



Proverbio di oggi.....
Storta va, deritta vene.

NON GRATTARTI DOVE TI PRUDE: LO DICE LA SCIENZA

Grattarsi aumenta l'infiammazione cutanea: meglio evitare di toccare i rash provocati dalle dermatiti da contatto, anche se sul momento ci sembra di alleviare il prurito

Avete presente il piacere che proviamo quando ci grattiamo una zona di pelle che ci prude? Secondo quanto scoperto da uno studio condotto sui topi pubblicato su *Science*, sarebbe meglio evitarlo: grattarsi **aggraverebbe infatti l'infiammazione cutanea** provocata da una dermatite allergica da contatto (una reazione agli allergeni o a sostanze irritanti per la pelle), peggiorando le cose.

Vietato grattarsi! Per giungere alle loro conclusioni, gli studiosi hanno utilizzato degli **allergeni** per indurre dei sintomi simili a quelli della dermatite sulle orecchie di topi normali e di topi a cui era stato rimosso un neurone che percepisce il prurito. Quando ai topi normali veniva permesso di grattarsi, le orecchie si gonfiavano e si riempivano di neutrofili – globuli bianchi che si occupano di difendere l'organismo dalle infezioni. Nei topi che non si grattavano, invece, **l'infiammazione e il gonfiore** erano molto più lievi.

I ricercatori hanno poi dimostrato che **grattarsi fa sì che i neuroni che percepiscono il dolore rilascino la cosiddetta sostanza P, un neurotrasmettitore che attiva delle cellule immunitarie chiamate mastociti, che a loro volta coordinano l'infiammazione reclutando i neutrofili.** «Grattarsi aumenta l'infiammazione perché attiva i mastociti», riassume Daniel Kaplan, uno degli autori.

Il doppio ruolo dei mastociti. Se grattarsi è così dannoso, perché farlo ci provoca piacere? Dal punto di vista evolutivo, non sarebbe più logico aver abbandonato un comportamento che va contro il nostro benessere fisico? Ebbene, un piccolo beneficio c'è: i **mastociti** – gli stessi che scatenano l'infiammazione – **svolgono anche un ruolo importante nel proteggerci da batteri** e altri patogeni.

Per capirne di più i ricercatori hanno condotto ulteriori esperimenti, scoprendo che **grattarsi migliora le difese contro lo stafilococco aureo, il batterio che più frequentemente provoca le infezioni cutanee.** Tuttavia, i danni superano i benefici quando si tratta di un prurito cronico, per cui il consiglio degli esperti rimane quello di evitare di grattarsi dove ci prude.

(Salute, Focus)



PREVENZIONE E SALUTE

TUMORE DEL PANCREAS: un esame del sangue promette di individuarlo prima che si diffonda

Un test a base di nanosensori ancora da sperimentare in studi clinici identifica le persone affette da tumore del pancreas con un'accuratezza del 73%.

Un esame del sangue capace di trovare il **tumore del pancreas** prima che si diffonda ad altri organi potrebbe rivoluzionare le terapia contro questo tipo di cancro, che spesso **non provoca sintomi riconoscibili** e viene individuato quando ha ormai formato metastasi. A descrivere la semplice ed economica tecnologia, in un articolo pubblicato su *Science Translational Medicine*, è un gruppo di lavoro guidato da Jared Fischer, biologo molecolare dell'Oregon Health & Science University di Portland.



SULLE TRACCE DEL CANCRO. Nel mirino degli scienziati è finita l'attività di un tipo di **proteasi** (enzimi specializzati nella rottura dei legami che tengono insieme le molecole proteiche). In particolare, e come spiegato su *Nature*, il team si è concentrato sul riconoscere, nel sangue, la presenza di una proteasi chiamata **metalloproteinasi della matrice**, che si occupa di demolire collagene e matrice extracellulare (lo spazio presente tra una cellula e l'altra) e che viene usata dai tumori, incluso l'**adenocarcinoma duttale pancreatico (PDAC)**, tra i più difficili da curare, per farsi largo all'interno del corpo umano.

