



farmaDAY



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

Anno IX – Numero 1946

Giovedì 17 Dicembre 2020 – S. Lazzaro

AVVISO

Ordine

1. Ordine: Comunicazione PEC
2. ENPAF: Welfare integrativo
3. Ordine: Covid-19 - Dati
4. Ordine Tampone gratuito

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

5. Caffaina e Aloe per dimagrire, lo sai che non sono efficaci?
6. È vero che sta Cambiando il modo di trattare l'INFARTO?



Prevenzione e Salute

7. Appendicite: i sintomi cui prestare attenzione
8. Raffreddore e influenza: i consigli per la salute orale
9. Frutta, verdura e pesce (e zuppe) aiutano chi soffre di endometriosi.

GUACCI.
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

'A scopa nova scopa buono sulo tre gghiùrne.

CAFFEINA e ALOE per dimagrire, lo sai che non sono efficaci?

Caffeina e aloe, assieme a molte altre sostanze quali guaranà, fucus, tarassaco, finocchio e pilosella, sono la base di molti prodotti per dimagrire.



Questi prodotti – spiega la dott.ssa [Elisabetta Macorsini](#), biologa nutrizionista presso Humanitas Mater Domini Castellanza e Humanita. –

❖ **non sono né efficaci, né sicuri**, come ha già dichiarato il Ministero della Salute nel 2017 specie se combinati tra loro.

Caffeina, aloe, guaranà, rabarbaro e altre sostanze meno note, combinate insieme per creare preparati galenici, cioè realizzati in farmacia, non hanno dimostrato di essere sicure per la salute di chi le assume.

Come dichiarato dall'AIFA e dall'Istituto Superiore della Sanità non solo non esistono evidenze scientifiche che queste preparazioni siano efficaci per dimagrire, ma la combinazione tra le varie sostanze ritenute innocue, può portare ad effetti collaterali spiacevoli per chi li assume.

Questi prodotti, infine, se anche hanno un effetto dimagrante, tuttavia non è duraturo e si ritorna a prendere peso quando si smette di assumerli. Il desiderio comune a molti di dimagrire rapidamente e senza sforzo ha contribuito a mitizzare questi prodotti.

Tuttavia, per **perdere peso** è necessario cambiare il proprio stile di vita, unendo attività fisica regolare ad abitudini alimentari sane eliminando alcolici, bevande zuccherate, prodotti confezionati, junk food, e concedendosi uno strappo alla regola solo di tanto in tanto.

In questo modo si avranno risultati soddisfacenti sotto ogni punto di vista, senza effetti collaterali e guadagnando il benessere generale di tutto il corpo. *(Salute, Humanitas)*

aqma
ITALIA SPA
STARTUP INNOVATIVA NAPOLETANA e
GIOVANE MULTINAZIONALE FARMACEUTICA

ha avviato la sua prima campagna di
EQUITY CON **3U** BACKTOWORK
CROWDFUNDING

DIVENTA SOCIO
www.backtowork24.com

<https://www.backtowork24.com/online-campaign.php?c=111-aqma>

PREVENZIONE E SALUTE

APPENDICITE: I SINTOMI CUI PRESTARE ATTENZIONE

Tra le infiammazioni che riguardano l'apparato digerente, l'appendicite è una delle più comuni.

Di per sé patologia benigna, l'appendicite può andare incontro a evoluzioni severe:

- *imparare a riconoscere i sintomi e capire cosa fare diventa quindi molto importante.*

Cos'è l'appendicite?

L'appendicite è un'infezione dell'appendice, una piccola estroflessione che si trova nel punto in cui l'intestino tenue si unisce all'intestino crasso.

Se non viene adeguatamente trattato, questo disturbo può evolvere, creando un ascesso in quella zona dell'intestino, oppure perforandosi, cosa che porterebbe al rilascio di materiale infetto e fecale nella cavità addominale e, di conseguenza, a un quadro di peritonite acuta.

