



farmaDAY



FOFI 100 ANNI 1912-2012

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

Anno IX – Numero 1903

Venerdì 16 Ottobre 2020 – S. Edvige, Margherita

AVVISO

Ordine

1. Ordine: Autoformazione
2. ENPAF: iniziative

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Chi fa lunghi sbadigli è più intelligente
- 4.



Prevenzione e Salute

5. Le cure per la miopia: occhiali, lenti e chirurgia
6. Allattamento al seno: nessun rischio se la mamma ha il covid-19
7. Così il dentifricio può salvarvi la vita.

GUACCI.
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

Chi se 'mpiccchia resta 'mpicciato.

Chi fa LUNGHI SBADIGLI è più intelligente

La durata dello sbadiglio è influenzata dalle dimensioni del cervello e dal numero dei neuroni presenti al suo interno

Chi fa lunghi sbadigli potrebbe essere più intelligente. La durata di questo fenomeno fisiologico, infatti, potrebbe rappresentare un segnale delle facoltà cognitive dei mammiferi. Lo sostengono i ricercatori in uno studio pubblicato sulla rivista *Biology Letters*.

Gli autori evidenziano, in particolare, che

➤ *la lunghezza dello sbadiglio dipende dal peso del cervello e dal numero di neuroni corticali, non dalle dimensioni corporee di chi lo produce.*

Nel corso della ricerca, gli scienziati hanno analizzato i dati raccolti da un'indagine precedente condotta su 29 mammiferi, che aveva misurato il **peso del cervello** di tutti gli animali coinvolti.

Hanno poi esaminato diversi filmati che ritraevano 177 mammiferi, appartenenti a 24 specie diverse, intenti a sbadigliare. Hanno così potuto valutare la durata di **205 sbadigli**, che è stata confrontata con i valori ottenuti dalle misurazioni cerebrali.

Al termine dell'analisi, hanno scoperto che la **durata media** degli sbadigli:

- degli **esseri umani** è di quasi **sette secondi**,
- quella degli **elefanti** di sei,
- quella di **cammelli e scimpanzé** di circa cinque.
- gli sbadigli più brevi sono quelli dei **topolini**, durano **soltanto 0,8 secondi**.

L'indagine ha permesso di scoprire che la durata dello sbadiglio è influenzata dal peso del cervello e dal numero dei neuroni presenti nello strato cerebrale esterno, mentre **non è correlata alle dimensioni del corpo**. Inoltre, i ricercatori hanno scoperto che la durata dello sbadiglio dei primati tende a essere più lunga e variabile rispetto a quella degli altri mammiferi.

Gli sbadigli di gorilla, cavalli ed elefanti risultano più brevi di quelli delle persone, perché il loro cervello è **più piccolo di quello umano**. (Sole 24 ore)



PREVENZIONE E SALUTE**LE CURE PER LA MIOPIA: OCCHIALI, LENTI E CHIRURGIA**

La miopia è difetto della vista molto comune che può essere causato sia dalla predisposizione familiare, sia da comportamenti scorretti; infatti, nei bambini la miopia può essere indotta anche da sforzi prolungati, come leggere con poca luce o con il testo troppo vicino al viso.

**È possibile prevenirla l'insorgenza o limitarne il peggioramento?
E ancora, una volta manifestata la malattia, quali alternative ci sono all'utilizzo di occhiali e lenti a contatto?**

Ce ne parla il dr [Rosario Urso](#) dell'équipe di Oculistica di Humanitas.

Che cos'è la miopia?

La miopia è un difetto di rifrazione dell'occhio che determina l'incapacità di mettere a fuoco gli oggetti posti ad una certa distanza. Questo accade perché l'immagine di ciò che un miope osserva, si forma davanti alla retina anziché su di essa. Chi soffre di miopia infatti, gode generalmente di una buona visione da vicino mentre gli appaiono sfocati gli oggetti lontani.

