



AVVISO

Ordine

1. Prevenzione Coronavirus
2. Articolo sul quotidiano **Il Mattino**

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Coronavirus: uno studio mostra le superfici più contaminate, ma basta pulirle
4. Nell'acqua, sull'insalata ma anche con i legumi. Tutte le virtù del limone
5. Ecco la Pillola che aiuta a Rimuovere i **RICORDI DOLOROSI**



Prevenzione e Salute

6. A 17 anni ancora senza ciclo quale può essere la causa?

Proverbio di oggi.....

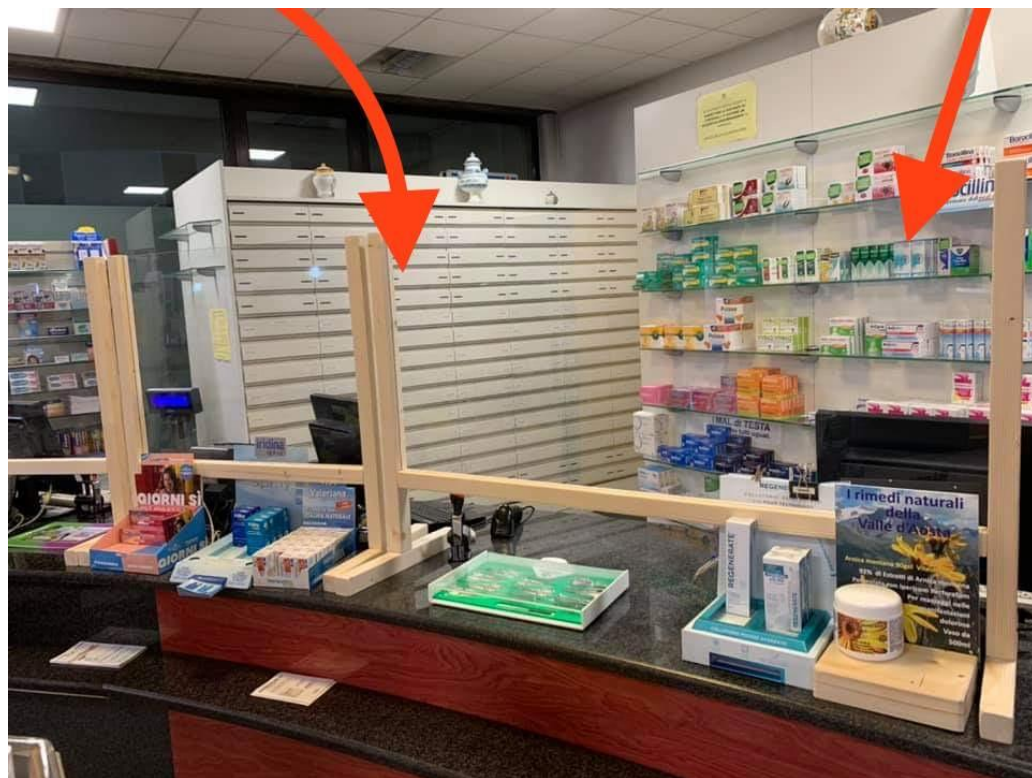
Vivere non è un piacere ma un dovere....

Indicazioni Operative per i FARMACISTI

*Oltre alle indicazioni operative riportate nella **Tabella a pagina 6**, di seguito un suggerimento per la tutela personale dei Farmacisti.*

Al fine della **TUTELA PERSONALE** di chi opera in Farmacia, invito i **Datori di Lavoro** a rispettare ed adottare tutte le misure, previste dal Dpcm (*Tabella a pagina 6*), che mettono in **sicurezza l'intero personale** e la **POSSIBILITÀ** di :

- ❖ **poter valutare l'allestimento di una semplice barriera** in **plexiglass** che limita i contatti con i cittadini che si recano in farmacia così come realizzato da un Collega di Napoli e riportato nell'immagine.



