



# farmaDAY



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

Anno X – Numero 2035

Lunedì 08 Maggio 2035 – S. Antonino, Cataldo

## AVVISO

### Ordine

1. Ordine: Vaccinazione
2. Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti di Napoli
3. ECM: corsi FAD gratuiti

### Notizie in Rilievo

#### Scienza e Salute

4. Da che Cosa è Causata la Ciclotimia?
5. I benefici dello zenzero
6. SARS-CoV-2: così gli Anticorpi accerchiano la Spike.



#### Prevenzione e Salute

7. Malattie Renali: i segnali da non sottovalutare
8. C'è un farmaco che potrebbe aiutarvi a smettere di fumare?

**GUACCI.**  
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA  
AL SERVIZIO DELLE  
FARMACIE INDIPENDENTI.

www.guacci.it

*Proverbio di oggi.....*  
**Nescit vox missa reverti** – la parola detta non sa tornare indietro

## Da che Cosa è Causata la CICLOTIMIA?

*La ciclotimia (dal greco: kuklos = cerchio e thumos = umore) è un disturbo dell'umore che si manifesta con l'alternanza di episodi maniacali ed episodi depressivi.*

I primi sono periodi più o meno lunghi in cui l'umore predominante del malato è agitato, espansivo o anche irritabile e manifesta una certa logorrea (impulso a parlare senza controllo), mentre aumenta l'autostima e diminuisce il bisogno di sonno.



**TRISTEZZA** I secondi sono periodi in cui l'umore

predominante è depresso, con perdita di interesse per qualsiasi attività, sentimenti di autocommiserazione o di colpa eccessivi o immotivati, e anche pensieri ricorrenti di morte o di suicidio. Per questa alternanza la ciclotimia si differenzia dagli altri disturbi dell'umore, che sono i disturbi depressivi, nei quali si manifestano solo episodi del secondo tipo.

**Predisposizione.** Caratteristica della ciclotimia è di essere endogena: ha origine cioè dall'individuo stesso ed è indipendente da cause esterne all'organismo.

Alcuni studiosi ritengono però che la ciclotimia non sia una vera e propria malattia, ma solo un'acutizzazione di una "personalità ciclotimica", quindi predisposta a queste alternanze. Inoltre, stando ai dati statistici, la ciclotimia sembra marcatamente ereditaria e le donne sembrerebbero maggiormente a rischio. (*Salute, Focus*)

**PREVENZIONE E SALUTE**

# MALATTIE RENALI: i segnali da non sottovalutare

*Il corpo umano è costituito da acqua per quasi il 60%.*

La vita senz'acqua non è possibile: l'organismo ha bisogno che l'equilibrio interno si mantenga, in particolare durante i mesi più caldi, quando tramite il sudore ne emettiamo molta di più rispetto al solito.

L'acqua è importante anche per la **salute e il corretto funzionamento dei reni**, che la utilizzano come veicolo per poter eliminare le sostanze di rifiuto.

Di salute dei reni parliamo con il dottor [Enzo Corghi](#), nefrologo in Humanitas San Pio X.

## Malattie renali: i sintomi cui prestare attenzione

**Le malattie renali sono quasi del tutto asintomatiche, almeno fino a quando non arrivano a uno stadio avanzato.**

Esistono però alcuni indicatori che potrebbero accendere un campanello d'allarme, fra i quali un **brusco aumento della pressione arteriosa o l'urinare tanto e spesso**.

Se questo capita, specie di notte, si potrebbe pensare a un malfunzionamento dei reni (oltre che a un aumento di volume della prostata nei soggetti di sesso maschile).

In questo caso occorre rivolgersi al medico che valuterà se prescrivere alcuni esami

- *dosaggio della creatinina, esame delle urine, rapporto albumina/creatinina nelle urine,*

al fine di avere alcune informazioni preliminari utili alla diagnosi.

## L'importanza di controllare l'urina

Attraverso l'urina il corpo elimina l'acqua in eccesso, le scorie presenti nell'organismo e riequilibra il contenuto di sali minerali.

**Quando l'urina è abbondante e di un colore molto chiaro**, o trasparente, significa che nel corpo vi era acqua in eccesso.

Se invece si emette **poca urina, di un colore giallo intenso fino all'arancione**, significa che nel corpo c'è mancanza di acqua ed è necessario introdurre più liquidi.

Più acqua si beve più urina si espelle:

- non vi è differenza fra bere *acqua del rubinetto, minerale o oligominerale*, perché la qualità dell'acqua non influisce in modo significativo sul quantitativo di urina prodotta.

