo o dispensación a pacientes con sobrepeso, obesidad, o factores de riesgo cardiometabólico.

Paso	Acción en la Farmacia	Objetivo Clínico
Cribado	¿Se conoce el IMC? Si no se conoce proceder a realizarlo.	Punto de partida rápido para el cribado.
Confirmación	Medición de la Circunferencia de la Cintura (CC) y cálculo de la Relación Cintura-Estatura (RCE) .	Confirmar el exceso de adiposidad visceral (riesgo cardiometabólico).
Evaluación	Indagar sobre síntomas de ORCD (fatiga, dolor articular, apnea del sueño, reflujo, hipertensión/diabetes no controladas).	Identificar la estadificación: ¿Estadio 1 (solo riesgo) o 2/3 (enfermedad establecida)?
Revisión de Fármacos	Revisar la Terapia Farmacológica en busca de agentes que promuevan la ganancia de peso (ej. ciertos antidepresivos, esteroides).	Minimizar los factores iatrogénicos que exacerban la ORCD.

Conclusión

El nuevo marco de la obesidad ofrece a la farmacia una oportunidad única para evolucionar de dispensadora a proveedora de servicios sanitarios de valor añadido. Al incorporar métricas más allá del IMC, estratificar el riesgo del paciente y monitorizar de cerca las terapias de vanguardia, el farmacéutico se consolida como un pilar fundamental en la detección temprana y el manejo crónico de la enfermedad basada en la adiposidad, mejorando significativamente los resultados de salud de la población.

Intervención	Consejo de Estilo de Vida: Enfatizar la calidad del sueño, la nutrición y el ejercicio.	Base de cualquier tratamiento para ORCD.
Medicamentos Específicos	Si se dispensan fármacos antiobesidad (ej. GLP-1): Verificar la adherencia, instruir sobre la técnica de inyección y advertir sobre efectos secundarios GI.	Maximizar la efectividad y la seguridad de los tratamientos crónicos.
Derivación	Si el paciente presenta síntomas de ORCD moderada/grave (Estadio 2 o 3), o si se requiere farmacoterapia intensiva: Derivar formalmente al médico para ajuste o inicio del tratamiento.	Asegurar la atención multidisciplinaria y la estadificación adecuada del riesgo.
Seguimiento	Programar un seguimiento farmacoterapéutico para reevaluar la CC, el peso y los síntomas asociados en 1-3 meses.	Monitorizar el progreso hacia los objetivos de pérdida de peso específicos para ORCD (ej. 5-10%).



TURISMO

VACACIONES 2026: PROPUESTAS PARA DISFRUTAR Y DESCANSAR

Desde el Área de Turismo del Colegio de Farmacéuticos de Córdoba presentamos propuestas pensadas para que nuestros matriculados y sus familias puedan planificar sus vacaciones con tranquilidad, comodidad y beneficios exclusivos. Para la temporada 2026, les recordamos que siguen disponibles excelentes promociones a dos destinos imperdibles de nuestro país, los cuales combinan descanso, naturaleza y experiencias inolvidables.

LAS GRUTAS: VERANO JUNTO AL MAR

Un destino ideal para quienes buscan playas extensas, aguas cálidas y relax, en un entorno natural único de la costa patagónica. La propuesta incluye viaje en bus coche cama, 5 noches de alojamiento en Hotel Mareas con media pensión, traslados de ingreso y egreso, coordinador permanente y asistencia al viajero. Las salidas están previstas para enero y febrero de 2026, con una **inversión desde \$767.000**, convirtiéndose en una excelente opción para disfrutar del verano con todo organizado.



BARILOCHE: NATURALEZA, PAISAJES Y AIRE DE MONTAÑA

San Carlos de Bariloche es un clásico que invita a reconectar con la naturaleza durante todo el año. La propuesta aérea incluye vuelos desde Córdoba, 4 o 5 noches de alojamiento según el hotel elegido, traslados, excursión Circuito Chico y asistencia al viajero.

Con salidas disponibles en enero, febrero, marzo, abril, junio y julio, esta alternativa permite elegir la época ideal para cada viajero, con **valores desde \$557.000**.



