



AVVISO

Ordine

1. Ordine: Webinar - Test diagnostici
2. Ordine: Covid-19 - Dati
3. Ordine Tampone gratuito

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. Sapore metallico in bocca, ecco le possibili cause.
5. Le Extrasistole possono essere provocate dall'Ansia?
6. Sapore metallico in bocca, ecco le possibili cause



Prevenzione e Salute

7. Stitichezza: quando è il caso di fare un controllo?
8. Si possono prevenire le malattie attraverso la dieta?
9. L'Ipertensione (polmonare) Riconoscerla presto per curarla bene.



Proverbio di oggi.....

'A cuntentezza vene da 'o core.

SAPORE METALLICO IN BOCCA, ecco le possibili Cause

Un sapore metallico in bocca può essere la spia di alcune malattie come un'insufficienza renale.

In altri casi quella spiacevole sensazione di bocca amara può essere l'effetto di diverse cause. In alcuni casi il motivo è lampante in altri, invece, può essere necessaria una visita specialistica per risalire all'origine di questo disturbo.

Come si fa a individuare la causa di questo sapore metallico in bocca in una persona in salute?

Chi si sta sottoponendo a dei cicli di **chemio o radioterapia** può sentire questo **sapore**: la bocca amara è infatti uno dei noti effetti collaterali di questo tipo di terapie. Un'altra correlazione evidente e piuttosto facile da individuare è l'assunzione di determinati farmaci o integratori di vitamine e sali minerali contenenti ad esempio zinco. Nel caso di terapie prolungate è facile sentire questo **sapore metallico in bocca** o anche lamentare la secchezza delle fauci.

Il sapore metallico in bocca può venire anche in gravidanza o per una cattiva igiene orale

Anche la gravidanza è una delle possibili cause per cui è facile individuare una correlazione. In altri casi bisogna procedere con un esame più approfondito e valutare, per esempio, una correlazione tra il **sapore metallico in bocca** e un'infezione delle vie respiratorie che magari può alterare il gusto. Ma in diversi casi può essere la cattiva igiene orale a indurre questa sensazione di bocca amara. Oltre all'igiene orale si valuterà anche lo stato di tutto il cavo orale, la presenza di eventuali protesi un po' vecchie o costruite con leghe nobili come l'oro. È la saliva il veicolo di questo gusto sgradevole, per questo si potrà fare ricorso a dei semplici rimedi contro il **sapore metallico in bocca**.

Si tratta comunque di un disturbo lievissimo e non debilitante, con il quale si può convivere senza grossi problemi. Per far passare un po' questa sensazione di **sapore metallico** si possono fare dei risciacqui con collutori o soluzioni rinfrescanti, o magari usare degli spray al mentolo. (*Salute, Humanitas*)

PREVENZIONE E SALUTE

STITICHEZZA: QUANDO è il CASO di FARE un CONTROLLO?

La stitichezza – o, meglio, la stipsi – è un problema che affligge moltissime persone, e ha cause spesso collegabili all'alimentazione.

Insieme alla dottoressa [Federica Furfaro](#), gastroenterologa di Humanitas, vediamo quali alimenti giocano un ruolo decisivo in uno dei più comuni problemi intestinali, e scopriamo quando è il caso di fare un controllo.

Che cos'è la stitichezza?

La stipsi è il **rallentamento del contenuto del colon**: questo rallentamento si trasformerà in una difficoltà a evacuare le feci.

È una problematica che interessa circa il 15% della popolazione, soprattutto le donne, e tende ad aumentare con l'avanzare dell'età.

Parliamo di stitichezza quando l'evacuazione avviene meno di tre volte a settimana.

Come risolvere il problema?

In caso di stipsi, come abbiamo anticipato, la prima cosa da fare è **modificare la propria alimentazione, aumentando fino a 20-35 grammi al giorno l'assunzione di fibre**: da favorire, quindi,

❖ **frutta, verdura, cereali integrali, legumi.**

Un'alimentazione ricca di fibre, infatti, facilita le contrazioni peristaltiche fisiologiche dell'intestino e favorisce la progressione delle feci nel colon e la loro espulsione.

Oltre alle fibre, **fondamentale è l'idratazione**:

❖ *un giusto quantitativo di acqua, almeno un litro e mezzo al giorno, permette di ammorbidire le feci e di facilitare l'evacuazione.*

Infine, è consigliabile svolgere attività fisica perché il movimento fisico favorisce il movimento intestinale.