## Attenzione all'acqua fredda

Quando si ha sete l'acqua fredda può avere un effetto più intenso e più gradevole sulle papille gustative, facendoci credere di aver esaurito il nostro bisogno di liquidi, prima che l'acqua stessa venga realmente assorbita a livello intestinale.

Per questo è preferibile **bere acqua a temperatura moderatamente fresca**, che permette di capire più facilmente se l'organismo non ha ancora bisogno di bere.

## Bere molta acqua: quando è consigliabile e quando va evitato

Contrariamente a quanto spesso ritenuto, non tutte le malattie renali beneficiano dell'assunzione di elevate quantità di liquidi.

Da un lato, coloro che soffrono di **calcolosi renale** è bene che bevano abbondantemente, perché il consumo di acqua aiuta l'espulsione dei piccoli calcoli che si trovano all'interno degli ureteri e soprattutto contribuisce a impedire la formazione di nuovi calcoli:

- per questo serve assumere, in modo frazionato durante tutto l'arco della giornata, una quantità di liquidi tale da consentire l'eliminazione di almeno **due litri abbondanti di urina al giorno**.

Si consigliano le stesse quantità anche per **evitare le infezioni urinarie recidivanti**.



Molto importante è poi reintegrare i liquidi corporei in seguito a eventi che comportano abbondante perdita d'acqua come forte sudorazione, vomito o diarrea, febbre elevata.

Per coloro che soffrono di insufficienza renale, l'eccesso di acqua può talora essere pericoloso: i reni, a causa di questa patologia perdono progressivamente la capacità di eliminare quella in eccesso, specie se coesistono patologie cardiache o che colpiscono il *fegato*, causando la formazione di edemi.

### La prevenzione delle malattie renali

Per diminuire il rischio di malattie renali occorre prestare attenzione alla prevenzione e alla cura di quelle condizioni che possono causare problemi ai reni, come il **diabete** e le **malattie cardiovascolari**, in particolare l'ipertensione. È quindi bene, in primo luogo, **aver cura dello stile di vita**:

- ❖ *mantenere il peso corporeo nella norma, evitando obesità e sovrappeso,*
- ❖ *tenere sotto controllo la pressione, anche con un consumo ridotto di sale;*
- ❖ *non fumare; limitare il consumo di alcolici e dedicarsi regolarmente a un esercizio fisico adeguato alla propria età e alle proprie condizioni. (Salute, Humanitas)*

## PREVENZIONE E SALUTE

# C'È un FARMACO che POTREBBE AIUTARMI a SMETTERE di FUMARE?

*Oltre alla nicotina farmaceutica, esistono tre farmaci (Vareniclina, Bupropione, Citisina) che possono essere assunti per smettere di fumare.*

Quando parliamo di **tabagismo**, intendiamo una forte **dipendenza** che s'instaura in seguito al consumo di **nicotina**, la sostanza psicoattiva presente nel tabacco. A oggi, nonostante i 7 milioni di morti l'anno nel mondo e gli innumerevoli studi che dimostrano la forte dipendenza e i gravissimi danni alla base del consumo di sigarette, questa deleteria abitudine viene ancora declassata a «**brutto vizio**», portando così il fumatore a pensare che basti solamente la propria **volontà** per smettere. Purtroppo, spesso non è così.



Tantissimi fumatori, infatti, non riescono a smettere nonostante le buone **intenzioni** e le forti **motivazioni** che li spingono verso questa direzione: come per esempio il loro **stato di salute**, il **risparmio economico** o il voler **riacquistare la propria libertà**. In loro aiuto esistono però dei **farmaci**, purtroppo ancora poco noti, in grado di aumentare notevolmente la possibilità di interrompere l'utilizzo di tabacco. Questi farmaci sono in grado di giovare al fumatore diminuendo il **craving** e limitando l'entità dei classici sintomi d'astinenza relativi alla dismissione dal fumo (*nervosismo, irritabilità, stitichezza, insonnia e aumento della fame e conseguentemente del peso*).

Le terapie validate per la **smoking cessation** sono differenti e vengono prescritte sia in base alla **storia tabagica del paziente** (*anni di fumo, numero di sigarette al giorno, progressi tentativi falliti*), sia alla sua **storia clinica** (*malattie eventualmente già esistenti*).