Invitamos a todos los farmacéuticos a contactarse con el Área de Turismo para conocer el detalle de cada propuesta, fechas, servicios incluidos y condiciones, y así armar una experiencia de viaje a medida para sus próximas vacaciones. 🙌

📞 Teléfono: 351 4249511 int. 216
✉ E-mail: turismo@colfacor.org.ar

CFC EN ACCIÓN

CFC, ACTOR CLAVE EN LA LUCHA CONTRA LA VENTA ILEGAL DE MEDICAMENTOS

El Colegio de Farmacéuticos de Córdoba continúa fortaleciendo su rol institucional en la protección de la salud pública, actuando como primer eslabón en la detección y denuncia de prácticas ilegales vinculadas a la comercialización de medicamentos fuera del circuito habilitado.

En las últimas semanas, **dos denuncias recibidas y canalizadas a través de la Oficina de Denuncias del CFC derivaron en procedimientos judiciales que culminaron con la clausura de comercios que vendían medicamentos de manera clandestina**, vulnerando la normativa vigente y poniendo en riesgo a la comunidad. El primer caso se originó a partir de la denuncia de un particular, quien alertó sobre la venta irregular de medicamentos en un centro de estética ubicado en Figueroa Alcorta 285, ciudad de Córdoba. A partir de la intervención del CFC y la articulación con los organismos correspondientes, la Municipalidad de Córdoba procedió a la clausura del establecimiento, confirmando la comercialización ilegal de medicamentos.

El segundo hecho tuvo lugar en la localidad de Oliva, tras una denuncia realizada por un farmacéutico sobre un minimercado que expendía medicamentos, entre ellos antibióticos, analgésicos y otros productos de venta bajo receta y de venta libre. En este caso, la denuncia presentada por el Colegio derivó en la intervención de la Fiscalía de dicha localidad, que dispuso un allanamiento y posterior clausura del comercio. El procedimiento contó con la actuación del veedor Farm. Víctor Ramello, presidente de la Delegación Tercera del CFC.

Al respecto, Ramello destacó:

“Cada denuncia que se recibe y se investiga es una acción concreta en defensa de la salud de la población. La venta ilegal de medicamentos no es una falta menor: implica riesgos sanitarios graves y atenta contra el ejercicio profesional responsable. Por eso es fundamental el compromiso de los farmacéuticos y de la comunidad para alertar y denunciar estas situaciones”.

Desde el Colegio de Farmacéuticos de Córdoba se recuerda que la venta de medicamentos fuera de farmacias habilitadas constituye un delito y representa un serio riesgo sanitario, ya que se pierde el control profesional sobre su dispensación, conservación y correcto uso.

La denuncia responsable es una herramienta fundamental para proteger a la comunidad.

Tu denuncia, ¡salva vidas! 🙌





DENUNCIÁ LA VENTA DE MEDICAMENTOS FUERA DE LAS FARMACIAS

TU DENUNCIA SALVA VIDAS

ESCANEA EL CÓDIGO QR
O CONTACTATE CON NOSOTROS 📞



3512084643

denunciascolfacor@colfacor.org.ar



CFC
COLEGIO
DE FARMACÉUTICOS
CÓRDOBA



LOS MEDICAMENTOS VENDIDOS ILEGALMENTE PUEDEN SER:

ROBADOS



VENCIDOS



FALSIFICADOS



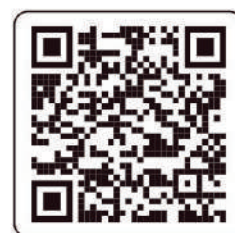
MAL CONSERVADOS



LO QUE PUEDE RESULTAR EN TRATAMIENTOS INEFICACES
O INCLUSO DAÑINOS

DENUNCIÁ LA VENTA DE MEDICAMENTOS FUERA DE LAS FARMACIAS

TU DENUNCIA SALVA VIDAS



ESCANEA EL CÓDIGO QR
O CONTACTATE CON NOSOTROS:



3512084643

denunciascolfacor@colfacor.org.ar



CFC
COLEGIO
DE FARMACÉUTICOS
CÓRDOBA



CAPACITACIÓN CFC

CONFERENCIAS 2025: UN AÑO DE EXCELENCIA EN CAPACITACIÓN FARMACÉUTICA

Al comenzar este nuevo año, desde el Área de Capacitación del Colegio de Farmacéuticos de Córdoba miramos hacia atrás con profunda satisfacción por lo vivido en 2025. Fue un ciclo de intenso aprendizaje, actualización profesional y, sobre todo, reafirmación de nuestro compromiso con la salud pública.