Ricette spedite direttamente in farmacia «Siamo in trincea, dateci le mascherine»

Publicato sul quotidiano **Il Mattino, Lunedì 9 Marzo** °Riproduzione Riservata

L'APPELLO

Valerio Esca

Si svuotano gli ambulatori degli studi medici e si riempiono le farmacie. Il 4 marzo la regione ha emesso un provvedimento, che rientra nell'ambito delle azioni messe in campo per la gestione dell'emergenza da Coronavirus, che prevede l'invio telematico del numero di ricetta elettronica direttamente dal medico alla farmacia. La decisione nasce dalla necessità di limitare, per quanto possibile, gli accessi presso gli studi dei medici di medicina generale e dei pediatri di libera scelta.

IL PROVVEDIMENTO DELLA REGIONE PER ALLEGGERIRE I MEDICI DI FAMIGLIA SANTAGADA: NON CI TIRIAMO INDIETRO

IL PROVVEDIMENTO

<<In via del tutto straordinaria e temporanea – si legge nella delibera – si invitano i medici, nelle more dello stato emergenziale, limitatamente alle necessità farmacologiche dei pazienti in terapia cronica, a trasmettere il solo numero di ricetta elettronica relativamente alle prescrizioni farmaceutiche per via telematica (*dunque via mail, ndr*) esclusivamente ai pazienti richiedenti>>. La procedura consentirà, laddove gli stessi non

necessitino di visita medica, di evitare la frequentazione delle sale di attesa degli studi, nel rispetto quindi di quanto emanato dal Ministero della Salute in materia di contagio e diffusione Covid-19. Il paziente, una volta ottenuto dal suo medico il numero di ricetta, può recarsi, munito di tessera sanitaria, in qualsiasi farmacia della Campania dove, grazie alla condivisione della procedura con gli organi sindacali dei titolari di farmacia, può essere stampata la ricetta elettronica, necessaria tanto per l'erogazione dei farmaci quanto per l'assolvimento degli adempimenti amministrativi. La procedura non potrà applicarsi in materia di prescrizioni con ricette cosiddette rosse, necessarie ad esempio per l'erogazione dei farmaci appartenenti a categorie speciali.

I FARMACISTI

Sono chiamati dunque agli straordinari tutti i farmacisti, ai quali va il plauso del presidente dell'Ordine di Napoli, **Vincenzo Santagada**: <<Giusto evidenziare insieme ai **Medici** e agli **infermieri** anche lo sforzo dei **FARMACISTI** attivi nell'emergenza epidemiologica da Coronavirus. Infatti – osserva **Santagada** – le **farmacie e i farmacisti pubblici** sull'intero territorio napoletano stanno rispondendo con prontezza, efficacia e responsabilità, garantendo ai cittadini la continuità dei servizi, fornendo non solo informazioni e consigli su come fare prevenzione, ma facendo soprattutto da anticamera e argine a studi medici anche in virtù della procedura adottata dalla Regione, che al fine di limitare gli accessi presso gli studi medici di medicina generale, ha reso possibile trasmettere per via telematica e per i pazienti cronici il solo n. di ricetta elettronica relativamente alle prescrizioni farmaceutiche, **con la conseguenza di affollare le farmacie**>>.

IL RISCHIO

Santagada rivolge <<un sentito **ringraziamento a tutti i Farmacisti napoletani pubblici e privati con particolare attenzione ai collaboratori**, per la dedizione, l'abnegazione, lo spirito di servizio e il senso di responsabilità che stanno dimostrando in questa fase complessa e delicata per il nostro territorio evidenziando ancora di più di essere un presidio sanitario insostituibile su cui contare nonostante non siano state riconosciute dal Ministero della Salute apposite **misure di protezione individuali anche per i farmacisti** che nel caso di contagio si vedrebbero chiusa la farmacia per la sanificazione, la messa in quarantena del personale e non solo con il risultato di indebolire il servizio sul territorio>>.

Il **pericolo è infatti alto per i farmacisti**, che sono continuamente a contatto diretto con il pubblico. Il presidente dell'Ordine di Napoli chiede <<**di fornire anche ai Farmacisti i dispositivi di protezione individuali**>>.