Quali medicinali assumere?

Se l'alimentazione non basta, esistono alcuni **integratori o medicinali** che possono contribuire a risolvere il problema.

Tra i lassativi, indichiamo lo *psyllium* e la *metilcellulosa*, che aumentano, attraverso l'accumulo di acqua, il volume delle feci; e quelli di tipo osmotico, come i preparati a base di polietilene glicole, che trattengono l'acqua all'interno del colon.

Citiamo infine **Linaclotide** e **Prucalopride**, medicinali che richiedono l'autorizzazione di un medico.

Quando è il caso di fare un controllo?

Anche se non quotidiane, le feci dovrebbero essere di consistenza morbida ed evacuate senza particolari sforzi né dolore addominale, con un senso di svuotamento completo.

Quando non è così, sarebbe bene contattare il proprio medico, che proporrà la terapia migliore per risolvere il problema o valuterà la necessità di eseguire alcuni accertamenti diagnostici.

(Salute, Humanitas)



PREVENZIONE E SALUTE**SI POSSONO PREVENIRE le MALATTIE ATTRAVERSO
la DIETA?**

Diversi gli studi che puntano a valutare l'impatto preventivo della dieta (o di un singolo alimento) nei confronti di una malattia

Al di là del concetto generale, indiscutibile, che una **dieta equilibrata** nelle proporzioni dei **macronutrienti** e sufficientemente varia da garantire un corretto apporto di **micronutrienti** aiuta a stare in **salute**, c'è molto interesse per **interventi nutrizionali** mirati a prevenire alcune specifiche malattie.



L'assunzione di sostanze chimiche per lunghi periodi da parte di soggetti sani al fine di prevenire una malattia prende il nome di **chemioprevenzione**.

Sono interventi di chemioprevenzione - in questo caso, più correttamente di **farmacoprevenzione** - la somministrazione dell'aspirina a basse dosi ai soggetti a rischio di **malattie cardiovascolari** e la somministrazione del **tamoxifene** alle donne che hanno un rischio molto alto di sviluppare il **tumore al seno**. L'idea di prevenire una malattia mangiando, invece che ingoiando una **pillola**, è molto attraente e ha stimolato la nascita di diverse linee di ricerca.

Per realizzare questo tipo di intervento, sono necessarie due cose. Bisogna conoscere in che modo **una certa sostanza agisce sui processi biologici** contrastando l'esordio della malattia e bisogna che la **quantità di sostanza attiva ingerita con la dieta sia sufficiente** per essere efficace.

Questo secondo punto non è trascurabile perché, se è vero che alcuni alimenti contengono sostanze benefiche, è anche vero che, se la porzione usuale di quell'alimento è molto piccola, se ne assumono quantità irrisorie.

Per superare questo problema in qualche caso si utilizzano gli **alimenti fortificati**, ossia alimenti che di per sé non contengono, o contengono solo in minima quantità, la sostanza utile (in genere un minerale o una vitamina), a cui la **sostanza è stata aggiunta dall'industria alimentare**.

Per esempio, il **sale iodato** è sale a cui è stato aggiunto lo iodio e che contribuisce a evitare una carenza e a prevenire le **malattie della tiroide**.

Un altro esempio è quello dei **cereali per la colazione**, arricchiti con **acido folico** e altre vitamine.

Per quanto riguarda l'**alimentazione naturale**, senza alimenti arricchiti, l'interesse è rivolto soprattutto ai composti fitochimici, sostanze biologicamente attive presenti negli **alimenti di origine vegetale**.

Alcuni studi in merito sono promettenti, ma non bisogna dimenticare che entrano in gioco molti fattori, tra cui la **qualità dell'alimento** (modalità di coltivazione, trattamenti eccetera) che **influenza** il contenuto in principio attivo, la capacità dell'organismo di assorbire e utilizzare il principio attivo e le **risposte individuali**.

Assumere alcuni **composti fitochimici** può avere un effetto benefico, tuttavia nessuno può garantire che un certo alimento possa prevenire una malattia nel singolo individuo.