El Ciclo de Conferencias 2025 no solo cumplió con sus objetivos, sino que consolidó un espacio de encuentro vital para los profesionales de nuestra provincia, abordando los desafíos que enfrentamos diariamente en el mostrador de la farmacia.

A lo largo del año, llevamos adelante **19 capacitaciones de alto nivel**, logrando una convocatoria histórica que refleja la vocación de crecimiento de nuestros colegas: **más de 1.550 asistentes** confiaron en nuestra propuesta educativa, integrando a toda la provincia con capacitaciones vía Zoom sumadas a la modalidad presencial, recuperando así la calidez del encuentro en nuestra sede. Los contenidos abordaron desde el manejo de la polifarmacia en adultos mayores y las últimas terapias en diabetes, hasta temas de bienestar emocional y salud respiratoria.

Contamos con la participación de prestigiosos referentes que aportaron su experiencia clínica en temas cruciales. Tuvimos el honor de recibir a especialistas como: **Dr. Julio Nemerovsky, Dra. Silvina Da Luz, Dra. Verónica Souza, Dra. Silvana Romero González, Dra. Anabel Jaureguiberry, Dr. Matías Caradonti, Dr. José Galarza y Dra. Sandra Magirena, entre otros destacados** profesionales que elevaron el estándar

de cada encuentro. Las temáticas abordaron un abanico integral: infectología, neurología, pediatría, cardiología y el abordaje farmacológico de enfermedades crónicas, brindando herramientas prácticas para mejorar la atención y la seguridad del paciente.

Este éxito no hubiera sido posible sin el apoyo de quienes creen en la formación continua como motor de cambio:

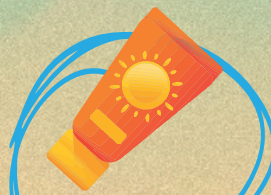
- **Laboratorios Casasco:** nuestra gratitud por acompañarnos como sponsor oficial del ciclo: su compromiso con la educación médica y farmacéutica permitió sostener un programa de esta magnitud y calidad.
- **Los profesionales asistentes:** gracias por cada hora dedicada a estudiar, por preguntar, participar y elegir al Colegio como su referente académico: ustedes son el alma de estos ciclos.

Cerramos el ciclo de 2025 con el orgullo del deber cumplido y abrimos este 2026 con la mirada puesta en nuevas oportunidades. Desde el Área de Capacitación, renovamos nuestra promesa de seguir acercando a los mejores especialistas para fortalecer el rol del farmacéutico como profesional sanitario más cercano a la comunidad.



CAMPAÑAS DE SALUD

*Cuida tu salud
Disfrutá el verano*



En el marco de la campaña de verano **“Cuida tu salud, disfruta el verano”**, desde el Colegio de Farmacéuticos de Córdoba sumamos a la información sobre el armado del botiquín para vacaciones, recomendaciones sobre cuidado de la piel y la fotoprotección.

La exposición a la radiación ultravioleta (UV) puede generar daños acumulativos en la piel y los ojos, aumentando el riesgo de quemaduras solares, fotoenvejecimiento y carcinogénesis cutánea, incluyendo melanomas malignos y otros tipos de cáncer de piel. Por ello, es fundamental evaluar el fototipo cutáneo, seleccionar un fotoprotector con factor de protección solar (FPS) adecuado, aplicarlo correctamente y considerar medidas adicionales de protección: uso de ropa con UPF, sombreros de ala ancha, lentes homologados con protección UVB/UVA y adecuada hidratación oral.

Estos cuidados son especialmente críticos en poblaciones vulnerables, como los niños, cuya piel aún se encuentra en desarrollo, y los adultos mayores, con mayor susceptibilidad a deshidratación y daño acumulativo. Además, la detección temprana de cambios en la piel, mediante la regla ABCDE y revisiones periódicas

con dermatólogos, constituye una estrategia clave para la prevención de melanomas.

