



Proverbio di oggi.....

Sul'à morte nu''nc'è rimedio

"HO AVUTO UN RAPPORTO CON UNA PERSONA POSITIVA ALL'HPV: E ADESSO?"

I consigli della specialista ad un lettore preoccupato di un'eventuale trasmissione dell'HPV

A 49 anni ho fatto la terza dose del **vaccino nonavalente per l'HPV**. Pochi mesi dopo ho avuto un rapporto intimo con una donna che poi ha scoperto dopo **test HPV** di essere positiva e di avere **una lesione di basso grado LSIL**, in attesa risultato biopsia. Cosa posso fare per me e per la mia partner, il cui ultimo **Pap test** era negativo? Ieri ho notato una piccola escoriazione sul pene che ogni tanto mi brucia un po'.

Cosa potrebbe essere, che esami fare?

A.

Risponde la dottoressa Ermelinda Monti, ginecologa esperta in patologia del tratto genitale inferiore e delle patologie HPV del **Policlinico di Milano**.

La presenza di escoriazioni sui genitali **non** è sempre riconducibile all'infezione da **HPV**, spesso possono essere anche il risultato ad esempio di dermatiti. Per questo motivo il consiglio è di effettuare una valutazione con il proprio **medico** o una visita specialistica **dermatologica** per riferire i sintomi.

Ciò che invece può essere caldamente raccomandato è la **vaccinazione HPV**, sia per lui (che in questo caso l'ha già ricevuta) che per lei, se non precedentemente effettuata.

Il vaccino contro l'HPV, infatti, riesce a proteggere contro i ceppi più comuni del virus, in particolare i ceppi cosiddetti ad alto rischio oncogeno, che sono la causa di **lesioni pre-tumorali e tumorali genitali** (cervice, vagina e vulva, ano e pene) ed extragenitali (cioè i tumori del distretto testa-collo) oltre ai ceppi che causano le **verruche genitali o condilomi**.

Alcuni studi, poi, suggeriscono anche che il vaccino aiuta a ridurre il rischio di recidiva di lesioni pre-tumorali o condilomi in pazienti precedentemente trattati per queste patologie. In quest'ultimo caso il vaccino non viene usato come profilassi ma come prevenzione secondaria.

(Salute, Fondazione Veronesi)



SCIENZA E SALUTE

UN BATTERIO DEL NASO HA FATTO DA TAXI A UN FARMACO FINO AL CERVELLO

Un microrganismo innocuo che vive nelle cavità del naso è stato ingegnerizzato per consegnare al cervello dei topi una molecola anti-obesità.

Un tipo di batterio nasale snobbato finora ha conquistato una menzione d'onore in una rivista scientifica **per aver trasportato, con efficacia, un farmaco fino al cervello** di topi. Un team di microbiologi della National University di Singapore ha ingegnerizzato un microrganismo del genere *Lactobacillus* per usarlo come "taxi" di molecole anti-obesità dirette al cervello dei roditori. Il piano ha funzionato e i topi sono dimagriti, rivela lo studio, pubblicato su [Cell](#).

La soluzione sotto (anzi, dentro) il naso. Non sempre i farmaci si dirigono subito là dove ne avremmo bisogno, e in passato sono stati effettuati vari tentativi di usare microrganismi presenti nell'intestino (come l'arcinoto *Escherichia coli*) per aiutare molecole medicinali a trovare la strada.