IL TUMORE ALLO SCOPERTO. Il gruppo di lavoro ha sviluppato nanosensori capaci di scovare questa proteasi nel sangue. La tecnologia consiste in una **nanoparticella magnetica attaccata a un frammento di proteina che attrae la metalloproteinasi della matrice, e abbinata a una molecola fluorescente**. Milioni di questi nanosensori vengono inseriti in un campione di sangue: se le metalloproteinasi sono presenti e attive, "mangiano" l'esca - il frammento di molecola - e scatenano il rilascio della molecola fluorescente. Eliminando poi attraverso un magnete i nanosensori non usati, si contano le molecole fluorescenti rimaste. I campioni con le proteasi più attive sono quelli che... emettono più luce.

UNA BUONA SENSIBILITÀ. I ricercatori hanno testato i sensori su 356 campioni di sangue congelato di pazienti in parte colpiti da tumore del pancreas, in parte con malattie del pancreas non tumorali e in parte sani. La tecnologia ha individuato i sani nel 98% dei casi e **trovato le persone con tumore del pancreas con una accuratezza del 73%**: una sensibilità che andrà migliorata, prima dei test clinici, ma che ha comunque sorpreso gli scienziati, poiché le proteasi sono importanti per diverse funzioni biologiche e non sono sfruttate solo dai tumori.

FUTURO, TI ASPETTIAMO. Il costo assai contenuto (0,01 dollari per ogni test) permetterebbe di sfruttarlo anche in contesti con poche risorse, **con l'obiettivo futuro di effettuare campagne di screening** per individuare il tumore del pancreas prima che si sia diffuso.

Non sarà un passaggio immediato: finora gli esami del sangue che promettono di andare a caccia di tumori asintomatici, come la cosiddetta **biopsia liquida**, un test del sangue che permette di scoprire nel sangue il DNA rilasciato dalle cellule tumorali, sono stati soprattutto usati per monitorare l'evoluzione dei tumori e impostare le terapie più efficaci. Gli esami del sangue per la diagnosi precoce del tumore, come quello di cui tratta quest'ultimo studio, **sono ancora in fase di sperimentazione e non fanno parte della routine clinica.**

(Salute, Focus)

SCIENZA E SALUTE

POLMONITI, perché quest'inverno così tanti casi? Come proteggersi e i sintomi a cui fare attenzione

Record in Lombardia. Rispetto a un anno fa circolano diversi virus: scendono nelle basse vie respiratorie o sono causa di sovrainfezioni batteriche

Da pochi giorni, con un mese di ritardo rispetto allo scorso anno, è stato superato il picco dell'influenza che ha messo a letto 17 milioni di italiani. Con i **virus influenzali e parainfluenzali** sono lievitati anche i casi di **polmoniti**, complicanza tipica dell'influenza, che stanno ancora mettendo sotto pressione medici di famiglia e ospedali, con pazienti che affollano i pronto soccorso e studi medici di tutta Italia.

CHE COSA GUIDA IL BOOM DI POLMONITI?

Rispetto alla scorsa stagione, oltre all'influenza, particolarmente aggressiva, stanno circolando diversi altri virus: in maniera consistente il Virus Respiratorio Sinciziale (non solo nei bambini, ma anche negli adulti e negli anziani) in misura minore rispetto al passato Sars-CoV-2, il *Rhinovirus*, i parainfluenzali e il Metapneumovirus: questi virus possono trasferirsi dalle alte alle basse vie respiratorie e causare polmoniti; allo stesso tempo possono provocare un'irritazione delle mucose delle vie respiratorie e un abbassamento delle difese immunitarie, condizioni che favoriscono sovrainfezioni batteriche di tipo polmonare.

QUALI SONO LE REGIONI PIÙ COLPITE?

Lombardia, Friuli Venezia Giulia, Emilia Romagna, Toscana, Umbria, Abruzzo, Puglia, Sardegna. In particolare in Lombardia i dati documentano un aumento molto significativo degli accessi in pronto soccorso per polmonite, più che dei ricoveri, in tutte le classi di età e su tutto il territorio. Ad es., nella sola settimana tra il primo e il 7 febbraio, nei pronto soccorso lombardi sono state effettuate 1989 diagnosi di polmonite contro le 1.044 della stessa settimana del 2024.

QUANTI DECESSI SI REGISTRANO IN ITALIA?

