



## AVVISO

### Ordine

1. Prevenzione Coronavirus
2. Articolo sul quotidiano **Il Mattino**
3. Web TV: Coronavirus, intervista con il Prof. G. Tarro

### Notizie in Rilievo

#### Scienza e Salute

4. Gratis il Farmaco che sembra funzionare contro il COVID-19
5. Pressione basa: cause, sintomi e cure



#### Prevenzione e Salute

6. Cos'è lo smart working?
7. Quali conseguenze se si fuma mentre si assume



## Proverbio di oggi.....

**E chiacchiere nun jéncheno 'a panza..**

## BICARBONATO E DIGESTIONE: qual è la giusta quantità e quando evitarlo

*Cattiva digestione, bruciore di stomaco e acidità. Il bicarbonato di sodio può avere mille usi, alimentari e non, ma quello più noto è senz'altro collegato alle sue proprietà digestive.*

Il suo nome scientifico è **idrogeno carbonato di sodio**: si tratta di un sale sodico dell'acido carbonico che, quando viene sciolto nell'acqua, dà origine a una soluzione leggermente basica che può appunto essere utilizzata per contrastare diversi **disturbi gastrici**.

### **Un alleato della digestione da usare con moderazione**

Assumere uno o due cucchiaini di bicarbonato a distanza di un paio d'ore da un pasto eccessivamente abbondante che risulta difficile da digerire, può aiutare a **neutralizzare l'acidità di stomaco e a produrre anidride carbonica** che favorisce il normale processo fisiologico dell'**assorbimento degli alimenti**. D'altra parte, questo sale è in grado di contrastare l'assorbimento di farmaci acidi e di rallentare l'eliminazione renale di alcune terapie e per questo è importante consultare il proprio medico se e quando si decide di usarlo come rimedio, specialmente quando è in corso una cura.

Il **bicarbonato**, è bene ricordarlo, non ha alcun potere terapeutico: ha effetto solo sulla **sintomatologia** e può dare effetti collaterali come *flatulenze, crampi allo stomaco, ritenzione idrica e alcalosi metabolica*.

### **QUANDO È MEGLIO EVITARLO**

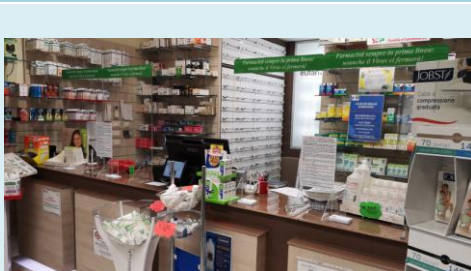
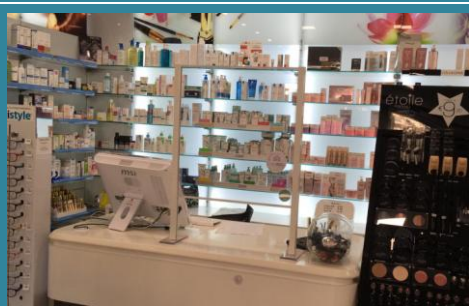
Nonostante sia il principio attivo di diversi farmaci destinati al personale medico per trattare *acidosi metabolica, shock, intossicazione da barbiturici, salicilati e metanolo e sindromi emolitiche, rabdomiolitiche e iperuricemie*, il bicarbonato **non è sempre consigliato**. Soprattutto se si sta seguendo una dieta iposodica, bisognerebbe evitare di assumerlo perché potrebbe causare complicanze anche gravi come l'insufficienza cardiaca, l'ipertensione e le disfunzioni renali. Via libera per le donne in gravidanza, per le quali non ci sono effetti collaterali o pericoli riscontrati dagli studi. (*Salute, Humanitas*)

# Indicazioni Operative per i FARMACISTI

Oltre alle indicazioni operative riportate nella **Tabella a pagina 6**, e le **iniziative intraprese negli ultimi giorni dall'Ordine (Pag. 7, 8 e 9)** di seguito un suggerimento per la tutela personale dei Farmacisti e dei Cittadini.