La **terapia nicotinic sostitutiva** (*cerotti, gomme, caramelle, inalatori e spray sublinguali*), la prima presente sul mercato e la più conosciuta prevede l'assunzione di **nicotina farmaceutica** pari al quantitativo di nicotina che il paziente è solito assumere attraverso il tabacco.

Ci sono invece farmaci come **Vareniclina** e **Citisina** che, attraverso il loro meccanismo d'azione, aiutano il fumatore a provare sensazioni spiacevoli quando fumano (*nausea e sapori sgradevoli in bocca*), tanto da impedirgli entro un paio di settimane di continuare a fumare.

Da ultimo, va citato il **Bupropione** che stimola a livello cerebrale il rilascio di **dopamina**, il **neurotrasmettitore** del piacere prodotto solitamente in seguito al consumo di tabacco, che appaga in maniera simile il fumatore tanto da aiutarlo a non ricercare più nelle sigarette questa sensazione di **benessere**. (*Salute, Fondazione Veronesi*)

**PREVENZIONE E SALUTE**

# I BENEFICI DELLO ZENZERO

*A provocarla è un eccesso di sebo legato ai cambiamenti ormonali che ostruisce i canali piliferi, favorendo la proliferazione di batteri cutanei e lo sviluppo di un'inflammatione*

Lo **zenzero** è una spezia utilizzata in cucina da millenni. Tipico della cucina orientale, lo zenzero è largamente utilizzato nella nostra cucina, e la sua versatilità lo vede protagonista di molte ricette; si abbina bene con il pesce, con la carne, insaporisce le verdure, si può usare per preparare gustosi dessert.

**Quali sono i suoi benefici?**

**Che cos'è lo zenzero?**

Si tratta del **rizoma dello Zingiber officinale**, pianta che appartiene alla famiglia delle *Zingiberaceae*.

Dello zenzero noi consumiamo la *radice, il rizoma*, sia direttamente nella sua forma naturale, sia sotto forma di spezia, da aggiungere alle pietanze che preferiamo.

Lo zenzero, **ampiamente utilizzato nella cucina orientale**, ha un effetto molto rinfrescante, e contiene i gingeroli, che ne conferiscono il tipico sapore pungente.

La concentrazione dei composti dipende a seconda del paese di origine, della conservazione, e dalla forma – **fresca o essiccata** – dello zenzero. Se infatti cuociamo lo zenzero, **il gingerolo si trasforma in zingerone**, una molecola dal sapore meno forte e tendente al dolce; al contrario se portiamo a disidratazione questa radice, il gingerolo si trasforma in composti dal sapore più pungente.

**I falsi miti sullo zenzero**

**Bevendo acqua, limone e zenzero posso dimagrire?**

Absolutamente no; nonostante le numerose notizie su questa falsa proprietà dello zenzero, a oggi non ci sono studi scientifici che dimostrano essere un bruciagrassi.

Anche le presunte **proprietà afrodisiache** di questa sostanza sono da sfatare: mito già conosciuto nel Cinquecento, al momento nessuna prova scientifica riconosce la capacità dello zenzero di risvegliare la passione amorosa.

Al di là di queste credenze popolari, lo zenzero ha molte proprietà benefiche supportate da dimostrazioni scientifiche, che permettono di inserirlo nell'alimentazione quotidiana.

**I benefici dello zenzero**

Lo zenzero, che può essere utilizzato come spezia, ma anche direttamente a pezzi, **aiuta la motilità intestinale**, favorendo la digestione, l'eliminazione dei gas e limitando così i dolori addominali.

È un ottimo alleato per chi soffre di **reflusso** e ha alcune proprietà antinfiammatorie, antibatteriche, antipiretiche e analgesiche.

L'utilizzo più comune dello zenzero è probabilmente quello di attenuare la nausea e il vomito, quindi un ottimo alleato nei primi mesi della gravidanza.

Attenzione però a non eccedere: è sempre consigliato consultarsi con il proprio medico per il metodo di somministrazione, la quantità e la durata del consumo.

Le proprietà antiossidanti dello zenzero sono dovute al **gingerolo**, che aiuta a combattere i radicali liberi e nello stesso tempo sembra essere coinvolto in **azioni anti-tumorali**.

È inoltre **ricco di vitamine del gruppo B, vitamina C ed E**, utili per il corretto funzionamento del nostro metabolismo; contiene buone quantità di potassio, alleato del cuore, rame e ferro, necessari per la produzione dei globuli rossi, e di calcio e fosforo, importanti per mantenere le ossa in salute.

