



farmaDAY



FOFI 100 ANNI 1912-2012

Il notiziario in tempo reale per il farmacista a cura del Prof. Vincenzo Santagada

Anno IX – Numero 1775

Mercoledì 18 Marzo 2020 – S. Salvatore, Cirillo

AVVISO

Ordine

1. Prevenzione Coronavirus
2. Web TV: Coronavirus, intervista con il Prof. G. Tarro

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. La Vitamina C cura il Coronavirus?
4. Cercare i propri sintomi in internet può aiutare il medico nella diagnosi. Vero o falso?
5. Come prevenire e curare la couperose.



Prevenzione e Salute

6. Coronavirus, Mascherine: quali sono quelle che ci proteggono e che scadenza hanno
7. Far 'scrocchiare' dita e articolazioni fa male? ecco cosa succede davvero nel nostro

GUACCI.

LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA AL SERVIZIO DELLE FARMACIE INDIPENDENTI.



corpo.

Proverbio di oggi.....

T'aggia 'mparà e pò t'aggia perdere....

Emergenza Coronavirus: i FARMACISTI in Prima Linea e in Trincea

**INSIEME, SENZA PAURA,
CE LA FAREMO.**



**I FARMACISTI NAPOLETANI
APPARTENGONO**

**ALL' ITALIA
CHE NON MOLLA**

GRAFICA SEMA



Dove la **storia** diventa **futuro**

AL TUO FIANCO OGNI GIORNO DI PIÙ.

SCIENZA E SALUTE**La Vitamina C cura il Coronavirus?**

In un momento di incertezza come questo, in cui le informazioni circolano liberamente senza che ci sia un controllo opportuno della loro veridicità, bisogna stare attenti a cosa leggiamo e, magari, condividiamo sui social.

Sono molte le persone che sostengono che, assumendo **Vitamina C**, non solo si possa curare il **Coronavirus**, ma addirittura se ne possa prevenire il contagio.

Ma cosa c'è di vero in questa affermazione?

Ne abbiamo parlato con il dottor **Michele Lagioia**, Dir. medico sanitario di Humanitas,

FALSO

No, la **vitamina C** non cura, né previene il contagio da **Coronavirus**.

L'**acido ascorbico** (o **Vitamina C**) è una **Vitamina Idrosolubile** che il nostro organismo non riesce ad accumulare e conservare, e che va quindi assunta con l'alimentazione. È implicata in diverse reazioni metaboliche e nella biosintesi di aminoacidi, ormoni e collagene ed è rinomata per il suo effetto antiossidante.

La vitamina C partecipa anche nella prevenzione dell'insorgenza di tumori, rafforzando il nostro sistema immunitario e ostacolando la sintesi delle sostanze cancerogene, in particolar modo nello stomaco.

Il suo aiuto è indispensabile anche nel contrasto dei radicali liberi.

La sua importanza non è quindi in discussione, tuttavia il suo ruolo nella guarigione dal **Coronavirus** è una notizia priva di fondamento. Male non fa, certo, a meno che non se ne abusi:

- *il rischio di fake news come questa è che le persone assumano troppa vitamina C, rischiando l'ipervitaminosi e conseguenti disturbi ai reni, allo stomaco, all'apparato digerente in generale.*

Similmente, lo ricordiamo, la vitamina C non ha alcuna proprietà terapeutica nella cura dei sintomi influenzali e pertanto non può essere di alcun aiuto nella prevenzione o nel trattamento di un raffreddore; al massimo potrebbe abbreviare l'episodio influenzale, bisogna stare attenti a non abusarne. (Humanitas)

**SCIENZA E SALUTE****PERCHÉ SI DICE “CALMA E GESSO”?**

“Calma e gesso” è un'espressione che si usa comunemente per indurre qualcuno a non prendere decisioni affrettate, a non fare qualcosa di cui si potrebbe pentire poiché non ha fatto prima le dovute valutazioni.

L'origine di questa locuzione deriva dal gioco del biliardo: ogni volta che un giocatore deve fare un tiro difficile, prende tempo e cerca di valutare la situazione strofinando con il gesso la punta della sua stecca.