Ogni anno in media muoiono in Italia circa 11 mila persone a causa della polmonite, con circa 150 mila ricoveri.

QUALI SONO I SINTOMI DELLA POLMONITE?

Le infezioni virali sono spesso molto aggressive sulle mucose respiratorie e di conseguenza si manifestano sintomi come tosse stizzosa o produttiva (grassa) respiro sibilante, mancanza di fiato, malessere prolungati nel tempo. Queste condizioni di debolezza spianano la strada alle infezioni batteriche. Le polmoniti causate da germi atipici come il *Mycoplasma pneumoniae* invece hanno in genere un esordio piuttosto graduale e sono di frequente accompagnate da sintomi più generici come mal di testa, dolori muscolari, nausea.

CI SONO VACCINI CHE DIFENDONO DALLA POLMONITE?

Il vaccino contro l'influenza è efficace nei confronti delle forme gravi di malattia e delle complicanze, di origine virale e batterica. Ad oggi, a livello nazionale, i dati parziali di vaccinazione sono simili allo scorso anno: si sono vaccinati il 56% degli over 65 (popolazione target), solo il 24,3% tra i 60 e i 64 anni e il 20% tra i 6 mesi e i 6 anni. È disponibile anche la vaccinazione contro lo pneumococco, raccomandata nella popolazione anziana che, oltre a prevenire la polmonite diminuisce il tasso di ospedalizzazione.

QUANDO BISOGNA RIVOLGERSI A UN MEDICO?

Va consultato il medico quando la febbre dura più di 3-4 giorni, compaiono sintomi come difficoltà a respirare, dolore toracico e, soprattutto negli anziani, confusione mentale. Il fatto che si stia registrato in particolare un aumento degli accessi in pronto soccorso documenta che non c'è una risposta abbastanza adeguata sul territorio: i medici di medicina generale sono presi d'assalto e le strutture come le case della salute dove effettuare esami diagnostici hanno difficoltà a entrare in una fase operativa. (*Salute, Corriere*)



SCIENZA E SALUTE

Il Tè Verde fa dimagrire? Le proprietà dell'antica bevanda e quel che può (o non può) fare

La rubrica «Smart Tips» risponde alla domanda che in molti si pongono sulle virtù dimagranti del tè verde che viene paragonato ai nuovi farmaci per la perdita di peso

Da duemila anni si dice che **il tè verde faccia dimagrire**.

Lo sostenevano nell'antica Cina, lo ipotizzano alcune ricerche scientifiche e lo sbandierano gli influencer, che paragonano la bevanda ai nuovi farmaci per la perdita di peso.

Ma che cosa c'è di vero?

SPEGNE LA FAME?

Qualche studioso, sulla base di sperimentazioni su topi diabetici, aveva teorizzato in passato che il tè verde potesse stimolare la produzione di Gp-1, cioè l'ormone che, tra le altre

azioni, **riduce l'appetito**. Si spiega così il paragone sui social tra la bevanda e i **farmaci a base di semaglutide, liraglutide e tirzepatide**, perché i principi attivi di questi medicinali mimano proprio l'azione del Gp-1. L'ipotesi del tè verde che spegna la fame però non ha retto alla prova dei fatti negli esseri umani. **L'influenza sull'ormone è infatti minima**, com'è stato appurato in uno studio clinico condotto su 92 persone (apparso su *PLoS One*).

L'AZIONE DEI POLIFENOLI

Altri lavori scientifici hanno preso in esame la **teina** (presente nel tè e sinonimo di caffeina), che potrebbe accelerare un po' il metabolismo.

Più interessanti le indagini sui **polifenoli** del tè verde, composti dall'attività antiossidante e antinfiammatoria, ma anche in grado di **indurre un minore assorbimento dei grassi nell'intestino** e, in base a una metanalisi recente, una piccola diminuzione di peso (su *Nutrition Bulletin*, del 2024). Tutti questi dati sono però da approfondire.

LE CONCLUSIONI

In sintesi, il tè verde è una bevanda ricca di **sostanze benefiche, non apporta calorie**, ma è improbabile che berne 2 o 3 tazze al giorno si traduca in una perdita di chili.

