



AVVISO

Ordine

1. ORDINE: Progetto “Un Farmaco per tutti” “Una Visita per Tutti”
2. ORDINE: eventi Giugno

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. “Le uova fanno bene al cuore”, vero o falso?
4. PREVENIRE l'infarto guardando il fondo dell'OCCHIO: l'ultima frontiera di Google



Prevenzione e Salute

5. “Ho le Mestruazioni, non è possibile che resti incinta”: 10 miti da sfatare sul SESSO
- 6.



Meteo Napoli

Mercoledì 19 Giugno

• Sereno

Minima: 20° C

Massima: 30° C

Umidità:

Mattina = 52%

Pomeriggio = 46%

Proverbio di oggi.....

Doppo vippeto: "a saluta vosta!"

Dopo aver bevuto: "alla vostra salute!"

“Le UOVA FANNO BENE al CUORE”, VERO o FALSO?

*Con il caldo, le **uova** diventano un piatto veloce ed estivo che molti credono sia sano e soprattutto che le uova aiutino a mantenere **cuore** e sistema cardiovascolare in salute. Vero o falso?*

L'abbiamo chiesto alla dottoressa **Maddalena Lettino**, del Dip. Cardiovascolare di Humanitas.

“**VERO**. Come conferma un nuovo studio pubblicato su *American Journal of Clinical Nutrition*, il consumo di uova non peggiora il profilo metabolico – spiega l'esperta – neppure nei pazienti più a rischio per patologie cardiovascolari come i diabetici di tipo 2 e i pre-diabetici.



I ricercatori, nei controlli a tre e sei mesi, hanno rilevato che chi consumava anche più di 12 uova a settimana non aveva un rischio aumentato di infarto né livelli di glicemia superiore a chi si limitava a mangiarne solo 2 a settimana, né una diversa distribuzione dei grassi nel sangue.

Tuttavia, per la salute del cuore, **le uova vanno consumate all'interno di una dieta sana e bilanciata**, che aiuti a ridurre l'accumulo di colesterolo nei vasi sanguigni.

Quindi, no a uova e bacon, ma come dimostrato da diversi studi, sembra che assumere proteine vegetali (legumi) al posto di quelle animali, aiuti a ridurre del 4% la presenza di lipidi (*grassi*) nei vasi sanguigni, proteggendo così la salute di cuore e arterie. Insieme alle proteine vegetali, anche fibre e vitamine da frutta, verdura, e gli acidi grassi omega 3 della frutta secca e del pesce contribuiscono alla riduzione dei livelli di **colesterolo “cattivo” LDL** nel sangue. Senza dimenticare che una vita sana anche per il cuore include sempre l'attività fisica regolare. (*Salute, Focus*)

SITO WEB ISTITUZIONALE: www.ordinefarmacistinapoli.it

[iBook Farmaday](#)

E-MAIL: @

ordinefa@tin.it;

info@ordinefarmacistinapoli.it

SOCIAL – Seguici su Facebook – Diventa Fan della nostra pagina www.facebook.com/ordinefarmacistinapoli



SCIENZA E SALUTE

PREVENIRE L'INFARTO guardando il fondo dell'OCCHIO: l'ultima frontiera di Google

*Riesce a “leggere” un paziente attraverso la **scansione della retina**, rilevando la pressione sanguigna, il genere e se sia fumatore o meno.*

Il software sviluppato da **Verily**, società controllata da Google e all'avanguardia nella ricerca in ambito biomedico, è anche in grado segnalare la presenza di rischi per il sistema cardiovascolare grazie a una analisi del fondo dell'occhio computerizzata.

La ricerca, pubblicata su *Nature*, apre la via a un nuovo modo di fare diagnosi.

Ne parliamo con Maddalena Lettino, cardiologa di Humanitas.



La ricerca di Verily pubblicata su Nature

Pubblicata di recente sulla rivista *Nature*, la nuova ricerca riafferma la presenza di Google nel settore dell'industria sanitaria, segnando l'ennesimo punto di congiunzione tra **medicina e intelligenze artificiale**.