Invitamos a todos los farmacéuticos a difundir estas recomendaciones entre sus pacientes y a aprovechar los recursos que ponemos a disposición: el material completo para redes sociales, el boletín y la ficha informativa. Este material, se puede descargar en:
<https://bit.ly/49nQkle>



Con estas medidas, contribuimos a un verano más seguro y saludable para toda la comunidad. 🍷

GESTIÓN FARMACÉUTICA

VERANO SALUDABLE: TRANSFORMÁ TU MOSTRADOR EN UNA UNIDAD DE NEGOCIOS DE ALTO RENDIMIENTO

Por Lic. Romina Zampa, MDE

El verano no es solo temporada de calor; es el pico de demanda para categorías estratégicas que, bien gestionadas, pueden incrementar significativamente la rentabilidad de la farmacia. Para el farmacéutico y su equipo, el desafío consiste en asumir un rol proactivo en la asesoría, ofreciendo soluciones integrales que respondan a las necesidades del cliente.

VENTA CRUZADA ESTRATÉGICA: MAXIMIZAR CADA TICKET

El mostrador es el espacio donde el ticket promedio puede crecer (o estancarse). La clave está en no esperar a que el cliente pida sino anticipar la necesidad derivada de su compra principal sugiriendo productos complementarios. Les dejamos algunos ejemplos para aprovechar en esta temporada:

Compra principal	Recomendación cruzada	Beneficio para el cliente
Protector solar	Post-solar + Suplemento de Betacaroteno	Bronceado duradero y reparación celular
Antifúngicos / Talcos	Desodorante para pies + Lima de pies	Evita reinfecciones y cuida la estética podológica
Suplementos deportivos	Magnesio + Geles de frío/calor	Recuperación muscular y prevención de calambres
Tratamientos estéticos	Exfoliantes corporales	Optimiza absorción y reduce retención de líquidos

CATEGORÍAS NICHOS CON ALTO POTENCIAL DE CRECIMIENTO

Para maximizar las ventas, debemos segmentar

la oferta en el punto de venta (PDV) mediante exhibiciones por solución, no solo por marca:

A. El "Botiquín de Viaje" Inteligente

Muchos clientes olvidan lo básico al salir de vacaciones. Crear un sector de "Checklist de Verano" cerca de la caja con repelentes de insectos (en versiones spray y crema, adultos, niños...), antihistamínicos de venta libre y cremas para picaduras, antidiarréicos y sales de rehidratación oral, desinfectantes de manos y apósitos protectores, por mencionar algunos.

B. Nutricosmética: La belleza que se toma

El verano es la temporada de oro para la suplementación orientada a la piel y el pelo, ya que representa una oportunidad para promocionar productos como el colágeno y los antioxidantes no solo desde el enfoque estético, sino también como una forma de "protección interna" frente al daño oxidativo causado por la exposición al sol.

C. Salud Deportiva al Aire Libre

Con el aumento de personas corriendo o entrenando en parques, surge la oportunidad de ofrecer bebidas hidratantes que repongan electrolitos para combatir la deshidratación por el calor y de promocionar bandas elásticas y otros accesorios junto con cremas para aliviar dolores musculares.



VISUAL MERCHANDISING Y EXPERIENCIA DE COMPRA

La farmacia debe respirar verano desde la vidriera hasta el mostrador. Para lograrlo:

- **Puntos calientes:** Exhibidores de mostrador con productos de “impulso”, como protectores labiales con SPF, envases travel size o caramelos de vitamina C.
- **Kits de solución rápida:** Packs con un pequeño descuento o un obsequio (por ejemplo, “Kit Pies Perfectos”: crema de descanso + lima + talco) que simplifican la decisión de compra.
- **Señalética de valor:** En lugar de carteles de “Oferta”, usar mensajes que resuelvan problemas concretos: “¿Piel seca tras el sol? Probá nuestra rutina de recuperación”.