Se l'obiettivo è dimagrire, **bisogna reimpostare la propria alimentazione** nel suo insieme, fare attività fisica e dormire a sufficienza. Esagerare con il tè verde potrebbe addirittura peggiorare le cose: **troppa teina, si sa, può provocare insonnia**.

(Salute, Corriere)



PREVENZIONE E SALUTE

DALLE NOCI AL CIOCCOLATO: QUALI CIBI RIDUCONO IL RISCHIO DI DIABETE?

Una dieta equilibrata con una quota di grassi inferiore al 30% dell'apporto calorico giornaliero, preferibilmente di origine vegetale, può prevenire lo sviluppo della malattia, così come l'assunzione di fibre

Esiste un tipo di alimentazione che può aiutare a prevenire il diabete mellito di tipo 2?

La prevenzione del **diabete di tipo 2** è possibile introducendo alcuni cambiamenti nello stile di vita. Studi come il «*Diabetes prevention program*» e il «*Finnish diabetes prevention study*» hanno dimostrato che le **persone hanno ridotto il rischio di sviluppare il diabete del 58% dopo aver perso circa il 7% del loro peso corporeo** con cambiamenti nell'esercizio fisico (almeno 150 minuti di attività alla settimana) e nella dieta.

Le linee guida dell'Associazione Medici Diabetologi e Società Italiana di Diabetologia indicano che **una dieta equilibrata con una quota di grassi inferiore al 30% dell'apporto calorico giornaliero, preferibilmente di origine vegetale, può prevenire lo sviluppo del diabete**, così come l'assunzione di fibre, almeno 15 grammi ogni 1.000 calorie.

DIETA MEDITERRANEA

Le fibre presenti nella **verdura, legumi e cereali** non apportano calorie, aumentano la sazietà (riempiendo lo stomaco, rafforzando la masticazione, facilitando il transito intestinale e migliorando la flora batterica), rallentano e rendono più costante l'assorbimento dei **carboidrati**.

La migliore dieta resta quindi quella mediterranea, in grado di ridurre gli eventi cardiovascolari maggiori e il rischio di cancro e di limitare l'incidenza di diabete. I componenti della dieta mediterranea come **frutta, verdura, pesce azzurro, olio d'oliva e noci**, per il loro contenuto naturale di nutraceutici, tra cui polifenoli, flavonoidi, alcaloidi, steroli e acidi grassi insaturi, hanno mostrato benefici clinicamente significativi sulle attività metaboliche e microvascolari, sulla **riduzione del colesterolo e della glicemia a digiuno** e proprietà antinfiammatorie e antiossidanti.

CAFFÈ E CIOCCOLATO

Le bibite zuccherate andrebbero evitate per la loro correlazione al sovrappeso e all'obesità, specialmente nei bambini e negli adolescenti. Un recente studio pubblicato su *Scientific Reports* ha dimostrato che anche **l'integrazione di omega-3 con olio di pesce** è stata efficace nell'inibire gli effetti dell'Ldl (il cosiddetto «colesterolo cattivo») sull'infiammazione del tessuto adiposo e la sua associazione con i fattori di rischio per diabete e malattie cardiovascolari.

Uno studio pubblicato su *Nutrients* dimostra che **anche il caffè contribuisce alla prevenzione del diabete preservando, con la sua azione antiossidante, la funzione beta cellulare.**

E IL CIOCCOLATO FONDENTE?

Uno studio recentemente pubblicato su *Bmj* ha dimostrato la riduzione del rischio di sviluppo di diabete del 21% con **cinque piccole porzioni assunte ogni settimana.**

Il suo consumo non deve però portare a un aumento di peso, altrimenti il beneficio viene perso.

(Salute, Corriere)



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
Licola	FT/PT	matteostabile@gmail.com	10 Febbraio
Casoria	FT/PT	333 935 1342	10 Febbraio
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: serata monotematica

La nuova strategia per la gestione dell'influenza

24 febbraio 2025 • h.21:00

Ordine dei Farmacisti di Napoli

Via Toledo 156

Relatore:

Prof. Bruno Trimarco

*Professore emerito di malattie
dell'apparato cardiovascolare*

Università degli studi di Napoli Federico II



ORDINE DEI FARMACISTI
DELLA PROVINCIA DI NAPOLI

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			