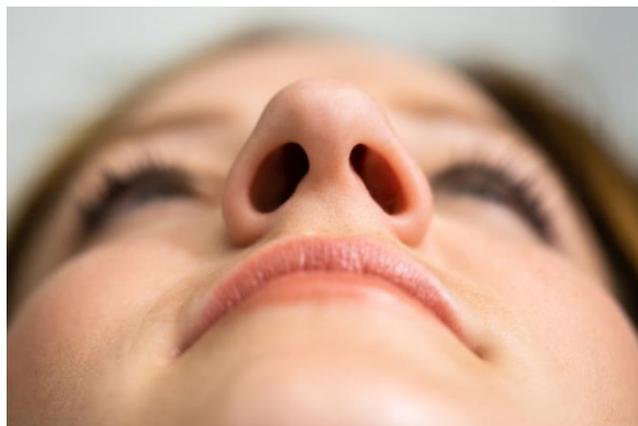
La nuova ricerca ha indagato le capacità di trasporto di batteri in un'area meno battuta, ma connessa al cervello (l'obiettivo del farmaco testato) attraverso un'autostrada nervosa - **il naso**, appunto. Il cervello è un bersaglio difficile per i farmaci in generale, e a maggior ragione per quelli consegnati da batteri, perché protetto dalla **barriera emato-encefalica**, che scherma l'organo dagli elementi nocivi e dagli agenti infettivi presenti nel sangue.

Un'accurata cernita. Nonostante il collegamento diretto tra **naso e cervello** (attraverso i neuroni al confine superiore tra cranio e naso), i batteri che popolano la cavità nasale sono poco conosciuti: così, per prima cosa, il biologo sintetico Matthew Wook Chang ha caratterizzato i microrganismi che vi risiedono, trovando cinque ceppi di *Lactobacillus* innocui e spesso usati negli integratori.

Dopodiché ha valutato le capacità dei batteri in questione di legarsi a una molecola che si trova su una membrana nota come **epitelio olfattivo**, che si trova nella parte posteriore della cavità nasale, dove si percepiscono gli odori.

Funziona! L'epitelio olfattivo si collega al cervello attraverso neuroni sensoriali olfattivi, e anche se è molto difficile che un batterio possa arrivare al cervello per questa via, alcune molecole ci riescono. Lo scienziato ha ingegnerizzato un *Lactobacillus plantarum* per fargli secernere alcune molecole, inclusi tre ormoni per la regolazione dell'appetito: i topi obesi che hanno ricevuto una dose intranasale del batterio modificato una volta al giorno, per otto settimane, hanno cominciato a mangiare di meno e sono dimagriti.

Nuovi taxi invisibili. Anche se siamo ben lontani da testare questo tipo di approccio nell'uomo, ha funzionato. E non è il solo batterio "periferico", non intestinale, ad aver attirato l'attenzione di chi studia il trasporto di farmaci. Come riportato su *Nature*, in uno studio separato, un team di scienziati dell'Università di Barcellona ha ingegnerizzato un batterio che risiede **nei follicoli piliferi**, il *Cutibacterium acnes*, per secernere un enzima che contrasta gli effetti dei raggi UV sulle cellule della pelle. Come risultato, le cellule della pelle hanno prodotto meno molecole potenzialmente instabili e pericolose in risposta alla radiazione ultravioletta. Prima che queste tecnologie possano trovare più ampio uso, occorrerà valutare parametri come l'efficacia della "consegna" e la garanzia che questi batteri ingegnerizzati non vengano dispersi nell'ambiente. (*Salute, Focus*)



SCIENZA E SALUTE

QUANTO MOVIMENTO SERVE PER STARE IN SALUTE?

Fare esercizio aerobico offre benefici crescenti, riduce grasso corporeo e circonferenza vita, migliora la salute cardiovascolare. Ma quanti minuti servono per fare la differenza?

Un nuovo studio pubblicato su *JAMA Network Open* chiarisce quanto esercizio aerobico sia consigliato per ottenere **benefici significativi per la salute**. Analizzando 116 studi clinici con oltre 6.800 partecipanti, la ricerca conferma che attività aerobiche come camminare velocemente, correre o andare in bicicletta, già note per aiutare a combattere **sovrappeso e obesità**, offrono benefici crescenti, soprattutto per la **salute cardiovascolare**, con l'aumentare di durata e intensità dell'esercizio.