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 alcuni Colleghi di Napoli (Immagini).



**SCIENZA E SALUTE****Gratis il Farmaco che sembra funzionare contro il COVID-19**

*La Roche decide di distribuire gratis il medicinale contro l'artrite reumatoide, testato in Cina e ora in Italia, che sembra migliorare le condizioni polmonari dei pazienti con COVID-19.*

La casa farmaceutica Roche ha annunciato che fornirà, "gratuitamente per il periodo dell'emergenza" legata all'epidemia di coronavirus, il *Tocilizumab* a tutte le Regioni che ne faranno richiesta.

Si tratta dell'ormai famoso farmaco attualmente impiegato per il trattamento dell'artrite reumatoide (non ancora indicato per il trattamento della polmonite da Covid-19), ma sul quale la comunità scientifica sta puntando molto dopo l'inserimento nelle linee guida cinesi.

L'azienda ha inoltre manifestato all'Aifa la disponibilità ad avviare uno studio clinico sull'efficacia e sicurezza di **TOCILIZUMAB** anche in questi pazienti.

**NUOVE SPERANZE.**

Si tratta di un farmaco che contrasta la reazione eccessiva del sistema immunitario, all'origine di alcune delle più gravi complicanze del **COVID-19** e che in questi giorni sembra offrire speranze ai pazienti con polmonite da nuovo coronavirus.

Oltre che nella terapia contro l'artrite reumatoide, il medicinale viene impiegato anche per trattare la *sindrome da rilascio di citochine*, un effetto collaterale della **terapia antitumorale CAR-T** che consiste in un massiccio rilascio di molecole infiammatorie in risposta alle cellule immunitarie usate nel trattamento.

**CURA DEL SINTOMO.**

La polmonite causata dal coronavirus SARS-CoV-2, il sintomo più grave che in alcuni casi porta i pazienti in rianimazione, comporta un massiccio rilascio nelle vie respiratorie profonde di interleuchina-6, una molecola della classe delle citochine prodotta dall'organismo in risposta a danni dei tessuti.

Conoscendo l'azione del tocilizumab nel contrasto della tempesta di citochine, i medici cinesi in prima linea nell'epidemia hanno trattato con il farmaco 21 pazienti, portandoli a un miglioramento nelle prime 24-48 ore.

Gli stessi risultati incoraggianti si stanno osservando in Italia su almeno otto pazienti con COVID-19 in cura a Napoli da un team coordinato da **Paolo Ascierto**, direttore SC Immunoterapia Oncologica e Terapie Innovative INT Pascale.

Il farmaco riduce la risposta infiammatoria innescata dall'interleuchina-6 e con essa la sofferenza respiratoria dei malati.

In poche parole sembra poter trattare con successo la polmonite da COVID-19 (ma non elimina il virus, contro il quale **si stanno testando altri farmaci antivirali**).

**COLLABORAZIONE SCIENTIFICA.**

Altri malati sarebbero già stati trattati con il farmaco e Bergamo, Fano e Milano, e ora si attende dall'Agenzia Italiana del farmaco un protocollo nazionale: l'AIFA avrebbe già comunque avviato un iter veloce per approvare l'uso negli ospedali dei farmaci efficaci contro il COVID-19.

In Cina **si sta testando il farmaco** anche in una sperimentazione clinica più ampia con 188 pazienti, che dovrebbe concludersi il 10 maggio:

- *i medici italiani auspicano alla creazione di un ponte di ricerca con i colleghi cinesi, in modo che i dati sull'utilizzo del farmaco vengano condivisi e analizzati in uno studio multicentrico internazionale.*

(Salute, Focus)



**PREVENZIONE E SALUTE****PRESSIONE BASA: CAUSE, SINTOMI E CURE**

*Capogiri, nausea e senso di svenimento sono i sintomi dell'ipotensione. Cosa fare se la pressione è bassa? Ecco i consigli dell'esperto di OK Giuseppe Crippa*

L'**ipotensione** (o pressione bassa) si verifica quando i valori della pressione arteriosa sono inferiori a quelli considerati normali, scatenando nell'individuo capogiri, nausea, senso di svenimento.