La gravità del difetto visivo viene misurata in **diottrie**, numeri preceduti dal segno meno, che sono anche le indicazioni presenti nella prescrizione di un paio di occhiali o delle lenti a contatto.

Quando la miopia va da 0 a -6 diottrie si definisce **leggera o scolare**, mentre quando supera le -6 diottrie viene definita **grave o patologica**:

- **in quest'ultimo caso può peggiorare fino a raggiungere il valore di -30 diottrie.**

Quali sono i sintomi della miopia?

Oltre a una ridotta capacità di visione da lontano, la miopia può essere accompagnata da **mal di testa ricorrenti, tendenza a strizzare gli occhi e fastidio di fronte alla luce**. Se si manifesta già intorno ai **5 o 6 anni** si parla di miopia patologica, mentre quando insorge in **età adolescenziale** tende a non superare le sette diottrie e a stabilizzarsi alla fine dello sviluppo.

Quali sono le cause della miopia?: La miopia può essere causata da una **predisposizione genetica** e per questo c'è la probabilità che nei figli di genitori miopi compaia lo stesso difetto della vista. La miopia però può essere provocata anche da **sforzi prolungati**, come per es. la lettura con luce scarsa o i lavori di precisione svolti osservando a lungo oggetti tenuti molto vicino al viso.

Prevenire la miopia

Poiché la miopia può manifestarsi anche per **cause genetiche**, non è possibile prevenirla del tutto. I genitori possono comunque stare attenti a diversi fattori che potrebbero contribuire a ritardarne l'insorgenza nei figli o a limitarne la gravità: per esempio evitando l'affaticamento degli occhi durante la lettura, che andrebbe svolta con un'**illuminazione adeguata** e con una **distanza del libro dagli occhi di almeno 30 cm**, e moderando il numero di ore passate da bambini e ragazzi davanti agli schermi.

È consigliato anche **passare del tempo all'aria aperta**, in modo da costringere l'occhio a sfruttare la messa a fuoco da lontano e il campo periferico, limitando così la tendenza degli occhi ad abituarsi alle brevi distanze che avviene passando del tempo in ambienti chiusi.

Curare la miopia: Il difetto visivo causato dalla miopia si può ovviare tramite l'**utilizzo di occhiali e lenti a contatto**. Oggi esistono però anche tecniche come la **chirurgia refrattiva con laser a eccimeri**, che rimodellando la curvatura della cornea possono correggere non solo la miopia ma anche gli altri difetti visivi come **astigmatismo e ipermetropia**.

Non tutti però possono essere sottoposti a questo intervento, perciò è necessario valutare se intraprendere questo percorso dopo il consulto con uno specialista.

Esiste inoltre la possibilità di inserire in modo permanente **lenti intraoculari**, ovvero lenti simili a quelle a contatto che però vengono introdotte nell'occhio tramite una **microincisione**. (*Salute, Humanitas*)



PREVENZIONE E SALUTE

ALLATTAMENTO al SENO: Nessun Rischio se la MAMMA ha il Covid-19

I benefici determinati dall'allattamento al seno superano i (pochi) rischi derivanti dall'eventuale contagio materno. Allattare è comunque possibile: ecco come.

Allattare il proprio neonato al seno è la scelta più orientata alla salute che ogni mamma può compiere: anche durante la pandemia di **Covid-19**.

Nutrirlo al proprio seno rimane sempre la soluzione migliore, anche per quelle mamme chiamate a partorire in concomitanza con l'infezione da **Sars-CoV-2**.

Il rischio di contagiare il proprio bambino è molto basso e comunque di gran lunga inferiore ai benefici che il latte materno è in grado di apportare.

I BENEFICI DEL LATTE MATERNO

I **bambini** nutriti con latte materno si ammalano generalmente meno di quelli che ricevono una **formula artificiale**.

Questa protezione, inoltre, non si limita al solo periodo dell'allattamento, ma si prolunga nel tempo. Gli effetti benefici, in buona sostanza, arrivano a riguardare **malattie** che si manifestano nell'età adulta.

