



farmaDAY



FOFI 100 ANNI 1912-2012

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

Anno VIII – Numero 1594

Giovedì 30 Maggio 2019 – S. Felice, Ferdinando

AVVISO

Ordine

1. Ordine: eventi di Maggio
2. Ordine: Un farmaco per Tutti
3. Enpaf: Iniziative assistenza

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. Ti senti grassa? Se hai il ciclo è normale: sono gli ormoni
5. Il sangue dal naso può segnalare una patologia?



Prevenzione e Salute

6. NEI: quali e quanti controlli fare? Le regole di una corretta prevenzione
7. New York, multa per chi manda messaggi mentre attraversa la strada?
8. Pressione alta: il pisolino pomeridiano la abbassa quanto i farmaci contro l'ipertensione

ZENTIVA
UNA RISPOSTA A DIVERSI BISOGNI.

La linea di prodotti di automedicazione pratici e convenienti.

Chiedi al tuo farmacista

www.zentiva.it

Proverbio di oggi.....

E' asciuto pazzo 'o patrone!.... E' impazzito il padrone!....

NEI: quali e quanti controlli fare? Le regole di una corretta prevenzione

*Quali categorie di **nei** sono più a rischio complicazioni? Chi, come e quanto spesso dovrebbero sottoporsi ad una regolare visita dermatologica?*

Un controllo dal dermatologo ogni anno

“Chi ha molti nei (**nevi** è il termine scientifico) dovrebbe farsi controllare ogni anno, in particolare se ha la pelle chiara e se ha familiarità con i tumori della pelle”. La visita di controllo, attraverso la **videodermatoscopia**, è infatti il primo passo per la diagnosi precoce dei melanomi e degli altri **tumori della pelle** e gli adulti dovrebbero farla annualmente.

Cinque segnali da non sottovalutare

Alcuni segnali potrebbero indicare che la pelle ha un problema più serio di quello che sembra.

Ecco cinque anomalie o segnali che non andrebbero mai sottovalutate:

- 1 Un **brufolo** che non scompare o sanguina.
- 2 **Familiarità**: avere un parente che ha avuto un melanoma. Vi sono alcune categorie che sono maggiormente a rischio rispetto alla popolazione generale di sviluppare un melanoma. Chi ha una storia pregressa di melanoma va monitorato con una maggiore attenzione nei cinque anni successivi alla diagnosi.
- 3 Avere una **pelle molto chiara**. La mappatura dei nei è consigliata anche i soggetti con fototipo chiaro (*fototipo I o II*), ovvero con capelli rossi o biondi e pelle diafana, perché sono maggiormente sensibili ai danni del sole, soprattutto se hanno alle spalle frequenti ustioni solari.
- 4 Avere **numerosi nei**: più di cento. Per questi soggetti è più difficile tenere traccia dei cambiamenti di ogni singolo neo, vista la quantità presente sul loro corpo. Farsi visitare costantemente riduce quindi i rischi.
- 5 Chi soffre della **sindrome del nevo displastico**. Nevo è un altro modo (più rigoroso) di chiamare i nei. Chi soffre di questa sindrome ha la tendenza a sviluppare nevi «atipici». L'esame è consigliabile anche a chi, per motivi professionali e non, è esposto per lunghi periodi al sole. (*Salute, Humanitas*)

ZENTIVA

ZENTIVA

PREVENZIONE E SALUTE**NEW YORK, MULTA per chi MANDA MESSAGGI mentre ATTRAVERSA la STRADA?**

Presentata una legge in Senato per la sicurezza dei pedoni, ma non tutti sono d'accordo

Attraversare la strada a New York (come per la verità in qualunque altra metropoli del mondo) può essere un'impresa da temerari, ma farlo mentre si guarda il telefono è quasi da folli con manie suicide, visto che secondo l'ultimo rapporto della Governors Highway Safety Association, nel 2018 i pedoni investiti e uccisi in incidenti stradali negli Stati Uniti sono stati **6,227** (di cui circa 300 nella sola New York), il numero più alto in quasi tre decenni.

Ecco perché questo comportamento spericolato potrebbe presto diventare fuori legge, con una multa fra i 25 e i 250 dollari per i trasgressori beccati a utilizzare i dispositivi elettronici mentre attraversano le strade della Grande Mela (il divieto vale per l'invio di messaggi, per il controllo delle e-mail e la navigazione in rete, emergenze escluse).