(Salute, Humanitas)

SCIENZA E SALUTE**Le EXTRASISTOLE possono essere provocate dall'Ansia?**

L'ansia che scaturisce da un lutto può provocare anche l'alterazione del ritmo cardiaco (extrasistole). Ma venire fuori si può. La risposta dell'esperto

*Ho 35 anni e a gennaio ho perso mio padre a seguito di un arresto cardiaco. Dopo qualche mese, ho effettuato una visita cardiologica con elettrocardiogramma e indossando l'Holter per 36 ore. Sono così state riscontrate 21mila **extrasistole ventricolari**. Ci tengo a precisare che lo scorso anno avevo fatto una visita cardiologica (sempre con elettrocardiogramma) poco prima di partorire ed era risultato tutto ok.*



Vivo un periodo particolare. Quando mio padre si è sentito male ero con lui e sono stata io a praticare la rianimazione cardiopolmonare. Il fatto di non averlo salvato mi fa stare male, penso che questa perdita mi abbia profondamente cambiato la vita. Vorrei sapere se le extrasistole possono essere causate dall'ansia e, più in generale, dal momento difficile che sto attraversando. Ilaria O. (Civitavecchia, Roma)

Risponde Guido Di Sciascio, direttore dell'unità operativa complessa di psichiatria dell'ospedale della Murgia dell'Asl di Bari e segretario nazionale della Società Italiana di Psichiatria.

Buongiorno Ilaria, in funzione di quanto le è accaduto, si è verificato un fenomeno di ansia reattiva. Come tale, si definisce lo stato ansioso di cui una persona inizia a soffrire a seguito di un trauma.

Una volta verificatosi l'avvenimento scatenante, il decorso del disturbo può essere molto diverso a seconda del soggetto in cui si manifesta e in particolare della sua condizione psicologica. Le tempistiche e l'intensità dei sintomi possono pertanto variare da una persona a un'altra.

Quanto più questo è intenso, tanto maggiore è la probabilità che l'ansia necessiti di un trattamento. La morte di un padre, sopraggiunta improvvisamente e con lei chiamata a svolgere anche il ruolo di soccorritrice, ha rappresentato un evento molto doloroso. Nel suo caso, un simile lutto può aver innescato una reazione più duratura rispetto a quelle che si verificano a seguito di simili eventi.

E la **tachicardia** - assieme ai disturbi a carico dell'apparato gastrointestinale - è una delle manifestazioni somatiche più frequenti dell'ansia. In pratica, l'eccessiva attivazione del sistema nervoso simpatico finisce per alterare il funzionamento di un organo, anche in assenza di un danno rilevabile.

L'extrasistole che riferisce non è da trascurare, ma con ogni probabilità risulta la conseguenza di un forte stato d'ansia scaturito dalla morte di un affetto così caro.

Bene ha fatto a rivolgersi comunque a un cardiologo. Se l'origine del problema è di natura psicologica, però, è su questa che bisogna intervenire.

L'ansia viene trattata nell'immediato con dei farmaci, in grado di attenuare i sintomi e ripristinare una qualità di vita accettabile nell'arco di poche settimane o mesi. Una volta raggiunto questo obiettivo, se necessario, può esserci anche l'indicazione a un trattamento psicoterapico, utile a elaborare il lutto in un arco di tempo più lungo.

Nelle sue parole si legge anche il senso di colpa per non essere riuscita a salvare suo padre. In un caso del genere, però, non ci sono stati errori o mancanze da parte sua. Questo è un altro aspetto che potrà superare ricorrendo al colloquio con uno specialista.

Nel corso della visita, sarà il collega a valutare l'entità dei sintomi, mettere a punto il trattamento più indicato e darle anche un'indicazione sui tempi di guarigione. Non è raro, in queste situazioni, che a un ansiolitico venga abbinato anche un antidepressivo.

Mi sento però di rassicurarla. Il **dolore per la perdita**, con ogni probabilità, non andrà più via.

Ma la sua ansia, sì: e di conseguenza anche la tachicardia. Prima affronterà questo problema, più breve sarà l'arco di tempo che le servirà per tornare a una vita in piena salute. (Salute, Fondazione Veronesi)

PREVENZIONE E SALUTE

L'IPERTENSIONE (polmonare) Riconoscerla presto per CURARLA BENE

Al via la campagna 'La vita in un respiro' per riconoscere tempestivamente l'ipertensione polmonare: i sintomi portano a confonderla spesso con altre malattie

Manca il respiro, c'è spesso affanno, capita anche di svenire. Può essere colpa dell'ipertensione polmonare, ma spesso si finisce per pensare a tutt'altro e la diagnosi arriva in ritardo, in media dopo almeno due anni dai primi sintomi.