E in molti casi sono commisurati al periodo dell'allattamento:

- quanto più a lungo le mamme allattano i propri bambini, tanto più sono evidenti. La protezione non riguarda soltanto le **malattie infettive**.

I bambini allattati al seno, infatti, sono meno esposti anche al **diabete**, ad alcuni tipi di **tumore**, soffrono meno di **obesità** e sono dotati di un **quoziente intellettuale** più alto a parità di altri fattori (ambientali e genetici).

Anche le mamme ricevono numerosi benefici dall'allattamento al seno, al punto da vedere ridursi il rischio di ammalarsi di **tumore dell'ovaio** e della **mammella**.

E hanno meno complicanze derivanti dall'**osteoporosi** dopo la **menopausa**.

Anche per le mamme, come per il bambino che è stato nutrito con latte materno, questi **effetti protettivi** sono tanto maggiori quanto più a lungo hanno allattato al seno.

TUTELARE L'ALLATTAMENTO AL SENO

L'attuale epidemia di Sars-CoV-2 sta imponendo lo sforzo di coniugare la promozione dell'allattamento con un corretto approccio igienico, che limiti il **contagio per via aerea** e per contatto con le **secrezioni respiratorie**.

«La paura della pandemia da Covid-19 e le misure adottate per contrastare la diffusione del virus hanno avuto un forte impatto psicofisico sulle mamme e sulle pratiche connesse alla nascita, in particolar modo sull'allattamento al seno.

Nonostante il lavoro di sensibilizzazione svolto, abbiamo riscontrato una significativa diminuzione dei progressi fatti negli ultimi anni nell'allattamento materno».

La **comunità scientifica** non ha dubbi: anche le donne con Covid-19 possono allattare al seno.

Anzi, dovrebbero, per tutta quella serie di benefici che superano il rischio legato al possibile contagio. Rischio peraltro gestibile, rispettando due indicazioni:

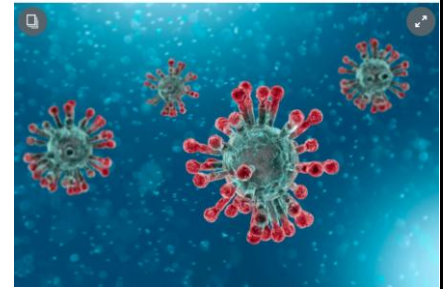
- **indossare la mascherina chirurgica e lavare le mani** (in modo accurato e frequente).

Accortezze che - mettono in guardia gli esperti: ginecologi e neonatologi - è bene che seguano tutte le donne. A partire dalla **gravidanza** per finire al periodo dell'allattamento.



MOLTO RARA LA TRASMISSIONE CON IL LATTE MATERNO

In presenza di una mamma positiva al **coronavirus**, dunque, l'ipotesi della **separazione dal neonato** (in ospedale o a casa, dopo le dimissioni) è tutt'altro che scontata. Anzi, andrebbe evitata finché possibile, poiché l'**isolamento della donna** e la riduzione del **contatto pelle a pelle** «possono costituire degli importanti impedimenti ad un corretto e fisiologico avvio della lattazione».



A ciò occorre aggiungere che, sebbene le evidenze non siano ancora consolidate, le probabilità che una **mamma positiva** (adottando le precauzioni indicate) possa trasmettere l'infezione al neonato sono quasi trascurabili. L'ultima conferma giunge da uno studio italiano in uscita sulla rivista **Frontiers in Pediatrics**, condotto incrociando le informazioni relative alla presenza del Sars-CoV-2 nel latte materno con le condizioni cliniche dei bambini che vi si nutrivano.

Analizzando i **campioni** tratti da **14 mamme risultate positive dopo il parto** e controllando lo **stato di salute dei neonati** nel primo mese di vita, il latte contenuto in 13 di questi è risultato negativo.