LO STUDIO

L'esercizio aerobico è da tempo riconosciuto come uno degli strumenti più efficaci per combattere sovrappeso e obesità. Coinvolgendo grandi gruppi muscolari, infatti, l'aerobica favorisce la **combustione dei grassi e migliora il metabolismo**. Tuttavia, non era chiaro fino a che punto la durata e l'intensità dell'esercizio influenzassero la perdita di peso e la riduzione del grasso corporeo. Questo studio contribuisce a chiarire che più esercizio si fa, migliori sono i risultati, almeno fino a 300 minuti settimanali.

COSA È EMERSO

Lo studio ha esaminato dati da quasi 7.000 adulti con sovrappeso o obesità. I risultati mostrano che ogni **30 minuti settimanali** di esercizio aerobico portano a una **riduzione modesta** del peso corporeo, della circonferenza vita e della percentuale di grasso corporeo. Incrementare l'esercizio fino a **150 minuti settimanali** a intensità moderata o superiore produce **riduzioni clinicamente significative** del grasso corporeo e della circonferenza vita. Prolungare l'attività **fino a 300 minuti settimanali** amplifica ulteriormente i benefici, anche se con ritorni più gradualmente.

BENEFICI FISICI, E NON SOLO

Gli individui che praticano regolarmente almeno 150 minuti di esercizio a settimana possono osservare una riduzione evidente non solo nel peso, ma anche nella distribuzione del grasso addominale, un fattore cruciale per ridurre i rischi cardiovascolari. Oltre ai benefici fisici, lo studio ha evidenziato un miglioramento nella qualità di vita, sia dal punto di vista fisico sia mentale, per coloro che praticano esercizio aerobico. Tuttavia, sono stati segnalati alcuni lievi eventi avversi, principalmente legati a dolori muscoloscheletrici. Questi rischi possono essere mitigati adottando una progressione graduale dell'attività e un'adeguata supervisione.

CONSIGLI UTILI

Per chi desidera perdere peso o ridurre il grasso corporeo, ottenendo benefici cardiovascolari, può mettere in pratica i seguenti consigli:

- **iniziare gradualmente**: anche 30 minuti a settimana possono fare la differenza;
- **aumentare progressivamente la durata**: l'obiettivo dovrebbe essere raggiungere almeno 150 minuti settimanali;
- scegliere un'intensità moderata o vigorosa: **camminare** a passo sostenuto, **nuotare** o **pedalare** sono ottime opzioni;
- integrare l'esercizio con uno **stile di vita sano**: l'attività fisica funziona meglio se combinata con una dieta equilibrata e un adeguato riposo. (*Salute, Fondazione Veronesi*)

PREVENZIONE E SALUTE

LA DIETA GIUSTA CONTRO I CALCOLI RENALI (CHE NON ELIMINA IL CALCIO)

Fattori genetici e di stili di vita si uniscono a comporre un quadro che può portare le persone a soffrire di calcoli. Come prevenirli bevendo molto e senza eliminare il calcio (che sarebbe controproducente)

I **reni** sono come un piccolo ospedale: filtrano circa 50 litri di sangue al giorno **eliminando scorie metaboliche e tossine** attraverso l'urina, la loro attività più nota; bilanciano l'equilibrio idrico e dei minerali, gestendo nutrienti essenziali come sodio, potassio e calcio; rilasciano ormoni come l'eritropoietina, che stimola la produzione di globuli rossi, ed enzimi come la renina, importante per il controllo della pressione sanguigna. L'attività di questo piccolo ospedale, però, si può inceppare in presenza dei **noti calcoli renali**, l'80% dei quali è costituito da **calcio**, con una prevalenza di cristalli di ossalato di calcio nel 65% dei casi e di fosfato di calcio nel restante 15%.