Presentato lo scorso anno all'Assemblea di Stato da Felix W. Ortiz, una settimana fa il disegno di legge è stato portato in Senato dal senatore dello Stato di New York, John Liu, ma prima di arrivare alla votazione finale dovrà essere approvato dalle Commissioni Trasporti sia dell'Assemblea che del Senato.

I commenti

«È difficile non notare il numero di persone che digita sul proprio smartphone mentre cammina e che, dato ancora più allarmante, continua a farlo anche mentre attraversa la strada.

E il nostro obiettivo è quello di far capire ai newyorkesi che si possono aspettare cinque secondi prima di rispondere».

A dispetto della finalità legata alla sicurezza dei pedoni e malgrado un'analogia legge sia stata approvata a Honolulu nel 2017, la proposta di New York non ha però ricevuto i consensi sperati.

«Non appoggio questo concetto così come è stato presentato - e pur essendomi mobilitato per anni per attuare riforme a favore della sicurezza dei pedoni, mi sembra che qui si stia superando il limite».

(Salute, Corriere)

SCIENZA E SALUTE**PERCHÉ SI DICE 'INFINOCCHIARE'?**

Il verbo infinocchiare si utilizza come sinonimo di raggirare, imbrogliare, ingannare.

Il termine deriva chiaramente da finocchio, ma per quale motivo ha assunto nel tempo questo significato?

Il motivo va ricercato in una peculiarità del finocchio: **se consumato crudo, la sua aromaticità è in grado di alterare i sapori**. In particolar modo maschera il sentore di aceto che può assumere il vino se è di scarsa qualità o è mal conservato.

Proprio per questo motivo gli osti di una volta, **per rifilare vino inacidito agli avventori del proprio locale, servivano antipasti a base di finocchio**.

In questo modo i clienti, con la bocca alterata dal gusto del finocchio, non si accorgevano del bidone che gli veniva rifilato e bevevano senza lamentarsi. Venivano quindi "infinocchiati".



PREVENZIONE E SALUTE**TI SENTI GRASSA? SE HAI IL CICLO È NORMALE:
SONO GLI ORMONI**

Nel periodo mestruale le donne tendono a sentirsi in sovrappeso e in colpa per le proprie abitudini alimentari. Allo stesso tempo cercano compensazione nel cibo

Durante il ciclo la percezione del proprio corpo cambia, ci si vede più grasse e con il cibo si instaura un rapporto più problematico: non è solo che “in quei giorni” le donne tendono a sentirsi più gonfie, né si può spiegare unicamente con il tipico *blues* mestruale.

Secondo un recente studio infatti il fenomeno ha una spiegazione nel fatto che il cosiddetto cibo emotivo, ovvero quello guidato non dal senso di appetito bensì dai comportamenti compensativi, è influenzato da alcuni ormoni prodotti nel ciclo mestruale.

Il rapporto in realtà non è diretto: in sostanza nel periodo del ciclo questi ormoni stimolano l'appetito e si tende ad avere un approccio più emotivo con l'alimentazione. Questa attitudine genera a sua volta un senso di colpa e aumenta inevitabilmente la conflittualità con il proprio corpo.

***Un collegamento tra ormoni mestruali e preoccupazioni sul peso***

Durante il ciclo mestruale infatti le donne tendono a percepirsi più grasse della realtà ed esiste un link tra livelli di ormoni mestruali, preoccupazioni sul peso, disordini nell'alimentazione e altri comportamenti compensativi.

Motivo per cui il gentil sesso dovrebbe diffidare della percezione del proprio corpo nei giorni del ciclo. Le preoccupazioni riguardo al proprio peso variano significativamente, ma secondo le interviste realizzate e i dati incrociati hanno un picco nella fase premestruale e mestruale in concomitanza con la produzione di alcuni ormoni specifici.

Un periodo in cui il senso di fame aumenta

Il ciclo mensile può essere diviso in due parti, **quella**

- **follicolare**
- **luteale**

nella prima, precedente l'ovulazione, **prevalgono gli estrogeni**,
nella seconda il **progesterone**.

La **fase luteale** è il periodo di circa 14 giorni che va dall'ovulazione fino all'arrivo delle mestruazioni, caratterizzato dalla produzione di progesterone. In questo arco temporale, e in particolare nei giorni delle mestruazioni, il senso di fame aumenta e succede spesso di cedere a quello che gli angolosassoni chiamano BED (acronimo dell'inglese *Binge Eating Disorder*), ovvero disturbo da alimentazione incontrollata.

Inutile dire però che se tratta sempre di sensazioni psicologiche e non oggettive, come sottolineano sia la ricerca statunitense che il buon senso.

