



# farmaDAY

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



FONDAZIONE  
Ordine dei Farmacisti  
della Provincia di Napoli - ETS

## AVVISO

### Ordine

1. Bachecca: annunci lavoro
2. Fondazione Ordine Farmacisti Provincia di Napoli: dona il Tuo 5X1000
3. Corsi ECM - 2023

### Notizie in Rilievo

### Scienza e Salute

4. Quando lo zucchero (e il grasso) crea dipendenza
5. La tiroide quali problemi può dare?
6. Così l'inquinamento da farmaci minaccia la salute dei fiumi.



7. Dormire con ANIMALI a quattro ZAMPE, i Vantaggi Psicologici. Ma in alcuni casi va evitato.

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

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

**Trasi 'e sicco e mettersi 'e chiatto**

## Quando lo ZUCCHERO (e il grasso) Crea DIPENDENZA

*I cibi dolci e grassi creano nuove connessioni cerebrali che spingono a volerne sempre di più. Questa spinta era utile agli uomini primitivi, ma oggi sostiene l'aumento di casi di obesità e diabete*

Com'è che non riusciamo a resistere alla tentazione della cioccolata, delle patatine fritte o della proposta al dessert del tiramisù? "Colpa" della cosiddetta "dieta occidentale", termine che implica da parte loro una severa condanna:

❖ **troppi grassi, troppi zuccheri.**

E il loro impegno di studiosi li ha portati a mostrare come anche quantità basse ma continue di questi ingredienti abituino il cervello a consumarli e a cercarli. Vengono addirittura alterati alcuni **circuiti cerebrali**, quelli che regolano il **meccanismo della ricompensa**, della gratificazione, che viene esaltato da questi sapori piacevoli. Indebolendo, di conseguenza, l'attrazione per i cibi poveri di grassi e di zuccheri (inutile aggiungere, più salutari).

### LA DOPAMINA E LA RICOMPENSA

Non si tratta di un'attrazione innata, ma appresa. Il cervello viene "adattato" a questa preferenza. Gli studiosi tedeschi hanno fatto un esperimento con un gruppo di volontari di peso normale offrendo loro ogni giorno, per otto settimane, un dolce ricco di **zucchero** e di grassi da mangiare in aggiunta alla dieta solita e offrendo a un equivalente gruppo di controllo un dolce con le stesse calorie, ma meno grasso.

Durante la prova e dopo è stata misurata l'**attività cerebrale** dei volontari. Si è visto che appariva particolarmente attivato il **sistema dopaminergico**, la regione cerebrale responsabile della motivazione e della "ricompensa". (Fondazione Veronesi)



**SCIENZA E SALUTE**

## LA TIROIDE QUALI PROBLEMI PUÒ DARE?

La **tiroide** è una delle ghiandole più importanti presenti nel nostro corpo perché produce degli ormoni che determinano il corretto sviluppo fisico e mentale di ogni persona.

La **tiroide**, tuttavia, può dar vita a problemi di diverso tipo legati sia alla quantità di ormoni che produce e sia ad altre cause che possono determinare l'insorgenza di patologie anche gravi.

Ecco i principali.

### La TIROIDE e gli ORMONI: l'Ipotiroidismo e l'Iperitiroidismo

L'**ipotiroidismo** e l'**ipertiroidismo** sono tra i più comuni problemi che dà la **tiroide**.

Sono connessi, in particolare, a una produzione troppo limitata o troppo eccessiva degli ormoni tiroidei, delle condizioni che se non adeguatamente trattate possono avere gravi conseguenze sulla vita e la salute delle persone.

L'**IPOTIROIDISMO**, in particolare, si ha quando la **tiroide** produce una quantità troppo bassa di ormoni tiroidei, una condizione che influisce negativamente su ogni tipo di processo metabolico dell'organismo.

Alcuni dei sintomi tipici, in particolare, sono:

- *astenia;*
- *aumento del peso corporeo;*
- *perdita della massa muscolare;*
- *calo del desiderio sessuale; depressione.*

L'**IPERTIROIDISMO**, invece, si ha quando la **tiroide** produce una quantità eccessiva di ormoni e, anche in questo caso, a risentirne sono i processi metabolici. I sintomi tipici, in particolare, sono:

- *diminuzione di peso;*
- *irritabilità; apatia;*
- *palpitazioni; affaticamento.*

Questi sono soltanto alcuni dei sintomi tipici di questi due comuni **problemi alla tiroide**:

se si sospetta di esserne affetti è necessario rivolgersi al proprio medico curante per richiedere approfondimenti diagnostici.