L'attrito tra stecca e biglia aumenta e nello stesso tempo il giocatore riflette con calma anche sugli effetti che si vogliono dare al tiro. Ecco spiegata l'origine di questo detto.

(Focus)



SCIENZA E SALUTE**CERCARE I PROPRI SINTOMI IN INTERNET PUÒ AIUTARE IL MEDICO NELLA DIAGNOSI. VERO O FALSO?**

Al giorno d'oggi Internet dà la possibilità di accedere con facilità a un quantitativo enorme di informazioni: è sufficiente porre una domanda nel proprio motore di ricerca e, in pochi secondi, potremo consultare risultati provenienti da fonti più o meno verificate.

Non sono poche le persone che utilizzano il web per provare a capire i propri disturbi o sintomi.

Può quest'abitudine aiutare il medico nella diagnosi?

Lo abbiamo chiesto al dott. **F. Cuniberti**, specialista del Centro per i disturbi d'ansia e di panico di Humanitas.

**FALSO**

Spesso noto, nei pazienti che hanno precedentemente cercato su Internet i propri sintomi, alcuni comportamenti ricorrenti.

Questi pazienti tendono infatti a dirigere la discussione sulle patologie che pensano di avere; utilizzano termini specialistici – e, come si può facilmente immaginare, a volte del tutto fuori luogo – per descrivere i sintomi che manifestano. Spesso utilizzano anche frasi o affermazioni fuori contesto allo status culturale del paziente stesso.

Per lo specialista la situazione diventa doppiamente problematica: non bisogna combattere solo con la patologia in questione, ma è necessario riconquistare la fiducia del paziente e vincere contro un "falso collega", Google, che tutto sa e mai sbaglia.

Certo, sul web si possono trovare anche fonti autorevoli che nessuno vieta di consultare, ma occorre sottolineare come il quadro clinico di un paziente non si deduce da un semplice elenco di sintomi, ma da tutta una serie di fattori e caratteristiche individuali che possono essere chiariti attraverso l'incontro con lo specialista.

Vorrei invitare chi legge, quindi, a fare due riflessioni: la prima riguarda la necessità di accettare il fatto che il web sia ricco di fake news, difficili da smascherare per i non addetti ai lavori.

La seconda riguarda l'interpretazione di ciò che viene letto.

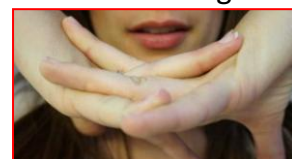
Lo specialista ha impegnato buona parte della propria vita per studiare, informarsi, approfondire la propria conoscenza sull'argomento, fare esperienza nel proprio campo: impariamo a fidarci.

(Salute, Humanitas)

FAR 'SCROCCHIARE' DITA E ARTICOLAZIONI FA MALE? ECCO COSA SUCCEDDE DAVVERO NEL NOSTRO CORPO

Farsi 'scrocchiare' le dita, la schiena, le ginocchia dà una sensazione temporanea di benessere, ma per molti reca danni alle articolazioni; cosa succede al nostro corpo?

Un video mostra esattamente cosa succede durante questa pratica e spiega che le ossa non vengono coinvolte. Un liquido chiamato **liquido sinoviale** lubrifica le articolazioni e, talvolta, un accumulo gassoso può verificarsi all'interno. Il crack acustico che si sente è dato da "l'esplosione di queste bolle di gas" e perciò non ha nulla a che fare con le ossa come molti pensano. Per far sì che il gas si riformi ci vogliono 20 minuti. Il Dottor Donald L.



Unger ha deciso di fare da cavia umana e di **scrocchiarsi le nocchie** di una mano soltanto. Dopo sei anni ha verificato che non c'era alcuna traccia di artrite. *(Salute, Il Messaggero)*

SCIENZA E SALUTE**COME PREVENIRE E CURARE LA COUPEROSE**

Un reticolo di capillari sul volto e in particolare sulle guance, è segno inequivocabile di couperose.