Quali sono i sintomi dell'appendicite?

Il sintomo più comune dell'appendicite è un

- ❖ **dolore molto forte a livello dell'ombelico e nella parte inferiore dell'addome di destra.**

Tuttavia, nelle donne in gravidanza e negli anziani, potrebbe succedere che il dolore addominale non sia presente, mentre è molto comune nei bambini e nei ragazzi giovani.

Altri sintomi a cui prestare attenzione possono essere

- ❖ **nausea, vomito, febbre sopra i 37.7 gradi.**

Alcune persone, infine, possono manifestare un dolore addominale localizzato che aumenta con un colpo di tosse, o mentre si cammina.

Appendicite: diagnosi e trattamento

Il medico valuterà la situazione effettuando una **manovra manuale di pressione sull'addome**, chiamata **segno di Mc Burney**.

«Se questo segno è evidente, ovvero il paziente sente un aumento del dolore quando il medico rilascia la pressione, viene posta diagnosi di appendicite e di conseguenza indicazione all'intervento chirurgico; in caso di dubbio possono essere effettuati esami del sangue, ecografia e TC».

L'**intervento chirurgico** di asportazione dell'appendice infiammata, detto appendicectomia, avviene in **laparoscopia**, e servirà a evitare le complicanze dell'ascesso e della peritonite.

L'intervento prevede tre piccole incisioni, di pochi millimetri ciascuna, e consente al paziente di tornare a casa – se l'appendicite non è particolarmente complicata – il giorno dopo l'operazione, per recuperare completamente dopo una settimana.

(Salute, Humanitas)



PREVENZIONE E SALUTE**RAFFREDDORE e INFLUENZA:
i CONSIGLI per la SALUTE ORALE**

Con raffreddore e influenza è importante prendersi cura del proprio corpo, ma non bisogna trascurare la propria salute dentale.

Ecco i consigli degli specialisti del [Dental Center di Humanitas Rozzano](#).

Tosse e sciroppi: attenzione allo zucchero

In caso di tosse lo specialista di riferimento potrebbe prescrivere la somministrazione di uno sciroppo.

Molti di questi, però, contengono zucchero in gran quantità: più a lungo restano in bocca, più i batteri che causano la carie hanno il tempo di nutrirsi di quello zucchero.

Sarebbero **da evitare** ingredienti come fruttosio o sciroppo di mais, chiedendo consiglio al medico o al farmacista.

Acqua o collutorio in caso di vomito

In caso di influenza intestinale – ma, in vero, anche di altre malattie – potrebbe comparire **il vomito**.

Si potrebbe pensare che, quando si ha appena avuto un episodio di vomito, è il caso di lavarsi i denti immediatamente, e invece è meglio aspettare.

Quando si ha un attacco di vomito, gli acidi dello stomaco vengono a contatto con i denti e, se lavati troppo presto, c'è il rischio di strofinare quell'acido su tutto il guscio esterno dei denti.

In questi casi è meglio sciacquare la bocca con acqua, oppure con un collutorio diluito, e spazzolare i denti dopo circa 30 minuti.

Fondamentale l'idratazione contro la bocca secca

I motivi per cui è importante mantenersi idratati, anche in caso di influenza, sono molti, tra i quali il prevenire la secchezza delle fauci.

La **secchezza delle fauci**, oltre a essere fastidiosa, può aumentare il rischio di carie.

I farmaci assunti per il raffreddore o l'influenza, come **antistaminici, decongestionanti o analgesici**, potrebbero anche seccare la bocca:

❖ *bere molta acqua aiuterà a mantenere la salivazione ottimale e a ovviare a questo problema.*

Attenzione a tè e tisane

Una delle soluzioni anti malessere più amate è quella di bere una bevanda calda, come un **tè o una tisana**. Anche in questo caso, **è bene evitare di aggiungere zucchero o limone:**

❖ lo zucchero può aiutare ad alimentare i batteri che causano la carie e il limone invece possiede sostanze acide che è meglio evitare.

