



# farmaDAY



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

Anno X – Numero 2021

Martedì 20 Aprile 2021 – S. Adalgisa Vergine

## AVVISO

### Ordine

1. Ordine: Vaccinazione
2. Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti di Napoli
3. Ordine: Quota sociale

### Notizie in Rilievo

#### Scienza e Salute

4. Che cos' è l' Epilessia e quali sono le Cause?



### Prevenzione e Salute

5. Le Coccole fanno bene alla salute, soprattutto a quella degli Uomini
6. Ortaggi e frutta biologici contengono più sostanze antiossidanti
7. I sette cibi che battono l'insonnia
8. Il sangue dal Naso può segnalare una Patologia?



## Proverbio di oggi.....

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

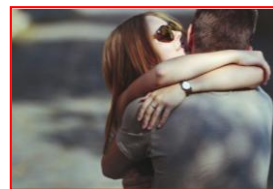
## Le COCCOLE fanno bene alla salute, soprattutto a quella degli UOMINI

**Tutti, chi più chi meno, amiamo le coccole, ma adesso è provato che fanno bene alla salute.**

Un massaggio, un bacio, un "grattino" ma anche un gelato o un po' di cioccolato.

Ecco le coccole che sogniamo mentre ci destreggiamo tra un impegno e l'altro.

**Oltre un italiano su due (53%)** sente il bisogno di vivere momenti di tenerezza e ricevere coccole per staccare dalla routine e lasciarsi alle spalle il malessere provocato dai numerosi impegni di ogni giorno. È quanto emerge da uno studio.



**Forse un pò a sorpresa gli Uomini (54%) ne hanno più bisogno rispetto alle Donne (46%).**

### DONNE:

- per il 74% è un buon gelato,
- gesti d'affetto come i baci (61%),
- gli abbracci (56%),
- i film sotto le coperte (39%)
- sessione di shopping (33%).

### UOMINI:

- per l'86% degli un lungo massaggio.
- le serate con gli amici (54%),
- le pizze (51%),
- una partita di calcetto (43%)
- qualche ora alle prese coi videogame (36%),



**SCIENZA E SALUTE**

## Che cos'è l'Epilessia e quali sono le Cause?

*L'epilessia è una condizione caratterizzata dalla predisposizione all'insorgenza di crisi epilettiche, o comiziali, che colpisce più persone di quanto non si pensi.*

Saper riconoscere una crisi epilettica e sapere come comportarsi nel caso capiti a qualcuno che ci sta accanto è molto importante.

Ne parliamo con il dr Manuel Corato, neurologo di Humanitas.

### Crisi epilettica: di che si tratta?

La crisi epilettica è un evento clinico provocato da una **scarica elettrica anomala a livello della corteccia cerebrale**, localizzata o diffusa, che può a volte essere totalmente asintomatica, o viceversa provocare disturbi anche significativi, a seconda dell'area della corteccia cerebrale coinvolta.



Le crisi epilettiche si dividono essenzialmente in **crisi parziali o focali**, e **crisi generalizzate**.

Le crisi parziali originano da un *focolaio epilettogeno* in una regione della corteccia cerebrale, cioè da un'area che possiede un'anomala eccitabilità, e la loro manifestazione clinica dipende dall'area interessata.

Le crisi generalizzate, a differenza di quelle parziali, coinvolgono invece tutta la corteccia cerebrale e provocano normalmente una completa perdita di coscienza.

### Chi è colpito maggiormente dall'epilessia?

L'epilessia ha due picchi di incidenza durante il corso della vita: il primo durante l'**infanzia**, fino al termine dell'adolescenza, il secondo nella popolazione anziana, **dopo i 65 anni**.

Tali picchi riflettono le cause più comuni, che sono le forme generalizzate idiopatiche, a insorgenza di solito in età infantile, e le patologie cerebrovascolari e neurodegenerative, la cui insorgenza cresce all'aumentare dell'età.

### Quali sono le cause dell'epilessia?

Le cause dell'epilessia sono diverse secondo che si tratti di una forma parziale o generalizzata.

Nell'**epilessia parziale**, la causa più comune è la presenza di lesioni strutturali, quali aree ischemiche, emorragiche, tumori, o anche cicatrici di pregressi traumi o interventi chirurgici, e in tal caso si parla di epilessia parziale secondaria o sintomatica.