“Le malattie cardiovascolari sono la principale causa di morte a livello globale – commentano i ricercatori di Verily – e un importante numero di ricerche ci aiuta a capire che cosa può causarle:

- ❖ *tutti i **Comportamenti Quotidiani**, tra cui esercizio fisico e dieta in combinazione con fattori genetici, età, etnia e sesso biologico”.*

Lo studio dimostra che l'apprendimento dell'intelligenza artificiale, applicato a un'immagine del **fundus retinico** (la parte più interna dell'occhio), può spesso prevedere e identificare fattori di rischio, fra cui quello cardiovascolare.

Un software ancora da perfezionare

L'addestramento dell'**intelligenza artificiale** è avvenuto tramite l'analisi delle retine e dei dati medici di oltre 280 mila pazienti provenienti dagli Stati Uniti e dal Regno Unito.

Il software è stato così programmato per cercare autonomamente elementi in grado di suggerire la presenza di condizioni favorevoli al verificarsi di pericoli per la salute.

Il metodo però richiede ancora di essere perfezionato: finora è stato in grado di individuare correttamente la retina di pazienti che avevano avuto episodi cardiovascolari nel 70% dei casi.

Il risultato è di poco inferiore al 72% dei casi diagnosticati attraverso le analisi del sangue.

“Questi risultati ci fanno apprezzare quanto gli avanzamenti tecnologici e la capacità di elaborare milioni di dati possano avvicinarsi alla scienza medica da sempre considerata appannaggio della sola mente umana e quanto questo in futuro possa contribuire al miglioramento della salute e al controllo delle malattie – ha commentato Lettino -.

Quanto è stato pubblicato da *Nature* non aggiunge al momento nulla a quello che si può fare negli ambulatori clinici di tutto il mondo e nulla alle **conoscenze mediche** che già abbiamo, ma crea una sorta di piattaforma che le “macchine” potranno arricchire forse più rapidamente della mente umana.

E' sicuramente interessante, richiede riflessioni e lo sviluppo di un **contesto etico** molto complesso, ma probabilmente rappresenta un ineludibile futuro che potrebbe fare il bene dell'umanità”.

(Salute, Humanitas)

SCIENZA E SALUTE**“Ho le MESTRUAZIONI, non è possibile che resti incinta”: 10 miti da sfatare sul SESSO**

«È vero che se ho rapporti sessuali durante il ciclo non posso restare incinta? E che il papilloma virus infetta solo le donne?»



Il portale ISS Salute dell'Istituto Superiore di Sanità ha smascherato le bufale più diffuse sul web che riguardano la sessualità fornendo spiegazioni scientifiche per capire che cosa è vero e che cosa è falso

La sterilità interessa principalmente le donne

FALSO - **La sterilità non è un problema solo femminile**, ma può colpire tanto l'uomo quanto la donna e riguarda, complessivamente, circa il 15% delle coppie.

La sterilità maschile è un importante problema medico e sociale ed è alla base di circa la metà delle cause di sterilità di coppia. Secondo i dati raccolti, in Italia circa **1 uomo su 3 è a rischio di sterilità**.

Il Registro Nazionale sulla Procreazione Medicalmente Assistita dell'ISS riporta che, tra le coppie che si rivolgono alla procreazione assistita,

- ❖ nel 29,3% dei casi si tratta di **sterilità maschile**,
- ❖ nel 37,1% di sterilità o **infertilità femminile**,
- ❖ nel 17,6% di sterilità di **entrambi**.

Bisogna distinguere tra **sterilità ed infertilità**; la prima indica l'incapacità di concepire, la seconda l'impossibilità di portare a termine la gravidanza. **Ma quand'è che si parla di sterilità?**

L'OMS parla di sterilità in caso di mancato concepimento dopo un periodo di almeno 12 mesi di regolari rapporti sessuali non protetti. Le cause, sia maschili che femminili, possono essere molteplici.

Tra i principali fattori di rischio comportamentali per entrambi si annoverano il fumo, l'obesità o l'eccessiva magrezza, la sedentarietà o l'eccessiva attività fisica e il doping.

Tra le malattie che possono impedire la procreazione, in entrambi i generi, abbiamo in primis

- ❖ **le malattie infettive sessualmente trasmissibili**.

Altre cause patologiche nella **DONNA** possono essere

- ❖ le *alterazioni tubariche, le malattie infiammatorie pelviche, i fibromi uterini, l'endometriosi e le alterazioni ormonali e ovulatorie*,

negli **UOMINI** abbiamo condizioni che alterano la produzione ormonale e/o la struttura e la funzione del testicolo e le patologie prostatiche.

