



AVVISO

Ordine

1. Ordine: Rinnovo organi Istituzionali
2. Campagna Smaltimento Mascherine nelle scuole

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. “L’ernia inguinale può guarire da sola”, Vero o Falso?
4. Qual è la causa dell’herpes sulle labbra?
5. L’infedeltà si legge in faccia



Prevenzione e Salute

6. Lo sai che saltare i pasti favorisce l’emicrania?
7. Le benzodiazepine possono essere usate per gli attacchi di panico?



Proverbio di oggi.....

Chi crede 'e guadagnà' perde 'a mmità

CONVOCAZIONE ASSEMBLEA PER RINNOVO CONSIGLIO DIRETTIVO E COLLEGIO REVISORI DEI CONTI



Le votazioni si svolgeranno presso la sede dell'Ordine, Via Toledo 156-Napoli:

SI RAMMENTA AGLI ISCRITTI CHE È CONVOCATA L'ASSEMBLEA ELETTORALE PER IL RINNOVO DEL CONSIGLIO DIRETTIVO E DEL COLLEGIO DEI REVISORI DEI CONTI DELL'ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA di NAPOLI PER IL QUADRIENNIO 2021 – 2024.

LE VOTAZIONI SI SVOLGERANNO:

Sabato 3 Ottobre dalle ore 8.00 alle ore 18.00

Domenica 4 Ottobre 2020 dalle ore 8.00 alle ore 18.00

Lunedì 5 Ottobre 2020 dalle ore 8.00 alle ore 18.00

MODALITÀ DEL VOTO IN SICUREZZA

Le elezioni si terranno nel

rispetto rigoroso delle norme imposte dai decreti emergenziali per il contenimento della diffusione del virus Sars CoV-2.

Gli ingressi al seggio sono regolati da un apposito addetto, di un **TERMOSCANNER** per la rilevazione della temperatura corporea dei votanti con un **sistema di allarme per temperature superiori ai 37.5°C e/o mancanza della mascherina**, – che consente l’ingresso a un numero di votanti tale da impedire ogni possibile assembramento.



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

AL TUO FIANCO OGNI GIORNO DI PIÙ.

SCIENZA E SALUTE**“L’ERNIA INGUINALE può guarire da sola”, Vero o Falso?**

Alcuni credono che l’ernia inguinale possa guarire da sola fino a scomparire, senza intervento chirurgico.

FALSO

L’ernia inguinale non guarisce e non si risolve spontaneamente, ma tende anzi a ingrandirsi, a diventare più dolorosa e a volte a complicarsi con il passare del tempo – spiega l’esperto.

Generalmente l’ernia richiede l’intervento chirurgico finalizzato a riparare la parete addominale per risolvere i sintomi e prevenire le complicanze.

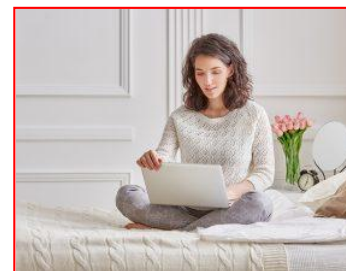
Queste ultime coinvolgono generalmente l’intestino e possono essere rappresentate da:

1. **ostruzione o incarcerazione**: una parte dell’intestino viene “incarcerata” nel canale inguinale causando sintomi di ostruzione (*dolore addominale, nausea, vomito*) oltre al rigonfiamento spesso doloroso dell’inguine
2. **strangolamento**: una parte dell’intestino viene “strangolata” dall’ernia e non riceve più l’apporto di sangue dai vasi. In questo caso è necessario ricorrere a un intervento d’urgenza, entro poche ore, per evitare la morte (necrosi) dei tessuti.

A seconda delle caratteristiche dell’ernia e del paziente stesso, il chirurgo sceglie quale tipo di intervento effettuare, cioè se usare la tecnica chirurgica tradizionale che prevede un’incisione nella sede dell’ernia (*detta via anteriore*) oppure la **tecnica laparoscopica**, che prevede l’accesso alla cavità addominale mediante piccoli fori.

Dopo l’intervento, solitamente viene consigliato al paziente di evitare sforzi fisici per alcune settimane, ma le abituali attività quotidiane possono essere riprese molto rapidamente.”