El visual merchandising no solo embellece la farmacia, sino que convierte la compra en una experiencia atractiva y funcional. Una vidriera ambientada con colores y productos veraniegos capta la atención desde la calle, invitando a entrar. Dentro del local, la disposición estratégica de productos y exhibidores interactivos facilita la navegación, genera compras por impulso y convierte cada visita en un recorrido intuitivo y satisfactorio. De esta manera, la farmacia no solo ofrece productos, sino una experiencia completa que combina estética, salud y conveniencia.

EL EQUIPO COMO MOTOR DE VENTAS

Un personal capacitado es el activo más rentable. Cada integrante del mostrador debe convertir la información en inspiración, sugiriendo soluciones completas y prácticas para cada cliente:

- *“¿Tiene algún post-solar para evitar que la piel se pele tras usar este protector?”*
- *“Como lleva un suplemento deportivo, ¿conoce los beneficios del magnesio para evitar la fatiga por calor?”*
- *“Como lleva crema antihongos y si va a estar en zonas húmedas, le recomiendo este desodorante para pies”.*

El equipo no solo vende productos, sino que construye confianza y fidelidad. La actitud, la escucha activa y la capacidad de personalizar la recomendación transforman cada interacción en una oportunidad de venta y en una experiencia positiva para el cliente. Un personal motivado y bien formado puede anticipar necesidades, ofrecer consejos prácticos y sugerir combinaciones de productos que

muchas veces el cliente no había considerado, potenciando tanto la satisfacción como el ticket promedio de la farmacia.

MÁS QUE UNA ESTACIÓN, UNA OPORTUNIDAD

Convertir el verano en un nicho explotable requiere intencionalidad, planificación y proactividad. Cada producto en la góndola debe tener un “compañero sugerido” en el mostrador. Cuando la farmacia ofrece una solución integral en lugar de un producto aislado, no solo aumenta su facturación, sino que se posiciona como el referente de bienestar que el cliente elegirá durante todo el año.

La clave está en combinar una correcta planificación de productos, un visual merchandising atractivo y un equipo capacitado que transforme cada interacción en una experiencia positiva. **De esta manera, cada visita se convierte en una oportunidad de fidelizar al cliente, generar recomendaciones y potenciar la percepción de la farmacia como un espacio confiable y profesional.** El verano deja de ser solo una temporada y se convierte en un motor de crecimiento sostenido, donde cada detalle, desde la vidriera hasta la atención personalizada, contribuye a consolidar la marca y maximizar los resultados.



FITOMEDICINA

EL ARTE DE LA RECUPERACIÓN CUTÁNEA: LA CIENCIA DE LOS POST-SOLARES

La exposición al sol, incluso con protector solar, somete a la piel a un estrés oxidativo y térmico significativo. La dermocosmética post-solar (conocida como *After-sun*) no es simplemente una hidratante común; es un tratamiento formulado específicamente para revertir los daños microestructurales causados por la radiación UV y el calor residual.

A continuación, nos adentramos en los principales compuestos de recuperación de nuestra piel, sus cuidados y las rutinas adecuadas para prevenir el daño cutáneo.

El Trío Dinámico de la Dermocosmética

Estas plantas son las reinas del cuidado post-solar y la hidratación ligera:

- **Aloe Barbadensis Miller (Sábila):** Ingrediente estrella del verano (contiene más de 200 compuestos activos). Es la variedad más común y valorada por sus propiedades regeneradoras, hidratantes y antiinflamatorias. Este aloe se incorpora en forma de gel puro o extracto, a menudo combinado con ingredientes como glicerina, alantoína, pepino o caléndula para potenciar sus efectos calmantes y nutritivos. Su gel contiene polisacáridos (ace-manano) crean una barrera física que retienen el agua sin ocluir la piel y enzimas que estimulan la síntesis de colágeno y elastina que ayudan a regenerar la piel quemada por el sol.

- **Caléndula officinalis:** conocido como caléndula común o flor de maravilla, por sus potentes propiedades calmantes, antiinflamatorias, regeneradoras y cicatrizantes, que alivian la irritación, el enrojecimiento y reparan la piel

sensible o irritada por el salitre, el cloro y el sol, gracias a sus flavonoides, triterpenos, carotenoides y mucílagos. Se presenta comúnmente como extracto hidroglicerinado o en oleato (infusión en aceite).