Ma questi sono soltanto alcuni dei sintomi di chi soffre di questo disturbo non preoccupante ma che si può tenere sotto controllo con **semplici regole facili da seguire**.

Quali? Abbiamo chiesto consiglio a **Giuseppe Crippa**, direttore dell'unità operativa di ipertensione e malattie cardiovascolari correlate dell'ospedale Guglielmo da Saliceto di Piacenza.

**QUANDO SI PARLA DI PRESSIONE BASSA**

Anche se la pressione arteriosa cambia da persona a persona, sono ritenuti normali i valori di pressione tra 120/70 e 140/90 mmHg.

È **troppo bassa** (ipotensione) quando la pressione arteriosa sistolica (o massima, cioè la prima cifra) è **minore di 90 mmHg**.

Se scende la pressione massima, **si riduce ovviamente anche la pressione minima**, ma generalmente il riscontro di una pressione arteriosa diastolica (la cosiddetta minima, seconda cifra) minore di 60 mmHg è dovuto ad altre condizioni come ad esempio la **rigidità delle arterie**, l'insufficienza della valvola aortica e altre patologie. È bene ricordare comunque che l'ipotensione è una condizione generalmente benigna, ma che può causare fastidiosi sintomi.

**➤ Sintomi**

La comparsa di sintomi da ipotensione dipende fortemente dalla rapidità con cui la pressione si riduce. Una brusca caduta della pressione (ad es. 20-30 mmHg) causa sintomi quali:

- *vertigini o capogiri,*
- *visione offuscata,*
- *nausea, sudorazione fredda,*
- *pallore fino allo svenimento.*

**Gli sbalzi di pressione** sono pericolosi come l'ipertensione.

**➤ Pressione bassa cronica**

Quando invece la pressione è **sempre bassa** (ipotensione cronica) possono comparire **sintomi atipici** e apparentemente ingannevoli come:

- *stanchezza, fatica,*
- *manca di concentrazione*

Generalmente il soggetto affetto da ipotensione avverte questi sintomi quando cambia la posizione del corpo, ad es. **se si alza in piedi dalla posizione seduta o quando al mattino si alza dal letto**.

Questo perché quando ci alziamo la gravità porta più sangue alle gambe. Il nostro organismo supplisce a questo momentaneo "salasso" attraverso la **vasocostrizione** che normalizza la quantità di sangue circolante e in particolare quella che arriva al cervello.

Se questo meccanismo di compenso è un po' lento o non del tutto efficace, ecco che percepiamo i classici sintomi dell'ipotensione: **vertigini, offuscamento della vista, nausea**.

Chi pratica attività sportiva intensa e segue una dieta particolarmente attenta, povera di sale, una pressione tendenzialmente bassa (anche minore di 100 mmHg), ma senza alcun sintomo, è molto comune e quasi sempre segno di benessere.

### ➤ **Cura**

Il trattamento dipende dalla causa dell'abbassamento della pressione.

Ad es., con l'arrivo del caldo estivo tutti noi riduciamo la pressione di alcuni mm di mercurio.

Se ci sentiamo in forma nonostante una pressione un po' bassa non bisogna allarmarsi.

Fino a certi limiti (*90 mmHg di pressione sistolica*) più la pressione è bassa e minore è il rischio di malattie cardiovascolari (gli americani dicono "*the lower the better*").

Nelle persone sane semplici regole igienico-dietetiche possono normalizzare il quadro.

Ad esempio **un apporto di liquidi maggiore** se aumenta la sudorazione, **l'assunzione di un po' più di sale da cucina, più attività fisica aerobica**, evitare la prolungata esposizione al caldo e al sole sono rimedi generalmente efficaci in queste situazioni.

A volte la pressione troppo bassa è dovuta a **medicine** che si assumono come i farmaci per la cura dell'ipertensione, in particolare i diuretici, i farmaci per la cura della malattia di Parkinson, i farmaci per il trattamento dell'ipertrofia della prostata.