Ho il flusso mestruale, non posso rimanere incinta

FALSO - È possibile rimanere incinta, anche se non è molto probabile, se si hanno rapporti sessuali durante le mestruazioni. Infatti, gli spermatozoi possono sopravvivere nelle vie genitali femminili fino ad 1 settimana dopo il rapporto, mantenendo per tutto questo tempo la capacità di fecondare l'ovulo al momento dell'ovulazione. Molte donne sono convinte che praticare sesso durante le mestruazioni le protegga da gravidanze indesiderate. Questa credenza va sfatata. Infatti è possibile concepire anche durante o subito dopo le mestruazioni se si hanno rapporti senza l'uso di metodi anticoncezionali.

Ciò è dovuto alla sopravvivenza dello sperma maschile fino a 7 giorni dopo il rapporto sessuale nelle vie genitali femminili. Questo significa che è possibile rimanere incinta se si hanno rapporti sessuali durante il ciclo mestruale e anche poco dopo la fine delle mestruazioni, soprattutto quando il ciclo è breve e l'ovulazione avviene precocemente. È, quindi, essenziale utilizzare metodi anticoncezionali in ogni fase del ciclo mestruale, in modo da scongiurare gravidanze non volute.

Inoltre, **durante le mestruazioni è più che mai presente il rischio di contrarre infezioni trasmesse per via sessuale** per cui è fondamentale avere rapporti protetti utilizzando il preservativo.



Nei giovani la visita dall'andrologo è inutile se non ci sono sintomi

FALSO - Gran parte delle patologie che riducono la fertilità sono asintomatiche; questa assenza di segnali da parte del proprio organismo porta molti giovani ragazzi alla convinzione che non sia importante verificare la propria fertilità prima che emerga qualche problema evidente. Questo ritardo nella diagnosi può far perdere tempo prezioso durante il quale si potrebbero curare, con successo, molte delle condizioni che causano sterilità. **Le malattie del testicolo sono le più frequenti cause di sterilità.** In particolare, il ben noto *varicocele* colpisce 1 uomo su 5 nel nostro Paese.



Altre problematiche che si riscontrano con frequenza crescente sono il **criptorchidismo**, cioè la mancata discesa del testicolo nello scroto durante lo sviluppo fetale, **i tumori testicolari e le infiammazioni delle vie genitali.** Visti i crescenti problemi di fertilità in Italia (circa 1 coppia su 5 ha difficoltà a concepire un figlio), è importante che i giovani uomini superino il timore di sottoporsi alla visita andrologica che permette di identificare e risolvere molte delle problematiche citate.

Durante la visita, il medico andrologo approfondisce la storia della persona focalizzandosi sulle abitudini di vita, la storia familiare e le eventuali malattie già presenti; se lo ritiene opportuno procede con alcuni esami di approfondimento come lo **spermiogramma** (che studia la quantità e il funzionamento degli spermatozoi) o l'**ecografia** ed, infine, imposta un percorso di cura. La fertilità va costruita fin da giovani!

Durante il primo rapporto sessuale non si può rimanere incinta

FALSO - Anche se è alla sua **prima volta una donna può rimanere incinta**; infatti, la condizione di "prima volta" non influisce assolutamente sulla capacità di concepire un figlio.

Una volta che una donna ha iniziato ad ovulare (*mese precedente alla prima mestruazione*) ogni rapporto sessuale può finire in una gravidanza. Soprattutto tra gli adolescenti è diffusa la falsa credenza che una donna non possa rimanere incinta la prima volta che ha un rapporto sessuale.

Se si vogliono evitare gravidanze indesiderate è importante usare, fin dal primo rapporto, metodi anticoncezionali; è fondamentale parlarne con il proprio partner ed assicurarsi di utilizzarli correttamente. Inoltre, è essenziale, fin dalla prima volta, *proteggersi contro le infezioni sessualmente trasmesse*, avendo sempre rapporti protetti mediante l'uso del preservativo.

Il papilloma virus infetta solo le donne

FALSO - Attualmente si stima che fino al 65-70% dei maschi contrae un'infezione da papilloma virus durante la vita.

Nelle donne il picco di infezioni si ha verso i 20-25 anni, mentre negli uomini non c'è un'età maggiormente colpita.