E tutti i neonati allattati al seno - seguendo le regole raccomandate - non hanno mostrato **segni di malattia**. Soltanto in un caso i neonatologi e i virologi dell'ospedale Sant'Anna di Torino - che hanno coordinato lo studio - hanno identificato la presenza dell'**Rna virale**.

Il bambino che l'ha assunto non ha comunque sviluppato alcun sintomo del Covid-19 ed è risultato negativo al doppio tampone al termine delle prime sei settimane di vita.

COME COMPORTARSI SE LA MAMMA HA I SINTOMI DEL COVID-19?

Questi dati confermano dunque l'indicazione ad allattare al seno un figlio, anche se si è positive al **Sars-CoV-2**. A fronte di prove non ancora definitive, potrebbe invece essere necessario porre qualche cautela in più nel caso in cui la mamma manifesti i sintomi del Covid-19.

In attesa dell'esito del **tampone**, la Società Italiana di Neonatologia raccomanda di separare il bambino dalla mamma fino al risultato del test di laboratorio.

In questo tempo, il neonato andrebbe tenuto nel reparto di **neonatologia** (se non presenta alcun sintomo) o nell'unità di **terapia intensiva neonatale** (se mostra le manifestazioni respiratorie probabilmente riconducibili all'infezione).

Come alimentarlo, nel frattempo?

Sempre con il latte materno, **raccolto a mano** o con il **tiralatte elettrico**. In questo modo si stimola comunque la produzione dell'alimento e si nutre il neonato nel modo più indicato, in attesa di capire se la mamma potrà allattarlo subito dopo aver scoperto l'esito del tampone o meno (a seconda dei sintomi, si decide quando ricongiungerla al bambino).

IN CALO LE DONAZIONI DI LATTE MATERNO

L'epidemia di Covid-19 ha avuto conseguenze anche sulla **donazione del latte materno** e sull'attività delle banche del latte umano donato. Le donazioni sono diminuite in maniera significativa nei mesi scorsi e il volume di latte raccolto durante questo periodo si è ridotto.

Per due ragioni, dopo l'iniziale sospensione del servizio:

- **la paura delle mamme di recarsi in ospedale e alcuni dubbi sulla sicurezza del latte donato.**

Ma Mosca rassicura:

«La donazione di latte materno, essenziale per i neonati che non possono essere allattati al seno e in particolare per i **nati pretermine**, è una pratica esente da rischi anche nel corso della pandemia.

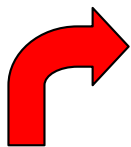
L'intero processo è infatti sottoposto a scrupolose procedure di controllo, effettuate sia sulle **donatrici** sia sul **latte donato**».

(Salute, Fondazione Veronesi)

PREVENZIONE E SALUTE**COSÌ IL DENTIFRICO PUÒ SALVARTI LA VITA**

Rimuovere efficacemente la placca fa diminuire l'infiammazione in tutto il corpo, e forse ci salva da ictus e infarto

La salute dei denti è importante, ma quanto importante esattamente per la SALUTE DEL RESTO DEL CORPO?



Per decenni la ricerca ha suggerito l'esistenza di un **legame tra salute orale e malattie infiammatorie** che colpiscono tutto il corpo, in particolare infarti e ictus.

Possibile che il modo in cui usiamo (o non usiamo) spazzolino e dentifricio possa determinare il nostro rischio di avere un **attacco di cuore o un infarto cerebrale?**

Uno studio appena pubblicato sull'*American Journal of Medicine* sembra confermare che qualche **legame in effetti ci sia**.

STUDIO: I ricercatori hanno condotto un trial randomizzato con un **dentifricio in grado di identificare la placca**.

In pratica utilizzandolo vengono rese evidenti sulla dentatura le zone dove si trova la placca e in questo modo è possibile concentrare lo spazzolamento lì dove serve per rimuoverla.

Così facendo si **riduce ovviamente la placca** ma la cosa interessante è che con essa si **riduce anche l'infiammazione** in tutto il corpo.

