



farmaDAY



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

Anno VIII – Numero 1626

Giovedì 11 Luglio 2019 – S. Olga, Fabrizio

AVVISO

Ordine

1. Ordine: eventi di Luglio
2. Ordine: Assistenza e sussidio
3. Ordine: autoformazione e crediti ECM
4. Ordine: Web TV

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

5. Una tecnica chirurgica restituisce l'uso delle mani a pazienti tetraplegici
6. Dolori Mestruali, i vantaggi della corsa sul Tapis Roulant



Prevenzione e Salute

7. Tumori della pelle, chi rischia di più? 10 cose che forse non sapevate.
8. Farmaci in vacanza, 7 consigli per conservarli bene



Proverbio di oggi.....

Adda venì Baffone

Dovranno pur cambiare le cose (Baffone è riferito a Stalin)

DOLORI MESTRUALI, i Vantaggi della Corsa sul Tapis Roulant

Per mitigare il bruciore associato al consumo di cibi piccanti non ci sarebbe niente di meglio del latte.

“Correre sul tapis roulant tre volte a settimana potrebbe ridurre i sintomi della dismenorrea e, a lungo andare, migliorare la **qualità di vita** delle donne che soffrono di dolori mestruali.



È quanto emerge da uno studio pubblicato su *Contemporary Clinical Trials* dai ricercatori della University of Otago di Dunedin (Nuova Zelanda).

L'indagine ha coinvolto alcune donne di età compresa tra 18 e 43 anni che soffrivano di **dismenorrea primaria**.

Le partecipanti sono state suddivise in due gruppi:

- le prime sono state **invitate a non modificare i propri livelli di attività fisica** (gruppo di controllo),
- alle altre è stato chiesto di **seguire un allenamento aerobico supervisionato tre volte a settimana per quattro settimane**, seguito da un esercizio a casa da sole – costituito da tre sessioni sul tapis roulant a settimana - per sei mesi.

Al termine dell'esperimento, è emerso che le volontarie incaricate di allenarsi hanno riportato una **riduzione dei dolori mestruali** del 6% dopo le prime quattro settimane e del 22% dopo la fine degli altri sei mesi.

Inoltre, rispetto alle donne che facevano parte del gruppo di controllo, hanno sperimentato altri benefici e, in generale, un miglioramento della qualità della vita. (*Salute, Sole24ore*)

GUACCI
Distribuzione Farmaceutica dal 1946

Dove la **storia** diventa **futuro**

AL TUO FIANCO OGNI GIORNO DI PIÙ.

PREVENZIONE E SALUTE

TUMORI DELLA PELLE, CHI RISCHIA DI PIÙ? 10 COSE CHE FORSE NON SAPEVATE

Quasi tutti i tipi di cancro alla pelle (basalioma, spinalioma o melanoma) sono collegati alle radiazioni ultraviolette provenienti dal sole o dai lettini abbronzanti.

I raggi UV danneggiano il Dna delle cellule della pelle e causano mutazioni genetiche che, nel lungo periodo, possono portare alla formazione di un tumore.

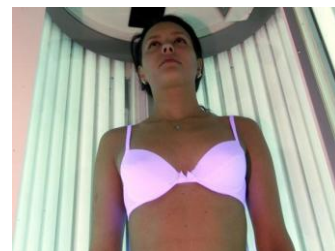
Ma ci sono altri fattori che possono esporre a rischi maggiori.

Eccoli spiegati, da Piergiorgio Malagoli, resp. dell'Unità Operativa di Dermatologia del Policlinico San Donato di Milano.

Più si invecchia, più il rischio sale

Le probabilità di sviluppare un tumore cutaneo **aumentano con l'avanzare dell'età**, anche per via dell'**effetto cumulativo dell'esposizione ai raggi ultravioletti** che si «immagazzinano» negli anni.