IL RUOLO DEL CALCIO

«Contrariamente a quanto si pensava in passato, **eliminare questo minerale dalla dieta non previene la formazione dei calcoli, anzi ne aumenta il rischio**», spiega **D. Gatti**, prof. di Reumatologia dell'Univ. di Verona

«Se nell'intestino non c'è una quantità sufficiente di calcio in grado di legarsi all'ossalato, quest'ultimo viene assorbito in eccesso nel sangue, raggiunge i reni e favorisce la formazione dei calcoli combinandosi con il calcio presente nelle urine. Inoltre, eliminare questo minerale dalla dieta **aumenta il rischio di osteoporosi**. È fondamentale per la salute scheletrica, poiché conferisce forza e resistenza strutturale all'impalcatura proteica che costituisce le ossa, mantenendo un ideale equilibrio tra durezza ed elasticità. Fin dall'infanzia, è indispensabile per una crescita e uno sviluppo scheletrico adeguati, mentre in età adulta contribuisce a preservare la densità ossea grazie al continuo rinnovamento del tessuto scheletrico. Il calcio è importante anche per il corretto funzionamento delle cellule di tutto il corpo. Quando manca, il nostro organismo lo preleva dallo scheletro, che funziona come una "banca del calcio", rendendo le nostre ossa più fragili».

LA DIETA GIUSTA A questo punto entra in gioco **lo stile di vita**, l'aspetto più importante della prevenzione. «I motivi per cui si formano i calcoli renali sono molteplici», aggiunge **Pietro Manuel Ferraro**, professore ordinario e direttore della Scuola di Specializzazione in Nefrologia all'Università di Verona. «In alcuni casi - meno frequenti - si tratta di **cause genetiche**, quindi ereditarie, o di cause sistemiche, ovvero legate a **patologie di altri organi** che si manifestano anche con calcoli. Tuttavia, nella maggior parte dei casi, la creazione dei calcoli dipende da una combinazione di predisposizione genetica e stili di vita errati. In generale, uno stile di vita caratterizzato da attività fisica regolare, per contrastare il sovrappeso corporeo, niente fumo, e **dieta equilibrata come quella mediterranea**, con elevate quantità di frutta e verdura, latticini freschi e poche proteine animali, può ridurre il rischio che i calcoli si ripresentino nel tempo».

SALE E ACQUA «Un punto cruciale è anche il **controllo del consumo di sale da cucina** che non solo accresce il rischio cardiovascolare e ipertensivo, ma può favorire la formazione di calcoli. I reni, infatti, eliminano il sodio in eccesso attraverso le urine, ma in questo processo trascinano con sé anche calcio, un elemento chiave nella creazione dei calcoli». «Infine, si pensa erroneamente che **l'acqua del rubinetto** abbia un quantitativo eccessivo di sali che, a loro volta, potrebbero "appesantire" i reni. Al contrario, un'**idratazione adeguata** è uno degli strumenti più semplici ed efficaci per proteggere la loro salute. Bere acqua a sufficienza **aiuta a diluire le urine** e riduce la probabilità che si formino cristalli o depositi», conclude.

CHI DEVE FARE CONTROLLI

I reni lavorano in silenzio e se si ammalano non si lamentano, così la **diagnosi di problemi spesso arriva tardi**. «Quando la malattia renale è già presente e avanzata, i **sintomi sono vaghi**, per esempio stanchezza, malessere generale, nausea, vomito». «Per questo è importante che le persone a rischio di sviluppare malattia renale - **chi ha diabete, ipertensione o familiari affetti da malattie renali** - effettuino **controlli del sangue e delle urine con regolarità**, rivolgendosi al proprio medico di base e al nefrologo, lo specialista che si occupa di questi organi. Negli ultimi anni sono, inoltre, stati studiati nuovi farmaci che hanno aumentate le speranze delle persone con malattia renale: si può rallentare molto, e in alcuni casi anche fermare, il peggioramento della funzione renale nel tempo: per questo, giungere alla diagnosi al più presto fa davvero la differenza». (*Salute, Corriere*)

PREVENZIONE E SALUTE

SAI CHE ALCUNI BATTERI SONO RESISTENTI AI DISINFETTANTI A BASE ALCOLICA?