(Salute, Corriere)

SCIENZA E SALUTE**IL SANGUE DAL NASO PUÒ SEGNALARE UNA PATOLOGIA?**

Come fare a capire quando la perdita di sangue dal naso ha bisogno di esami specifici e approfondimenti diagnostici? Risponde lo specialista.

La perdita di sangue dal naso: un problema transitorio a cui non dare peso oppure una “spia” di qualche altra malattia?

Molte persone si preoccupano quando il naso diventa un improvviso “rubinetto” da cui colano poche o molte gocce di sangue.

«Nella quasi totalità dei casi è un problema legato alla fragilità dei capillari presenti nella parte anteriore del naso.

Il sangue si fermerà da solo piegando la testa in avanti e chiudendo le due narici con le dita. Sono rari i casi in cui si tratta di un segno di malformazioni o di altre patologie, ma non per questo andrebbero sottovalutati».

Perdita di sangue dal naso, che cosa fare quando accade spesso:

Il consiglio è sempre quello di riferire all'otorino quando gli episodi di **perdita di sangue dal naso** sono frequenti e ravvicinati.

Solo lo specialista è in grado, infatti, di valutare correttamente se si tratta di una predisposizione individuale, come accade spesso nei bambini (si parla di **diatesi emorragica infantile**) oppure di un problema diverso.

Sarà quindi lo specialista a decidere come intervenire in maniera adeguata.

«Bisogna stabilire la ripetitività del fenomeno, l'età e il tipo di paziente e se la **perdita di sangue dal naso** è un problema comune ad altri familiari.

Scartate le ipotesi più gravi, si può procedere su strade diverse. Nella maggior parte dei casi sarà sufficiente prendere delle misure per ridurre la vulnerabilità dei capillari, evitando, ad es-, di sostare in ambienti domestici o casalinghi troppo secchi oppure, se il medico ravvisa una mucosa asciutta e un'area screpolata, potrà consigliare al paziente creme emollienti da applicare regolarmente sulle pareti interne delle narici per ripristinare una idonea protezione ai capillari.

Solo quando è necessario si interviene per **diatermocausticare**, vale a dire **cauterizzando mediante il calore la varice debole** per porre fine alla perdita di sangue».

La perdita di sangue dal naso può essere una spia pericolosa?:

La guardia si deve alzare quando lo specialista individua caratteristiche diverse dalla semplice fragilità capillare.

«Ci sono condizioni in cui le epistassi, le **perdite di sangue dal naso**, sono molto abbondanti e ripetute.

A causarle possono essere *malformazioni congenite*, generalmente ereditarie, come le **teleangectasie**, (anche nota come **sindrome di Osler-Weber-Rendu**) che sono caratterizzate da *minuscole malformazioni arterovenose che espongono a continue emorragie*.

L'otorinolaringoiatra è il primo passo per capire in quale direzione andare per una diagnosi approfondita in cui si accerterà il problema anche dal punto di vista **genetico** e quindi passare alla ricerca di altre malformazioni ben più gravi che possono interessare organi vitali come encefalo, fegato, polmone. In questo caso lo specialista sa di non dover cauterizzare la varice – e invia il paziente verso centri specializzati per la gestione della patologia. Lo stesso accade se si sospetta la presenza di un tumore nell'area del naso e dei seni paranasali, per cui si richiedono accertamenti radiologici».

Altri casi, ma ancora più rari, coinvolgono vasi sanguigni più grandi, come l'**arteria senopalatina**. Infine è bene ricordare che anche i farmaci possono essere causa di **perdita di sangue dal naso**:

«I pazienti adulti e anziani che sono in terapia con anticoagulanti o antiaggreganti – sono più esposti al rischio di **rinorragie** se la loro mucosa si presenta già vulnerabile per l'età». (*Salute, Humanitas*)



SCIENZA E SALUTE

PRESSIONE ALTA: IL PISOLINO POMERIDIANO LA ABBASSA QUANTO I FARMACI CONTRO L'IPERTENSIONE

Per **abbassare la pressione non c'è miglior farmaco del pisolino pomeridiano.**

Schiacciare un **pisolino nella fascia oraria post prandiale ha l'effetto di ridurre la pressione sanguigna** tanto quanto riesce ai farmaci per l'ipertensione.

A rivelarlo è uno studio di un team di ricerca internazionale guidato da scienziati greci. Ne abbiamo parlato con il prof. **Giulio Stefanini**, cardiologo di Humanitas.



Basta un'ora di pisolino per abbassare la pressione

È sufficiente **un'ora di riposo** per ridurre in media i livelli di pressione arteriosa di un valore che va da 3 a 5 mmHg, ossia per produrre un effetto **simile a quello dell'assunzione di farmaci o alla riduzione di sale** nella dieta; questa riduzione può ridurre il rischio di infarto e ictus.

Il monitoraggio effettuato da un gruppo di medici dell'Asklepieion General Hospital di Voula ha riguardato oltre 200 persone con una pressione arteriosa sistolica media di 130 mm/Hg; un livello considerato poco sano.

«**Il sonno di mezzogiorno sembra abbassare i livelli di pressione sanguigna** con la stessa intensità di altri cambiamenti nello stile di vita.

Anche la **riduzione di sale e alcol** può abbassare i livelli di pressione sanguigna di 3-5 mm/Hg, mentre la somministrazione di farmaci a bassa dose di solito abbassa i livelli di pressione sanguigna di 5-7 mm/Hg.

Ma questi risultati sono importanti anche perché un calo della pressione sanguigna di soli 2 mm/Hg può ridurre il rischio di eventi cardiovascolari come l'infarto fino al 10%».

Pressione: quali fattori la influenzano?

Gli autori dello studio hanno tenuto in considerazione tutti quei **fattori che possono influenzare la pressione sanguigna** di una persona, come età, sesso, stile di vita, consumo di farmaci, caffè e alcol, esercizio fisico e diabete mellito di tipo 2.

I risultati dello studio mostrano che i benefici del riposino pomeridiano sono mantenuti al netto di questi parametri, evidenziandone di fatto la notevole efficacia.

Anche il tempo trascorso a riposo durante il giorno ha influenzato la riduzione della pressione:

- per ogni ora di siesta l'abbattimento è risultato essere di 3 millimetri di mercurio (in media la "pennichella" dei partecipanti è durata 49 minuti).

Senza alcun intento di incoraggiare le persone a dormire per ore durante la giornata, perlomeno, visti i benefici, che non si senta in colpa chi chiude gli occhi.

(Salute, Humanitas)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



ORDINE: GLI EVENTI DEL MESE DI MAGGIO

Giovedì 30 Maggio, ore 21.00, Sede Ordine: per i Farmacisti **ASL-Na-1**

Giovedì 6 Giugno, ore 21.00, Sede Ordine: per i Farmacisti **ASL-Na-2 e ASL-Na-3**



Il Farmacista e i Controlli di Legge:

1. l'ASL e il NAS, Ruoli e Competenze.
2. La Ricetta Elettronica Veterinaria



Introduce

Vincenzo Santagada (*Presidente ordine Farmacisti*)

Gennaro Tiano (*Comandante NAS CC di Napoli*)

Ugo Trama (*Resp. U.O.D. "Politica del Farmaco e Dispositivi" – Reg. Campania*)

Francesco Barbato (*Prof. Ordinario di Tecnologia e Legislazione Farmaceutiche*)

Simona Creazzola (*Dirigente ASL- NA 1*)

Mariano Fusco (*Dirigente ASL- NA 2*)

Edoardo Nava (*Dirigente ASL- NA 3*)

Progetto "Una Visita per Tutti"

Mese di MAGGIO
dedicato alla prevenzione
dell'Insufficienza Venosa



Venerdì 24 Maggio

Marano di Napoli



BACHECA ENPAF: INIZIATIVE ASSISTENZIALI 2019

Di seguito l'elenco delle attività assistenziali erogate dall'ENTE



ENPAF 2019 Iniziativa in Corso



TIPOLOGIA DI PRESTAZIONI EROGATE	SCADENZA INIZIATIVA
----------------------------------	---------------------

Borse di Studio in favore dei Figli ed Orfani di Farmacisti	Dalla data di pubblicazione fino al 15 MAGGIO 2019
---	---

CONTRIBUTO una TANTUM in favore di Farmacisti TITOLARI o SOCI di FARMACIE RURALI in comuni o frazioni entro i 5.000 abitanti - ANNO 2019.	Decorrerà dal 10 Giugno e fino al 13 AGOSTO 2019
---	---

CONTRIBUTO per FARMACISTI Iscritti ad una SCUOLA di SPECIALIZZAZIONE del Settore Farmaceutico ANNO 2019	In corso fino ad ESAURIMENTO dello stanziamento
---	--

Interventi per favorire l'OCCUPAZIONE: in favore di Titolari di Farmacia e Parafarmacia che assumono farmacisti di età non superiore a 30 anni o disoccupati con almeno 50 anni di età	Domande a partire da Settembre 2019 fino ad ESAURIMENTO dello stanziamento
--	---