### TIROIDITE e GOZZO: ALTRI DUE COMUNI PROBLEMI alla TIROIDE

Oltre all'ipotiroidismo e all'ipertiroidismo, la **tiroide** può essere interessata da problematiche diverse e tra le più frequenti vi sono il **gozzo** e la **toroidite**.

La **tiroidite**, in particolare, si verifica quando la **tiroide** è preda di un'infezione che può essere generata da microrganismi esterni (batteri o virus) o essere a carattere autoimmune.

Il **gozzo**, invece, si manifesta principalmente con un ingrossamento anche molto evidente della **tiroide** il quale può essere determinato da cause di tipo alimentari o patologiche.

La principale causa alimentare di questo **problema alla tiroide** è una ridotta quantità di **iodio** nell'alimentazione l'elemento chimico che entra in gioco nella produzione degli ormoni tiroidei.

Nell'ambito delle patologie, invece, quelle che possono dar vita al **rigonfiamento della tiroide** sono diverse: le tiroiditi, per es., oppure lo stesso ipertiroidismo.

Se si sospetta la presenza di un problema alla **tiroide** è altamente consigliato sottoporsi a degli accertamenti medici così da confermare o confutare la diagnosi. Nel caso in cui si fosse realmente affetti da **problemi alla tiroide** sono numerose le possibilità curative le quali spaziano dai rimedi farmacologici a quelli chirurgici.

Sono gli specialisti a consigliare la terapia più adatta in presenza di un problema alla **tiroide**: ogni persona è diversa dall'altra e può necessitare di tecniche terapeutiche su misura. (Oggi)



## SCIENZA E SALUTE

## Così l'INQUINAMENTO da FARMACI minaccia la salute dei FIUMI

*L'inquinamento da farmaci è un problema diffuso. I possibili effetti negativi sugli ecosistemi fluviali dei residui di medicinali che usiamo (non sempre al meglio)*

Ogni giorno usiamo **farmaci** necessari alla nostra salute, ma qual è il loro impatto **sull'ambiente** e in particolare sulla salute delle acque dei **fiumi**?

Lo ha rilevato uno studio dedicato all'inquinamento da farmaci e condotto in 104 paesi dai ricercatori del Dipartimento di Geografia ambientale dell'Università di York (UK) e recentemente pubblicato sulla rivista *Environmental Toxicology and Chemistry*.

Ecco quali sono stati i loro risultati.

### QUASI 2.000 PRINCIPI ATTIVI UTILIZZATI

Partendo dal presupposto che sono oltre 1.900 i **principi attivi farmaceutici** (API) che vengono utilizzati per trattare e prevenire le malattie nell'uomo, è inevitabile che queste sostanze vengano emesse nell'**ambiente naturale** durante la loro **produzione, uso e smaltimento**.

Non sorprende dunque che un'ampia gamma di prodotti farmaceutici sia stata rilevata nelle acque superficiali di molte regioni del mondo.

Nello specifico, da questa ricerca è emerso che il **43,5%** (461 siti) delle 1.052 località di campionamento monitorate in 104 paesi presentava **concentrazioni di ingredienti farmaceutici attivi preoccupanti**, ossia oltre la soglia di sicurezza.

Circa il **34,1%** delle 137 campagne di campionamento aveva almeno un luogo in cui le concentrazioni avevano un potenziale effetto **eco-tossicologico**, cioè risultavano pericolose per gli organismi che vivono nei fiumi e, a cascata, dannose per interi ecosistemi, a prescindere da quelli acquatici in senso stretto.

### DA DOVE ARRIVANO I RESIDUI DI FARMACI NEI FIUMI?

«Quando assumiamo **farmaci** li metabolizziamo in maniera parziale o totale».

«Ciò significa che, tramite le urine e le feci, ne eliminiamo i principi attivi stessi o miscele di metaboliti (*molecole trasformate dall'organismo*).

Comunque sia, una certa percentuale di ingredienti farmaceutici attivi, variabile a seconda del principio attivo in questione, degli eccipienti e della tipologia dei farmaci, si riscontra nelle **acque reflue** che vengono successivamente depurate.

I depuratori cittadini delle acque da scarico urbano hanno infatti il compito di eliminare materiale organico e batteri, non sono però sempre in grado di eliminare totalmente questi residui di medicinali.

Succede quindi che, come testimonia questo studio che parte da un lavoro precedente di analisi di dati in tutto il mondo (citato fra le fonti in calce a questo articolo, *ndr*), molte di queste sostanze **finiscano inevitabilmente nei fiumi**».



## L'EFFETTO DEI FARMACI SU ANIMALI E AMBIENTE

Ciò vuol dire impattare, in maniera più o meno significativa e con tutte le sfumature del caso, sulla **vita e la riproduzione dei pesci** e di altri **organismi** e quindi sul precario equilibrio di **ecosistemi fluviali** che viene così compromesso.

«Questo accade - prosegue la biologa - perché gli API sono stati sintetizzati per curare le malattie dell'uomo attraverso l'interazione con recettori e vie metaboliche degli esseri umani, ma possono agire con gli stessi meccanismi **anche in altre specie**.

Accade dunque che il residuo di un antidepressivo possa influenzare il comportamento dei pesci, alterandone così la suscettibilità alla predazione.

Può succedere che un antimicrobico disperso nell'ambiente contribuisca alla **selezione di batteri resistenti ai farmaci**, ulteriore aggravio di un'altra problematica importante, l'antibiotico-resistenza».

### NON TUTTI I FARMACI SONO UGUALI

«E se è indubbio che la presenza di **principi attivi farmacologici (API) nelle acque** sia una questione importantissima e di rilevanza globale, come evidenziato anche da questo studio - prosegue Castiglioni - non tutti i medicinali impattano nello stesso modo.

Tra gli esempi più eclatanti e antitetici, da una parte

- ❖ il **Paracetamolo** (*antipiretico e infiammatorio*), i cui residui vengono facilmente eliminati da qualunque depuratore e, dall'altra, la **Carbamazepina** (*antiepilettico*) e la **Claritromicina** (*antibiotico*), le cui tracce sono difficili da debellare e si trovano, per questo, in abbondanza **nei fiumi di tutto il pianeta**.

Esiste poi il problema dell'**effetto miscela**, messo in evidenza dalla ricerca, ossia l'effetto della sommatoria di API oltre la soglia che sarà ulteriormente chiaro e approfondito con ulteriori studi».

### CHE COSA FARE PER LIMITARE L'INQUINAMENTO DA FARMACI?

Nel complesso i risultati sono dunque inequivocabili e mostrano che l'**inquinamento da farmaci** è un problema globale, presente in maniera ancora più evidente in alcune zone del mondo come l'Africa subsahariana, l'Asia meridionale (con Lahore in Pakistan in testa) e il Sud America.

Se vogliamo soddisfare i 17 obiettivi di sviluppo sostenibile delle Nazioni Unite, in particolare l'obiettivo 6, "Acqua pulita e servizi igienico-sanitari" (Nazioni Unite, 2015) e in sostanza dare una mano al pianeta, dobbiamo affrontare urgentemente il problema globale dell'**inquinamento farmaceutico**.

#### Ma come concretamente?

Se la questione deve essere gestita con solerzia e impegno dal punto di vista politico e legislativo a livello mondiale, si può agire **anche individualmente**.

«Non buttare farmaci scaduti ma riconsegnarli alle farmacie è un gesto utile – così come evitare la prescrizione da parte dei medici di antibiotici non indispensabili e il loro uso inappropriato da parte dei pazienti a cui sono rimasti blister non del tutto utilizzati durante una precedente terapia».

(Salute, Fondazione Veronesi)



**PREVENZIONE E SALUTE**

## Dormire con ANIMALI a quattro ZAMPE, i Vantaggi Psicologici. Ma in alcuni casi va evitato

*I cani meglio addestrabili a svolgere una funzione di supporto contro ansia e depressione. Vanno valutati i pro e i contro del co-sleeping cane/persona*

Secondo uno studio pubblicato nel 2015 sulla rivista scientifica *Sleep*, il cosiddetto **co-sleeping** (*dormire insieme*) - termine usato in pediatria per indicare la **pratica del far dormire il bambino piccolo nel lettone dei genitori** - è **utile anche per cani e padroni**. Da allora, molti studi hanno analizzato i **pro e i contro** del dormire coi nostri amici a quattro zampe.

A mettere in crisi molte certezze è ora una ricerca appena pubblicata su *Journal dell'International Society for Anthrozoology*, che ha usato per la prima volta quella che si può definire una **co-registrazione polisonnografica dell'uomo e del cane** durante il sonno. Restano **validi** i tanti **vantaggi psicologici del co-sleeping cane/uomo**, per es.:

- ❖ quando il cane si accuccia ai piedi del padrone riduce il suo stress, facendo aumentare l'**ossitocina**, l'ormone della felicità e dell'empatia - e fa calare la **pressione sanguigna**, cosa peraltro che avviene anche di giorno quando lo accarezziamo.

### Depressione, solitudine e sonno

In un mondo popolato da sempre più single, il **co-sleeping canino combatte la depressione da solitudine dei padroni** e, secondo i ricercatori americani, è **utile anche in disturbi del sonno** come l'OSA, acronimo di *obstructive sleep apnea*, cioè apnea morfeica ostruttiva, la narcolessia o gli **incubi da disturbo post-traumatico da stress**. Finora si distinguevano i cosiddetti

- ❖ SAs (acronimo di *Service Animals*) cioè **animali di servizio**,
- ❖ dagli ESAs (acronimo di *Emotional Support Animals*) cioè **animali da supporto emotivo**.

I **cani** rientrano in quest'ultimo gruppo essendo quelli **meglio addestrabili a svolgere una funzione di supporto psicologico contro ansia e depressione**.

### Quando è il padrone che disturba il cane

Ci sono anche casi in cui sono i cani a non voler più dormire con i loro padroni colpiti da **parasonnie** che li spingono a comportamenti aggressivi e violenti durante il sonno REM (in genere a fare le spese dei loro sonnambulismi incongrui sono i coniugi). In tali casi i cani tornano ad accettare il **co-sleeping solo quando il padrone ha risolto i suoi problemi**, tornando a un sonno calmo grazie al trattamento farmacologico.

### Vantaggi e svantaggi

I ricercatori concludono dicendo che, nonostante lo studio si basi su un campione limitato, le precise modalità con cui è stato condotto devono spingere d'ora in poi a una più **attenta valutazione dei pro e dei contro del cosleeping cane/uomo**:

- ❖ non è tutto rose e fiori ma nasconde anche **insidie** che non devono oscurare però i tanti benefici di questa pratica finora riconosciuti, ma piuttosto spingere a una **valutazione basata sulla particolare situazione di ogni singolo padrone e di ogni singolo cane**.

Ad esempio, il **co-sleeping non è indicato** se il cane non è abituato a frequentare la casa come accade quando è appena arrivato in famiglia, oppure se sofferite di allergie o avete un sonno leggero o se è il vostro fido ad avere qualche malattia anche banale: chi ha un cane sa bene per esempio che se è anche solo raffreddato non sa certo trattenere nel cuore della notte i suoi sonori starnuti, che voi stiate dormendo o meno. (*Salute, Corriere*)

## Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



*Per segnalare disponibilità di lavoro in Farmacia e/o Parafarmacia basta inviare messaggio whatsapp*

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Pubblicazione Annuncio
Monte di Procida	FT/PT	339 312 8126	18 Aprile
S. Anastasia	FT/PT	338 922 7703	18 Aprile
S Giuseppe Vesuviano	FT/PT	366 307 5712	3 Aprile
Frattaminore	FT/PT	349 250 4921	3 Aprile
Afragola	FT	335 833 6528	3 Aprile
Vico Equense	FT/PT	393 509 4406	27 Marzo
Napoli – Piazza Dante	PT	331 872 8897	27 Marzo
Casalnuovo	PT	349 6344 734	27 Marzo
Casalnuovo	PT	349 6344 733	27 Marzo
Napoli - Posillipo	FT/PT	339 402 9999	20 Marzo
Napoli –Piazza Cavour	FT/PT	333 433 1678	20 Marzo
Napoli – Capodichino	FT/PT	338 609 8038	20 Marzo
Vico Equense	FT/PT	081 879 8041	13 Marzo
Napoli - Vomero	FT/PT	direzione@farmaciacannone.net	13 Marzo
Casoria	FT/PT	339 525 2872	13 Marzo