Nei primi anni 2000 gli ospedali in tutta l'Australia hanno iniziato a installare i dispenser di disinfettante per le mani anche nelle camere e nei corridoi per consentire l'accesso a personale, visitatori e pazienti di eliminare i batteri dalle mani.

Disinfettanti a base alcolica hanno aiutato a combattere le infezioni da stafilococco nei pazienti e in alcuni tipi di batteri resistenti ai farmaci e i tassi di queste infezioni sono diminuiti. Tuttavia, alcune altre infezioni si sono comportate in un modo esattamente contrario. Ne abbiamo parlato con i nostri specialisti.



IL 10% DELLE INFEZIONI NON REAGISCE AL SAPONE

Le **infezioni da enterococchi**, causate cioè da batteri che colpiscono il tubo digerente, la vescica, il cuore e altre parti del corpo, hanno iniziato ad aumentare in concomitanza dell'uso maggiore di sapone antibatterico.

Queste infezioni costituiscono il **10% delle infezioni batteriche** acquisite nell'ospedale e nel Nord America e in Europa, sono una delle principali cause di sepsi, una mortale infezione del sangue.

COLPA DELLA BASE ALCOLICA?

Una nuova ricerca pubblicata da Science Translational Medicine ha sostenuto che diversi ceppi di batteri apparentemente resistenti al sapone per le mani avevano iniziato ad adattarsi ai disinfettanti per le mani a **base alcolica**. Ciò potrebbe significare che i batteri siano grado di sopravvivere per periodi di tempo più lunghi se entrano in contatto con l'alcol contenuto nei saponi.

UN POSSIBILE PERICOLO PER GLI OSPEDALI

“Questa è stata la prima volta che qualcuno ha dimostrato che i **batteri ospedalieri** stanno diventando **tolleranti verso l'alcol** contenuto nei disinfettanti” ha affermato Timothy Stinear, coautore dello studio e ricercatore presso l'Istituto Doherty per l'infezione e l'immunità dell'Università di Melbourne. I ricercatori hanno confrontato 139 tipi di batteri, osservando gli stessi ceppi per un periodo di 19 anni: dal 1997 al 2015. Col passare del tempo, i batteri si sono evoluti per tollerare meglio l'alcol all'interno dei disinfettanti. I batteri raccolti dopo il 2009 erano 10 volte più tolleranti rispetto ai batteri raccolti prima del 2004, il che corrisponde alla spinta nazionale ad usare più disinfettanti per le mani.

(*Salute, Humanitas*)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA

ORDINE: BACHECA CERCO LAVORO

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

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Annuncio
Pozzuoli	FT/PT	335 818 7336	10 Febbraio
Napoli Miano (Parafarmacia)	FT/PT	340 300 3405	10 Febbraio
Pozzuoli	FT/PT	327 938 4821	10 Febbraio
Afragola	FT/PT	338 338 3224	29 Gennaio
Napoli Via Toledo	FT/PT	338 338 3224	29 Gennaio
Napoli Rione Alto	FT/PT	342 804 0033	29 Gennaio
Pomigliano d'Arco	FT/PT	333 260 6197	29 Gennaio
Casoria	FT/PT	347 340 7330	29 Gennaio
Giugliano	FT/PT	339 268 9861	24 Gennaio
Giugliano - Licola	FT/PT	346 600 6904	24 Gennaio
Napoli Stazione	FT/PT	339 659 0618	24 Gennaio
Napoli Piedigrotta	FT/PT	339 630 6041	24 Gennaio
Grumo Nevano	FT/PT	393 711 5085	24 Gennaio
Afragola	FT/PT	farmacianapolitano1@virgilio.it	24 Gennaio
Napoli	FT/PT	danilo.alfano@farmaciameo.com	24 Gennaio
Pozzuoli - Licola	FT/PT	334 703 5964	24 Gennaio
Torre Annunziata	FT/PT	347 402 6375	13 Gennaio
Marano	FT/PT	393 932 8902	13 Gennaio
Melito	FT/PT	360 664 819	13 Gennaio