(Salute, Humanitas)

**PREVENZIONE E SALUTE****LO SAI CHE SALTARE I PASTI FAVORISCE L’EMICRANIA?**

Saltare i pasti, mangiare ad orari non regolari, o addirittura digiunare, possono diventare fattori scatenanti l’emicrania

Il calo glicemico conseguente a uno stile di vita non regolare, insieme a una **dieta** non bilanciata, favorisce la comparsa dell’emicrania. Sebbene non ci siano cibi che facciano scomparire il mal di testa, tuttavia associare trattamenti farmacologici a consigli per lo stile di vita e la dieta, aiutano gli emicranici cronici a gestire i sintomi. Pertanto, per ridurre intensità e frequenza degli **attacchi di emicrania** è preferibile:

1. *non saltare i pasti e non digiunare*
2. *mangiare ad orari regolari*
3. *consumare gli alimenti che si tollerano meglio*
4. *mai farsi mancare cibi freschi*
5. *ridurre alimenti ricchi di conservanti e additivi chimici*
6. *privilegiare frutta e ortaggi di stagione, legumi e cereali*
7. *consumare alimenti “detox” per depurare l’organismo come minestre, zuppe con legumi*



(Salute, Humanitas)

PREVENZIONE E SALUTE**QUAL È LA CAUSA DELL'HERPES SULLE LABBRA?**

Un virus «silente» risvegliato da stress, sole e stanchezza

La capacità di venire alla luce nei momenti meno opportuni: *all'inizio delle vacanze, alla vigilia di un incontro importante, quando siamo giù di corda per un'influenza.*

«L'Herpes labiale, la fastidiosa eruzione, conosciuta anche come "febbre delle labbra", è provocata dal virus Herpes simplex, che alberga silente nell'organismo e ha la tendenza a risvegliarsi in occasione di alcune circostanze» spiega il Marcello Monti, responsabile dell'Unità operativa di dermatologia dell'Istituto Clinico Humanitas di Milano.



Come si viene in contatto con il Virus?

«Il primo "incontro" con il virus avviene in genere nell'infanzia, quando per esempio si viene sbaciucchiati da qualcuno che ha un Herpes in atto o che sta per

venire. L'infezione questa prima volta non sempre si manifesta in modo chiaro, per cui è facile non accorgersi di nulla. A volte, invece, compare una stomatite.

Guarita l'infezione, il virus non viene però eliminato del tutto, ma riesce a insediarsi nei gangli nervosi periferici della zona dove è penetrato inizialmente e lì rimane inattivo, latente, finché non si pongono le condizioni per un suo risveglio.

I **fattori scatenanti** vanno dallo *stress psico-fisico* all'*esposizione eccessiva i raggi ultravioletti* - ragione per la quale è comune con l'arrivo della bella stagione, da un'*alimentazione scorretta* a uno *sforzo eccessivo*. Nelle *persone immunodepresse* gli herpes possono essere più frequenti e gravi.

Tra i soggetti a rischio non c'è solo chi è positivo per il virus dell'AIDS, ma anche chi è in cura con cortisonici o chemioterapici».

Come si riconosce? «L'Herpes labiale si presenta con *tipiche vescichette o bollicine*, in genere sulle labbra o in loro prossimità.

Talvolta le bollicine possono fare la loro comparsa in altre parti del viso e, raramente, colpire gli occhi, dove provocano la cheratite erpetica. Sulla pelle l'eruzione è preceduta da una sensazione di formicolio e bruciore che chi ha già avuto l'Herpes, di solito, riconosce in modo chiaro. Le bollicine tendono a rompersi e a seccarsi nell'arco di pochi giorni, lasciando poi crosticine che, infine, cadono senza lasciare tracce. Questo *ciclo dura in media una settimana se non si interviene in alcun modo*».

Si può attaccare l'Herpes ad altre persone?

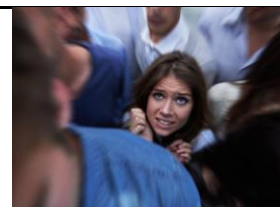
«Il lasso di tempo in cui si può trasmettere il virus ad altre persone è brevissimo, perché una volta comparse le bollicine, il virus torna subito

nei gangli nervosi.

Il contagio può avvenire solo attraverso il contatto diretto con il siero contenuto nelle bollicine e solo per i soggetti che non hanno ancora avuto contatto con il virus, come appunto i bambini. *Se si ha un Herpes labiale in atto si sconsiglia però di andare a trovare malati gravi o frequentare nursery*».

Che cosa si può fare? «Per accelerare la guarigione si può ricorrere ad *antivirali in crema*, che però funzionano solo se applicati alle prime avvisaglie perché poi il virus si ritira. Per favorire il riassorbimento delle vescicole, far cessare il prurito e favorire la guarigione si può applicare gel astringente a base di **cloruro d'alluminio**.

Per evitare di contagiare altri e di peggiorare la situazione è utile non grattarsi, evitare baci ed effusioni, non condividere stoviglie e asciugamani, non esporsi al sole e non applicare sulle lesioni rimedi "fai da te" non convalidati». (*Salute Corriere*)

SCIENZA E SALUTE**LE BENZODIAZEPINE POSSONO ESSERE USATE PER GLI ATTACCHI DI PANICO?**

Si corrono rischi di attenuazione dell'effetto nel tempo, abuso e crisi di astinenza. Per questo non sono considerati farmaci di prima scelta per chi soffre di disturbo di panico

Ho 23 anni e soffro di disturbi di ansia da circa tre anni e, ultimamente, anche di attacchi di panico «classici» con tachicardia, battiti oltre i 100 al minuto e così via. Ho assunto regolarmente Diazepam per più di un anno, ma da qualche tempo ho la sensazione di avere il «cuore debole» e ho paura anche a prendere 5-10 gocce. Potreste spiegarmi come agisce questo farmaco?

Risponde G. Cerveri, del dip. di Neuroscienze dell'ASST-Fatebenefratelli -MI

Per cominciare il **Diazepam** appartiene al gruppo degli ansiolitici benzodiazepinici.

La sua domanda mi permette, dunque, di riportare l'attenzione sulle benzodiazepine, una classe farmacologica molto utilizzata nella pratica clinica e composta da molecole diverse accomunate però dal medesimo meccanismo di azione.

Le benzodiazepine sono state introdotte in commercio negli anni Sessanta del secolo scorso.

Hanno mostrato immediatamente un enorme vantaggio in termini di tollerabilità rispetto alla classe farmacologica precedentemente utilizzata a scopo sedativo: **i barbiturici**.

Le benzodiazepine più note in uso in Italia sono il *Lorazepam*, il *Diazepam*, il *Delorazepam*, il *Lormetazepam*, l'*Alprazolam*, ma in commercio ne esistono molte altre.

Il meccanismo d'azione è unico e ben noto: tutte le molecole che appartengono a questa classe agiscono aumentando le azioni di una sostanza chimica naturalmente presente nel cervello:

- il **GABA** (*acido gamma-aminobutirrico*), un neurotrasmettitore, cioè un agente che trasmette i messaggi da un neurone a un altro. Il messaggio trasmesso è «inibitorio»: in pratica ai neuroni viene detto di rallentare gli impulsi nervosi o di smettere di generarli.

Questa azione svolta dal GABA viene amplificata in presenza di benzodiazepine, il che significa che la reattività neuronale di ampie aree del sistema nervoso centrale diminuisce.

COME AGISCONO Gli effetti che queste molecole sono in grado di produrre sono di quattro tipi:

1. *innanzitutto hanno un rapido effetto ansiolitico la cui durata dipende dal tempo che l'organismo impiega a eliminare la molecola assunta* (si va da poche ore a diversi giorni).
2. Il secondo effetto è «**ipnoinducente**»: se somministrate a dosaggi sufficienti e in tempi adeguati (la sera) le benzodiazepine sono in grado di indurre e mantenere il sonno, pur "alterandone l'architettura" cioè modificando il naturale alternarsi delle fasi di sonno leggero, profondo e REM (le fasi in cui si sogna).
3. Le benzodiazepine sono anche dei «**miorilassanti**», diminuiscono, cioè, la contrazione della muscolatura liscia del nostro corpo (l'effetto è in funzione del dosaggio), il che può portare a diminuzione della peristalsi, difficoltà nel controllo degli sfinteri, ma anche ad abbassamento della pressione e senso di debolezza.
4. Infine le *benzodiazepine possono proteggere dal rischio di crisi epilettiche*, anche se non sono farmaci di prima scelta per queste condizioni. L'effetto è simile per tutte le diverse molecole, la scelta del farmaco viene spesso operata in funzione della sua durata (poche ore - tutta la giornata) e della differente complessità metabolica per l'eliminazione.

CIRCOLO VIZIOSO: I problemi più frequentemente associati a questi farmaci sono: **il rischio di attenuazione dell'effetto nel tempo, l'abuso e le crisi di astinenza**.

Per questi motivi non sono considerati i farmaci di prima scelta per chi soffre di disturbo di panico, in quanto rischiano di produrre un circolo vizioso caratterizzato da continui aumenti di dosaggio o con perdita dell'effetto terapeutico in tempi brevi. (*Salute, Corriere*)

SCIENZA E SALUTE**L'INFEDELTÀ SI LEGGE IN FACCIA**

Uomini e donne con il viso più squadrato sono più sensibili al richiamo del sesso

Cornuti d'Italia (permetteteci la confidenza!), tirate un sospiro di sollievo.

D'ora in poi potreste avere un'arma in più per tenervi alla larga da **traditori seriali e mangiatrici di uomini**.

Al primo appuntamento portatevi gli occhiali da vista buoni e controllate bene le **proporzioni del viso** della persona che vi sta davanti:

- **se la faccia è squadrata, più larga che lunga, fate molta attenzione.**

Potreste avere a che fare con un soggetto dall'attività sessuale particolarmente vivace e impulsiva, che prende un po' sotto gamba il concetto di fedeltà.

**Lo dice la SCIENZA**

Se pensate che stiamo riciclando una vecchia teoria di **Cesare Lombroso** in salsa rosa e piccante, vi sbagliate di grosso.

Il Volto parla

A correlare l'anatomia del volto con l'infedeltà non è un controverso antropologo nostalgico della scienza di fine Ottocento, ma una seria **ricerca** dell'Università del Canada pubblicata su *Archives of Sexual Behavior*.

: Lo studio è solo l'ultimo di una serie che collega certe caratteristiche psicologiche e comportamentali con il **rapporto tra larghezza e lunghezza del volto**.

Diverse ricerche, ad esempio, hanno dimostrato che gli **uomini che hanno un viso squadrato** (*dunque un elevato rapporto fra larghezza e lunghezza della faccia*) tendono ad essere percepiti come più **aggressivi, dominanti, disonesti e perfino più attraenti come partner occasionali**.

Colpa degli ORMONI

Gli esperti attribuiscono queste differenze nelle proporzioni del viso a **variazioni dei livelli di testosterone** durante particolari momenti dello sviluppo, ad esempio durante la **pubertà**: del resto, questo ormone gioca un ruolo cruciale nel determinare i desideri e le attitudini sessuali dell'individuo adulto.

SESSO, AMORE & Co.

In questo nuovo studio, i ricercatori canadesi coordinati dallo psicologo Steven Arnocky hanno condotto due analisi separate su due campioni di studenti universitari.

La prima ha coinvolto **145 giovani sentimentalmente impegnati**: il loro **comportamento interpersonale e sessuale** è stato valutato attraverso un questionario e poi messo a confronto con le proporzioni del viso.

Faccia da TRADITORE

La seconda analisi è stata estesa a **314 giovani**, interrogati circa l'**orientamento sessuale**, il rapporto con l'**infedeltà** e il concetto di **senso senza amore**.

: I risultati indicano che il **rapporto fra larghezza e lunghezza del volto è un parametro efficace per valutare la sessualità**, sia negli uomini che nelle donne:

- **più la faccia è squadrata, più la persona è sensibile al richiamo del sesso.**

Negli uomini, in particolare, questa caratteristica si associa anche ad una maggiore predisposizione all'infedeltà e ai rapporti occasionali.

(OK, Salute e benessere)

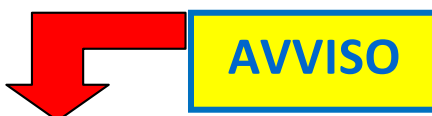
Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



Crediti ECM : farmaDAY AUTOFORMAZIONE 2020

Autoformazione e farmaDAY



Visto il successo di questa iniziativa che consente di acquisire crediti formativi attraverso la semplice lettura quotidiana del **FARMADAY** e di facilitare, di conseguenza, il soddisfacimento dell'obbligo formativo, il Consiglio direttivo dell'Ordine ha deliberato di proseguire con questa iniziativa anche nel triennio **2020-2022**.

COME ADERIRE

Per aderire è sufficiente richiedere la documentazione necessaria alla Segreteria ECM che svolge attività di **supporto GRATUITO** per tutti gli iscritti all'Ordine di Napoli per tutto ciò che riguarda gli ECM al seguente indirizzo mail: infoecm.ordna@gmail.com

Legambiente, Ordine, Federfarma: al via il progetto "A SCUOLA SICURI E SOSTENIBILI"



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli



AL VIA IL PROGETTO "A SCUOLA SICURI E SOSTENIBILI" COME SMALTIRE CORRETTAMENTE MASCHERINE E GUANTI, FORMAZIONE E LABORATORI NELLE SCUOLE DI NAPOLI E PROVINCIA

In continuità con la campagna di sensibilizzazione sul corretto conferimento delle mascherine svolta... Altro...