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

Anche per l'anno **2023** sarà possibile destinare una quota pari al **5 per mille** dell'Irpef alla Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti della provincia di Napoli, **per valorizzare la professione del farmacista e per sostenerne tutte le attività di carattere sociale promosse dall'Ordine.**

*Devolvi il 5x1000 nel 730 o CUD alla Nostra Fondazione inserendo il C.F. **09571771212** sotto lo spazio indicato dalla freccia:*

**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.G.S. N. 460 del 1997

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

**SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)**

<p>SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO E DELLE ALTRE ORGANIZZAZIONI NON LUCRATIVE DI UTILITA' 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.G.S. N. 460 DEL 1997</p> <p>FIRMA <u>SANTAGADA VINCENZO</u> Codice fiscale del beneficiario (eventuale) <u>09571771212</u></p>	<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SCIENTIFICA E DELLA UNIVERSITA'</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SANITARIA</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	<p>FINANZIAMENTO DELLE ATTIVITA' DI TUTELA, PROMOZIONE E VALORIZZAZIONE DEI BENI CULTURALI E PAESAGGISTICI (SOGETTI DI CUI ALL'ART. 2, COMMA 2, DEL D.P.C.M. 28 LUGLIO 2016)</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>SOSTEGNO DELLE ATTIVITA' SOCIALI SVOLTE DAL COMUNE DI RESIDENZA</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	<p>SOSTEGNO ALLE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE RICONOSCIUTE AI FINI SPORTIVI DAL CONI A NORMA DI LEGGE CHE SVOLGONO UNA RILEVANTE ATTIVITA' DI INTERESSE SOCIALE</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>SOSTEGNO DEGLI ENTI GESTORI DELLE AREE PROTETTE</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	

**AVVERTENZE** Per esprimere la scelta a favore di una delle finalità destinarie della quota del cinque per mille dell'IRPEF, il contribuente deve apporre la propria firma nel riquadro corrispondente. Il contribuente ha inoltre la facoltà di indicare anche il codice fiscale di un soggetto

# ORDINE: Cronoprogramma sulla formazione ECM 2023

La partecipazione è sia in presenza sia a distanza su piattaforma zoom.



® ORDINE DEI  
FARMACISTI  
DELLA  
PROVINCIA  
DI NAPOLI

Presidente:  
Prof. Vincenzo Santagada



## RICONOSCERE LE DIPENDENZE

APRILE

**Giovedì 20/04/2023 ore 21:00 - Prof. F. Curcio**

*Come riconoscere il disagio giovanile e le strategie di intervento  
Classificazione delle Dipendenze*

**Giovedì 27/04/2023 ore 21:00 - Prof. A. Miccichè**

**Dipendenze giovanili:** le nuove droghe, queste sconosciute

MAGGIO

**Giovedì 04/05/2023 ore 21:00 - Prof. G. Di Petta, Prof. F. Auriemma**

*Dipendenze da sostanze: meccanismi psicopatologici  
Dipendenze da Alcol, Farmaci, Fumo*

**Giovedì 11/05/2023 ore 21:00**

**Prof. A. Miccichè, Prof.ssa A. Grandinetti, Prof. L. Carnile**

**Dipendenze Giovanili**

*Internet Addiction Disorder, Ludopatie, Pornografie,  
Dipendenze affettive, Dipendenze dal Lavoro*

**Giovedì 18/05/2023 ore 21:00 - Prof.ssa A. Miro**

**Cannabinoidi:** non solo dipendenza!

**Giovedì 25/05/2023 ore 21:00 - Prof. A. Raggi, Prof.ssa A. De Rosa**

**Dipendenza da Cibo:** disturbi della sfera alimentare  
*Aspetti Psicologici e Clinici*

### ▶▶▶ COME PARTECIPARE

**IN PRESENZA** presso la sede dell'Ordine dei Farmacisti, via Toledo 156 - Napoli

**A DISTANZA** sulla pagina Facebook dell'Ordine e su piattaforma Zoom,  
il link sarà inviato tramite WhatsApp e pubblicato sulla pagina di **farmaDAY**



**La partecipazione al corso consentirà l'acquisizione di 20 crediti ECM.**