Tuttavia va tenuto presente che il numero di casi di melanoma (il più pericoloso tipo di cancro della pelle) sono costantemente aumentati negli ultimi decenni e che l'età media dei pazienti si è abbassata, **tanto che è diventato il terzo tipo di cancro più diffuso sotto i 50 anni**. E gli specialisti di tutto il mondo hanno lanciato l'allarme soprattutto per i più giovani, adolescenti e universitari, a causa delle scottature che si procurano con i lettini abbronzanti.



Gli uomini meno informati delle donne

«Mentre il sesso femminile, anche in giovane età, pare essere consapevole dei possibili pericoli legati a un'abbronzatura "sregolata" - dice Malagoli -, dalle statistiche internazionali emerge chiaramente che quello maschile è meno informato. **Tanto che nei maschi si registrano più casi di basaliomi e spinaliomi**. L'ipotesi è che gli uomini siano anche meno propensi a proteggersi sotto il sole con creme e lozioni, il che li porta a scottarsi con maggior frequenza».



Farmaci e fototerapia aumentano il pericolo

«È cosa nota - spiega Malagoli -: le persone che si sottopongono ad alcuni trattamenti con radiazioni perché malate di tumore, così come i **pazienti che soffrono di psoriasi e si sottopongono a fototerapia** vanno incontro a maggiori probabilità di sviluppare un tumore non-melanoma. Anche alcuni medicinali che sopprimono l'attività del sistema immunitario prescritti a pazienti che fanno un trapianto d'organi sono più suscettibili. Per questo tutte queste categorie "speciali" vengono informate e fanno controlli della pelle accurati per individuare per tempo eventuali anomalie».



Un tumore cutaneo in passato può significarne uno in futuro

I dati statistici indicano che chi ha già **avuto un carcinoma basocellulare, squamocellulare o un melanoma ha maggiori probabilità**, rispetto alla popolazione generale, **di svilupparne un altro**. «Questo non significa che gli ex pazienti, del tutto guariti, debbano vivere in ansia. Semplicemente non devono trascurare eventuali anomalie e sottoporsi alla visita con un dermatologo senza temporeggiare troppo quando notano qualcosa di strano».

Altri problemi della pelle

I ricercatori hanno individuato anche un'associazione fra tumori cutanei e gravi cicatrici lasciate da scottature, in zone di pelle che ricoprono severe infezioni ossee e altri tipi di danni provocati alla pelle da alcune patologie infiammatorie.



Attenzione alle sostanze cancerogene (anche sul lavoro)

Tumori della pelle non melanotici possono essere collegati a radiazioni solari: **ad essere esposti a maggiori rischi professionali sono quindi tutti i lavoratori** che trascorrono molte ore all'aria aperta, come **agricoltori, pescatori, operai edili**.

Inoltre sono state individuate come **sostanze pericolose**:

- *arsenico e suoi composti; arsenuro di gallio;*
- *catrame di carbone e pece, benzo[a]pirene; fuliggine; catrame di carbon fossile.*

Per cui è bene seguire le previste tutele per chi può avere un'esposizione lavorativa durante la gassificazione del carbone, la produzione di coke, la distillazione del catrame di carbon fossile.

Alcune malattie rendono la pelle vulnerabile

«Lo **xeroderma pigmentoso** (Sindrome della Luna), è una rara malattia genetica ereditaria caratterizzata da un'estrema ipersensibilità ai raggi UV della luce solare.

Le cause di questa patologia sono dovute alla **mutazione di un gene** che produce una proteina fondamentale per la riparazione del Dna. Le persone colpite da Xeroderma pigmentoso presentano di pelle e occhi e sono predisposte all'insorgenza di carcinomi di vario genere.

Anche la *sindrome basocellulare del Nevo, o sindrome di Gorlin*, è una rara malattia genetica tramandata ereditariamente, che coinvolge pelle, sistema nervoso, occhi, ghiandole endocrine e ossa: provoca un aspetto insolito del viso e un maggiore rischio di tumori della pelle».