PRESIDENTE Vincenzo Santagada

SCIENZA E SALUTE**CORONAVIRUS: UNO STUDIO MOSTRA LE SUPERFICI PIÙ CONTAMINATE, MA BASTA PULIRLE**

La ricerca effettuata in ospedale su pazienti con sintomi: aria pulita e medici protetti. Attenzione a water, lavandini, interruttori, maniglie. Dopo la disinfezione le superfici tornavano libere dal virus

Uno studio effettuato a Singapore e da poco pubblicato su un'importante rivista scientifica, **JAMA**, mostra l'entità della contaminazione da coronavirus quando si è in presenza di un paziente infetto con sintomi importanti, quindi in ospedale e quali sono le superfici più a rischio.

LO STUDIO

Sono stati raccolti campioni dalle superfici (26 siti) di stanze sterili, dai dispositivi di protezione indossati dai medici che entravano, e nell'aria della stanza e sono state misurate le cariche virali. Coinvolti, dal 24 gennaio al 4 febbraio, tre pazienti con malattia grave.

Il campionamento dell'aria è stato effettuato per 2 giorni nella stanza e nell'anticamera e fuori dalla stanza. I campioni sono stati raccolti durante 5 giorni per un periodo di 2 settimane.

La camera di un paziente è stata campionata prima della pulizia di routine e le camere di 2 pazienti dopo la pulizia giornaliera di routine.

LA PULIZIA SCONFIGGE IL VIRUS

La buona notizia è che dopo la pulizia le superfici erano libere da virus:

- ❖ la stanza del **paziente A** è stata campionata nei giorni 4 e 10 della malattia mentre il paziente era ancora sintomatico, dopo la pulizia ordinaria. Tutti i campioni erano negativi.
- ❖ Il **paziente B** era sintomatico il giorno 8 e asintomatico il giorno 11 della malattia; i campioni prelevati in questi 2 giorni dopo la pulizia ordinaria erano negativi.

I POSTI PIÙ CONTAMINATI

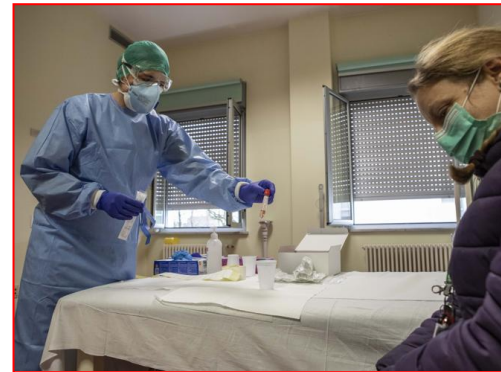
Grazie alla stanza del paziente C, i cui campioni sono stati raccolti prima della pulizia ordinaria, si è potuto studiare la permanenza del virus sulle superfici: 13 posti su 15 nella stanza sono risultati positivi al virus e 3 posti su 5 nel bagno, tra cui water, lavandino e maniglia della porta (*il paziente aveva tracce di virus nelle feci*). I campioni di anticamera e corridoio erano negativi. I campioni di aria erano negativi nonostante l'entità della contaminazione ambientale. I dispositivi di protezione dei medici erano tutti negativi tranne un pezzo della punta di una scarpa (comunque con carica virale molto bassa).

VIRUS SU MANIGLIE, INTERRUTTORI, LAVANDINI

Anche se lo studio ha alcuni limiti (*campione piccolo, coltura del virus non eseguita, volume d'aria considerato poco consistente*), ha mostrato come:

- **i campioni prelevati post-pulizia fossero tutti negativi**, suggerendo che le attuali misure di decontaminazione sono sufficienti - lo ricordiamo: **disinfezione con alcol etilico** (etanolo al 62-71%), **acqua ossigenata** (perossido di idrogeno allo 0,5%) o **candeggina** (ipoclorito di sodio allo 0,1%).
- Bisogna considerare bene la pulizia di alcune superfici come: **water, lavandino, maniglie, sponde del letto, sedie, interruttori, campanelli d'allarme, pavimento, vetri**.
- E infine, come **i campioni nell'aria fossero puliti** e non contenessero, senza starnuti e tosse in quel preciso momento, le famigerate "goccioline" che trasportano il virus, ma che dopo poco si posano.