RIDUZIONE CONTRIBUTIVA PENSIONATI ESERCENTI	Consente di chiedere la riduzione del contributo previdenziale nella misura del 33,33% o del 50%. In vigore dal 1 Gennaio 2019 Termine di decadenza il 30 Settembre dell'anno in cui si matura il requisito previsto
---	---



Welfare Integrativo EMAPI : COPERTURA SANITARIA INTEGRATIVA

Garantisce una copertura sanitaria integrativa per

- ✓ gravi interventi chirurgici e gravi eventi morbosi,
- ✓ la copertura in caso di invalidità permanente superiore al 66% da infortunio
- ✓ la copertura in caso di non autosufficienza
- ✓ (LTC – Long Term Care)

Indennità di MATERNITÀ



1. L'indennità spetta alla professionista iscritta all'Enpaf per la tutela dei seguenti eventi:
 - a. periodi di gravidanza e puerperio comprendenti i due mesi antecedenti la data presunta del parto ed i tre mesi successivi la data effettiva del parto
 - b. interruzione della gravidanza per motivi spontanei o terapeutici dopo il compimento del sesto mese
 - c. adozione o affidamento del minore
 - d. aborto spontaneo o terapeutico verificatosi non prima del terzo mese di gravidanza.
2. L'indennità spetta al padre libero professionista iscritto all'Enpaf per la tutela del periodo che sarebbe spettato alla madre libera professionista, comprendente i tre mesi successivi la data effettiva del parto o la parte residua, limitatamente ai seguenti casi:
 - a. morte della madre;
 - b. grave infermità della madre;
 - c. abbandono da parte della madre;
 - d. affidamento esclusivo del minore al padre;

Per maggiori dettagli si invita a consultare il Sito Istituzionale: www.enpaf.it

ORDINE: Progetto “Un Farmaco per tutti”

Il progetto ha come finalità l'utilizzo di farmaci, le cui **confezioni siano integre**, ma anche di prodotti diversi dai farmaci come presidi medico chirurgici o integratori e dispositivi medici non ancora scaduti provenienti da donazione spontanea da parte di cittadini e Aziende Farmaceutiche, nonché di privati a seguito di cambio/fine terapia o decesso di un congiunto malato.



COME FUNZIONA



Sono esclusi:

- i farmaci che appartengono alle tabelle delle sostanze stupefacenti e psicotrope
- i farmaci da conservare a temperature controllate (*catena del freddo*)
- i farmaci ospedalieri (*fascia H*).

Sono altresì esclusi i flaconi e tubetti non sigillati.



RICETTA VETERINARIA ELETTRONICA: Divieto di Utilizzo della REV per i Medicinali Stupefacenti o Psicotropi

Si ricorda che la **Ricetta Veterinaria Elettronica (R.E.V.) NON è utilizzabile per la prescrizione di medicinali veterinari contenenti sostanze stupefacenti e psicotrope** ai sensi del D.P.R. 309/1990.

Per tale tipologia di medicinali, la prescrizione continua ad essere cartacea.

A ben vedere, il Decreto Ministeriale, recante le modalità applicative in materia di tracciabilità dei medicinali veterinari comprendente anche il sistema per la prescrizione medico-veterinaria elettronica, si applica ai medicinali veterinari autorizzati ad essere immessi in commercio sul mercato italiano contenenti sostanze stupefacenti e psicotrope ai sensi del DPR 309/1990 limitatamente alla fase distributiva.

Inoltre, come chiarito dal Ministero della salute, con nota dello scorso 11 gennaio 2019,

- *restano invariate anche le disposizioni relative all'approvvigionamento dei medicinali ad uso veterinario contenenti stupefacenti* che avviene, per i medicinali stupefacenti di cui alla **Tabella dei medicinali, sezione A, del DPR 309/1990**, mediante ricetta speciale stupefacenti **“a ricalco”** e, per tutti gli altri, mediante ricetta veterinaria non ripetibile in triplice copia.

ORDINE: IN RISCOSSIONE LA QUOTA SOCIALE 2019

E' in riscossione la quota sociale 2019 di EURO 150,00 di cui Euro 108,20 per l'Ordine e Euro 41,80 per la FOFI.

AVVISO



GLI ISCRITTI CHE

NON HANNO ANCORA RICEVUTO

L'AVVISO DI PAGAMENTO,

POSSONO SCARICARLO

dal sito dell'Ordine

INSERENDO il PROPRIO CODICE FISCALE

al seguente link:

<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/news/1381-quota-sociale-2018>