



AVVISO

Ordine

1. ORDINE: Progetto “Un Farmaco per tutti” “Una Visita per Tutti”
2. Ordine: Parte la WEB-TV dell’Ordine di Napoli
3. Corso FAD in farmaFAY

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. Perché coca cola e mentos fanno reazione?
5. Non solo mal di testa: i possibili sintomi di un tumore al cervello



Prevenzione e Salute

6. Mangiare tanta fibra fa bene ed molto facile (più di quanto si pensi)
7. Acqua e limone, così si digerisce meglio



Meteo Napoli

Venerdì 09 Novembre

• Variabile

Minima: 11° C

Massima: 20° C

Umidità:

Mattina = 42%

Pomeriggio = 56%

Proverbio di oggi.....

Aspettò e nun venì, è na pena da murì.

PERCHÈ COCA COLA E MENTOS FANNO REAZIONE?

Abbiamo sentito dire spesso in giro che mettendo le caramelle Mentos in una bottiglia di coca cola si verifica un'eruzione di schiuma alto vari metri.

Perché coca cola e mentos fanno reazione?

Perché la Mentos fa esplodere la Coca Cola?

Nelle piccole bollicine della Coca Cola sono contenute determinate quantità di anidride carbonica, questa bibita, essendo poco stabile, quando viene agitata forma della effervescenza per via della costituzione di bolle sempre più grandi, il



così detto fenomeno della “*enucleazione*” che avviene anche quando le bolle incrociano un’area ruvida o con granelli, come quella delle Mentos, potenziando il fenomeno, e per tanto la forte fuoriuscita di schiuma.

Altra causa che accresce questo fenomeno dell’enucleazione è la *bassa tensione superficiale del fluido in cui avviene la reazione, dovuta alla piccola circonferenza del collo della bottiglia e di conseguenza una bassa pressione esercitata dall’atmosfera sul liquido.*

Nella Coca Cola light la tensione superficiale è ancora più bassa rispetto a quella della Coca Cola zuccherata, ecco perché le eruzioni di schiuma che si osservano con Mentos e Coca Cola classica non sono così eccezionali rispetto a quelle della bibita dietetica.

La parte esteriore delle caramelle Mentos, inoltre, è a base di **gomma arabica, un componente che aiuta a diminuire la tensione superficiale del fluido.**

Negli USA è divenuta una moda fare realizzare questo tipo di fenomeno per creare fontane di schiuma con tanti litri di Coca Cola light e numerose Mentos. (*Curiosità e Perché*)



SCIENZA E SALUTE

MANGIARE TANTA FIBRA FA BENE ED MOLTO FACILE (più di quanto si pensi)

La fibra può avere un ruolo benefico nei confronti delle più comuni malattie cardiovascolari, del tumore del pancreas e, in generale, sulla longevità

Si sente spesso dire che la nostra alimentazione dovrebbe essere più ricca di fibra.

Ma quali sono precisamente i suoi effetti sulla salute?

Forse la risposta è più complessa di quello che pensiamo. Dell'argomento si è occupato un gruppo di ricercatori di vari centri americani e europei (Italia compresa) e i risultati del loro lavoro sono stati recentemente pubblicati sull'*American Journal of Clinical Nutrition*.

Gli esperti hanno analizzato tutti gli studi osservazionali disponibili sull'argomento, concludendo che una dieta

ricca di fibre è protettiva nei confronti di molte delle patologie più diffuse e invalidanti.

UNA DIFESA PER IL CUORE

«I dati più interessanti — spiega Nicola Veronese, del Cnr di Padova e primo autore della pubblicazione — riguardano il possibile ruolo benefico della fibra nei confronti delle più comuni malattie cardiovascolari, del tumore del pancreas e, in generale, sulla longevità.

Gli effetti della fibra vanno ricondotti alle sue molteplici proprietà, a cominciare dalla promozione di una regolare attività intestinale. Le fibre alimentari, stimolando il transito delle feci, riducono infatti il tempo di contatto con la mucosa intestinale di eventuali sostanze tossiche presenti nella dieta».

RIDUZIONE DELL'INFIAMMAZIONE

«Fondamentale anche la capacità di ridurre l'infiammazione, responsabile di malattie croniche, come quelle cardiovascolari, e del cancro. Importante — conclude Veronese — anche l'effetto ipoglicemizzante e la capacità di modificare positivamente la composizione e la funzione del **microbiota intestinale** le cui alterazioni sembrano promuovere l'infiammazione».

E aumentare l'apporto di fibra può essere meno difficile di quanto si solitamente si è portati a pensare.

SOSTITUZIONI «INTELLIGENTI»

Basta, per esempio, sostituire il classico riso, tipico delle insalate fredde estive, con il farro o l'orzo, oppure arricchire un comune contorno, come la lattuga, con un pomodoro e una carota.

Con questi due semplici stratagemmi si introducono circa 7-8 grammi di fibra in più, una quantità simile a quella fornita, in media, da una porzione di ceci o fagioli o da poco più di un etto di pane integrale.

E aggiungere questa quantità di fibra ai consumi abituali può già rappresentare un ragionevole obiettivo se ci considera che, in media, gli italiani assumono 18 grammi di fibra al giorno, valore ben al di sotto rispetto a quello raccomandato dai Larn (*Livelli di assunzione di riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana*) che, per l'adulto dovrebbe almeno superare i 25 grammi al giorno.

(Salute, Corriere)

A confronto		
	Alimenti * (100 grammi)	Contenuto in fibra (in grammi)
CEREALI E DERIVATI 	• orzo perlato	9,2
	• farro	6,8
	• pane integrale	6,5
	• pasta integrale	6,4
LEGUMI 	• fagioli secchi	17,5
	• lenticchie secche	13,8
VERDURE 	• carciofi	5,5
	• cavoli di Bruxelles	5
	• carote	3,1
FRUTTA 	• fichi secchi	13
	• mandorle secche	12,7
	• lamponi	7,4

*Peso a crudo al netto degli scarti
Fonte: Tabelle di composizione degli alimenti INRAN (agg. 2000)

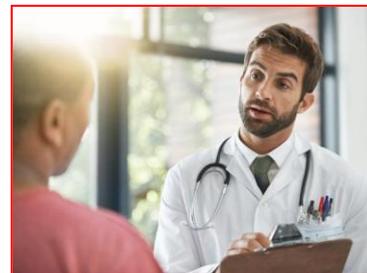
SCIENZA E SALUTE

NON SOLO MAL DI TESTA: I POSSIBILI SINTOMI DI UN TUMORE AL CERVELLO

Con 6mila nuovi casi diagnosticati ogni anno in Italia e circa 4mila decessi, i tumori cerebrali continuano a essere tra i più letali.

Sono fortunatamente rari (sebbene compaiano tra i 5 tipi di cancro più frequenti prima dei 50 anni), ma hanno spesso una prognosi severa perché sono ancora difficili da curare, frequentemente sono aggressivi e resistenti ai farmaci, per cui si sviluppano e crescono in fretta.

Come per tutti i tumori, **ricoscerli allo stadio iniziale può migliorare le probabilità di guarigione** e sopravvivenza.



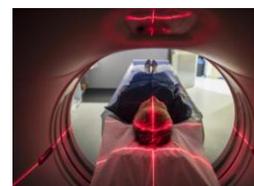
NON ALLARMARSI, MA PARLARE COL MEDICO SENZA PERDERE TEMPO

«Non esistono segni e sintomi tipici in modo esclusivo dei tumori cerebrali – spiega Francesco DiMeco, direttore del Dipartimento di Neurochirurgia della Fondazione Ist. Neurologico Carlo Besta di Milano.

I disturbi che più frequentemente si presentano sono comuni a molte altre malattie a carico del sistema nervoso (quella parte del corpo umano che comprende il cervello, il midollo spinale e i nervi).

Per questo quando si presenta uno dei sintomi di questo elenco non bisogna pensare necessariamente al peggio, ma è importante consultare il medico di famiglia che, se lo ritiene opportuno, prescrive una visita con un neurologo e i necessari accertamenti. Altra premessa indispensabile:

- *le possibili avvisaglie dipendono dalle dimensioni della neoplasia e dalla parte di sistema nervoso interessata dalla malattia».*



DESTRA E SINISTRA

In generale, se una neoplasia colpisce una parte del cervello (per esempio la destra) il sintomo si manifesta nella parte opposta (la sinistra):

questo è dovuto al fatto che ogni emisfero cerebrale governa la parte controlaterale del corpo.

Questa “regola” non vale per il cervelletto, dove il coinvolgimento di un emisfero si può tradurre in disturbi della coordinazione dei movimenti nella stessa parte del corpo interessata dal tumore (ovvero lesione a destra, problemi di coordinazione a destra).

LA ZONA DEL CERVELLO INTERESSATA

Quando il tumore coinvolge una particolare zona del cervello che governa una determinata funzione, quella funzione risulta alterata. Per esempio, le **neoplasie del lobo frontale** sono caratterizzate da una grande debolezza e incapacità di muovere una parte del corpo, disturbi dell'umore e confusione.

I tumori del **lobo parietale**, invece, si manifestano genericamente con convulsioni, paralisi, impossibilità a compiere movimenti complessi come lo scrivere o il tenere in mano un oggetto, o riconoscerne la natura e il materiale di cui è costituito senza l'ausilio della vista. Un esempio tipico?

- **L'incapacità di riconoscere oggetti nella propria tasca senza estrarli e prenderne visione.**

Quelli che partono dal lobo occipitale provocano disturbi visivi fino alla cecità, allucinazioni e convulsioni, mentre le neoplasie che interessano il lobo temporale si manifestano con disturbi dell'equilibrio e del senso dello spazio, incapacità a comprendere e svolgere comandi molto semplici, convulsioni e impossibilità di parlare. Se il tumore colpisce il cervelletto, il malato ha molte difficoltà a mantenere l'equilibrio e a coordinare i movimenti, soffre spesso di forti cefalee, nausea e vomito. I tumori dell'ipotalamo, infine, provocano disturbi emotivi e della percezione del freddo e del caldo e se il malato è un bambino ritardano la crescita e interferiscono con l'appetito e la nutrizione.

CEFALEA E NAUSEA

«Cefalea e nausea possono avere molte altre cause – dice DiMeco – e non bisogna allarmarsi, ma se persistono da più di una settimana, senza miglioramenti nonostante analgesici e altre terapie, è bene consultare il medico curante.

È assai improbabile che si tratti di cancro, tuttavia questi sintomi possono comparire in seguito alla pressione esercitata da una massa tumorale poiché, essendo il cranio una struttura rigida, non può espandersi per fare spazio alla lesione cancerosa che cresce». La cefalea può essere più intensa al mattino (ma in genere migliora nell'arco della giornata), in alcuni casi può provocare il risveglio durante il sonno, può accentuarsi con lo sforzo fisico e peggiorare con il movimento del capo (oppure se si starnutisce o tossisce).

Senso di nausea e vomito si accompagnano spesso alla cefalea e anch'essi possono essere più forti all'inizio della giornata, per poi migliorare.



DISTURBI DELLA VISTA E MOLTO SONNO

Problemi della visione (come perdita di mezzo campo visivo o immagine sdoppiata), tendenza ad assopirsi facilmente e a dormire molte ore al giorno possono essere conseguenza di una pressione endocranica (ovvero all'interno della scatola cranica) molto elevata, per via della compressione da parte del tumore dei nervi ottici e delle strutture cerebrali che controllano la vigilanza.



DISTURBI DEL MOVIMENTO

È bene parlare con un medico se ci si accorge di un'incapacità a eseguire volontariamente un gesto (come ad esempio mostrare su comando la lingua), se si manifestano movimenti involontari degli occhi o disturbi della sensibilità e motilità degli arti. Anche disturbi dell'equilibrio, disfonia (disturbi della voce che vanno dalla raucedine fino all'afonia) e difficoltà di deglutizione possono essere un campanello d'allarme.



DISTURBI NELLA COMPRESIONE DEL LINGUAGGIO PARLATO O SCRITTO

«Capita talvolta che il paziente abbia problemi a leggere o a parlare. È una cosa che fa preoccupare parecchio le persone, che solitamente non perdono tempo e ne parlano al medico. Infatti, se la zona interessata controlla il movimento degli arti o la parola, i disturbi compaiono presto, consentendo generalmente di arrivare alla diagnosi quando le dimensioni del tumore sono ancora ridotte. Se, invece, si tratta di una zona che non regola una particolare attività, il tumore può non dare segno di sé per molto tempo e sarà quindi diagnosticato quando avrà ormai raggiunto dimensioni ragguardevoli. Il che comporta maggiori difficoltà per le terapie».

ALLUCINAZIONI SENSORIALI E DISTURBI DELLA MEMORIA

«La percezione di improvvisi odori intensi, di brevissima durata, spesso indefinibili ma generalmente sgradevoli e non percepiti dalle persone intorno, così come sensazioni improvvise di aver già visto o vissuto determinate sensazioni possono essere espressione, nell'ambito anche di altre condizioni patologiche neurologiche, dell'esistenza di una lesione tumorale localizzata in prossimità delle porzioni più interne del lobo tempora. Ovviamente episodi simili che si presentano sporadicamente non devono allarmare. Ma la loro ricorrenza e frequenza di ripetizione devono indurre a consultare il medico di fiducia».

CRISI EPILETTICHE

«Quando il tumore interessa la corteccia cerebrale – spiega DiMeco -, sono molto frequenti le crisi epilettiche, che possono manifestarsi con perdita di coscienza o movimenti involontari di un arto o del volto. Le crisi epilettiche possono essere il primo sintomo della malattia in un soggetto sano, per cui è importante consultare tempestivamente il medico».

La comparsa di crisi epilettiche in persone sopra i 20 anni e che non ne hanno mai avute in passato, sono un campanello d'allarme e devono indurre alla esecuzione di accertamenti appropriati.

ESAMI, TERAPIE E CAUSE: QUEL CHE C'È DA SAPERE

Se il medico di famiglia ritiene sia opportuno, in presenza di sintomi sospetti, prescrive una **visita con un neurologo**. Generalmente gli accertamenti da eseguire per arrivare alla diagnosi sono

- ❖ *tomografia computerizzata (TC) cerebrale e risonanza magnetica nucleare (RMN),*
- ❖ *alle quali si possono aggiungere altri esami come l'elettroencefalogramma.*

Quanto alle terapie, la scelta del trattamento dipende da vari fattori (tra i quali il tipo di tumore, il suo stadio e la posizione, o le condizioni generali del paziente):

- ❖ **Chirurgia, Radioterapia, Chemioterapia**

possono essere usate da sole o in combinazione. E nonostante molte difficoltà, si registrano progressi anche nella cura di neoplasie cerebrali da sempre ardue da combattere come glioma, glioblastoma e neuroblastoma. Malgrado gli sforzi, la ricerca non è invece ancora riuscita a stabilire con certezza le possibili cause dei tumori al cervello. Si indaga sulla genetica, mentre sono in corso studi per rilevare se anche lo stile di vita e l'alimentazione possano contribuire all'insorgenza di questa malattia. (*Salute, Corriere*)

SCIENZA E SALUTE

ACQUA E LIMONE, COSÌ SI DIGERISCE MEGLIO

La paternità è indiana, ma la pratica s'è guadagnata il favore di molte persone a ogni latitudine.

Bere al mattino un bicchiere d'acqua calda con poco succo di limone fresco è un toccasana per la salute e i benefici sono tanti.

«Acqua calda, limone e miele è un rimedio della **medicina ayurvedica** suggerito per riequilibrare l'organismo e depurare il fegato», dice la dr.ssa **Beatrice Salvioli, gastroenterologa dell'osp. Humanitas**.

Perché il limone ha questo effetto benefico? «Nonostante la sua acidità, il succo di limone si trasforma in sostanza alcalina nel nostro organismo e facilita la **digestione**, riducendo le tossine accumulate nel tratto digerente e stimolando la funzione enzimatica. Inoltre – viene stimolata la **peristalsi intestinale** favorendone la regolarità». Ma i vantaggi di **acqua e limone** non finiscono qui.

A cominciare dalla pratica dell'idratazione in sé, ogni mattina prima di aver fatto colazione, quindi a stomaco vuoto quando l'organismo è più recettivo e assorbe meglio l'acqua, passando per la **vitamina C** contenuta nel limone che va a rafforzare il **sistema immunitario** e dà energia per cominciare al meglio la giornata. La bevanda aiuta a **eliminare i batteri** che si sono formati in bocca durante la notte.

Interrompere l'abitudine se si sente acidità di stomaco : Tuttavia, oltre a prestare **attenzione alla quantità** di limone che si stempera in acqua, è sempre bene consultare un medico o interrompere la consuetudine nel caso dovessero sorgere sintomi di **acidità di stomaco**. Questa miscela di acqua e limone può avere infatti delle controindicazioni: «In chi soffre di acidità di stomaco, e non solo in queste persone, l'utilizzo continuativo di acqua e limone è controindicato in quanto può **causare o peggiorare i sintomi di gastrite o di reflusso gastroesofageo**». Simile al limone per le sue proprietà **antisettiche**, una qualità in comune con il **miele**, e per il suo gusto rinfrescante, è lo **zenzero**. (*Salute, Humanitas*)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



ORDINE: GLI EVENTI DEL MESE DI NOVEMBRE

Di seguito l'elenco degli eventi formativi

EVENTI MESE DI NOVEMBRE

<p>Martedì 13 Novembre Sede Ordine h. 21.00</p>		<p>Corso Teorico Pratico di Rianimazione (18 Crediti FAD) Relatore: Prof. Maurizio Santomauro</p>
<p>Mercoledì 14 Novembre Sede Ordine h. 21.00</p>	<p>Serata Monotematica 18 Crediti FAD I Farmaci Uguali: Caratteristiche, Vantaggi e Punti di Forza Relatore: Prof. Francesco Barbato</p>	
<p>Omeopatia e Fisica Quantistica? Casi Clinici e Studi Scientifici Sabato 17 Novembre - Hotel Royal Continental - h. 9.00 -17.00</p>		



Progetto "Una Visita per Tutti"

<p>Mese di Novembre dedicato alla prevenzione dell'Insufficienza Venosa</p>	
<p>Venerdì 9 Novembre - (dalle 10.00 alle 13.30)</p>	<p>NAPOLI - Marianella; Cso Marianella, n. 23</p>
<p>Domenica 11 Novembre - (dalle 10.0 alle 18.30)</p>	<p>POMPEI (NA); Piazza del Santuario, n. 1</p>
<p>Giovedì 15 Novembre - (dalle 10.00 alle 18.30)</p>	<p>FRATTAMAGGIORE - NA; Via D. Pirozzi, n. 29</p>
<p>Giovedì 22 Novembre - (dalle 10.00 alle 18.30)</p>	<p>FRATTAMAGGIORE - NA ; Via Roma, n. 210</p>
	

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli: parte la Web-TV

Web TV dell'Ordine dei Farmacisti della provincia di Napoli.

I video, le rubriche e i servizi della Web TV dell'Ordine, per raccontare attraverso le immagini la Categoria, le iniziative e gli eventi più importanti.



Un altro passo importante che qualifica l'intera Categoria e il Nostro impegno.

La Web Tv dell'Ordine, ha avviato il **15 Settembre 2018**, le sue trasmissioni in forma sperimentale;

Come seguire la WEB-TV

: collegarsi sul Portale

Istituzionale

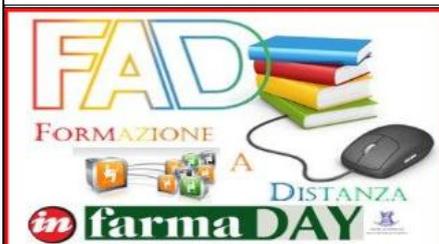
www.ordinefarmacistinapoli.it/ sezione NEWS /
Web Tv Ordine Farmacisti della provincia di Napoli

Di seguito il link dove poter visionare i primi **6 servizi**:

1. **l'annuncio dell'apertura della Web-TV**
2. Progetto "**Una Visita per Tutti**":
3. **DDL Concorrenza: Cosa Fare?**
4. **Manovre salvavita e defibrillatore** : Ruolo del Farmacista
5. **Vaccinazione antinfluenzale**
6. **Vaccinazioni Obbligatorie e Raccomandate**



<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/web-tv-ordine-farmacisti-della-provincia-di-napoli>