(Salute, Corriere)



SCIENZA E SALUTE

NELL'ACQUA, SULL'INSALATA MA ANCHE CON I LEGUMI. TUTTE LE VIRTÙ DEL LIMONE

C'è una caratteristica dell'agrume giallo da sfruttare a tavola: abbonda di vitamina C, che aiuta ad assorbire il ferro degli alimenti

la caratteristica

Acqua e limone per pasteggiare. Scorza grattugiata su una zuppa di legumi.

C'è una caratteristica dell'agrume giallo da sfruttare a tavola:

❖ **abbonda di vitamina C**, che aiuta ad assorbire il ferro degli alimenti.

In particolare, aumenta l'assorbimento da parte dell'organismo del ferro non eme, tipico del mondo vegetale, ma presente anche nella carne e in altre fonti animali.



Super lenticchie

La **vitamina C** facilita la dissociazione del ferro dal cibo durante la digestione e per questo aumenta la biodisponibilità del non eme, che altrimenti viene assorbito in quantità minore, intorno al 30-40%, rispetto al ferro eme, caratteristico della bistecca.

Con il **limone**, si ottiene più minerale da lenticchie o rucola.

Per condire la lattuga

Il **Consiglio Smart**? Spruzzare il limone sulla lattuga o altre verdure cotte, ma sempre a crudo, perché con il calore è facile perdere la vitamina C.

Il succo è anche un esaltatore di sapidità, quindi permette di azzerare o ridurre l'aggiunta di sale.



Nel bicchiere d'acqua

È diffusa l'abitudine di bere acqua e limone al mattino. Niente di sbagliato, perché l'acqua tiepida mette in moto l'intestino e l'agrume regala vitamina C, e nemmeno di giusto: un eccesso di acido a ogni risveglio può contribuire all'erosione dello smalto dentale. In ogni caso, quando si voglia accrescere la biodisponibilità del ferro non eme dei legumi e degli ortaggi, il succo va spremuto nel bicchiere che si beve al pasto.

I tesori della scorza

Il profumo della scorza dovrebbe spingere a usarla più spesso.

La sostanza odorosa dell'agrume è il **limonene**, una molecola della **famiglia dei terpeni**:

i risultati di recenti studi di laboratorio mostrano una sua attività antinfiammatoria e per questo una sua possibile implicazione nella prevenzione tumorale.

Il consiglio allora è di usare più spesso le **zeste**, a **fine cottura**, su **contorni**, primi e secondi piatti, dal pesce ai legumi.

Nella **buccia**, tra l'altro, **la vitamina C è ancora più abbondante che nel succo**.

SCIENZA E SALUTE**Ecco la Pillola che aiuta a Rimuovere i RICORDI DOLOROSI**

Dal Canada un mix di farmaci e psicoterapia per superare i traumi

Chi non vorrebbe dimenticare per sempre una persona o un'esperienza che ci ha fatto soffrire?

In soccorso a chi vuole rimuovere i **ricordi che ci fanno stare male** arriva la ricerca di Alain Brunet, psichiatra e ricercatore di Montreal, che da oltre 15 anni si occupa delle conseguenze derivate dal cosiddetto PTSD, lo stress post traumatico.



La **terapia di Brunet**, di cui si è occupata recentemente l'emittente britannica Bbc - prevede che il paziente assuma una dose di **PROPRANOLOLO**, un **betabloccante** usato anche per curare l'ipertensione prima della seduta settimanale (il ciclo prevede sei incontri).

Nel corso della seduta al paziente viene chiesto di **scrivere un ricordo che gli procura dolore e poi leggerlo ad alta voce**. Il risultato?