Riconoscere questa malattia è però essenziale per curarla al meglio e prevenire complicazioni: anche per questo è appena partita la campagna di sensibilizzazione 'La vita in un respiro' promossa dall'Associazione Ipertensione Polmonare Italiana (AIPI).

Malattia rara

L'obiettivo è far conoscere questa malattia rara, che colpisce 60 persone per milione di abitanti: i casi sono circa tremila in tutta Italia, con una prevalenza doppia di donne.

Donna è anche la testimonial Carolina Kostner, campionessa olimpica di pattinaggio artistico su ghiaccio e protagonista dello spot della campagna, che richiama l'attenzione sull'importanza del respiro:

❖ *lo diamo per scontato, ma per i pazienti non lo è affatto e tutti dovrebbero fare attenzione ai campanelli d'allarme.*

Spiega infatti Nazzareno Galiè, coordinatore delle Linee Guida Internazionali sull'Ipertensione Polmonare e responsabile del Comitato Scientifico AIPI:

«L'ipertensione arteriosa polmonare è poco conosciuta dai medici e dai cittadini: non provocando sintomi specifici, porta spesso a sottovalutare i primi segni come spossatezza, affanno e svenimenti.

Il risultato è un ritardo nella diagnosi, che invece dovrebbe essere tempestiva per migliorare la prognosi e garantire una corretta gestione della malattia.

L'ipertensione arteriosa polmonare infatti aumenta la pressione sanguigna nel circolo polmonare, con un progressivo sovraccarico di lavoro per il ventricolo destro del cuore:

❖ *può perciò culminare nello scompenso cardiaco e nella morte prematura, in assenza di terapie adeguate».*

Conoscere per riconoscere

I pazienti con ipertensione arteriosa polmonare si devono confrontare con diverse complicanze, sia nella vita privata sia cliniche:

❖ *servono controlli periodici e l'assistenza di medici specialisti, oltre a terapie farmacologiche specifiche.*

La campagna ha l'obiettivo di far conoscere i sintomi della malattia per non arrivare troppo tardi e rendere questa gestione più semplice, perché come aggiunge Leonardo Radicchi, presidente AIPI,

«Non conoscere **l'ipertensione arteriosa polmonare** porta i pazienti a rivolgersi al medico quando è in fase avanzata e con complicanze già in atto.

Per questo il nostro obiettivo è diffondere informazioni sulla malattia, ma anche favorire la diagnosi precoce e un intervento tempestivo».



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



COVID -19 e TEST DIAGNOSTICI: Aspetti Scientifici, Regolatori e Operativi

Con riferimento alla tematica dei test diagnostici per l'individuazione dei soggetti positivi al Covid-19, la *Federazione degli Ordini dei Farmacisti Italiani* e la *Fondazione Francesco Cannavò* hanno realizzato, con la collaborazione di *Federfarma*, un apposito evento formativo in modalità **webinar** aperto a tutti i farmacisti, che si svolgerà, il prossimo venerdì 18 dicembre.

Come si ricorderà, infatti, in alcune Regioni italiane nelle ultime settimane sono state avviate campagne di screening alle quali partecipano diverse farmacie, sotto l'egida e dietro deliberazione delle competenti

Amministrazioni territoriali, finalizzate alla ricerca degli anticorpi anti sars-cov-2, attraverso l'effettuazione di test diagnostici rapidi. Per seguire i lavori del **Webinar** sarà possibile accedere alla piattaforma informatica al link:

<http://www.fondazionefc.it/webinartestdia>

In considerazione della valenza scientifica e per il conseguimento di specifiche competenze professionali, i contenuti del webinar formeranno oggetto di uno specifico evento FAD che sarà accreditato con procedura ECM e reso fruibile nel prossimo mese di gennaio 2021 con conseguente attribuzione dei crediti formativi per coloro che avranno superato il questionario di apprendimento

La grave emergenza pandemica in atto e il crescente numero dei contagi impongono la necessità di una diagnosi rapida dell'infezione da parte del nuovo coronavirus per evitarne l'ulteriore diffusione attraverso il contenimento dei soggetti positivi e una efficace attività di contact tracing. In tale contesto si rende necessario individuare la tipologia di test diagnostico da eseguire, tenendo conto delle evidenze scientifiche e del soggetto da sottoporre a controllo (sospetto clinico, contatto stretto, etc).

