



farmaDAY



FOFT 100 ANNI 1912-2012

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

Anno X – Numero 2049

Giovedì 27 Maggio 2049 – S. Agostino

AVVISO

Ordine

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

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Mal di Schiena in Gravidanza: come contrastarlo?
4. Difetti delle Palpebre: l'intervento di Blefaroplastica
5. COVID: la vaccinazione mista induce una potente risposta immunitaria



Prevenzione e Salute

6. COVID-19, perché è importante tagliare il fumo per l'idrosadenite

GUACCI.

LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA AL SERVIZIO DELLE FARMACIE INDIPENDENTI.



www.guacci.it

Proverbio di oggi.....
Vivere non è un piacere ma un dovere.....

Destinazione del **5 X 1000** alla FONDAZIONE dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di NAPOLI



FONDAZIONE Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli - ETS

GENTILE LETTORE

Con un semplice gesto puoi sostenere anche **TU** le nostre iniziative

A Te **NON** costa Nulla



DESTINA IL TUO 5X1000 ALLA FONDAZIONE ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI

COME DEVOLVERE:

1. Compila il Modulo 730, il CUD o il modello Unico

2. Firma nel riquadro:

Sostegno del Volontariato e delle altre Organizzazioni NON lucrative di Utilità Sociale, delle Associazioni di Promozione Sociale e delle Associazioni e Fondazioni riconosciute che operano nei Settori di cui all'art. 10, C. 1, lett. A, del D.L.GS. N. 460 del 1997

3. Indica il Codice Fiscale: **09571771212**



Dove la **storia** diventa **futuro**

AL TUO FIANCO OGNI GIORNO DI PIÙ.

SCIENZA E SALUTE

Mal di Schiena in Gravidanza: come contrastarlo?

Il mal di schiena è uno dei disturbi più comuni in gravidanza, anche perché è legato alla crescita del pancione.

Tra il 40 e il 70% delle gestanti, infatti, riferisce di soffrire di lombalgia, chi in maniera costante, chi occasionalmente.

Come affrontarlo?**Le cause del mal di schiena in gravidanza**

La lombalgia può essere causata da diversi fattori, legati alle variazioni cui il corpo della futura mamma va incontro.

Per esempio, **l'aumento di peso dell'utero** può determinare un inarcamento della colonna.

«Cambiando la postura, l'utero tende a gravare sulla parte bassa della schiena, i muscoli si contraggono con conseguente dolore, soprattutto in serata».

Un ruolo fondamentale è poi giocato dagli **ormoni**: in gravidanza infatti si ha la produzione di **relaxina**, un ormone che rende le articolazioni del bacino più mobili ed elastiche. La **relaxina** agisce anche a livello della muscolatura addominale:

«Una parte di questi muscoli sostiene la colonna vertebrale e con la gestazione si allentano per l'effetto della relaxina. Inoltre la pancia sporge in avanti contribuendo al loro rilassamento».

Anche lo **stile di vita** ha un ruolo incisivo nella comparsa della lombalgia:

- ❖ il lavoro fino al III° trimestre e le diverse attività in cui le gestanti sono comunque impegnate possono rappresentare uno stress per la colonna, cosa che favorirebbe poi l'insorgenza del mal di schiena

Come contrastare il mal di schiena in gravidanza?

- Applicare **impacchi caldi** o massaggiare delicatamente la zona dolorante, o immergersi in una **vasca d'acqua calda** per circa mezz'ora. L'effetto rilassante del caldo sulla muscolatura può aiutare ad alleviare il dolore.
- Trovare una **posizione comoda** in cui riuscire a **dormire**. Meglio adagiarsi su un fianco per stare il più ruotata possibile, con un cuscino sotto la pancia e uno tra le ginocchia.
- **Assecondare il fisiologico rallentamento dei movimenti**. Quando si cammina è bene respirare profondamente, tenere le spalle dritte, i piedi ben separati e il bacino in retroversione.
- Scegliere **scarpe larghe e comode**. «Il piede in gravidanza tende ad allargarsi, pertanto è utile indossare calzature con un minimo di arco plantare e di rialzo, evitando i tacchi fuori misura o le scarpe bassissime e molto piatte come le ballerine. È importante scegliere scarpe larghe e comode per il piede, come i sandali nella stagione calda»
- Curare la **postura** anche quando si è **sedute**. «In ufficio è bene avere una sedia flessibile con uno schienale alto e rigido e se possibile, posizionare un cuscino sotto i glutei o dietro la schiena all'altezza dell'area lombare, per non accentuare la lordosi».
- La lombalgia si può alleviare con **ginnastica dolce, yoga, stretching ed esercizi in acqua**. Il movimento invita a mettersi in ascolto del proprio corpo e a muoversi in maniera più accurata.
- **Attenzione ai movimenti**. È bene distribuire equamente il peso tra le due braccia quando si trasporta qualcosa, o piegarsi sulle ginocchia se c'è la necessità, per es., di raccogliere un oggetto che si trova in basso o per terra.
- Se nonostante i dovuti accorgimenti, il mal di schiena non passa, è bene **rivolgersi al medico** che potrà scegliere i trattamenti, tendenzialmente non farmacologici, utili per alleviare dolcemente il dolore, come osteopatia, fisioterapia, agopuntura e shiatsu. (*Salute, Humanitas*)