Grazie all'azione del farmaco a quella situazione che tanto ci addolora **non verrà più associato un ricordo negativo**. (*Salute, Tgcom 24*)

PREVENZIONE E SALUTE

A 17 ANNI ANCORA SENZA CICLO QUALE PUÒ ESSERE LA CAUSA?

Il ritardo può infatti dipendere da un'alterazione del sistema ipotalamo-ipofisi-ovaio oppure dalla mancata formazione di utero o ovaie

La mia sorellina a 17 anni non ha ancora avuto le mestruazioni. Ho torto a preoccuparmi?

Risponde Paolo Scollo, presidente Società italiana di oncologia ginecologica.

Non c'è un'età precisa per il menarca, direi però che dopo i 17 anni è bene chiedere la consulenza di un ginecologo ed eventualmente di un endocrinologo.



Il ritardo può infatti dipendere da un'alterazione del sistema ipotalamo-ipofisi-ovaio oppure dalla mancata formazione di utero o ovaie. Nel primo caso bisogna verificare dove si è verificato un problema nella «**catena di comunicazione**» che lega l'attività di *ipotalamo*, *ipofisi* e *ovaio*, che determinano il controllo endocrino della funzione riproduttiva nella donna.

L'*ipotalamo* coordina i segnali che provengono da aree cerebrali superiori e dalla periferia (ovaie) e, tramite la produzione di neurormoni, stimola la ghiandola ipofisaria a secernere gonadotropine.

Le gonadotropine ipofisarie inducono, a livello ovarico, la produzione di ormoni steroidei (*estrogeni*, *progesterone* e *androgeni*) e la gametogenesi (*sviluppo della cellula uovo*).

Gli ormoni ovarici, specie gli estrogeni, modulano a loro volta l'attività endocrina ipotalamo-ipofisaria. Se qualcosa in questa «catena» si interrompe le mestruazioni non arrivano.

Basta però eseguire alcuni esami del sangue per misurare la presenza dei vari ormoni, capire se c'è un problema e stabilire la cura. Nella grande maggioranza dei casi sono sufficienti farmaci (*che sopperiscono o a stimolano la funzione interrotta*) per riportare la situazione alla normalità.

La mancata formazione di utero od ovaie è invece una condizione piuttosto rara, che si può accertare con un'ecografia pelvica.

Se la ragazza non ha sviluppato le ovaie, si potrà sopperire alla loro funzione con una terapia ormonale. Infine, molto spesso la mancanza delle mestruazioni (per la prima volta o anche in giovani «già sviluppate») è dovuta a obesità, anoressia o bulimia. La prima cosa da valutare, quindi, è lo stato di salute psico-fisica generale della ragazza. (*Salute, Corriere*)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



**FEDERAZIONE ORDINI
FARMACISTI ITALIANI**



**ORDINE DEI FARMACISTI
DELLA PROVINCIA DI NAPOLI**

Via Toledo n. 156 – 80132 Napoli
Uff. Tel. 081 5510648 - Fax 081 5520961
Email: info@ordinefarmacistinapoli.it Web: www.ordinefarmacistinapoli.it