(Salute, Humanitas)



SCIENZA E SALUTE**È vero che sta Cambiando il modo di trattare l'INFARTO?**

Cambio di strategia per circa 80.000 italiani colpiti ogni anno dalla forma più diffusa di infarto: una coronarografia tempestiva consente migliore prognosi indipendentemente dalla tempistica del trattamento farmacologico

Ma è vero? Di cosa si tratta di preciso?

Mio nonno ha già avuto due avvisaglie e ci hanno detto che è a rischio, per questo siamo molto interessati.

Lo studio **DUBIUS**, sta cambiando le linee di trattamento della forma più frequente d'infarto, quella in cui l'arteria non è completamente ostruita (NSTEMI).

Si tratta di uno studio indipendente, approvato dall'Agenzia Italiana del Farmaco, che ha coinvolto circa 1500 pazienti in 30 centri su tutto il territorio nazionale.

Si confrontano due strategie:

1. **una di pre-trattamento a tappeto dei pazienti con due farmaci antiaggreganti piastrinici** (che servono a rendere il sangue più fluido)
2. **una che prevede la somministrazione di un singolo farmaco antiaggregante**, seguito da coronarografia precoce e, in base al risultato di quest'ultima, dalla somministrazione individualizzata del secondo farmaco (laddove opportuno).

RISULTATI: lo studio ha dimostrato, cambiando così le precedenti linee guida di trattamento dell'infarto, che la **somministrazione indiscriminata di una duplice terapia antiaggregante non è superiore**, in termini di prognosi del paziente, a una strategia terapeutica cucita sartorialmente sul malato in base al risultato della coronarografia.

Gli infartuati italiani hanno esiti migliori rispetto alla media europea.

Per quanto riguarda il **nonno**, è bene sottolineare che *in caso di dolore toracico, senso di oppressione retrosternale o sintomi equivalenti* come improvvise e prolungate mancanze di respiro, è innanzitutto fondamentale chiamare il 118.

Solo in questo modo sarà possibile arrivare a una precisa diagnosi sulla sua condizione. Poi, in base al triage, potrà essere ospedalizzato dopo esecuzione di adeguato screening per Covid-19 (*tampone rapido molecolare o antigenico eseguito in Pronto Soccorso*).

Come procedere se la probabilità di infarto è alta.

In caso di un'alta probabilità di infarto dovrà essere ricoverato in Unità Coronarica e sottoposto ad angiografia coronarica precoce, idealmente entro 24 ore.

L'esame andrà preferibilmente eseguito attraverso l'arteria radiale (*ossia tramite un accesso sul polso*), senza essere pretrattato con due farmaci antiaggreganti, ma soltanto con **aspirinetta**.

Con la visualizzazione dell'anatomia coronarica ci si potrà poi trovare di fronte a tre scenari.

1. Nel primo, il paziente necessita di una **rivascolarizzazione mediante l'impianto di uno o più stent**; la procedura verrà eseguita immediatamente e subito dopo al paziente sarà somministrato il secondo farmaco antiaggregante piastrinico.
2. Nel secondo, la patologia coronarica necessita di una **rivascolarizzazione chirurgica**, ossia tramite *bypass aortocoronarico*; in questo caso il paziente avrà un rischio di sanguinamento minore, considerato che il secondo farmaco antiaggregante piastrinico non è stato somministrato.
3. Nel terzo, le coronarie sono sane oppure c'è indicazione a proseguire con la sola **terapia medica** e dunque non è necessaria alcuna rivascolarizzazione.