SCIENZA E SALUTE

Difetti delle Palpebre: l'intervento di Blefaroplastica

Con il passare del tempo, gli occhi di uomini e donne possono risultare appesantiti da tessuti cadenti e in eccesso nella zona delle palpebre.

Per ovviare a questo disagio, per lo più antiestetico, è possibile ricorrere alla **blefaroplastica**.

In cosa consiste questo intervento?

Cos'è la blefaroplastica?

La blefaroplastica è un intervento di chirurgia estetica, tendenzialmente non dolorosa, né pericolosa, che permette di correggere alcuni difetti delle palpebre inferiori o superiori, come ad esempio:

- borse sotto gli occhi
- palpebre cadenti
- eccesso cutaneo sopra gli occhi
- occhiaie
- zampe di gallina.



Come si esegue l'intervento?

La blefaroplastica si esegue con diverse tecniche chirurgiche, volte a conferire allo sguardo un aspetto meno "stanco".

La **blefaroplastica superiore** consente di rimuovere la cute in eccesso e le eventuali borse a livello delle palpebre superiori. È un intervento che si esegue in anestesia locale, e, se necessaria, si potrà effettuare una leggera sedazione. La durata dell'intervento è di circa 30 minuti. Le cicatrici sono pressoché impercettibili, dato che vengono nascoste nella piega palpebrale.

La **blefaroplastica inferiore** consente di rimuovere la cute in eccesso, liftare quella residua e rimuovere le fastidiose borse, talvolta migliorando anche la zona delle occhiaie. L'intervento si può eseguire in anestesia locale e un'eventuale sedazione leggera. L'operazione avviene attraverso una piccola incisione a livello del margine palpebrale.

In base alle necessità del paziente si può intervenire o solo sulle palpebre superiori, o solo inferiori o su entrambe. È possibile inoltre eseguire la blefaroplastica sia come singola procedura o in associazione con altri interventi estetici come **il lifting, il minilifting, la rinoplastica e il lipofilling**.

Blefaroplastica: quanti anni dura?

La durata dell'effetto di una blefaroplastica è variabile: generalmente, a seconda delle caratteristiche della cute del paziente, può durare da alcuni anni fino a dieci.

Blefaroplastica: i tempi di recupero

Il recupero della blefaroplastica superiore è quasi immediato:

- ❖ i punti di sutura vengono rimossi dopo 5-7 giorni dall'intervento. La presenza di piccole ecchimosi e qualche livido, che si risolve in pochi giorni, può essere mascherata con il trucco o un paio di occhiali da sole.

Il recupero della blefaroplastica inferiore è leggermente più lungo, in quanto richiede circa 10-14 giorni per la risoluzione del gonfiore e dei lividi.

(Salute, Humanitas)

SCIENZA E SALUTE

COVID: la VACCINAZIONE MISTA induce una potente risposta immunitaria

Nuovi dati sulla vaccinazione mista, che abbina dosi di diversi vaccini anti-covid: questa modalità sembra aumentare la produzione di anticorpi.

La vaccinazione mista, cioè la **somministrazione di due diversi vaccini per la prima e la seconda dose**, potrebbe potenziare le difese immunitarie contro la CoViD-19.