La couperose è una dilatazione persistente dei vasi capillari del volto, che provoca una progressiva perdita di elasticità delle loro pareti. I capillari si evidenziano sulla pelle disegnando una sorta di reticolo rossastro. Antonino Di Pietro, dir. dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis di Milano spiega come affrontarla.



CAUSE. Sono per lo più costituzionali e genetiche, legate a una fragilità della parete dei vasi che col tempo tende ad aumentare. Ma esistono fattori esterni che possono accelerarla o peggiorarla. Primi tra tutti, gli **sbalzi repentini di temperatura**, specie d'inverno; ma anche **l'eccessiva esposizione ai raggi caldi del sole**, peggio ancora se senza la dovuta protezione. Possono essere dannosi anche i **cibi piccanti e le bevande alcoliche**.

SINTOMI.

Un evidente arrossamento del volto e una fortissima sensazione di calore, che si manifestano spesso e facilmente. Ad es., quando viene amplificata la vasodilatazione provocata da uno stato emozionale intenso.

DIAGNOSI

È clinica: il reticolo di capillari evidente sul volto è segno inequivocabile di couperose.

PREVENZIONE

È possibile prevenire la couperose inserendo **nella dieta grandi quantità di flavonoidi**, sostanze che facilitano la microcircolazione e di cui sono molto ricchi i frutti di bosco:

- *efficace anche berne il succo al naturale.*

È poi utile **evitare lo stretto contatto con la lana**: la sciarpa intorno al collo fino a coprire parte del viso può essere leggermente irritante e peggiorare il disturbo. D'inverno, un consiglio utile è quello di sfilare le mani dalle tasche o dai guanti prima di entrare in un ambiente caldo, e appoggiarle per qualche secondo sulle guance per trasmettere calore. Aiuta ad attenuare il brusco sbalzo di temperatura in modo che l'afflusso di sangue ai capillari sia più delicato.

CURE

La couperose è persistente e permanente, e tende a rigenerarsi senza scomparire mai del tutto. Ma esistono alcuni trattamenti che possono contribuire a migliorare molto la situazione.

COSMETICI.

Si tratta di creme e gel da applicare mattina e sera, **ricchi di principi attivi in grado di irrobustire la parete cellulare**, affinché i vasi capillari siano meglio protetti e la tonicità mantenuta. Sono molto efficaci i glicani, zuccheri presenti sulla parete cellulare che consentono di mantenere un equilibrio tra le cellule. Ma anche i **fosfolipidi e la glucosamina**, che migliorano l'elasticità dei vasi e irrobustiscono le cellule cutanee.

Non esistono invece prodotti per il make up dalle proprietà curative. Un buon trucco può fornire solo risultati estetici, nascondendo la couperose.

TRATTAMENTI DERMATOLOGICI.

Il **laser e la luce pulsata** aiutano a chiudere i piccoli vasi, eliminando gli inestetismi: il primo è indicato nel caso di capillari ben visibili e distanziati tra loro, mentre la seconda quando si manifestano con un reticolo molto fitto. Entrambi richiedono in media dalle due alle quattro sedute a circa un mese e mezzo di distanza l'una dall'altra per un miglioramento già molto evidente, poi una all'anno di mantenimento. Non sono dolorose e possono durare dai 15 ai 30 min. circa. Con la stessa frequenza e procedura, da qualche tempo si pratica anche la radiofrequenza focalizzata, consistente in microonde che colpiscono e chiudono i vasi sanguigni. (OK, Salute)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli
LA BACHECA



EMERGENZA CORONAVIRUS:
PREFETTO di NAPOLI: Forniture D.P. I. alle Farmacie



*Prefettura - Ufficio territoriale del Governo
di Napoli*

Prot./Gab.Com.Doc.

Napoli, data protocollo

AL SIG. RESPONSABILE DELL'UNITA' DI CRISI
REGIONALE PER LA GESTIONE DELL'EMERGENZA
EPIDEMIOLOGICA DA COVID-19

NAPOLI

Oggetto: forniture D.P.I. alle farmacie.