- **Menta (Mentol):** Se utiliza en cristales o líquido por su potente efecto refrescante y calmante, si bien no baja la temperatura de la piel físicamente, activa los receptores de frío para enviar una sensación de frescor al cerebro y aliviar el ardor y dar una sensación de alivio inmediato en la piel sensibilizada por el sol. Se usa en bajas concentraciones (0.1% a 1%) para evitar irritar la piel sensible.



Otras Plantas Complementarias:

A menudo se combinan con ingredientes como:

- **Manzanilla:** Para potenciar el efecto calmante.
- **Lavanda:** Por sus propiedades antisépticas y relajantes.
- **Romero:** Como antioxidante y tonificante.
- **Pepino:** Proporciona frescura y un efecto descongestionante.
- **Ortiga:** Complementa al aloe vera para calmar la piel.
- **Algas Marinas:** Ricas en nutrientes para hidratar y reparar.

Formulaciones de los preparados post-solares

A diferencia de una crema corporal estándar, un post-solar tiene una arquitectura química diseñada para **bajar la temperatura del tejido y reparar el ADN celular**. Sus ingredientes clave suelen dividirse en tres grupos:

- **Agentes Calmantes y Criogénicos:** Compuestos como el **Aloe Vera**, **Bisabolol** (derivado de la manzanilla) o derivados del **Mentol** que proporcionan alivio inmediato.
- **Reparadores de la Barrera:** Lípidos como las **Ceramidas** o ácidos grasos que sellan la humedad que el sol evaporó (pérdida de agua transepidérmica).
- **Antioxidantes de Choque:** Vitamina E, Vitamina C o **Polifenoles** de té verde que neutralizan los radicales libres generados por los rayos infrarrojos, que siguen actuando incluso después de entrar a casa.

Recuperando la piel: ¿Qué sucede en la piel al aplicarlos?

El tratamiento post-solar realiza una triple acción necesaria para evitar el envejecimiento prematuro:

- 1. Termorregulación:** Reduce la inflamación térmica (el "calor" que desprende la piel) para evitar que el daño por temperatura siga destruyendo fibras de colágeno.
- 2. Reparación Enzimática:** Muchos productos avanzados incluyen enzimas (como la fotoliasa) que ayudan a reparar los dímeros de timina en el ADN celular.
- 3. Prevención de la Descamación:** Al hidratar profundamente, prolonga la vida de las células queratinizadas, logrando que el bronceado sea más duradero y uniforme en lugar de "descamarse".

Cómo obtener los máximos beneficios de tu post-solar

Para que estos ingredientes penetren y cumplan su función, deben seguirse una rutina o

protocolo de recuperación avanzada:

Paso 1: Limpieza Criogénica

Una vez que se culmina con la exposición solar, se debe tomar una ducha con agua fresca o lo más frío que se tolere para eliminar restos de sal, cloro, arena y bajar la temperatura corporal de forma mecánica. Es importante secar la piel con pequeños toques con la toalla, nunca ejercer presión o frotar.

Paso 2: Aplicación en Piel Húmeda

El post-solar se puede guardar previamente en la heladera ya que la aplicación en frío potencia el efecto vasoconstrictor. Se aplicará sobre la piel ligeramente húmeda para atrapar la hidratación. Esto permite que el Aloe Vera de la fórmula post-solar, atrape las moléculas de agua superficiales y las introduzca en las capas superiores de la epidermis, reduciendo el edema (hinchazón) y la rojez de forma inmediata.

Paso 3: El Refuerzo Nocturno

La mayor parte de la reparación celular ocurre mientras duermes. Si la exposición fue intensa, realiza una aplicación generosa antes de ir a la cama. Esto asegura que la Caléndula trabaje sin interrupciones durante el ciclo de regeneración nocturna.

La piel dañada por el sol sigue necesitando reparación durante las 24-48 horas posteriores a la exposición y tarda hasta 28 días en renovarse completamente, por lo cual se debe continuar con esta rutina o protocolo, para reparar la piel, fijar el bronceado y evitar la descamación antiestética.