Lo suggeriscono i risultati preliminari, annunciati in [una presentazione online](#), del trial (*sperimentazione*) CombivacS, che in Spagna ha coinvolto 663 persone già vaccinate con una prima dose di AstraZeneca:

sono i primi dati disponibili sull'efficacia immunitaria della vaccinazione mista, dopo che uno studio britannico sullo stesso tema [aveva accertato la sicurezza](#) di questa stessa strategia vaccinale per l'uomo.

LA SCOSSA IMMUNITARIA.

Due terzi dei volontari del trial spagnolo, condotto presso il Carlos III Health Institute di Madrid, hanno ricevuto come seconda dose il vaccino di Pfizer, a non meno di otto settimane dalla prima dose.

Un gruppo di controllo di 232 persone non ha invece avuto alcun richiamo. Il diverso vaccino ha "dato la sveglia" al sistema immunitario dei volontari, che dopo la seconda dose hanno iniziato a produrre livelli di anticorpi molto più elevati di quanto non avessero fatto in precedenza. Questi anticorpi hanno riconosciuto e inattivato il coronavirus SARS-CoV-2 in test di laboratorio (*in vitro*).

I volontari rimasti senza richiamo hanno mostrato livelli di anticorpi invariati (fatto di per sé prevedibile); ma questo tipo di vaccinazione mista è sembrata conferire una protezione più efficace anche rispetto alla somministrazione classica di due dosi di AstraZeneca.

Non è chiara invece la differenza tra la protezione conferita da due dosi di vaccini diversi e quella data da due dosi di vaccino a mRNA di Pfizer, che si sa conferire una risposta anticorpale particolarmente potente dopo la seconda dose. Questo dato sarebbe importante per una comparazione più significativa.

IL DUBBIO DEI RICHIAMI AUTUNNALI.

La strategia di *vaccinazione eterologa prime-boost*, come viene definita la vaccinazione mista, sembra dare insomma i risultati attesi: del resto la sua efficacia era già stata sperimentata anche contro altre infezioni, come Ebola. Ma come la mettiamo con le future terze dosi di richiamo contro le varianti?

Dosi ripetute di vaccini a vettore virale come quello di AstraZeneca tendono infatti ad avere un'efficacia via via più attenuata, perché il sistema immunitario inizia a sviluppare una risposta contro l'adenovirus inattivato usato come vettore per la proteina spike.

Di contro, **dosi progressive di vaccini a mRNA** come quello di Pfizer tendono a dare più decisi effetti collaterali. Lo studio spagnolo non ha notato reazioni avverse particolari usando il vaccino di Pfizer come seconda dose; di recente, i dati preliminari del trial britannico Com-COV avevano invece attribuito alla vaccinazione mista una frequenza più elevata di reazioni avverse.

(Salute, Focus)



PREVENZIONE E SALUTE

COVID-19, perché è importante tagliare il FUMO per l'IDROSADENITE

Rinunciare alle sigarette è strategico al fine di limitare i problemi causati da questa malattia della pelle. Anche e soprattutto in questo periodo

A causa della situazione di emergenza dovuta al virus SARS-CoV-2 l'attività nei reparti e negli ambulatori ospedalieri di dermatologia è stata molto ridotta, ma per le malattie della pelle sono state garantite visite urgenti, interventi chirurgici non differibili e relative medicazioni, infusioni di farmaci, consulenze al pronto soccorso e nei reparti.

«Molte **patologie cutanee** sono croniche, per questo la regolarità dei trattamenti è fondamentale: sospendere le cure o non seguirle in modo appropriato significa andare incontro a un peggioramento –. Inoltre, la grande maggioranza dei farmaci prescritti non espone chi li assume a un rischio maggiore di contrarre Covid-19».

Sette anni in media per avere una diagnosi

Proseguono quindi le visite ambulatoriali e i controlli anche per chi soffre di **idrosadenite suppurativa**, patologia infiammatoria molto dolorosa che si stima interessi in Italia quasi un milione di persone.

Per arrivare alla diagnosi, e poi al trattamento corretto, i pazienti affrontano spesso lunghe peregrinazioni fra medici e strutture diversi, ricevendo trattamenti non adeguati. «Un percorso che richiede in media sette anni, con grande sofferenza sia fisica che psicologica –. Per questo è fondamentale sia che i malati continuino il loro percorso di terapie e controlli per non andare incontro a un aggravamento della situazione, sia che chiedano (e ricevano) il sostegno psicologico se ne hanno bisogno».

I sintomi

Piccoli **noduli infiammati localizzati alle pieghe della pelle** (come *inguine, ascelle, seno glutei o zone genitali*) spesso scambiati per semplici foruncoli che poi ricompaiono e possono evolvere in **pustole, fistole e ascessi**, con **secrezioni purulente e maleodoranti**.

«I malati, non sapendo che fare, spesso finiscono al pronto soccorso e ricevono trattamenti dolorosi e non risolutivi perché la patologia di cui soffrono spesso non viene riconosciuta e nel frattempo peggiora drasticamente la loro qualità di vita».

Diverse ricerche hanno infatti mostrato che i pazienti hanno una percezione distorta della propria immagine corporea e ne risentono a livello psicologico tanto da avere un rischio elevato di depressione e convivere con un forte stato d'ansia, oltre a pagare un prezzo nella propria vita sociale e sessuale.

Le terapie

«Con le giuste terapie e un gruppo multidisciplinare di esperti, però, si possono ottenere dei miglioramenti sebbene non si possa ancora parlare di guarigione definitiva –.

Antibiotici topici e sistemici, agenti immunosoppressivi sistemici, retinoidi, ormoni, dapsons, sali di zinco, e inibitori del Tumor Necrosis Factor (TNF-alfa) sono i medicinali più utilizzati in relazione allo stadio di malattia.

Adalimumab è poi l'unico biologico approvato per i pazienti con forme moderate o severe nei quali le terapie convenzionali abbiano fallito, ma studi recenti hanno messo in luce che se si arriva tardi alla diagnosi le cure non hanno purtroppo l'efficacia sperata. Farmaci che hanno come target *l'Interleuchina 17 e 23* sono poi in fase di studio in attesa di eventuale approvazione». (*Salute, Corriere*)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



Destinazione del **5 X 1000** alla FONDAZIONE dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di NAPOLI

*Destinazione 5 x 1000 alla Fondazione. A Te **non costa nulla.***

Gentile **Collega,**

Ti informo che per l'anno 2021 é possibile destinare alla Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli, **in sede di dichiarazione dei redditi**, una quota pari al **5 per mille dell'Irpef** destinata a finanziare attività di alto valore ed interesse sociale promosse dall'Ordine e dalle Associazioni di Volontariato che vedono impegnata la professione.

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.*

La Fondazione, istituita **dall'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli** contribuirà a valorizzare la Professione del Farmacista in tutti i suoi aspetti e rientra tra gli enti che possono beneficiare di tali finanziamenti. Particolare attenzione sarà rivolta:

- ❖ *alla formazione continua,*
- ❖ *a realizzare un centro culturale, ricreativo e di riposo per i farmacisti anziani e in difficoltà, anche mediante l'acquisto e gestione di strutture sanitarie atte allo scopo sociale e fino al potenziamento di tutte le iniziative già avviate, come:*
- ❖ **Un farmaco per Tutti; Una Visita per Tutti; Un Tampone per Tutti.**

La Fondazione si **autofinanzia** ed è per questo che il primo partner a sostenerne le attività destinate all'aggiornamento e al progresso culturale di tutta la Categoria è il **Farmacista.**

E' per tali motivi che la Fondazione dei Farmacisti della Provincia di Napoli si rivolge agli iscritti per promuovere, in sede di dichiarazione dei redditi, la **raccolta del 5 per mille.**

COME PARTECIPARE

Nella dichiarazione dei redditi basta inserire il Codice Fiscale della Fondazione:

CF09571771212



FONDAZIONE
Ordine dei Farmacisti
della Provincia di Napoli - ETS

GENTILE COLLEGA,
Con un semplice gesto
puoi sostenere anche
TU le nostre iniziative

IL TUO
5X1000
PER TUTTI

**DESTINA IL TUO 5X1000 ALLA
FONDAZIONE ORDINE DEI FARMACISTI
DELLA PROVINCIA DI NAPOLI**

COME DEVOLVERE:

1. Compila il Modulo **730**, il **CUD** o il **modello Unico**

2. Firma nel riquadro:

Sostegno del Volontariato e delle altre Organizzazioni **NON** lucrative di Utilità Sociale,
delle Associazioni di Promozione Sociale e delle Associazioni e Fondazioni riconosciute
che operano nei Settori di cui all'art. 10, C. 1, lett. A, del D.L.GS. N. 460 del 1997



3. Indica il Codice Fiscale: **09571771212**

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