Molti ragazzi pensano che l'infezione da papilloma virus (HPV) non li riguardi e che sia un problema solo delle loro coetanee. Non è così! Questo falso mito è stato alimentato dal fatto che in molti paesi l'attenzione si è focalizzata sulla popolazione femminile in quanto l'HPV causa il tumore della cervice uterina; ma l'HPV causa anche i condilomi ano-genitali, i tumori ano-genitali e i tumori della testa-collo, sia negli uomini che nelle donne, trasmettendosi generalmente attraverso rapporti sessuali non protetti.



Negli uomini i **condilomi ano-genitali** sono la manifestazione più frequente dell'infezione da HPV; tuttavia, anche se più rari, l'80-95% dei tumori anali, almeno il 50% dei tumori del pene e il 45-90% dei tumori della testa e del collo, nell'uomo sono associati all'HPV.

Spesso le persone con un'infezione da HPV non mostrano sintomi particolari ma possono trasmettere il virus HPV al proprio partner.

Per questo è indispensabile proteggersi attraverso l'uso del preservativo nei rapporti sessuali con un partner che non abbia fatto il test per HPV. Nel nostro paese l'offerta pubblica gratuita della vaccinazione contro l'HPV è rivolta sia alle femmine che ai maschi di 12 anni.

Il varicocele non serve trattarlo da piccoli

FALSO - Il varicocele ha una influenza negativa sia sulla crescita che sulla futura funzione del testicolo per cui, anche quando non ci sono le indicazioni al trattamento chirurgico, è opportuno effettuare controlli andrologici periodici.

Con il termine **varicocele** si intende la **dilatazione delle vene del testicolo**. Essa è una delle più frequenti patologie dell'apparato genitale maschile e si osserva, quasi esclusivamente, nel periodo prepuberale e puberale (11-19 anni). Il **trattamento di questa patologia è chirurgico** e viene eseguito solo in particolari condizioni quali: *presenza di dolore e/o senso di peso, ridotte dimensioni del testicolo colpito, varicocele palpabile o visibile o quando, terminato lo sviluppo puberale, si accerta un'alterazione della fertilità*.

Le **cause del varicocele sono molteplici**: nelle forme primarie, probabilmente *una debolezza congenita delle pareti venose associata ad incontinenza delle valvole*, mentre, più raramente come accade nel varicocele secondario, una compressione della vena renale. Questa patologia è una causa importante, ma reversibile di ipofertilità o infertilità. Probabilmente il danno cellulare è dovuto alla lunga stasi venosa a cui conseguono accumulo di sostanze tossiche, riduzione dell'ossigeno disponibile e aumento della temperatura locale.

Ormai non ci si ammala più di Aids

FALSO - L'ultimo rapporto dell'ISS demolisce questo mito: l'HIV (virus che causa l'AIDS) è molto diffuso in Italia, principalmente attraverso rapporti sessuali (*sia eterosessuali che omosessuali*) non protetti.

Infatti, i tempi in cui l'AIDS era dovuto allo scambio di siringhe tra tossicodipendenti è finito (erano gli anni '80 e '90): oggi il vero rischio si corre quando si ha un **rapporto sessuale senza usare il preservativo**.

Oggi ci sono dei **farmaci (antiretrovirali)** che fortunatamente rallentano il progredire della malattia ma non la guariscono: l'AIDS rimane una malattia letale.

Per evitare di ammalarsi di AIDS, malattia che indebolisce il sistema immunitario provocando gravi infezioni, polmoniti, meningiti e tumori, è importantissimo scongiurare di infettarsi con l'HIV avendo **sempre rapporti sessuali protetti ed evitando comportamenti a rischio, come lo scambio di siringhe con altre persone**.

Non posso rimanere incinta con il coito interrotto

FALSO - Anche con il coito interrotto è possibile rimanere incinta poiché **il liquido pre-eiaculatorio**, emesso prima dell'orgasmo, può ugualmente fecondare l'ovulo femminile; inoltre, è bene ricordare che questa pratica non protegge dalle infezioni sessualmente trasmesse.

Ancora oggi molte coppie sono convinte che interrompere la penetrazione poco prima dell'eiaculazione sia un metodo efficace per evitare una gravidanza: questa convinzione non ha riscontri su base scientifica.