In altri casi, pur essendoci evidenza clinica o strumentale dell'origine delle crisi da una specifica area cerebrale, gli esami radiologici quali TC o RM non sono in grado di mostrare alcuna lesione strutturale, e si parla pertanto di **epilessia focale criptogenica**.

Nell'**epilessia generalizzata** esistono le forme idiopatiche, in cui si ritiene che il paziente, per una predisposizione individuale, o talora ereditaria, abbia una ridotta **soglia epilettogena** per cui la sua corteccia può andare incontro a una crisi epilettica anche in assenza di cause o stimoli esterni specifici.

Esistono però alcune condizioni predisponenti, quali astinenza o abuso di psicofarmaci, etilismo acuto o cronico, disordini metabolici o elettrolitici, che hanno il ruolo di fattori scatenanti in pazienti già affetti da epilessia, ma che in certi casi possono costituire l'unica causa della malattia, e vanno pertanto corrette.

## Quali sono i sintomi delle crisi epilettiche e come ci si deve comportare, laddove si manifestino?

Nelle crisi parziali, i sintomi dipendono dall'area cerebrale interessata.

A seconda del coinvolgimento dell'area motoria, sensitiva o, ad esempio, del linguaggio, possono insorgere scatti o movimenti anomali, formicolio o disturbi sensitivi, oppure difficoltà a parlare.

Sono però possibili anche fenomeni visivi, gustativi o disturbi più difficili da diagnosticare quali alterazioni del comportamento, sensazioni di estraneità o di *dejavu*.

Normalmente l'unico provvedimento da adottare di fronte a un soggetto che manifesta una crisi epilettica consiste nell'**evitare, quando possibile, che i movimenti e le cadute provochino traumi**, quindi adagiando il soggetto a terra in posizione di sicurezza o ponendo un cuscino sotto la testa.

Porre in bocca oggetti di qualsiasi tipo può invece essere pericoloso, oltre che inutile, dato che le crisi si autorisolvono in pochi minuti nella stragrande maggioranza dei casi.

La somministrazione di farmaci al bisogno in occasione delle crisi è invece riservata al personale sanitario, o in alcuni casi, ai *caregiver* se opportunamente educati a farlo.

**Epilessia: gli esami per la diagnosi:** La diagnosi di epilessia è primariamente clinica: ciò significa che è basata sulla descrizione accurata degli episodi critici da parte del paziente o delle persone che hanno osservato gli eventi. Gli **esami diagnostici principali** sono :

- ❖ l'elettroencefalogramma (EEG)
- ❖ e la risonanza magnetica (RM) dell'encefalo
- ❖ se non possibile, la TC dell'encefalo.

L'EEG è una registrazione dell'attività elettrica cerebrale che permette di evidenziare alcune anomalie, dette epilettiformi, che pongono il sospetto di una condizione epilettica.

La RM encefalo, invece, è fondamentale per ricercare o per escludere una patologia cerebrale strutturale, che va considerata nella decisione di impostare un trattamento antiepilettico.

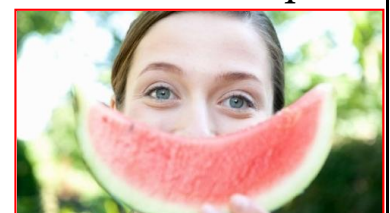
**EEG e RM** encefalo possono comunque essere negativi anche in casi certi di epilessia, per cui il primo step diagnostico è sempre rappresentato da un'accurata raccolta anamnestica e da una visita neurologica.

*(Salute, Humanitas)*

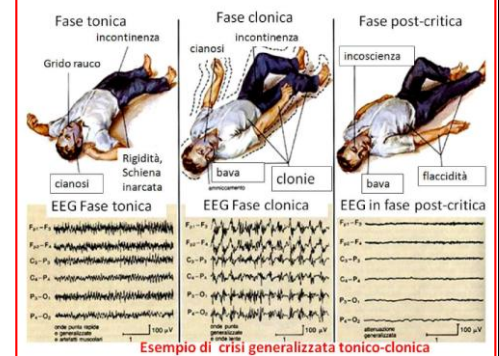
## ORTAGGI E FRUTTA BIOLOGICI CONTENGONO PIÙ SOSTANZE ANTIOSSIDANTI

*Oltre a una minore presenza di sostanze tossiche, i cibi coltivati nel rispetto dell'ambiente hanno migliori qualità nutritive*