(Salute, Humanitas)



**SCIENZA E SALUTE**

## SARS-CoV-2: così gli ANTICORPI accerchiano la Spike

*Gli anticorpi neutralizzano la proteina spike del coronavirus non solo nel suo punto di attacco più ovvio, ma anche in altre porzioni meno scontate.*

Abbiamo ormai letto in tutte le salse di **come [la proteina spike](#)** del coronavirus SARS-CoV-2 **[attacchi le cellule del corpo umano](#)**.

**Ma come reagiscono invece i nostri anticorpi, quando sono presenti?**

**Come si comportano quelli che riescono a bloccare l'infezione sul nascere?**

Uno studio pubblicato su [Science](#) offre una fotografia completa di questa risposta e mostra come gli anticorpi neutralizzanti accerchiano la proteina spike in più punti, impedendo la riuscita del suo attacco.

### **IL BERSAGLIO PIÙ OVVIO.**

La maggior parte delle ricerche si è concentrata su come il sistema immunitario respinga la parte di spike che si lega direttamente alle cellule umane, perché riconosce la loro porta di ingresso, il **recettore ACE2**.

Questa regione essenziale della spike è chiamata RBD (dall'inglese *receptor-binding domain*, "regione specifica di legame con il recettore"), ed è una parte molto flessibile della proteina, la subunità S1.

Essendo questa la porzione interessata al **contatto diretto** con la cellula, si pensava che il grosso della risposta immunitaria si concentrasse lì.

### **ALTRI PUNTI UTILI.**

Ma nel nuovo studio, dai test del plasma di quattro guariti da COVID-19, è emerso che la maggior parte degli anticorpi (l'84%) si dirige verso **regioni diverse** della spike, e a ragion veduta.

Le componenti del sistema immunitario "vedono" la spike nella sua interezza, e non solo in una regione specifica. «Gli anticorpi costellano l'intera spike, sia l'arco sia la cupola della proteina, che ricorda nella forma un ombrello».

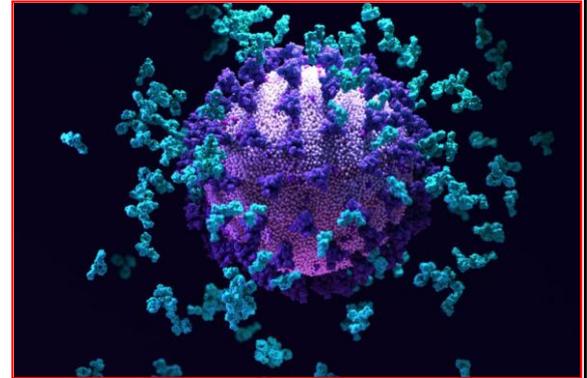
Tra le armi più potenti contro il coronavirus ci sono molti anticorpi "**non-RBD**" che riconoscono una regione della proteina spike che si trova nella copertura dell'ombrello, la **regione N-terminale (NTD)** della proteina.

Gli anticorpi con questo compito sono capaci di neutralizzare il virus nelle colture cellulari, e di prevenire il contagio di una versione di SARS-CoV-2 letale per i topi. Tra l'altro, la NTD è un elemento che muta di frequente nelle varianti di SARS-CoV-2: la loro capacità di sfuggire alle difese immunitarie potrebbe dipendere dal fatto che, **[nella continua gara evolutiva con i nostri anticorpi](#)**, mutano in una regione presa di mira proprio dalle componenti più micidiali del nostro arsenale difensivo.

### **OBIETTIVO STABILE.**

Un fatto rassicurante invece è che il 40% degli anticorpi anti-covid circolanti prenda di mira la parte più stabile della spike, la **subunità S2** (*sarebbe l'asta dell'ipotetico ombrello*): una parte del virus che non sembra riuscire a mutare tanto facilmente. Questo è un vantaggio del nostro sistema immunitario, e poiché i vaccini anti-covid sollecitano anticorpi proprio contro questa porzione di SARS-CoV-2, significa che almeno uno strato di protezione è destinato a funzionare anche contro un virus che muta.

Queste nuove informazioni saranno importanti per mettere a punto richiami vaccinali o vaccini di nuova generazione ancora più efficaci contro le varianti, e anche per ideare vaccini efficaci contro tutti i coronavirus, la nuova frontiera di prevenzione da *future pandemie*. (*Salute, Focus*)



## Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

### LA BACHECA



## ECM Gratuiti - Corsi FAD FOFI

L'accesso ai corsi federali è riservato **senza alcun onere economico** per i partecipanti e prevede un sistema di registrazione con verifica automatica del CF del farmacista.