Valutazione delle ANALISI CLINICHE : Aggiornamento per il Farmacista

Di seguito lo schema generale del corso

SCHEMA DEL CORSO FAD IN FARMADAY: 18 CF

Modulo	TITOLO	Data	Modulo	TITOLO	Data
21	Estradiolo Plasmatico-Fattore Reumatoide	5-Nov	31	Gonadotropine Plasmatiche (FSH, LH)	19 Nov
22	Fattori della Coagulazione	6-Nov	32	Immunoglobuline Sieriche (Ig) – Epatite	20 Nov
23	Ferritina Sierica	7-Nov	33	Insulina Plasmatica-Latticodeidrogenasi	21 Nov
24	Alfa-Fetoproteina Plasmatica (AFP)	8-Nov	34	Analisi Feci	22 Nov
25	Fosfatasi Acida e Alcalina Sierica (ALP)	9-Nov	35	Analisi Urine 1	23 Nov
	QUESTIONARIO n. 5			QUESTIONARIO n.7	
26	FT3 e FT4 - Gica Sierico (CA19-9)	12 Nov	36	Analisi Urine 2	26 Nov
27	Formula Leucocitaria del Sangue	13 Nov	37	Analisi Urine 3 Urinocultura	27 Nov
28	Gamma GT - GH Plasmatico	14 Nov	38	Liquido Amniotico – Pericardico – Pleurico – Pap Test	28 Nov
29	Glicemia	15 Nov	39	Tampone Faringeo –Tonsillare – Uretrale -Vaginale	29 Nov
30	Globuli Bianchi	16 Nov	40	Modulo complementare finale	30 Nov
	QUESTIONARIO n.6			QUESTIONARIO n.8	

COME PARTECIPARE

a. Inviare all'indirizzo infoecm.ordna@gmail.com la richiesta di fruizione del Corso.

Tale richiesta deve contenere i seguenti dati:

- b.** Nome, Cognome;
- c.** Codice Fisc. , indirizzo mail (non PEC!!),
- d.** luogo e data di nascita,
- e.** n. tel. mobile che verrà utilizzato solo per comunicazioni urgenti relative a modifiche del Corso

**18
Crediti**

AVVISO:

per partecipare al Corso ci si può iscrivere fino al **15 NOVEMBRE**

FOSFATASI ACIDA

Che cos'è: è un enzima prodotto principalmente dalla prostata, ma anche da fegato, milza e dalle cellule ematiche.

Valori normali: Uomo: 2.5-12 U/L; Donna: 0.3-9.5 U/L

Condizioni patologiche che alterano i valori

- **Aumento dei valori:** emolisi, morbo di Paget, malattie proliferative.
- **Diminuzione dei valori:** neoplasie prostatiche, malattie metaboliche.

FOSFATASI ALCALINA SIERICA (ALP)



Che cos'è: è un enzima prodotto dal tessuto osseo, fegato ed intestino che catalizza la scissione idrolitica di esteri fosforici di composti organici.

Valori normali:

- Bambini fino a 1 anno 2,2-8,2 UBLB;
- Bambini 1-10 anni 1,5-5,5 UBLB;
- Adolescenti 10-15 anni 1,7-8,5 UBLB;
- Adulti 0,7-2,8 UBLB.

Condizioni patologiche che alterano i valori

- **Aumento dei valori:** malattie ossee, osteomielite;
- **Diminuzione dei valori:** Ipotiroidismo, ipofosfatemia, farmaci steroidei.

FOSFATASI ACIDA PROSTATICA SIERICA

Che cos'è: è una glicoproteina del gruppo delle fosfatasi acide formata da due subunità identiche. Essa è secreta dalle cellule ghiandolari prostatiche ed è presente nel liquido seminale. Il test trova impiego per la diagnosi del carcinoma invasivo della prostata e delle metastasi. Meno sensibile nella neoplasia che non ha ancora superato la capsula. Non si hanno modificazioni significative nell'ipertrofia, nel danno ischemico e nella prostatite. Dopo prostatectomia il dosaggio viene impiegato per rilevare l'insorgenza delle recidive. Attualmente il test ha perso importanza poiché sostituito dal PSA.

Valori normali: <3,7 µg/l.

Condizioni patologiche che alterano i valori

- **Aumento dei valori:** adenoma prostatico, prostatite, CA prostatico, manipolazioni prostatiche.

Il link che Ti “porterà” direttamente sulla piattaforma **FAD del Provider**.

www.ecm-corsi.it