COVID-19 **INDICAZIONI OPERATIVE PER I FARMACISTI**

1. EVITARE ASSEMBRAMENTI NEI LOCALI, EVENTUALMENTE DISCIPLINANDO GLI ACCESSI CON L'APERTURA REGOLATA DELLE PORTE DI INGRESSO
2. GARANTIRE UNA DISTANZA MINIMA DI ALMENO UN METRO SIA TRA I PAZIENTI PRESENTI SIA TRA QUESTI ULTIMI E I FARMACISTI AL BANCO, NONCHE' IL PERSONALE ADDETTO
3. OVE LA SPECIFICA SITUAZIONE TERRITORIALE SIA VALUTATA A RISCHIO, INDOSSARE DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE (MASCHERINE E GUANTI)
4. RENDERE DISPONIBILI AI CITTADINI NEI LOCALI I PRODOTTI PER LA IGIENIZZAZIONE O DISINFEZIONE DELLE MANI
5. LAVARSI FREQUENTEMENTE LE MANI ED EVITARE DI TOCCARSI OCCHI, NASO E BOCCA
6. EFFETTUARE UNA PULIZIA ACCURATA DEGLI AMBIENTI (IN PARTICOLARE, DEL BANCONE E DELL'AREA PROSPICIENTE AD ESSO) CON DISINFETTANTI A BASE DI ALCOL O CLORO
7. NEBULIZZARE NELL'AMBIENTE SPRAY IGIENIZZANTI
8. ESPORRE L'ULTIMA VERSIONE DEL DECALOGO DELL'ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ, NONCHE' EVENTUALI ALTRE INFORMAZIONI DI PUBBLICA UTILITÀ'
9. SOSPENDERE LE ATTIVITÀ' DEI TIROCINI DEI CORSI DI LAUREA PER TUTTA LA DURATA DI INTERRUZIONE DELLE ATTIVITÀ' DIDATTICHE NEGLI ATENEI
10. GESTIRE I RAPPORTI CON I FORNITORI E CON I LORO INCARICATI IN MODO DA LIMITARE I CONTATTI CON I PAZIENTI

EMERGENZA CORONAVIRUS: Richiesta fornitura Dispositivi di Protezione Individuale per Operatori Sanitari FARMACISTI

Di seguito la richiesta inviata dall'Ordine alla Protezione Civile – Regione Campania



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Napoli 9 Marzo 2020

Spett.le
Direzione Generale per i Lavori pubblici
e la Protezione Civile
Regione Campania

Italo Giulivo
Via Alcide de Gasperi n. 28
80133 NAPOLI
dg.5018@regione.campania.it
dg.501800@pec.regione.campania.it

Prot. 855/2020

Oggetto: **Emergenza COVID-19: Richiesta fornitura dispositivi di protezione individuale per Operatori Sanitari Farmacisti.**

Con riferimento all'emergenza sanitaria COVID-19, **si segnalano le criticità nel regolare svolgimento del servizio farmaceutico** nella nostra Provincia.

Onde evitare contagi anche tra i farmacisti che operano **nelle farmacie e nelle parafarmacie aperte al pubblico**, che inevitabilmente ne determinerebbe il conseguente provvedimento di chiusura con inimmaginabili conseguenze sulla salute pubblica in merito al regolare approvvigionamento dei farmaci e prodotti sanitari, **si chiede con assoluta urgenza la disponibilità di mascherine e altri dispositivi di protezione individuale** nel quantitativo idoneo almeno a coprire le esigenze dei suddetti operatori sanitari, che in prima linea e a stretto contatto diretto con migliaia di utenti ogni giorno stanno svolgendo un eccellente e pronto intervento di "avamposto sanitario".

La richiesta è motivata al fine di consentire di "continuare ad operare" in modo corretto e garantendo il servizio in piena sicurezza dei cittadini con i quali i farmacisti entrano costantemente in contatto.

In tale prospettiva, la Federazione Nazionale degli Ordini dei Farmacisti (F.O.F.I) ha già interpellato le Regioni e stilato un decalogo di linee guida destinate in modo mirato ai farmacisti al quale attenersi scrupolosamente.

Sicuri di positivo sollecito riscontro si resta a disposizione per ogni fattiva collaborazione.



IL PRESIDENTE
Prof. Vincenzo Santagada
Vincenzo Santagada

CORONAVIRUS: INDICAZIONI OPERATIVE PER I FARMACISTI TRASMISSIONE DECALOGO

Di seguito le **Indicazioni Operative per i Farmacisti**



Roma, 05.03.2020

Ufficio: DOR/PF
Protocollo: 202000002520/AG
Oggetto: **CORONAVIRUS COVID-19 - Indicazioni operative per i farmacisti**
Circolare n. 12014
SS
4.1
IFO SI

AI PRESIDENTI DEGLI ORDINI
DEI FARMACISTI

e p.c. AI COMPONENTI IL COMITATO
CENTRALE DELLA F.O.F.I.