(Salute, Corriere)



PREVENZIONE E SALUTE**FRUTTA, VERDURA E PESCE (E ZUPPE) AIUTANO CHI SOFFRE DI ENDOMETRIOSI**

La malattia colpisce il 10 per cento delle donne in età fertile e, oltre al dolore, causa problemi di fertilità. Da preferire i cibi che abbassano i livelli infiammatori

Il legame tra dieta ed endometriosi è ancora dibattuto in ambito scientifico.

La malattia colpisce fino al dieci per cento delle donne in età fertile, anche se ha manifestazioni cliniche solo in un terzo circa dei casi ed è **causata dalla migrazione di tessuto endometriale**.

Le cellule si impiantano di solito sul peritoneo e sulla superficie degli organi pelvici, si moltiplicano e possono infiammarsi. Tra i sintomi ci sono il dolore, non solo durante il ciclo mestruale, i problemi di infertilità.

Gli studi incorso

«Le regole per una dieta “su misura” per le pazienti affette da endometriosi trovano molto spazio nella comunicazione — spiega Fabio Parazzini, ginecologo del Policlinico e professore associato di Ginecologia all’ Università degli Studi di Milano —.

Si ritiene che un’alimentazione controindicata per altre malattie dipendenti dagli ormoni, con molti grassi animali e poca frutta e verdura, possa essere associata anche a un maggior rischio di sviluppare endometriosi. **Il problema clinico è: modificando la dieta i sintomi migliorano?**

Stiamo conducendo un ampio studio per approfondire questo tema e anche l’impatto dell’attività fisica».

Poca carne rossa

È comunque già possibile dare indicazioni per riempire il carrello della spesa invernale con alimenti adatti a non peggiorare il problema. «C’è una buona evidenza sul **rischio correlato all’alcool** — dice Parazzini—. Due o tre bicchieri al giorno aumentano la probabilità di sviluppare endometriosi clinica».

E sulla base di quanto è noto per altre malattie ormone-dipendenti è possibile completare la lista. «È bene **evitare il consumo frequente di carni rosse, sì invece a frutta e verdura e al pesce**, il cui grasso “contrastava” le prostaglandine che favoriscono le lesioni dell’endometriosi».

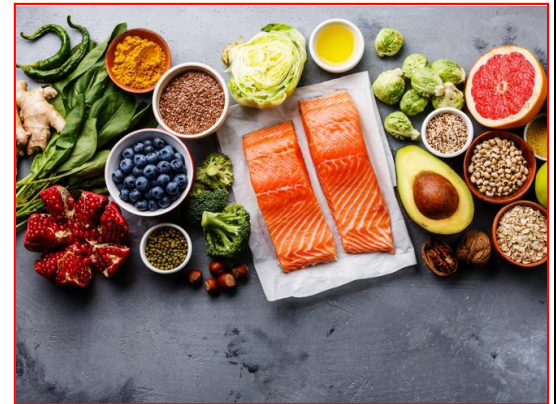
È importante, in ogni caso, scegliere alimenti che tendano a diminuire lo stato di infiammazione cronica latente.

Mirtilli antinfiammatori

«Frutta e verdura non devono mai mancare — rimarca Laura Agape, dietologa di Humanitas Medical Care Milano —. Vista la stagione scegliamo mele, pere, arance, broccoli, verze, noci, mandorle, nocciole. , soprattutto **il frutti di bosco soprattutto i mirtilli hanno un potente effetto antinfiammatorio**. Grazie alle coltivazioni in serra è possibile acquistarli tutto l’anno. Anche la curcuma può dare benefici». Sono **consigliate le zuppe** con cereali integrali, legumi e poco sale, i **secondi di pesce a base di salmone, sgombro, alici, sarde**.

