

Directora: Mercè Prats

Jefa de redacción: Cinta Bosch

Asesores y colaboradores: E. Alía, E. Granda, A.E Gómez Ayala, J. Amado, L. Azcona, J.A. Sánchez Dantas, J. Benedí, J.G. Frasquet, J. del Arco, J.M. Besalduch, Ll. Puig, M. Garaulet, M.A. González Vázquez, J. Rovira, J. Sebastián, S. Suárez.



Travessera de Gràcia, 17-21.
08021 Barcelona
Tel. 932 00 07 11.

ELSEVIER

Fax: 932 09 11 36

Correo electrónico: farmaciaprofesional@elsevier.es

PUBLICIDAD

Directora de ventas área farmacia: Cristina Zanetti

Sede Barcelona: Travessera de Gràcia, 17-21.

08021. Barcelona

Tel. 932 00 07 11. Fax: 932 09 11 36

Correo electrónico: c.zanetti@elsevier.com

Sede Madrid: Zurbano 76 4ª izda. Madrid.

Tel. 914 02 12 12. Fax: 914 02 09 54

Suscripciones y Atención al Cliente:

Elsevier España, S.L.

Travessera de Gràcia, 17-21

08021 Barcelona. Tel. 902 88 87 40

Correo electrónico: suscripciones@elsevier.com

Tarifas suscripción anual:

Profesional (papel + online): 110,02 euros (IVA incluido)

Profesional sólo online: 95,6 euros (IVA incluido)

Instituciones: 278,53 euros (IVA incluido)

Protección de datos: Elsevier España, S.L. declara cumplir lo dispuesto por la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal.

Distribución: Formato 3, Servicio de Marketing, S.A.

Revista bimestral de farmacia

ISSN: 0213-9324

Miembro de la Asociación Española

de Prensa Profesional (APP)

Sección española de la Federación

Internacional de la Prensa Periódica (FIPP)

Impresión: Litografía Rosés, S.A.

APP

FIPP

Depósito legal: B-14.216-87

© 2014 Elsevier España, S.L.

Reservados todos los derechos

Se prohíbe la reproducción total o parcial por ningún medio, electrónico o mecánico, incluyendo fotocopias, grabados o cualquier otro sistema, de los artículos aparecidos en este número sin la autorización expresa por escrito del titular del copyright.

ELSEVIER ESPAÑA, a los efectos previstos en el artículo 32.1 párrafo segundo del vigente TRLPI, se opone de forma expresa al uso parcial o total de las páginas de FARMACIA PROFESIONAL con el propósito de elaborar resúmenes de prensa con fines comerciales. Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

En todos los trabajos publicados por FARMACIA PROFESIONAL aparece el nombre del autor o autores y su identidad claramente identificada. Éstos representan la opinión de sus autores y FARMACIA PROFESIONAL no se responsabiliza de los criterios que en ellos se exponen.

Elsevier no tendrá responsabilidad alguna por las lesiones y/o daños sobre personas o bienes que sean el resultado de presuntas declaraciones difamatorias, violaciones de derechos de propiedad intelectual, industrial o privacidad, responsabilidad por producto o negligencia. Elsevier tampoco asumirá responsabilidad alguna por la aplicación o utilización de los métodos, productos, instrucciones o ideas descritos en el presente material. En particular, se recomienda realizar una verificación independiente de los diagnósticos y de las dosis farmacológicas.

Aunque el material publicitario se ajusta a los estándares éticos (médicos), su inclusión en esta publicación no constituye garantía ni refrendo alguno de la calidad o valor de dicho producto ni de las afirmaciones realizadas por su fabricante.

Editorial

Estrés posvacacional

Este año me tocó hacer las vacaciones bastante tarde, cuando todos los que trabajan en mi farmacia ya se habían reincorporado a sus tareas. De regreso, al volver a mi día a día, experimenté un profundo sentimiento de cansancio. No físico, puesto que dediqué una gran parte del tiempo vacacional al paseo relajado, la lectura y al dulce far niente, pero sí un cansancio psicológico desconocido para mí. La llegada de algunas compras efectuadas en precampaña puso la guinda sobre mi pastel mental al preguntarme si las previsiones habían sido las acertadas, si tal o cual producto encajarían bien con mi clientela, etc. etc. Y, como no soy una persona dada a lamentaciones ni a la autocomplacencia, me puse manos a la obra para descubrir qué es lo que me había hecho sentir así. Y después de algunas elucubraciones llegué a la conclusión de que no supe desconectar y alejarme mentalmente del estrés acumulado antes de iniciar el período estival, y del que se produce durante los meses de verano al haber menos personal, clientes diferentes, etc.

Y, sobre todo, al darme cuenta de que no había sido capaz de poner en práctica aquellas cosas que al inicio de la época estival me propuse hacer, como ordenar “los rincones” de productos que no tienen salida que, si es que los había, seguían estando donde siempre, sin que yo hubiera hecho nada por sacarlos a la luz, así como lo de revisar el montón de revistas acumuladas sobre la mesa que en vez de menguar se había visto incrementado con alguna más, aunque actualmente muchas de las cosas que tengo que leer se amontonan en archivos pdf en el escritorio de mi ordenador.

Así que, una vez identificado el problema, me he dedicado, en primer lugar a no sentirme culpable por no haber conseguido las metas previstas, cosa que a veces es lo más difícil de hacer, y en segundo lugar a resolverlo comenzando por marcarme un calendario con fechas concretas para empezar y acabar aquellas cosas que me parecían importantes antes de las vacaciones y que no quiero posponer hasta las próximas.

Así que poco a poco voy avanzando y, como decía Antonio Machado, “se hace camino al andar”.

Feliz regreso



MERCÈ PRATS

Directora