Frutta, verdura e cereali biologici contengono livelli più elevati di sostanze antiossidanti, spesso associate a un minore rischio di tumori e altre malattie. In media i prodotti biologici contengono il 17% in più di antiossidanti e, per alcune classi, la percentuale è ancora superiore. I *flavanoni*, per es., tipici degli agrumi, hanno mostrato un livello del 69% più alto, mentre le *antocianine*, presenti anche nel vino rosso, un aumento del 51%.



**Meno metalli pesanti** - L'analisi, inoltre, ha trovato che i **residui di pesticidi sono un quarto rispetto a frutta e verdura coltivata tradizionalmente.** *(Salute, Tgcom24)*



**PREVENZIONE E SALUTE**

## I SETTE CIBI CHE BATTONO L'INSONNIA

*Dai kiwi al burro d'arachidi, passando per le noci: curare l'alimentazione in particolare a cena è uno dei modi migliori per dormire serenamente*

Buona parte dei casi di insonnia è dovuta a scelte alimentari sbagliate.

Curare l'alimentazione e consumare una cena sana, infatti, sono tra i metodi migliori per garantirsi un sereno riposo notturno. **Ma cosa bisogna mangiare per non passare una notte in bianco?**

Ecco una lista di sette alimenti che, oltre a far bene all'organismo, conciliano il sonno in maniera naturale.

1. **Kiwi** - Il loro elevato contenuto di vitamina C e antiossidanti li rendono un ottimo alleato per il sistema immunitario. Ma non solo.

Secondo uno studio dell'Università di Taipei rivela che mangiare 2 kiwi prima di andare a letto migliora qualità e quantità del sonno

2. **Noci** - Una ricerca dell'Università del Texas afferma che il consumo di noci induce l'aumento dei livelli di melatonina, ritenuto l'ormone chiave per la regolazione del sonno, preposto al corretto meccanismo del ciclo sonno-veglia

3. **Mandorle** - La frutta secca si conferma un'arma efficace per battere l'insonnia. Le mandorle, in particolare, sono ricche di magnesio, vitamine e Omega 3, che oltre a far bene a cuore e arterie, sono preziose per la qualità del riposo notturno.

Il deficit di magnesio, infatti, è correlato con difficoltà di addormentamento

4. **Alghe marine** - Secondo uno studio dell'Università di Oxford, un piatto a base di estratti di alghe ha l'effetto di alleviare i disturbi del sonno.

I test sono stati effettuati con successo su un campione di 360 bambini

5. **Succo di amarene** - Test effettuati dai ricercatori dell'Università di Stato della Louisiana dimostrano che due tazze di succo prolungano di un'ora il riposo notturno.

Gli elementi contenuti nelle amarene svolgerebbero un ruolo importante nell'attivazione della melatonina

6. **Burro di arachidi** - Questo alimento contiene grassi in grado di attivare la produzione di insulina, da sempre collegata alla sonnolenza.

Il consiglio è di spalmarlo sul pane, perché i carboidrati conciliano il sonno con facilità. Senza esagerare, s'intende

7. **Camomilla** - Come al solito, i rimedi della nonna si rivelano sempre quelli più efficaci. La camomilla è per antonomasia l'amica principale del sonno.

Molti studi scientifici hanno confermato l'efficacia della bevanda specie se preparata con i fiori secchi della pianta. (salute, Tgcom24)



**PREVENZIONE E SALUTE**

## II SANGUE dal Naso può segnalare una Patologia?

*Come fare a capire quando la perdita di sangue dal naso ha bisogno di esami specifici e approfondimenti diagnostici? Risponde lo specialista.*

**La perdita di sangue dal naso:** un problema transitorio a cui non dare peso oppure una “spia” di qualche altra malattia? Molte persone si preoccupano quando il naso diventa un improvviso “rubinetto” da cui colano poche o molte gocce di sangue.

«Nella quasi totalità dei casi è un problema legato alla fragilità dei capillari presenti nella parte anteriore del naso –.

Il sangue si fermerà da solo piegando la testa in avanti e chiudendo le due narici con le dita.