L’importanza dell’attività fisica

«Latte e yogurt vanno invece consumati con moderazione — aggiunge Agape —, meglio lo yogurt del latte, poiché è fermentato. E vanno **eliminati lo zucchero aggiunto e le bevande già zuccherate, così come il fumo**». Anche l’attività fisica potrebbe contribuire a limitare i disturbi. «**Consiglio di camminare almeno mezz’ora al giorno** per cinque giorni a settimana —. Una buona abitudine a prescindere dalla presenza o meno di questa malattia». (*Salute, Corriere*)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



COMUNICAZIONE del Domicilio Digitale (PEC)

Gli iscritti che **hanno già richiesto la PEC** tramite il sito istituzionale hanno ricevuto (o riceveranno) per e-mail ordinaria il **link con le credenziali di accesso** composte da:

- 1: **Username** (*indirizzo digitale personale PEC*);
- 2: sulla e-mail personale (*inserita al momento della richiesta fatta sul sito Istituzionale dell'Ordine*) hanno ricevuto un link che rimane **attivo per circa 3 ore** per l'inserimento di una password personale;

AVVISO

Per tutti coloro che hanno già fatto richiesta e sono in possesso della sola **Username** possono cliccare sul seguente link per **l'attivazione della password**:

<https://gestionemail.pec.it/loginproxy/reset-password>

Per gli Iscritti che hanno già Fatto Richiesta della Pec sul Sito Istituzionale e Non hanno ancora Ricevuto la Username devono inviare all'indirizzo e-mail dell'Ordine

info@ordinefarmacistinapoli.it

istanza per ricevere la propria Username.

Per la password rifarsi al punto 2

**SI PRECISA CHE LA RICHIESTA DELLA PEC SUL SITO
VA INSERITA UNA SOLA VOLTA PER EVITARE DUPLICATI.**

Covid a Napoli, Tamponi Rapidi GRATUITI con il CAMPER dell'Ordine dei FARMACISTI

Al via l'unità mobile dell'Ordine dei Farmacisti di Napoli che effettuerà tamponi rapidi per diagnosticare il Covid raggiungendo «i punti più remoti e le persone in difficoltà economica».

I dati raccolti dal camper confluiranno sulla **piattaforma Covid Sintonia** e rientreranno quindi nel computo dei casi accertati. Raggiungerà le varie piazze dell'area metropolitana secondo un **calendario che sarà reso noto nei prossimi giorni** e le prenotazioni potranno avvenire attraverso le *farmacie* del posto o attraverso gli *enti assistenziali che operano sul territorio*.

L'iniziativa si avvale della **collaborazione** di **Federfarma Napoli**.

«Dopo l' iniziativa **Un Farmaco per Tutti, Una Visita per Tutti**, l'Ordine dei Farmacisti di Napoli si appresta a realizzare anche **Un Tampone per Tutti**.

L'iniziativa consente di dare un ulteriore contributo al territorio e al sistema sanitario.

Saranno effettuati tamponi rapidi antigenici nel pieno rispetto delle modalità operative riportate nel protocollo d'intesa dice il presidente dell'Ordine dei farmacisti di

Napoli, **Vincenzo**

Santagada, che ieri ha ricevuto il Premio **Eccellenze in Campania**, Istituito dall'Associazione Culturale Terre di Campania, «quale riconoscimento alle personalità che si sono distinte in vari campi dalla cultura e della ricerca».