LORO SEDI

**COVID-19:
INDICAZIONI OPERATIVE PER I FARMACISTI
TRASMISSIONE DECALOGO DELLA FEDERAZIONE**

Si comunica che, in considerazione della situazione di perdurante emergenza relativa al COVID-19, la Federazione degli Ordini ha definito le indicazioni operative per i farmacisti italiani (**all. 1**), da trasmettere, con ogni mezzo, a tutti gli iscritti all'albo, con richiesta di massima divulgazione.

Si informa, altresì, che la Federazione degli Ordini ha inviato una nota (**all. 2**) al Ministero della salute, al Dipartimento della Protezione civile e a tutte le Regioni per ribadire la necessità di adottare, con la massima urgenza, misure di protezione anche per i farmacisti, nonché specifiche indicazioni a loro mirate, al fine di garantire adeguati livelli di sicurezza nell'esercizio della professione.

In particolare, nella lettera sono state avanzate, in modo pressante, le seguenti richieste:

- indicazioni operative, condivise ed uniformi su tutto il territorio nazionale, che consentano ai farmacisti e ai loro collaboratori di operare in modo corretto per la loro salute, garantendo al contempo la sicurezza dei cittadini con i quali entrano in contatto;
- misure organizzative, nei casi in cui si ravvisino le condizioni, tali da consentire un accesso alle farmacie aperte al pubblico con modalità contingentate o comunque idonee ad evitare assembramenti di persone;
- idonee procedure volte a facilitare l'erogazione delle prestazioni farmaceutiche, al fine di consentire un'efficiente gestione delle prescrizioni, garantendo l'accessibilità dei pazienti all'assistenza farmaceutica e la gestione dell'emergenza sanitaria in corso;

Federazione Ordini Farmacisti Italiani

00185 ROMA – VIA PALESTRO, 75 – TELEFONO (06) 4450361 – TELEFAX (06) 4941093

CODICE FISCALE n° 00640930582

PEC: posta@pec.fofi.it e-mail: posta@fofi.it – sito: www.fofi.it

- apposite misure di protezione individuale anche per i farmacisti e il personale che opera negli esercizi commerciali di vicinato di cui all'art. 5 del D.L. 223/2006, convertito, con modificazioni, dalla L. 248/2006;
- disciplina delle esportazioni dei medicinali, di dispositivi medici e di presidi medico-chirurgici, anche sulla base del principio di precauzione, al fine di prevenire situazioni di rarefazione di tali prodotti sul territorio nazionale.

Profili di responsabilità del farmacista datore di lavoro per contagio da COVID-19 del dipendente

Alla Federazione sono pervenute alcune richieste di chiarimento riguardo ad eventuali profili di responsabilità del farmacista datore di lavoro in caso di contagio di suoi collaboratori (personale farmacista e non).

In proposito, si mette in evidenza che la responsabilità del datore di lavoro è limitata all'applicazione delle misure in materia di salute e sicurezza sul lavoro di cui al D.Lgs. 81/2008, di tutte le indicazioni diramate dal Ministero della Salute, nonché di decreti e ordinanze, differenziati su base territoriale, emanati dalle competenti Autorità.

La Federazione degli Ordini, con il suo Comitato Centrale e gli uffici federali, è continuativamente impegnata nello svolgimento delle funzioni istituzionali per assicurare il proprio supporto alle competenti Autorità e il massimo livello di garanzia per il fondamentale ruolo svolto dai farmacisti italiani in una situazione di emergenza sanitaria in costante evoluzione.

La Federazione degli Ordini intende rivolgere un sentito ringraziamento a tutti i farmacisti italiani, ovunque essi esercitino la professione, per la dedizione, l'abnegazione, lo spirito di servizio e il senso di responsabilità, dimostrati in questa fase complessa e delicata per il nostro Paese.

Si chiede ai Signori Presidenti di voler assicurare, con sollecitudine, la massima diffusione tra gli iscritti della presente circolare e di ogni ulteriore informazione diramata sull'argomento.

Cordiali saluti.

IL SEGRETARIO
(Dr. Maurizio Pace)

IL PRESIDENTE
(On. Dr. Andrea Mandelli)