L'evento intende approfondire gli aspetti scientifici relativi alla diagnostica di SARS-CoV-2 e quelli di natura regolatoria che stabiliscono i requisiti che i test devono possedere ai fini dell'uso e della cessione. Verranno altresì esaminati gli adempimenti e i profili tecnico-strutturali e organizzativi previsti da provvedimenti regionali per l'esecuzione dei test in condizioni di efficacia e sicurezza da parte delle farmacie.

WEBINAR CON TUTORAGGIO
VENERDI' 18 DICEMBRE 2020
ore 14.30 - 16.30

**COVID-19 E TEST DIAGNOSTICI
aspetti scientifici, regolatori e operativi**

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».

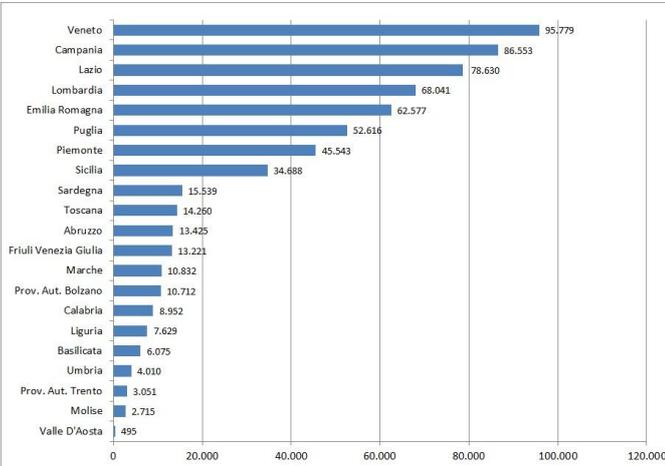


ORDINE: Emergenza Coronavirus

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.

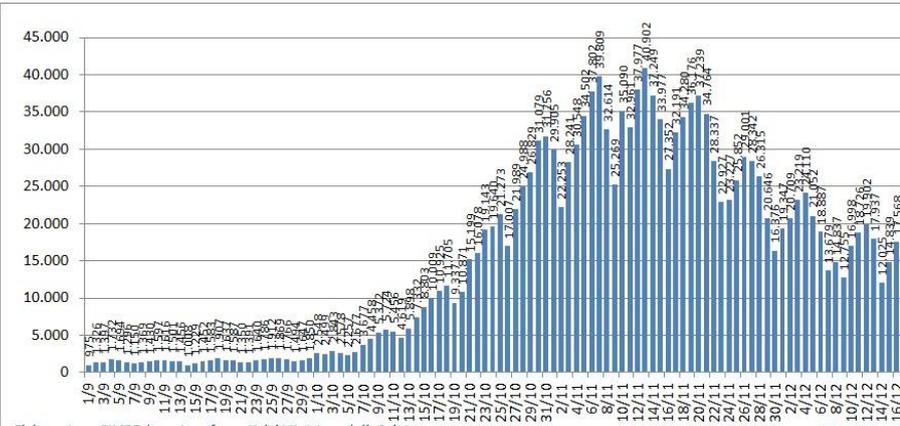


elaborazione **GIMBE** da casi confermati dal Ministero della salute;

Aggiornamento: **17 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)

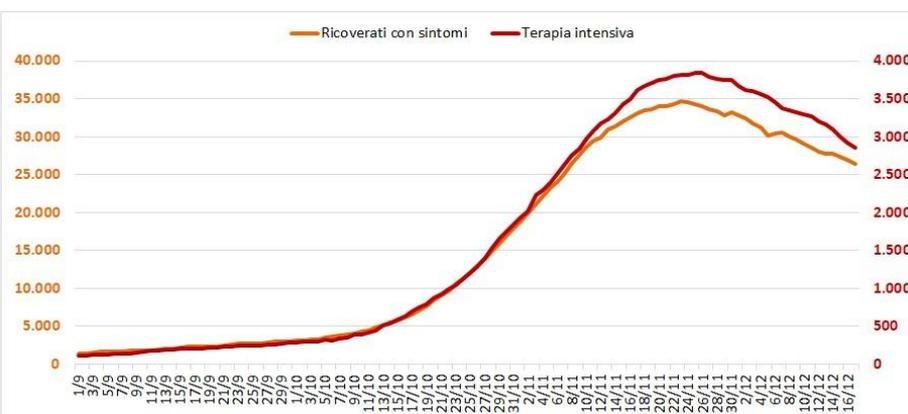


elaborazione **GIMBE** da casi confermati dal Ministero della salute;

Aggiornamento: **17 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: **17 Dicembre 2020**