Potencia el efecto desde dentro: Acompañar esta rutina con la ingesta de alimentos ricos en betacarotenos (zanahoria, calabaza) y mucha agua, permitirá que la dermis profunda comience su recuperación a partir de la hidratación interna.



Advertencias y Contraindicaciones

Aunque son productos seguros, hay puntos críticos que se deben considerar:

Advertencia	Motivo
No sustituye al tratamiento de quemaduras de 2º grado	Si hay ampollas, fiebre o dolor intenso, un cosmético no es suficiente; se requiere atención médica.
Cuidado con las fragancias	En pieles muy quemadas, los perfumes de algunos <i>after-suns</i> pueden causar dermatitis por contacto. Es conveniente elegir fórmulas hipoalergénicas.
Evitar aceites oclusivos pesados	No es adecuado usar vaselina o aceites puros sobre una quemadura reciente dado que estos compuestos "atrapan" el calor dentro de la piel en lugar de dejar que se disipe.
Zona Ocular	Nunca aplicar productos con mentol cerca de los ojos ya que sus vapores pueden causar irritación temporal.
Fotosensibilización post-reparación	Algunos reparadores contienen ácidos suaves para renovar la piel. Asegúrate de usar protección solar extrema al día siguiente.

Un consejo importante: Sugerir a los pacientes que verifiquen que lociones, perfumes o productos que vaya a utilizar directamente sobre la piel no contengan aceites esenciales de **cítricos** (limón, naranja, bergamota) si va a exponerse al sol, ya que son **fotosensibilizantes** y pueden causar manchas oscuras.

Sérums + Post-Solar

El sol deja la piel en un estado de "vulnerabilidad controlada", por lo que no todos los productos o activos que uno normalmente utiliza se llevan bien con el post-solar. Especialmente importante es combinar la rutina post-solar con sérums y exfoliantes. Acá te dejamos algunas consideraciones para tener presentes:

El sérum es un concentrado que llega donde el post-solar no siempre alcanza. Sin embargo, hay reglas de oro:

- **Sérum de Ácido Hialurónico:** Es el mejor amigo del post-solar. Se debe aplicar **antes** del post-solar que contenga Aloe Vera, de esta forma el hialurónico retendrá el agua y el Aloe sellará la hidratación.
- **Vitamina C:** Ideal para la mañana bajo el protector solar. Si se usa de noche junto al post-solar, se deberá asegurar que sea una fórmula estable y no demasiado ácida, ya que la piel irritada por el sol puede arder.

Lo que se debe EVITAR: el uso de **Retinol o Ácido Glicólico** no se debe utilizar mientras se sienta la piel caliente o roja. Estos activos son renovadores potentes y podrían causar una irritación severa sobre una piel sensibilizada por el sol.

Exfoliantes: ¿Cuándo y cómo?

La exfoliación es el tema más delicado tras la exposición solar.

- **Regla de Oro:** Nunca se debe exfoliar la piel si está roja, tirante o con dolor. Se debe esperar al menos 72 horas tras la última exposición intensa.
- **El Orden Correcto:** Exfolia suavemente (preferiblemente con exfoliantes enzimáticos de frutas, que son menos agresivos que los granos de arena) **antes** de tu rutina de recuperación. Este paso debe hacerse muy cuidadosamente
- **Por qué hacerlo:** Al eliminar las células muertas de forma controlada, permites que la **Caléndula y el Aloe** penetren profundamente. Esto garantiza que el bronceado se vea luminoso y no opaco.

Guía de Combinación Estratégica

Producto	¿Se puede combinar?	¿Cómo hacerlo?
Sérum de Niacinamida	SÍ (Recomendado)	Potencia el efecto de la Caléndula para calmar rojeces. Aplica antes del post-solar.
Aceites Faciales	CON PRECAUCIÓN	Solo si la piel ya está fría. Ayudan a evitar que el Aloe se evapore.
Exfoliantes Físicos	NO	Evítalos en verano; prefiere exfoliantes químicos suaves o "peelings" enzimáticos.
Brumas Termales	SÍ (Imprescindible)	Pulveriza antes del post-solar para humedecer la piel y activar los compuestos regenerativos.

Como incorporar estos compuestos a tu rutina de noche en verano

1. **Limpieza:** Aceite limpiador seguido de un gel suave (doble limpieza) para quitar filtros solares resistentes.
2. **Preparación:** Bruma de Agua Termal (fría).
3. **Tratamiento:** Sérum de Ácido Hialurónico o Niacinamida.
4. **Recuperación:** Capa generosa de Post-solar con Aloe, Caléndula y Mentol.
5. **Sellado (Opcional):** Si tienes la piel muy seca, aplica 3 gotas de aceite de Rosa Mosqueta solo en las zonas que no estén calientes para regenerar.



Conclusión: Un Compromiso Integral con la Salud Cutánea

Más allá de aliviar una quemadura ocasional, la adopción de una rutina post-solar con ingredientes activos como el Aloe Vera, la Caléndula y el Mentol es una verdadera inversión en la salud a largo plazo de nuestra piel. Es el paso decisivo para neutralizar los daños invisibles de la radiación UV, calmar la inflamación persistente y activar los mecanismos de reparación celular. Al integrar estos poderosos aliados en nuestro cuidado de verano, no solo prolongamos un bronceado saludable, sino que también prevenimos la aparición prematura de arrugas, manchas y la pérdida de elasticidad.

Sin embargo, es imperativo que recuerdes a tus pacientes que la reparación es solo la mitad de la ecuación. El uso diario de protector o filtro solar de amplio espectro es la única barrera real y efectiva para prevenir daños irreversibles y patologías graves, incluido el cáncer de piel. La combinación de una fotoprotección rigurosa durante la exposición y un tratamiento post-solar reparador después de ella constituye la estrategia más sólida para disfrutar del sol de forma segura. El post-solar no es un cosmético opcional, sino el aliado necesario de tu protector solar; juntos forman la ciencia de la recuperación y la prevención, encapsulada para la vitalidad y la vida de nuestra piel.

Fuentes informativas:

- Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS). Decálogo para el uso adecuado de protectores solares [Internet]. Madrid: Ministerio de Sanidad; 2023 [citado 5 ene 2026]. <https://www.aemps.gob.es/cosmeticos-higiene/cosmeticos/docs/-decalogo-uso-protectores-solares.pdf>
- Benaiges A. After-sun: formulación y activos. *Offarm*. 2008;27(6):62-6. <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-after-sun-formulacion-activos-13123522>
- Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos. El farmacéutico informa: Cuidados de la piel tras la exposición solar [Internet]. Madrid: <https://www.google.com/search?q=Farmac%C3%A9uticos.com>; 2022 [citado 30 dic 2025]. <https://www.farmaceuticos.com/tu-farmacéutico-informa/consejos-de-salud/cuidados-de-la-piel-tras-la-exposicion-solar/>
- Fundación Piel Sana (AEDV). ¿Por qué es importante la fotoprotección? [Internet]. Madrid: Academia Española de Dermatología y Venereología; 2021 [citado 30 dic 2025]. <https://fundacionpielsana.es/prevencion/importancia-de-la-fotoproteccion>
- Instituto Nacional del Cáncer (NIH). Exposición a la radiación ultravioleta (UV) y el cáncer de piel [Internet]. Bethesda: NIH; 2023 [citado 5 ene 2026]. <https://www.cancer.gov/espanol/cancer/causas-prevencion/riesgo/radiacion/hoja-informativa-protectores-solares>
- López P. La importancia de la reparación del ADN en los tratamientos post-solares. *Farmacia Profesional*. 2019;33(3):14-18. <https://www.elsevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-articulo-la-importancia-reparacion-del-adn-X021393241975411X>
- Navarro B. Fitoterapia en el cuidado de la piel: Aloe vera y Caléndula en afecciones cutáneas. *Revista de Fitoterapia*. 2017;17(1):45-56. <https://www.fitoterapia.net/revista/resumen/1131-aloe-vera-calendula-afecciones-cutaneas.html>
- Vanaclocha B, Cañigual S. Monografía de *Mentha piperita* (Menta). En: *Vademécum de Fitoterapia* [Internet]. Madrid: SEFIT; 2024 [citado 5 ene 2026]. <https://www.fitoterapia.net/vademecum/plantas/adelfa.html>