Il Presidente dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli, che è stato ricevuto in data odierna dallo scrivente, nel comunicare di aver preso atto positivamente dell'iniziativa assunta dalla Regione Campania in merito alla facoltà, per le farmacie, di aprire a battenti chiusi, ha tuttavia rappresentato forti criticità nell'approvvigionamento di D.P.I.

Al riguardo, ha chiesto di considerare, in occasione dei futuri approvvigionamenti, la categoria dei dipendenti delle farmacie, quali presidi essenziali di pubblica necessità, tra quelle prioritarie per la distribuzione dei dispositivi.

Nel condividere tale esigenza, si rappresenta quanto sopra per i seguiti di competenza.

IL PREFETTO
(Marco Valentini)

Marco Valentini

EMERGENZA CORONAVIRUS: REGIONE CAMPANIA: Esercizi Farmaceutici - Disposizioni

Di seguito la nota inviata dalla **Regione Campania**



Giunta Regionale della Campania
Direzione Generale per la Tutela della Salute e
il Coordinamento del Sistema Sanitario Regionale

Prot n° 2020.0163267
del 14/03/2020

A Federfarma Campania
A Assofarm Campania
Agli Ordini Provinciali dei Farmacisti
Ai Direttori Generali delle AA.SS.LL.

e p. c. Al Presidente della Giunta Regionale
per il tramite dell'Ufficio di Gabinetto

Oggetto: Esercizi Farmaceutici - Disposizioni

Quale riscontro alle richieste pervenute da parte delle Organizzazioni Sindacali dei titolari di farmacia e Ordinistiche, in merito allo svolgimento del Servizio Farmaceutico da parte delle stesse a battenti chiusi, in casi di particolari criticità o laddove non venisse garantito un adeguato sistema di protezione individuale al personale presente, nella condivisione di quanto indicato, si dispone la facoltà per gli esercizi farmaceutici di favorire il lavoro a battenti chiusi.

Si coglie l'occasione per porgere un sentito ringraziamento ai farmacisti ed al personale del comparto per il prezioso contributo che stanno dando nelle azioni di contenimento della diffusione dell'epidemia da Covid-19.

Il Dirigente UQD06
Dott. Ugo Trama

Il Direttore Generale
Avv. Antonio Postiglione



**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

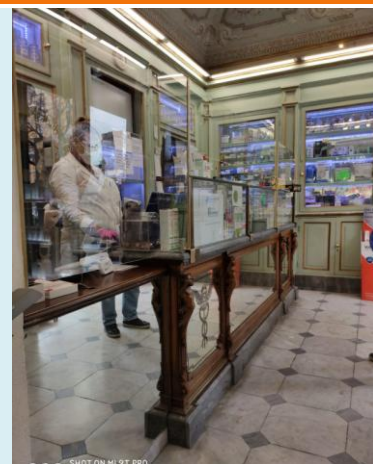
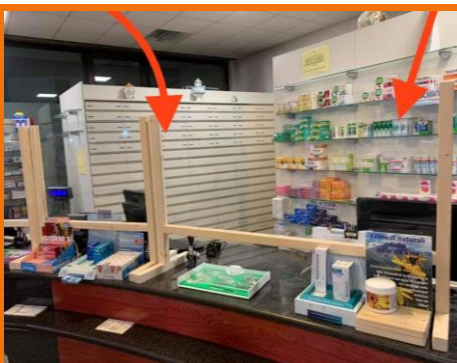
1. EVITARE ASSEMBRAMENTI NEI LOCALI, EVENTUALMENTE DISCIPLINANDO GLI ACCESSI CON L'APERTURA REGOLATA DELLE PORTE DI INGRESSO
2. GARANTIRE UNA DISTANZA MINIMA DI ALMENO UN METRO SIA TRA I PAZIENTI PRESENTI SIA TRA QUESTI ULTIMI E I FARMACISTI AL BANCO, NONCHE' IL PERSONALE ADDETTO
3. OVE LA SPECIFICA 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

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).



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>