In questi casi è bene rivolgersi al proprio medico per ridurre o rimodulare il trattamento in atto.

### **E nei casi di ipotensione cronica, qual è la terapia?**

Nei casi d'ipotensione cronica risultano abbastanza efficaci contromisure "meccaniche" come **l'uso di calze elastiche compressive**. In presenza di sintomi può risultare utile qualche semplice esercizio.

Per es. **incrociare le gambe, contrarre la muscolatura delle cosce e dei glutei, alzare una gamba** appoggiandola su una sedia.

Se i sintomi sono più importanti e si ha la sensazione di svenimento è necessario coricarsi, tenendo le gambe più sollevate, al di sopra del livello del cuore. Quest'ultimo rimedio risolve prontamente anche i sintomi più minacciosi ripristinando il normale afflusso di sangue al cervello.

Se tutto ciò è inefficace il medico potrà prescrivere farmaci quali alcuni **cortisonici** (che trattengono sale e liquidi) o **vasocostrittori** (ad es. *midodrine*) che risultano efficaci anche se non privi di effetti collaterali.

### ➤ **Limita bagni caldi e saune**

Una dieta corretta e bilanciata che prediliga **frutta e verdura fresca**, meno grassi, adeguato apporto di liquidi, riduzione o abolizione delle bevande alcoliche, può risultare molto efficace e spesso risolutiva.

Attenzione al periodo post-prandiale perché la digestione impegna molto sangue, "sottraendolo" alla circolazione sistemica. Quindi, meglio preferire pasti leggeri e ben suddivisi, evitando "abbuffate", concedendosi passeggiate prolungate e, in estate, nelle ore più fresche.

**I bagni caldi, la sauna e il bagno turco** possono provocare o peggiorare l'ipotensione.

Chi soffre di pressione bassa dovrà astenersi da queste (peraltro generalmente salutari) pratiche.

Come detto l'esposizione prolungata al caldo estivo, magari coricati su una sdraio in spiaggia, riduce la pressione e il soggetto alzandosi può avvertire fastidiosi sintomi.

Meglio abbronzarsi passeggiando sul bagnasciuga, coprendo il capo con un cappello.

### ➤ **Pressione bassa: spia di una malattia?**

Abbiamo fin qui parlato di pressione bassa, condizione non minacciosa e facile da correggere. Va ricordato tuttavia che **l'ipotensione può essere la spia di malattie anche serie e acute:**

- *la grave disidratazione, l'emorragia interna o l'insufficienza cardiaca,*
- *le aritmie, i disturbi neurologici.*

Questa osservazione ci deve spingere a considerare sempre e con attenzione lo stato ipotensivo. Ovviamente, in presenza di disturbi come *vertigini, capogiri, visione offuscata, nausea, sudorazione fredda, stanchezza* è necessario confermare il sospetto di pressione troppo bassa con un'attenta misurazione della pressione. A una prima osservazione la pressione potrebbe anche risultare normale. **È quindi buona norma ripetere più volte la misurazione pressoria**, inizialmente in posizione seduta (dopo 5 min. di riposo) e quindi invitando il soggetto ad **alzarsi in piedi e rimisurando la pressione dopo 3 minuti in questa posizione.** (OK Salute e Benessere)

## 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](mailto:dg.5018@regione.campania.it)  
[dg.501800@pec.regione.campania.it](mailto: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*

## EMERGENZA CORONAVIRUS: Richiesta al Prefetto per l'espletamento del servizio delle Farmacie a BATTENTI CHIUSI

Di seguito la nota inviata dall'**Ordine** a SE Prefetto di Napoli



*Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli*

Napoli 10 Marzo 2020  
Prot. 871/2020

Sua Eccellenza il Prefetto di Napoli  
P.E.C.: [protocollo.prefna@pec.interno.it](mailto:protocollo.prefna@pec.interno.it)

### ISTANZA URGENTE

In riferimento al DPCM emanato ieri, 9 Marzo ed in vigore da oggi, al fine di porre in essere misure volte al contenimento del contagio da Covid-19, con la presente si rappresenta:

