



Desde 1976

Farmacotécnica
Farmácia de Manipulação

JORNAL DA
FARMACOTÉCNICA

Boletim Informativo Bimestral
Ano 14 · Nº63
Maio | Junho



40 ANOS

Conheça um pouco
dessa nossa trajetória **Pág 4**

I CONFARMED

Farmacotécnica
realizou o primeiro
Congresso em Medicina
Preventiva **Pág 7**

MÃE MERECE CUIDADOS

Dr^a Terezinha Jansen ensina
como as mulheres podem
se cuidar melhor nessa fase
Pág 6



LANÇAMENTO ÓLEO DE PEQUI

Um importante aliado
a adeptos de uma vida
mais saudável
Pág 3



Em 2016, a Farmacotécnica completa 40 anos. Por isso, nessa edição, trazemos uma linha do tempo destacando alguns dos bons momentos desta jornada. Uma história de ousadia, já que fomos pioneiros na manipulação magistral - não só em Brasília, mas no Brasil - e que se pautou pela ética e comprometimento. Sempre dedicados a prestar um serviço de qualidade, controlamos a segurança dos processos que envolvem a manipulação dos medicamentos em nossos laboratórios, investimos na constante modernização de equipamentos e instalações e, principalmente, na valorização e aperfeiçoamento de nossos profissionais. Tudo isso, pensando em atender melhor o nosso cliente. Assim, nos tornamos referência no segmento de farmácia magistral no país.

Durante essas quatro décadas, o Brasil se tornou líder em manipulação no mundo e a Farmacotécnica contribuiu

muito para isso. Fizemos a relação farmácia/prescritor, abrindo opções para que estes possam prescrever medicamentos personalizados para cada paciente. Provamos que os farmacêuticos têm condições de produzir, adequar, transformar, diluir, alterar o sabor, modificar formas de fórmulas. Nossa intensa atuação na área nos rendeu convites para discutir a manipulação magistral em conferências em inúmeras universidades, fomos ministrar palestras em Houston, nos Estados Unidos. Um convite da ONU nos levou à Tanzânia para falarmos sobre plantas medicinais. Estivemos em centenas de congressos, no Brasil e exterior, incentivamos as importadoras a trazerem insumos.

Ou seja, participamos ativamente da evolução científica da ciência farmacêutica brasileira, inclusive colaborando com o desenvolvimento de pesquisas, como a que comprovou as proprieda-

ROGÉRIO TOKARSKI & ROMELITA MILAGRES TOKARSKI
Diretores Farmacêuticos da Farmacotécnica



des do Pequi, fruto de um trabalho de 18 anos realizada em parceria com Universidade de Brasília e a Naiak. Na página 03, você confere o lançamento das cápsulas deste óleo. Entre as novidades dessa edição, também está a realização do I Congresso da Farmacotécnica em Medicina Preventiva (CONFARMED), voltado para profissionais de saúde, com palestras do cardiologista e nutrólogo Dr. Lair Ribeiro - primeiro e único compromisso do médico fora de São Paulo, este ano. E como maio é o mês das mães, aproveitamos para homenageá-las com um bate-papo com a homeopata Terezinha Jansen. A especialista dá dicas preciosas sobre os cuidados que a gestante deve ter durante a gravidez e amamentação. Esperamos que gostem. Boa leitura!



ÓLEO DE PEQUI

SAÚDE EM CÁPSULAS

Desenvolvido após 18 anos de estudos, viabilizados por meio de uma parceria Naiak | Universidade de Brasília (UnB)

Nativo do cerrado brasileiro, o pequi é uma iguaria muito apreciada na culinária da região. Pouca gente sabe, no entanto, que o fruto pode ser um grande aliado da saúde. Após 18 anos de estudos, viabilizados por meio de uma parceria Naiak | Universidade de Brasília (UnB), comprovou-se que o óleo extraído do pequi ajuda a proteger o coração, prevenindo a aterosclerose e controlando a pressão arterial. E vai além: possui ação anti-inflamatória e ainda retarda o envelhecimento celular. Tudo isso porque a polpa do pequi contém antioxidantes naturais, provenientes de um complexo de carotenoides, ômega 9, ácido palmítico, compostos fenólicos, ácido graxos e vitaminas A, B1, B2, B5 e C. "Criamos uma tecnologia específica para garantir que as propriedades do pequi não se percam. Toda extração é



feita a frio, com muito cuidado", explica a farmacêutica Romy Tokarski, diretora da RTK Indústria, empresa brasileira que fará a produção em larga escala desse poderoso suplemento nutracêutico. O produto será distribuído sob a marca Naiak e pode ser encontrado na Farmacotécnica.

A pesquisa - coordenada pelo biólogo César Koppe Grisólia, pesquisador do Instituto de Ciências Biológicas e coordenador do Laboratório de Genética da UnB - contou com a participação de 126 atletas nos testes, que mostraram sensível diminuição das lesões musculares. O estudo mostrou também que o óleo é especialmente benéfico para pessoas com mais de 45 anos. "A grande concentração de antioxidantes como carotenoides, compostos fenólicos, Vitamina C e ácidos graxos, faz do óleo de pequi um importante aliado de atletas e adeptos de

uma vida mais saudável", afirma Koppe. Retirado de frutos maduros, caídos naturalmente do chão, a extração do óleo de pequi proporcionou um modelo de exploração sustentável, gerando empregos para as comunidades rurais do entorno. "Estamos muito atentos à preservação do cerrado e à valorização da cultura regional", ressalta Romy.

A grande concentração de antioxidantes como carotenoides, compostos fenólicos, Vitamina C e ácidos graxos, faz do óleo de pequi um importante aliado de atletas e adeptos de uma vida mais saudável"

afirma Koppe



Saiba Mais:
www.oleodepequi.com.br

61 3245-7667

Farmacêutica Responsável:

Márcia Maria de Melo Matos da Cruz
CRF/DF: 2.492

Conselho Editorial Rogério Tokarski, Romelita Milagres Tokarski, Romy Tokarski, Romy Tokarski, Leandra Sá de Lima e Juliana Rodrigues

Textos Tríplíce Comunicação

Fotos Arquivo Farmacotécnica

Projeto Gráfico e Diagramação

TALQ Fábrica Criativa

Não nos responsabilizamos por ideias e conceitos emitidos em artigos assinados. A publicação reserva-se o direito, por motivos de espaço e clareza, de resumir cartas e artigos.

Farmacotécnica - Instituto de Manipulação Farmacêutica LTDA

SIGA-NOS

farmacotecnica.com.br

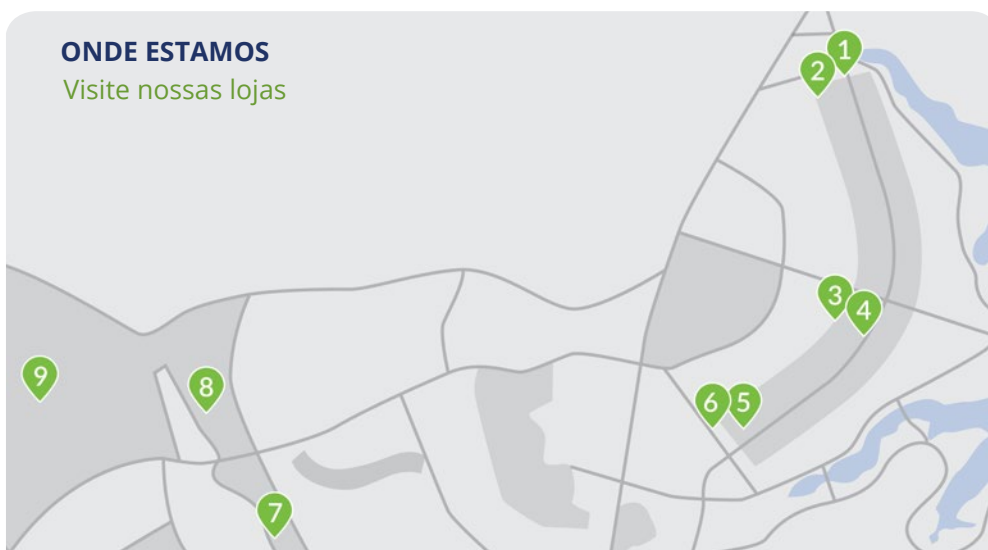
[/farmacotecnica](https://www.facebook.com/farmacotecnica)

[@farmacotecnica](https://www.instagram.com/farmacotecnica)

[@rfarmacotecnica](https://www.twitter.com/rfarmacotecnica)

ONDE ESTAMOS

Visite nossas lojas



1 CENTRO CLÍNICO NORTE

SHLN 116 · Bl. L · Lj. 8 e 56

Rita de Kacia Rodrigues, CRF/DF 3.971

2 316 NORTE

SHCN CL 316 · Bl. F

Lj. 13, 17 e 21

Edna Santos de Almeida, CRF/DF 4.508

3 302 SUL

SHCS 302 · Bl. D · Lj. 35

Janaina Martins Silva, CRF/DF 4.691

4 102 SUL

SHCS 102 · Bl. C Lj. 27 e 29

Lúcia da Silva Torres, CRF/DF 3.228

5 CENTRO MÉDICO

SHLS 716 · Conj. B · Bl. 5 · Lojas 1 a 4

Josineide Targino, CRF/DF 2687

6 CENTRO CLÍNICO SUL

SHLS 716 · Conj L · Bl.1 · Lj. 352N

Aiessa Pagliarini Balest, CRF/DF 5.587

7 TAGUATINGA CENTRO

C8 · Lote 11 · Lj. 1

Rafael Gottsch, CRF/DF 2.229

8 TAGUATINGA NORTE

CNC 3 · Lote 12/14 · Loja 2

Bianca Carolina Bankow, CRF/DF 6042

9 CEILÂNDIA NORTE

QNN 1 Conj. B · Lote 1 · Lj. 2

Luciana Oliveira de Ávila, CRF/DF 5622



ESPECIAL

OS 40 ANOS DA FARMACOTÉCNICA

Em **2016**, a Farmacotécnica – uma empresa genuinamente brasileira – completa **40 anos**. Símbolo do sonho do farmacêutico Rogério Tokarski, que ainda na década de 70 visualizou um novo mercado em expansão, a empresa é hoje sinônimo de confiança e qualidade para várias gerações de brasileiros.

Conheçam um pouco dessa nossa trajetória.



1976

Rogério e Romelita Tokarski fundam a Farmacotécnica e abrem a primeira unidade da farmácia de manipulação no Centro Médico de Brasília



1981

Lançamento dos primeiros cosméticos Farmacotécnica



2009

- Lançamento dos shakes nutricionais
- Lançamento do sabonete RLMT2



2007

Lançamento de veículo efervescente, mais saboroso e fáceis de tomar

2010

- Em homenagem aos 50 anos de Brasília, Farmacotécnica lança a Colônia 1960
- Lançamento dos chocolates terapêuticos
- Cardiologista e nutrólogo ministra seu primeiro curso médico em Brasília
- Separação da Farmacotécnica e da RTK

- Lançamento do veículo de ultra-absorção hormonal
- Fundadas a RTK Indústria e a Naiak

2011

Farmacotécnica traz para o Brasil o Ubiquinol (forma ativa da Coenzima Q10, que promove a proteção antioxidante das células)

2012

- Lançamento do conceito Skindentical - Ativos que atuam na pele de modo a otimizar suas características
- Inauguração da Farmacotécnica em Ceilândia

2013

Apoia a publicação do livro Vitiligo - Manual para Pacientes e Familiares, dos doutores Caio César Silva de Castro e Roberto Doglia Azambuja



1982

Inicia-se o cultivo de ervas medicinais na Chácara de Vargem Bonita



2002

- Uso do Gel Transdermico, que possibilita a aplicação tópica de medicamentos de ação sistêmica

2014

Farmacotécnica traz ativos de origem francesa para o Brasil: Luminescense (molécula de vitamina C mais estável e eficaz) e o Bioblanc (extrato de oliva rico em hidroxitiroso, que clareia manchas da pele)

1986

Fundação da Associação Nacional de Farmacêuticos Magistrais (ANFARMAG), com a participação efetiva de Rogério Tokarski

1983

Inauguração da Farmacotécnica em Taguatinga Centro

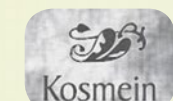


1994

- Patrocinada pela Farmacotécnica, Silvana Neitzke, atleta de saltos ornamentais, campeã sul-americana, chega às semifinais nas Olimpíadas de Seul



1993



Lançamento da linha Kosmein

1997

Criação do primeiro formulário da Farmacotécnica para a classe médica

1992

Rogério Tokarski assume a presidência da ANFARMAG

1991

Inauguração das Farmacotécnicas no Centro Clínico Sul e Norte



1989

Inauguração da Farmacotécnica na 302 sul



2000

Nasce o Projeto Preservar, iniciativa em parceria com o Centro Educacional de Vargem Bonita. A chácara da Farmacotécnica passa a ter visitas regulares, que ensinam à população os benefícios das plantas medicinais

1999

Rogério Tokarski ganha Prêmio Racine de Qualidade



2001

Inauguração da Farmacotécnica em Taguatinga Norte

2001

- Farmacotécnica conquista Prêmio Racine de Qualidade Farmacêutica



Progresso atual

- 245 Empregos Diretos;
- 17 Farmacêuticos;
- 9 Unidades em Brasília;
- Matéria-Primas Exclusivas.

2016

- I Congresso da Farmacotécnica em Medicina Preventiva (Confarmed)
- Lançamento do Óleo de Pequí



2015

- Farmacotécnica ganha pela 12ª vez o Top of Mind, prêmio que qualifica as marcas que são mais populares na mente dos consumidores.
- Fórmulas de repelentes com Aminopropionato de Etila e também os naturais à base de Ledum palustre e Citronela com Andiroba, como prevenção à dengue, zika e chikungunya





MÃE MERECE CUIDADOS

Maio é o mês das mães. E para demonstrar toda a nossa admiração por essa pessoa tão especial, selecionamos algumas das principais dúvidas que as mamães têm durante e depois da gravidez. Por isso, convidamos a homeopata Dr^a Terezinha Jansen para ensinar como as mulheres podem se cuidar melhor nessa fase. A homeopatia pode ser muito eficiente para as

Dr^a Terezinha Jansen
Homeopata



O que as mulheres devem fazer para evitar estrias principalmente em seios e barriga?

Os cuidados devem ser antes, durante e depois da gestação. E é preciso evitar o ganho de peso rápido. As estrias recentes têm cor avermelhada e, com o passar do tempo, ficam mais claras e difíceis de tratar. Medidas gerais como hidratação local com produtos a base de Uréia, Colágeno, Elastina, Vitamina E e Óleos Vegetais também são importantes. A gestante deve usar roupas confortáveis e sutiã reforçado para sustentar o aumento e peso dos seios, que ocorre normalmente durante esse momento.

Como amenizar a cicatriz da cesárea?

A incisão deve ser suturada com fio bem fino e delicado por dentro da pele (sutura intradérmica) e retirado entre uma semana e 15 dias após. Existe a possibilidade do aparecimento de quelóide, portanto é aconselhável evitar pegar sol no

gestantes, pois além de aliviar sintomas pode ajudar a evitar algumas doenças e ser uma boa alternativa terapêutica, já que muitos medicamentos alopáticos são contraindicados.

local. Existe tratamento convencional com cremes e pomadas a base de corticoides, bem como a utilização de arnica e óleo de Rosa Mosqueta. É importante que o processo de cicatrização esteja concluído para que se comece alguma correção da cicatriz, o que não acontece antes de seis meses da cesariana. Após um ano, tratamentos com substâncias, como o ácido retinóico, peeling local, e aplicação de laser - podem apresentar bons resultados para suavizar ou até mesmo apagar a cicatriz.

Como prevenir empedramento dos seios e rachaduras nos mamilos?

Alguns cuidados são simples como massagear os bicos e aréolas com o próprio leite materno, tomar sol nas mamas por 30 minutos no período da manhã, usar pomada de lanolina ou dar de mamar de três em três horas dão bons resultados. Um sutiã com boa sustentação, inclusive para dormir, ajuda a diminuir o desconforto. Existem tratamentos homeopáticos a base de phitolaca, calcarea carbônica ou sílica. E também fazer doação para Bancos de Leite.

Como aumentar a produção de leite durante o período de amamentação?

A mãe deve cuidar da alimentação, ingerindo líquidos (água e sucos) e alimentos que estimulem a produção de leite como canjica e gelatina. E na homeopatia o *Cardus Marianus* é muito indicado.

Farmacotécnica realiza primeiro CONGRESSO EM MEDICINA PREVENTIVA

Como parte das comemorações de seus 40 anos, a Farmacotécnica realizou em Brasília o **I Congresso em Medicina Preventiva - CONFARMED**. Direcionado a profissionais da área de saúde, o evento contou com a participação do Dr. Lair Ribeiro, cardiologista e nutrólogo, autor de 38 livros, sendo 15 best-sellers. Em seu único compromisso do ano fora de São Paulo, o médico compartilhou estudos e inovações sobre a destoxificação,

atualização hormonal, otimização cerebral, mostrou uma nova abordagem para a prevenção e tratamento do Alzheimer e apontou o câncer como uma doença metabólica. “Precisamos cuidar da nossa saúde, prestar atenção nos nossos hábitos, praticar exercícios e optar sempre por uma alimentação saudável, com vitaminas e nutrientes”, afirmou o Dr. Lair. *(Confira no box as novidades apresentadas no CONFARMED)*

O congresso contou ainda com palestras do dr. Arnoldo Velloso da Costa, autor do livro Magnésio - O que Ele Pode Fazer por Você; da farmacêutica Leandra Sá de Lima, assessora técnica da Farmacotécnica; e dos biólogos Cesar Koppe Grisólia - que fez a apresentação do óleo de pequi - e Lúcio Lemos, discorrendo sobre fadiga adrenal. “A nossa responsabilidade começa e termina em servir as pessoas. É muito gratificante celebrar 40

De que forma podemos saber se o nosso organismo está com os nutrientes necessários ou não?

Nos Estados Unidos, a cada cinco anos é feita a pesquisa NHANES - *National Health and Nutrition Examination Survey*, pelo departamento de agricultura americano com o objetivo de saber de que forma a população está se alimentando. Com base nesse estudo, podemos afirmar que, nos últimos 30 anos, a quan-

predisposição a desordens psiquiátricas e distúrbios do sono, por isso, é preciso ingerir essa vitamina para manter o cérebro jovem. Ela pode ser manipulada para uso sublingual, uma pastilha colocada embaixo da língua e absorvida pelo organismo.

Em relação ao distúrbio na tireóide, qual o mais comum? E por que ocorre?

O mais comum é o hipotireoidismo, caracterizado pela diminuição na produção/ação dos hormônios T3 e/ou T4. Esse problema pode estar associado à deficiência de minerais raros, como zinco e selênio. Nos últimos anos, o aumento do número de pessoas com a doença é alarmante, cerca de 50% da população tem disfunção na tireóide.

Quais outros componentes são fundamentais para o nosso organismo?

Os probióticos, que podem ser encontrados em produtos farmacêuticos ou alimentares (iogurtes e leites fermentados) e contêm um ou mais micro-organismos vivos, como os lactobacilos. Depois de consumidos, esses “bichinhos” se dirigem principalmente para o trato gastrointestinal e urogenital, estimulando o funcionamento saudável dessas áreas. A medicina chinesa diz que a saúde começa e termina no intestino e se a pessoa não tem um microbioma intestinal enfraquecido o sistema imunológico fica. Existe uma patologia intestinal chamada Sibo (*Small Intestinal Bacterial Overgrowth*), que é uma infecção crônica que muitos têm, mas desconhecem. Na maioria das vezes é assintomática, mas pode causar uma esteatose hepática não alcoólica, caracteriza-se por acúmulo de gordura no fígado. Se a doença não for tratada pode evoluir para outras, como doença cardiovascular, câncer de fígado, que teve início com uma infecção no intestino, por falta de equilíbrio da microbiota intestinal, fornecido pela ingestão de probióticos.



Foto: Telmo Ximenes

anos da empresa falando de tecnologia, ciência, responsabilidade social e qualidade de vida”, comemorou o dr. Rogério Tokarski, fundador da Farmacotécnica.

Em um bate-papo exclusivo para o Jornal da Farmacotécnica, o Dr. Lair deu dicas para a manutenção de uma vida saudável. Ele ressaltou que uma rotina cheia de compromissos, muitas vezes faz com que as pessoas não se alimentem corretamente, deixando de ingerir vitaminas e minerais necessários para o funcionamento do corpo. “Toda a população precisa fazer suplementação de vitaminas e de minerais, pois os alimentos produzidos são cultivados em solo pobre em nutrientes”, observou.

tidade de iodo ingerido pela população caiu 50% e o magnésio 70%. Se fizermos uma análise dos últimos 30 anos sobre os principais nutrientes, concluiremos que nenhum deles teve aumento, somente queda, ou seja, é preciso fazer suplementação. Não é necessário fazer exames para comprovar que todas as pessoas precisam tomar ômega 3, por exemplo, pois muitos não consomem peixe e quando consomem, em geral, o peixe não contém propriedades benéficas à saúde.

Que tipo de problema a pessoa pode ter se estiver com deficiência de vitamina B12?

A deficiência da vitamina B12 é bem comum e faz com que a pessoa tenha

Veja algumas possibilidades terapêuticas e nutricionais destacadas no evento:



1 Novidades Em Probióticos:

Lactobacillus helveticus e *Bifidobacterium plantarum*: são probióticos que quando inseridos através de suplementação contribuem para a integridade do cérebro, melhoram os quadros de stress, além de melhorar a função barreira do intestino, par-

ticularmente interessante para pessoas estressadas e com perdas cognitivas. A importância de suplementação de probióticos tem sido amplamente discutida e a cada dia surgem novos artigos científicos e pesquisas demonstram seus benefícios à saúde.

2 Pterostilbeno

nutriente da família do resveratrol, porém quatro vezes mais potente. Possui ação anti-inflamatória, antioxidante e protetora do corpo. Vários estudos e aplicações têm sido investigadas, como no controle da glicemia, na melhor produção de energia e da memória de curto prazo, além da proteção contra agentes potencialmente cancerígenos.

3 Sulforafano

extraído do brócolis, trata-se de um antioxidante e estimulador das enzimas desintoxicadoras naturais. Favorece a saúde em geral a proteção do corpo e o controle da pressão arterial.



ÓLEO DE PEQUI NAIÁK

R\$ 85,00



CREME PÉS & MÃOS KOSMEIN

R\$ 20,00 CADA



VITAMINA D NAIÁK

R\$ 30,00



RLMT2 CREME HIDRATANTE KOSMEIN

R\$ 47,00



D-RIBOSE NAIÁK

R\$ 85,00