In questi casi il rischio di una gravidanza è legato alla presenza di spermatozoi nelle secrezioni che precedono l'eiaculazione durante un rapporto sessuale. Questa piccola quantità di spermatozoi è in grado di fecondare un ovocita. È, quindi, importante avere sempre rapporti protetti invece di affidarsi al coito interrotto.

Con i rapporti orali non si trasmettono le malattie sessuali

FALSO - Anche i rapporti orali presentano un rischio di trasmissione di malattie sessuali a causa del contatto tra lo sperma o i liquidi vaginali e la mucosa della bocca. Molte persone sono convinte che, avendo solo rapporti orali, siano protette dalle infezioni trasmesse per via sessuale: questo è un altro falso mito!

È vero che **questo tipo di rapporto presenta un rischio di contagio inferiore rispetto a quello vaginale o anale**, ma l'HIV o la sifilide, per es., possono essere trasmessi attraverso il contatto della mucosa della bocca con lo sperma o i liquidi vaginali. Questo **rischio aumenta se ci sono delle piccole ferite o lesioni** sui genitali o nella bocca, oppure se ci sono alterazioni gengivali o sanguinamento gengivale: in questi casi lo sperma o il liquido vaginale (infetti) entrano in contatto diretto con le ferite aperte presenti in bocca ed i microrganismi possono così infettare chi ha praticato il rapporto orale. Anche durante questa pratica è importante utilizzare metodi di protezione, come il **preservativo** o i **dental dam** (sottilissimi fogli in lattice) che impediscono il contatto tra lo sperma, i liquidi vaginali, il sangue e la mucosa della bocca. (*Salute, Corriere*)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



ORDINE: GLI EVENTI DEL MESE DI GIUGNO

Progetto “Una Visita per Tutti”

Mese di Giugno
dedicato
alla prevenzione
dell'Insufficienza
Venosa



Mercoledì 13 Giugno
(dalle 10.00 alle 18.00)

S. ANTONIO ABATE (NA); Piazza Vittorio Emanuele II, civico n. 27

Venerdì 15 Giugno
(dalle 10.00 alle 18.00)

TORRE del GRECO (NA); Via Cesare Battista, altezza civico n. 105

Venerdì 22 Giugno
(dalle 10.00 alle 13.30)

VILLARICCA (NA): Villa Comunale

Martedì 26 Giugno

FRATTAMINORE (NA); **Mattina:** Piazza Atella; (10.00 - 13.30)
Pomeriggio: Piazza S. Maurizio, (15.30- 18.00)

Mercoledì 27 Giugno
(dalle 10.00 alle 18.30)

NAPOLI – Fuorigrotta; Via Giacomo Leopardi, altezza civico n. 60

Venerdì 29 Giugno
(dalle 10.00 alle 18.30)

BACOLI (NA); Villa Vanvitelliana

Lunedì
25
Giugno
ore 21.00

Ricetta Veterinaria Elettronica : Nuove Modalità Operative

Interverranno: V. Santagada, M. Di Iorio

Relatori: Prof. Franco Barbato, Dr Vittorio Nagar*

(* Responsabile Dipartimento Prevenzione Area di Sanità Pubblica Veterinaria)

Progetto “Una Visita per Tutti” : all’insegna della Prevenzione

Di seguito alcune immagini relative agli eventi di **S. Antonio Abate e Torre del Greco.**

S. ANTONIO ABATE



Torre del Greco



ORDINE: Progetto “Un FARMACO per TUTTI”: FARMACI DONATI ARRIVATI IN BURKINA FASO

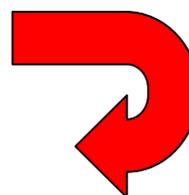
I farmaci donati alle Suore Vittime Espiatrici di Gesù Sacramento di Mugnano sono stati spediti in una Missione in Burkina Faso.

i farmaci raccolti attraverso il progetto e consegnati alla Congregazione delle Suore “Vittime Espiatrici di Gesù Sacramento” sono arrivati, mediante un container, a destinazione nella **diocesi di Tenkodogo**.

Le suore operano in questa missione fornendo aiuto alla popolazione distribuendo farmaci e dispositivi medici alle scuole, ai villaggi e all’*Ospedale di Tenkodogo*.



Di seguito alcune foto ne documentano l’arrivo.



ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI