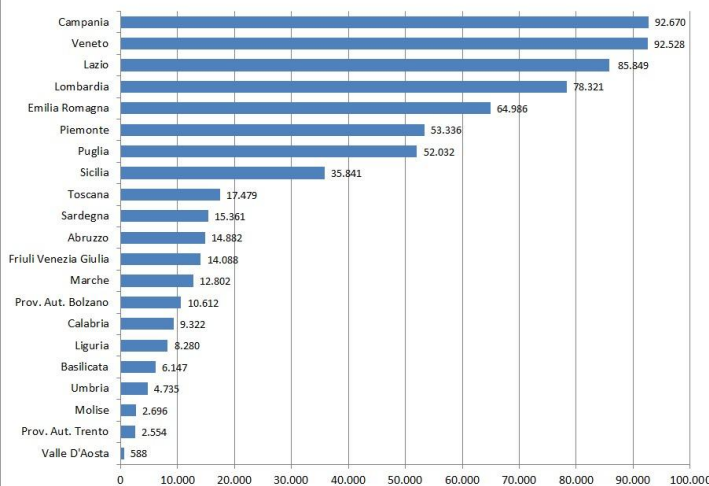


ORDINE: Emergenza Coronavirus

Di seguito i vari grafici che riepilogano l'emergenza sanitaria da Covid-19

Incremento assoluto dei casi di COVID-19

Il grafico illustra i nuovi casi giornalieri di infezione da Covid in Italia a partire dal 1 settembre 2020.

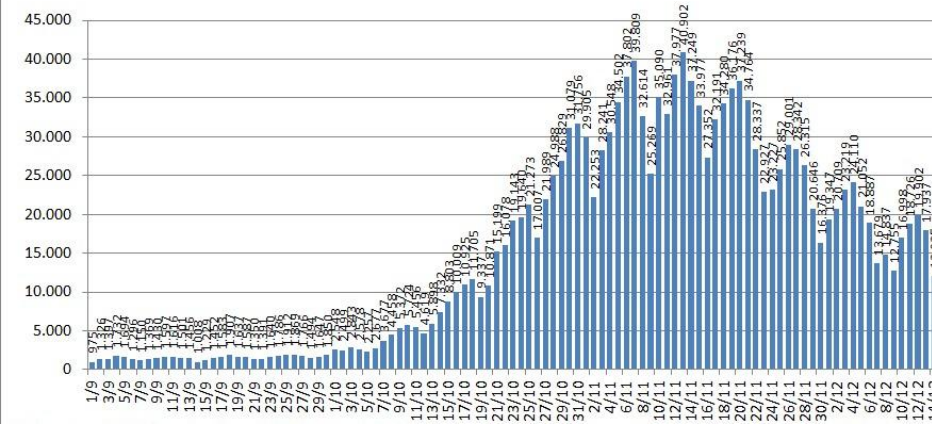


elaborazione **GIMBE** da casi confermati dal Ministero della salute;

Aggiornamento: **14 Dicembre 2020**

Casi attivi di Covid-19

Il grafico illustra la distribuzione regionale dei casi attualmente positivi al Covid-19 (Ricoverati in Terapia Intensiva, Ricoverati con Sintomi, Isolamento Domiciliare)



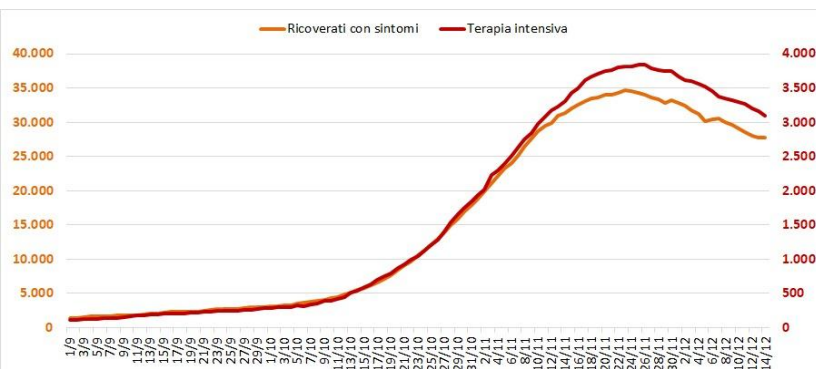
elaborazione **GIMBE** da casi confermati dal Ministero della salute;

Aggiornamento:

14 Dicembre 2020

Trend Ricoverati con Sintomi e in Terapia Intensiva

Il grafico mostra l'andamento dei Ricoveri in Ospedale e in Terapia Intensiva di pazienti positivi a Covid-19 in Italia



elaborazione **GIMBE** da casi confermati dal Ministero della salute;

Aggiornamento:

14 Dicembre 2020