A due gruppi di persone è stata assegnata in modo casuale una fornitura per 60 giorni

- *del dentifricio rivelatore*
- *di un altro tipo di dentifricio che si presentava in modo identico ma non conteneva il rivelatore di placca.*

Dopo l'uso, la placca dentale veniva rilevata in tutti i soggetti grazie a uno specifico collutorio e l'impiego di lampade a luce nera.

L'infiammazione è stata verificata misurando i livelli della **proteina hs-CRP**, un marcatore sensibile per attacchi di cuore e ictus futuri.

RISULTATI: Chi **aveva usato il dentifricio rivela-placca Plaque HD** aveva meno placca ma anche **livelli inferiori della proteina** che indica uno stato infiammatorio rispetto a coloro che, pur lavandosi i denti, non erano aiutati nello snidare la placca invisibile e quindi riuscivano a rimuoverne meno.

Sulla base di questi risultati Hennekens, autore di uno studio pubblicato nel 1997 su aspirina, infiammazione e malattie cardiovascolari che il *New England Journal of Medicine* ha da poco classificato come il lavoro originale più influente pubblicato dalla rivista negli ultimi 20 anni, spera di ottenere un assegno di ricerca per avviare un altro studio randomizzato su **larga scala** con il **dentifricio Plaque HD**.

Lo scopo sarà quello di entrare un po' più nello specifico e verificare se il suo uso sia in grado di **ridurre il rischio di infarto e ictus**. (*Salute, Panorama*)

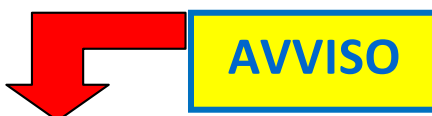
Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

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

Riclassificazione del Medicinale per uso umano Ellaone



Roma, 12.10.2020

Ufficio: DOR/PF
Protocollo: 202000008691/AG
Oggetto: Determina AIFA 8 ottobre 2020 – Riclassificazione del medicinale per uso umano Ellaone

Circolare n. 12545
8.4
IFO SI

AI PRESIDENTI DEGLI ORDINI
DEI FARMACISTI

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

LORO SEDI

AIFA:

abolito l'obbligo di ricetta per il medicinale Ellaone (pillola dei cinque giorni dopo).

Si informa che l'AIFA, con determina 8 ottobre 2020, pubblicata nella G.U. n. 251 del 10 ottobre u.s. (cfr all. 1), ha modificato il regime di fornitura del medicinale per uso umano Ellaone (ulipristal).

Da domenica 11 ottobre u.s., dunque, il farmaco - utilizzato per la contraccezione di emergenza fino a cinque giorni dopo il rapporto - è classificato come segue: "*Medicinale non soggetto a prescrizione medica ma non da banco (SOP)*".

La dispensazione del medicinale deve avvenire contemporaneamente alla consegna di un opportuno materiale informativo sulla contraccezione, il cui modello è allegato alla determina sopra citata (cfr all. 1). Detto materiale informativo - che come precisato dall'Agenzia ha lo scopo di promuovere una contraccezione informata ed efficace ed evitare un uso inappropriato della contraccezione di emergenza (cfr all. 2) - deve essere allegato alle singole confezioni di Ellaone e deve essere consegnato alle pazienti, da parte del farmacista, in formato cartaceo al momento della dispensazione delle singole confezioni del medicinale.

Si segnala, infine, che per il farmaco in questione è stato autorizzato l'esaurimento delle scorte. I lotti già prodotti alla data del 10 ottobre possono essere mantenuti in commercio fino alla data di scadenza del medicinale indicata in etichetta.

Cordiali saluti.

IL SEGRETARIO
(Dr. Maurizio Pace)

IL PRESIDENTE
(On. Dr Andrea Mandelli)



ENPAF, da incentivi Occupazione a Sostegni per COVID, le decisioni del CdA di Settembre

Il Consiglio di amministrazione dell'Enpaf, nella seduta del 29 settembre scorso, ha assunto alcune decisioni rilevanti per i suoi associati.