Sono rari i casi in cui si tratta di un segno di malformazioni o di altre patologie, ma non per questo andrebbero sottovalutati».

### **Perdita di sangue dal naso, che cosa fare quando accade spesso:**

Il consiglio è sempre quello di riferire all'otorino quando gli episodi di **perdita di sangue dal naso** sono frequenti e ravvicinati.

Solo lo specialista è in grado, infatti, di valutare correttamente se si tratta di una predisposizione individuale, come accade spesso nei bambini (si parla di **diatesi emorragica infantile**) oppure di un problema diverso.

Sarà quindi lo specialista a decidere come intervenire in maniera adeguata.

«Bisogna stabilire la ripetitività del fenomeno, l'età e il tipo di paziente e se la **perdita di sangue dal naso** è un problema comune ad altri familiari.

Scartate le ipotesi più gravi, si può procedere su strade diverse. Nella maggior parte dei casi sarà sufficiente prendere delle misure per ridurre la vulnerabilità dei capillari, evitando, ad es-, di sostare in ambienti domestici o casalinghi troppo secchi oppure, se il medico ravvisa una mucosa asciutta e un'area screpolata, potrà consigliare al paziente creme emollienti da applicare regolarmente sulle pareti interne delle narici per ripristinare una idonea protezione ai capillari.

Solo quando è necessario si interviene per **diatermocausticare**, vale a dire **cauterizzando mediante il calore la varice debole** per porre fine alla perdita di sangue».

**La perdita di sangue dal naso può essere una spia pericolosa?:** La guardia si deve alzare quando lo specialista individua caratteristiche diverse dalla semplice fragilità capillare.

«Ci sono condizioni in cui le epistassi, le **perdite di sangue dal naso**, sono molto abbondanti e ripetute. A causarle possono essere *malformazioni congenite*, generalmente ereditarie, come le **teleangectasie**, (*Hereditary hemorrhagic telangiectasia* (HHT) anche nota come **sindrome di Osler-Weber-Rendu**) che sono caratterizzate da *minuscole malformazioni arterovenose che spongono a continue emorragie*.

L'otorinolaringoiatra è il primo passo per capire in quale direzione andare per una diagnosi approfondita in cui si accerterà il problema anche dal punto di vista **genetico** e quindi passare alla ricerca di altre malformazioni ben più gravi che possono interessare organi vitali come encefalo, fegato, polmone. In questo caso lo specialista sa di non dover cauterizzare la varice – e invia il paziente verso centri specializzati per la gestione della patologia. Lo stesso accade se si sospetta la presenza di un tumore nell'area del naso e dei seni paranasali, per cui si richiedono accertamenti radiologici».

Altri casi, ma ancora più rari, coinvolgono vasi sanguigni più grandi, come l'**arteria senopalatina**.

Infine è bene ricordare che anche i farmaci possono essere causa di **perdita di sangue dal naso**:

«I pazienti adulti e anziani che sono in terapia con anticoagulanti o antiaggreganti – sono più esposti al rischio di **rinorragie** se la loro mucosa si presenta già vulnerabile per l'età». (*Salute, Humanitas*)



## Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



# VACCINAZIONI in FARMACIA: Online il secondo corso per i Farmacisti Vaccinatori

*Disponibile online il secondo corso realizzato dall'Istituto Superiore di Sanità che completa il percorso Fad necessario al farmacista per avviare l'attività di somministrazione dei vaccini.*

Per accedere al secondo corso è **obbligatorio aver già svolto e superato** con esito positivo il corso base e aver compilato i Questionari di gradimento.

È online il corso dal titolo *"Campagna vaccinale COVID-19: focus di approfondimento per la somministrazione in sicurezza del vaccino anti SARS-*

*CoV-2/COVID-19 nelle Farmacie"*, organizzato dall'Istituto Superiore di Sanità e dalla Federazione degli Ordini e che sarà **fruibile gratuitamente fino al prossimo 15 giugno**.

Questo secondo corso - che si aggiunge al primo corso realizzato dallo stesso Istituto e che era già disponibile online - completa il percorso Fad necessario al farmacista per avviare l'attività di somministrazione dei vaccini, prevista dall'Accordo siglato lo scorso 29 marzo.