Per promuovere l'assolvimento dell'obbligo formativo da parte di tutti i farmacisti (combinato disposto del D.Lgs. 502/1992, del D.L. 138/2020, convertito con modificazioni dalla L. 148/2020, dell'art. 7, co. 1, del D.P.R. 137/2020, degli Accordi Stato-Regioni in materia, obbligo giuridico recepito nell' art.11 del Codice deontologico del Farmacista) e supportare tutti gli iscritti, di seguito **l'Elenco dei CORSI Disponibili:**

Titolo Corso FAD	Link del Corso	Attivo da	Sino a	Crediti
<b>"AMR – One Health"</b> ID Evento 305833 - durata di 6 ore	<a href="https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=1">https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=1</a>	30 Settembre 2020	30 Settembre 2021	<b>7,8</b>
<b>"Flora Batterica Intestinale e il Sistema Nervoso Centrale"</b> ID Evento 308348 – durata di 6 ore	<a href="https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=2">https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=2</a>	28 Ottobre 2020	28 Ottobre 2021	<b>9</b>
<b>"Abuso Farmaci e Sostanze Stupefacenti"</b> ID Evento 308346 - durata di 6 ore	<a href="https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=3">https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=3</a>	28 Ottobre 2020	28 Ottobre 2021	<b>9</b>
<b>"Primo Soccorso e Gestione Urgenze: il Ruolo del Farmacista"</b> ID Evento 310908 - durata di 6 ore	<a href="https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=4">https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=4</a>	15 Dicembre 2020	15 Dicembre 2021	<b>9</b>
<b>"Ipertensione Arteriosa e Monitoraggio Pressorio"</b> ID Evento 311304 - durata di 6 ore	<a href="https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=5">https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=5</a>	23 Dicembre 2020	23 Dicembre 2021	<b>9</b>

## OBBLIGO VACCINALE per gli OPERATORI SANITARI



Disposizioni riportate nell'art. 4 del DL 1 aprile 2021, n. 44 (Decreto Covid).

L'obbligo riguarda tutti i professionisti sanitari che operano a contatto con il pubblico.

La vaccinazione può essere

- ❖ **omessa** o **differita** “solo in caso di accertato pericolo per la salute, in relazione a specifiche condizioni cliniche documentate, attestate dal medico di medicina generale”.

A verificare lo stato vaccinale di ciascun farmacista è la **Regione**, **non il datore di lavoro**, confrontando l'elenco degli iscritti all'Ordine e quello dei professionisti alle dipendenze di farmacie ed esercizi di vicinato con l'elenco dei professionisti vaccinati in suo possesso.

**Questa verifica della Regione e da comunicare all'ASL ha come scadenza il 16 Aprile.**

Se il **farmacista non risulta vaccinato**, viene invitato dall'ASL ad esibire la conferma dell'adesione alla campagna o la conferma della prenotazione, oppure a fornire la documentazione delle condizioni cliniche che lo esonerano dall'obbligo.

**Chi è in attesa dell'inoculazione**, dovrà poi segnalare all'ASL l'avvenuta vaccinazione, esibendo il certificato, entro tre giorni dalla data di esecuzione.

Solo se non si rispettano queste indicazioni la Regione accerta l'evasione dell'obbligo da parte del farmacista e ne dà comunicazione all'interessato, all'Ordine professionale e al datore di lavoro.

L'evasione dall'obbligo comporta la sospensione dal diritto di svolgere prestazioni o mansioni che implicano contatti interpersonali fino all'assolvimento dell'obbligo vaccinale o, in mancanza, fino al completamento del piano vaccinale nazionale e comunque non oltre il **31 dicembre 2021**.

La legge impone al datore di lavoro, se possibile, di adibire il farmacista che non assolve l'obbligo vaccinale a **“mansioni, anche inferiori, con il trattamento corrispondente alle mansioni esercitate che non implicano rischi di diffusione del contagio”**.

Quando l'assegnazione a mansioni diverse non è possibile,

- ❖ **“per il periodo di sospensione non è dovuta la retribuzione, altro compenso o emolumento, comunque denominato”**.

Anche chi non è ancora stato vaccinato, ma lo ha richiesto, o non può essere vaccinato per ragioni cliniche deve essere adibito a mansioni che non determinino rischio di contagio fino a vaccinazione avvenuta e comunque non oltre il **31 dicembre 2021**.

In questo caso il farmacista non subisce decurtazioni del trattamento economico.

# 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*