ORDINE: progetto ELDERCARE 2024/2025

Giornate geriatriche di prevenzione

L’Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli ha organizzato la II Ediz. del progetto **Eldercare**. L’obiettivo delle giornate geriatriche di prevenzione è di svelare precocemente i prodromi di declino cognitivo, di stratificare il rischio cardiocerebrovascolare e di fornire immediate informazioni su opportune modifiche delle abitudini alimentari e degli stili di vita ha detto il presidente **Vincenzo Santagada** promotore insieme a **Raffaele Marzano**.



"ELDERCARE"
Giornate geriatriche di prevenzione
In Italia: oltre un milione di soggetti affetti da demenza (circa 600 mila con demenza di Alzheimer)

Le demenze rappresentano la quarta causa di morte negli ultrasessantacinquenni dei paesi occidentali e il 60% di tutti i casi di demenza è rappresentato dalla Demenza di Alzheimer

La demenza di Alzheimer e, in minor misura, la demenza vascolare sono le principali cause di declino cognitivo correlato all'età.

L'obiettivo delle giornate geriatriche "Eldercare" è di svelare precocemente i prodromi di declino cognitivo, di stratificare il rischio cardiocerebrovascolare, e di fornire immediate informazioni su opportune modifiche delle abitudini alimentari e degli stili di vita.

Si ringrazia per la collaborazione:

PIAM, DOMUS PETRI, MEDISOL

Di seguito il **calendario**

12 ottobre	<i>Farmacia S. Caterina</i>	Caivano	1 Marzo	<i>Farmacia Elifani</i>	Meta
19 ottobre	<i>Farmacia Cirino</i>	Mugnano	8 Marzo	<i>Farmacia Cifariello</i>	Napoli
9 novembre	<i>Farmacia Morrica</i>	Marano	15 Marzo	<i>Farmacia Visconti</i>	Nola
16 novembre	<i>Farmacia del Corso</i>	Frattamaggiore	22 Marzo	<i>Farmacia La Flora</i>	Casalnuovo
23 novembre	<i>Farmacia Procaccini</i>	Napoli	29 Marzo	<i>Farmacia Cannone</i>	Napoli
30 novembre	<i>Farmacia Associate</i>	Afragola	5 Aprile	<i>Farmacia Nocerino</i>	Carbonara
7 Dicembre	<i>Farmacia Guacci</i>	Castellammare	12 Aprile	<i>Farmacia dello Iacovo</i>	Napoli
14 Dicembre	<i>Farmacia Improta</i>	Villaricca	3 Maggio	<i>Farmacia Terranova</i>	Napoli
21 Dicembre	<i>Farmacia Zaccariello</i>	Pozzuoli	10 Maggio	<i>Farmacia Brignola</i>	Giugliano
11 Gennaio 25	<i>Farmacia Pezzullo</i>	Qualiano	17 Maggio	<i>Farmacia Iorio</i>	Napoli
18 Gennaio	<i>Farmacia Stabile</i>	Napoli	24 Maggio	<i>Farmacia Salvati</i>	Napoli
25 Gennaio	<i>Farmacia Palagiano</i>	S. Agnello	31 Maggio	<i>Farmacia Verdi</i>	Giugliano
1 Febbraio	<i>Farmacia Cantone</i>	Arzano	7 Giugno	<i>Farmacia Di Maggio</i>	S. Antonio
8 Febbraio	<i>Farmacia Maluvia</i>	Pozzuoli	14 Giugno	<i>Farmacia Cozzolino</i>	Casoria
15 Febbraio	<i>Farmacia Carraturo</i>	Napoli	21 Giugno	<i>Farmacia Cozzolino</i>	Ercolano
22 Febbraio	<i>Farmacia Petrone</i>	Napoli			