1. che è di tutta evidenza che la farmacia costituisce un presidio indispensabile per la comunità soprattutto in questo periodo di emergenza;
2. che nulla è disposto in merito alle modalità di dispensazione del farmaco nelle farmacie e parafarmacie;
3. che le direttive fornite dalla Direzione Generale per la Tutela della Salute ed il Coordinamento del Sistema Sanitario Regionale della Regione Campania per limitare l'accesso ambulatoriale e garantire l'assistenza farmaceutica comportano situazioni di permanenza prolungate presso le farmacie;
4. stante la difficoltà per le farmacie a reperire idonee misure di protezione individuali per gli operatori;
5. che è necessario consentire di continuare ad operare in modo corretto e garantendo il servizio in piena sicurezza;
6. che è necessario scongiurare la possibilità che i farmacisti siano contagiati ovvero posti in quarantena, poiché questo comporterebbe la chiusura della farmacia.

Per quanto sopra si richiede un provvedimento con effetto immediato che consenta l'espletamento del servizio a battenti chiusi per tutte le farmacie pubbliche e private operanti sul territorio della Provincia di Napoli per tutto il periodo emergenziale, in attesa della dotazione di idonee misure di protezione individuali per coloro che operano all'interno delle stesse (così come da richiesta nota prot. 855/2020 che ad ogni buon fine si allega).



IL PRESIDENTE  
Prof. Vincenzo Santagada  
*Vincenzo Santagada*

All. 1 nota prot. 855/2020



## EMERGENZA CORONAVIRUS: Richiesta del Presidente della FOFI al Presidente del Governo, al Ministro della Salute e al Responsabile della Protezione Civile

Di seguito la nota inviata dalla **FOFI**



Il Presidente

Prot. 7020/00007074/POL

10 MAR. 2020  
Roma,.....

Illustrissimi,

con riferimento al DPCM 9 marzo 2020, che estende a tutto il territorio nazionale le misure di contenimento e prevenzione del contagio da COVID-19, sottopongo alle urgenti valutazioni delle SS.LL. la necessità di adottare un provvedimento specifico volto ad assicurare lo svolgimento a battenti chiusi del servizio farmaceutico da parte delle farmacie aperte al pubblico.

Tale richiesta rappresenta le numerose e pressanti istanze pervenute alla Federazione degli Ordini dai farmacisti italiani di tutto il territorio nazionale, che lamentano la completa assenza da parte del Governo e delle Autorità preposte dell'adozione di misure mirate ad assicurare la protezione sanitaria individuale, a garanzia della continuità del servizio e della tutela della salute dei cittadini.

Il contagio di alcuni farmacisti impegnati nel servizio, nonché la mancanza di dispositivi di protezione individuale, che non sono stati forniti dai soggetti preposti né sono reperibili sul mercato, rendono l'adozione di tale provvedimento doverosa e indifferibile.

Resto in attesa di un urgente riscontro, al fine di poter fornire le giuste indicazioni a tutti i farmacisti italiani.

Con i migliori saluti.

On. Dott. Andrea Mandelli

Ill.mo Prof.  
Giuseppe Conte  
Presidente del Consiglio dei Ministri

Ill.mo On. Dr.  
Roberto Speranza  
Ministro della Salute

Ill.mo Dr.  
Angelo Borrelli  
Capo Dipartimento Protezione Civile –  
Commissario Gestione Emergenza Coronavirus

LORO SEDI

## **Web TV Ordine dei Farmacisti CORONAVIRUS: I FARMACISTI Napoletani in PRIMA LINEA**

*Il video per raccontare e informare, attraverso le immagini, delle caratteristiche e delle modalità di prevenzione di questa emergenza epidemiologica da COVID-19.*

Di seguito i links dove poter visionare il Filmato realizzato con il Prof. **Giulio TARRO**.



**Cliccare il link del filmato**



**<https://youtu.be/UQL5TLecjEI>**



**<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/web-tv-ordine-farmacisti-della-provincia-di-napoli>**