Il corso - intende fornire i contenuti tecnico-scientifici necessari per garantire il **pieno coinvolgimento delle farmacie nella campagna vaccinale** nazionale e per effettuare in sicurezza vaccinazioni in farmacia ai sensi di quanto stabilito dalla legge di Bilancio 2021.

L'evento formativo è destinato ai **farmacisti che operano nelle farmacie aperte al pubblico** (*farmacista territoriale*) ovvero ai **farmacisti volontari** incaricati della somministrazione del vaccino presso strutture autorizzate.

Per accedere al secondo corso è obbligatorio aver già svolto e superato con esito positivo il corso base *"Campagna vaccinale Covid-19 - la somministrazione in sicurezza del vaccino anti SARS-CoV-2/COVID-19"* e aver compilato i Questionari di gradimento.

### Modalità di accesso ai corsi

#### 1. Primo corso (corso base)

I farmacisti che abbiano effettuato l'accesso al corso base sul portale [www.eduiss.it](http://www.eduiss.it) con le credenziali fornite fino al 31 marzo u.s. (credenziali regionali) potranno concludere il corso stesso utilizzando le medesime credenziali. Dal 1° aprile u.s., invece, per le nuove registrazioni alla piattaforma [www.eduiss.it](http://www.eduiss.it) dovrà essere utilizzata esclusivamente la nuova chiave di accesso fornita dall'Ordine territoriale competente su richiesta dell'iscritto.

#### 2. Secondo (corso integrativo)

Per l'accesso al secondo corso, tutti i farmacisti utilizzeranno esclusivamente la nuova chiave di accesso fornita dall'Ordine territoriale competente su richiesta dell'iscritto. Di seguito il link della circolare dove troverai tutte le informazioni.



<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/images/CircolariFOFI/12936.pdf#toolbar=1&navpanes=1&scrollbar=1>

## ORDINE: IN RISCOSSIONE LA QUOTA SOCIALE 2021

*E' in riscossione la quota sociale 2021 di EURO 155,00 di cui Euro 113,20 per l'Ordine e Euro 41,80 per la FOFI.*

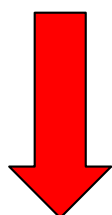
Quota sociale 2021  
Scarica RAV



### QUOTA SOCIALE 2021

Gli iscritti che **NON** hanno ricevuto  
l'AVVISO di PAGAMENTO,  
possono scaricarlo dal sito  
dell'Ordine inserendo il proprio  
CODICE FISCALE.

Di seguito il link per  
poter scaricare il RAV  
dal **Sito Istituzionale**  
dell'Ordine,  
sez. News



<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/news/1381-quota-sociale-2021>

# Nasce la FONDAZIONE dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di NAPOLI

*Lunedì 15 Febbraio una giornata storica presso l'Ordine dei Farmacisti di Napoli.*

Si è insediato il primo C.d.A. della neonata **Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli.**

La Fondazione contribuirà a valorizzare la Professione del Farmacista in tutti i suoi aspetti:

dalla formazione continua fino al potenziamento di tutte le iniziative già avviate, come:

**Un farmaco per Tutti, Una Visita per Tutti e Un Tampone per Tutti.**

La nascita della

Fondazione rimarca anche il ruolo inclusivo dell'Ordine, riunendo intorno ad uno stesso tavolo le varie anime della filiera farmaceutica: *Farmacisti Territoriali, Farmacisti Ospedalieri, Titolari di Farmacia, Collaboratori, Farmacisti Volontari, Giovani Farmacisti, Distribuzione Intermedia, Università.*

Tutti uniti al servizio della Comunità, coordinati e guidati dal

- ✓ **Presidente**: Vincenzo Santagada
- ✓ **Vicepresidente**: Raffaele Marzano
- ✓ **Segretario**: Gennaro Maria Nocera
- ✓ **Tesoriere**: Tommaso Maggiore
- ✓ **Consiglieri del CdA**:
  - ❖ *Lucia Cavalli, Crescenzo Cinquegrana*
  - ❖ *Raffaele Carrano Savino*
  - ❖ *Renato De Falco, Michele Di Iorio*
  - ❖ *Mariano Fusco, Salvatore Giordano*
  - ❖ *Riccardo Maria Iorio, Elisa Magli*
  - ❖ *Micaela Spatarella, Ugo Trama*