Borse di Studio: la prima è l'approvazione del bando per le **borse di studio** relative all'anno scolastico/accademico 2018/2019, che prevede l'assegnazione di 115 borse per uno stanziamento complessivo pari a **200 mila euro**.

Gli interessati devono presentare domanda, a pena di esclusione, esclusivamente a mezzo **Posta elettronica certificata** all'indirizzo posta@pec.enpaf.it, entro e non oltre il **16 Novembre 2020**.

Dovrà essere utilizzata esclusivamente la modulistica approvata dall'Enpaf, disponibile sul sito dell'ente.

Ulteriori informazioni sul bando sono consultabili collegandosi a [questo link](#), dal quale si può anche procedere al [download della modulistica](#) di presentazione della domanda.

[Misure a sostegno della categoria per l'emergenza Covid 19](#)

Un'altra importante decisione riguarda lo stanziamento del Fondo calamità naturali, che è stato integrato con l'importo di **1.000.000 di euro**.

Il Fondo è destinato a finanziare ulteriormente le misure straordinarie a sostegno della categoria per l'emergenza sanitaria da Covid-19 [deliberate dal Consiglio di amministrazione il 23 aprile 2020](#).

L'iniziativa terminerà con la fine dello stato di emergenza sanitaria da Covid-19 sul territorio nazionale, le domande per ottenere i contributi previsti potranno essere presentate entro il termine di decadenza di sei mesi dalla cessazione dello stato di emergenza.

[Interventi per favorire l'occupazione, integrazione dello stanziamento](#)

Con la deliberazione del CdA n. 70/2018 successivamente modificata con la deliberazione n. 68/2019 l'Enpaf ha dato attuazione a quanto stabilito dal proprio Regolamento di assistenza in materia di sostegno all'occupazione. La misura ha l'obiettivo di incentivare con un contributo fissato in percentuale sugli oneri salariali sostenuti i rapporti di lavoro a tempo indeterminato – sia le nuove assunzioni sia le trasformazioni di precedenti rapporti di lavoro a termine – stipulati successivamente al **1° Gennaio 2019**.

L'assunzione deve riguardare un **farmacista di età non superiore a trenta anni** o un **farmacista di età pari o superiore a cinquant'anni disoccupato da almeno sei mesi**.

Ulteriori informazioni sull'iniziativa [sono disponibili a questo link](#), dal quale è possibile anche scaricare [il modulo per la domanda attivare il link](#).

Il CdA ha integrato di ulteriori **300 mila euro** lo stanziamento da destinare all'iniziativa.

[Emapi, copertura temporanea causa morte](#) –

L'Enpaf ha completato l'attuazione del piano di **welfare integrato** previsto nel proprio Regolamento di assistenza.

L'art.19, infatti, impegna l'ente ad assicurare ai propri iscritti e pensionati una tutela sanitaria integrativa per *grandi eventi morbosi e grandi interventi chirurgici, una copertura per il caso di invalidità permanente e infine la tutela per il caso di non autosufficienza*.

Mancava la tutela per il caso morte, ma nel corso della seduta del 29 Settembre l'ente ha ovviato decidendo di aderire alla convenzione stipulata da **Emapi (Fondo Sanitario)** con **la Società Cattolica di Assicurazione** per tutela temporanea causa morte riservata agli iscritti e ai pensionati Enpaf, l'attivazione è prevista dal **1° Gennaio 2021** saranno esclusi dalla copertura unicamente i soggetti che al 1° gennaio 2021 abbiano già compiuto i 75 anni di età.

Anche in questo caso il premio è a carico dell'Ente, l'ammontare della copertura è fissata a **11.500,00**. Ulteriori informazioni potranno essere acquisite sul sito di [Emapi](#). La domanda va indirizzata a Emapi.