Hiv e Hpv, virus sotto accusa

«L'Hiv, lo stesso virus che causa l'Aids, nell'indebolire tutto il nostro sistema immunitario può favorire anche l'insorgenza di carcinomi delle pelle (*basaliomi e spinaliomi*). È poi emerso che anche certi tipi di **Papillomavirus o HPV** (ne esistono più di 120 varianti), soprattutto quelli che "colpiscono" l'area genitale, l'ano o la zona attorno alle unghie possono portare all'insorgenza di tumori cutanei in quell'area».

Un motivo in più per non fumare

È stato identificato un legame tra il tabacco e il **carcinoma squamocellulare**, specie nell'area delle labbra.

Chi deve proteggersi di più dai raggi UV

«Prolungate e numerose esposizioni ai raggi ultravioletti (UV) così come l'abbronzatura "intensiva" mordi e fuggi (nei weekend) possono causare scottature e far crescere il rischio di cancro alla pelle. **Onde evitare bruciature è importante prendere sempre le dovute precauzioni prima di esporsi al sole, soprattutto per chi è considerato una "categoria a rischio"**, ovvero:

- 1) *chi ha già avuto un tumore cutaneo;*
- 2) *chi ha molti nei;*
- 3) *chi ha già avuto casi di tumore alla pelle (specie melanoma) in famiglia*
- 4) *chi ha più probabilità di scottarsi, ad es. chi è un fototipo chiaro*
- 5) *chi trascorre molte ore all'aria aperta, per lavoro o per piacere (al mare, ma anche in alta quota)*
- 6) *chi ha certe malattie autoimmuni (come il lupus)*
- 7) *chi prende farmaci foto-sensibilizzanti (alcuni antibiotici, diuretici, FANS, contraccettivi orali e retinoidi sistemici)».* (Salute, Corriere)



SCIENZA E SALUTE

UNA TECNICA CHIRURGICA RESTITUISCE L'USO DELLE MANI A PAZIENTI TETRAPLEGICI

Un intervento bypassa le lesioni spinali con un trasferimento di nervi ha permesso a tredici pazienti tetraplegici di tornare a usare gli avambracci.

Tredici giovani adulti rimasti paralizzati in seguito a un incidente hanno riacquisito la mobilità delle mani e dell'avambraccio grazie a una pionieristica tecnica chirurgica che è riuscita ad aggirare la lesione nervosa.

Il procedimento di **trasferimento di nervi** è stato provato su un ristretto numero di *pazienti tetraplegici*, cioè con tutti e quattro gli arti paralizzati, per una lesione del midollo spinale nella regione cervicale.

AUTOSTRADA INTERROTTA. I segnali sensoriali e motori sono trasmessi dal cervello ai muscoli attraverso il **midollo spinale**: un trauma spinale interrompe questo flusso di informazioni, compromettendo varie funzioni a seconda di dove è localizzato e della sua gravità. Se la lesione si verifica nella **regione cervicale**, all'altezza del collo, viene danneggiata anche la funzione degli arti superiori, perché molti dei nervi che controllano il movimento delle braccia si innestano nel midollo spinale al di sotto del collo.

UN RECUPERO SORPRENDENTE. Nella serie di interventi descritta sul [Lancet](#), i nervi sani del paziente che si collegavano al midollo spinale *prima* dell'area danneggiata sono stati connessi chirurgicamente ai muscoli dell'avambraccio e utilizzati per bypassare le sezioni nervose danneggiate.

In questo modo è stato possibile riportare il segnale nervoso e la funzionalità al muscolo paralizzato: dopo diversi mesi di riabilitazione, i pazienti sono riusciti a *mangiare, aprire bottiglie, alzare le braccia per accendere la luce, lavarsi, accedere all'auto, spingere più agevolmente la carrozzina* e a compiere altri gesti basilari che hanno sensibilmente migliorato la loro qualità di vita.

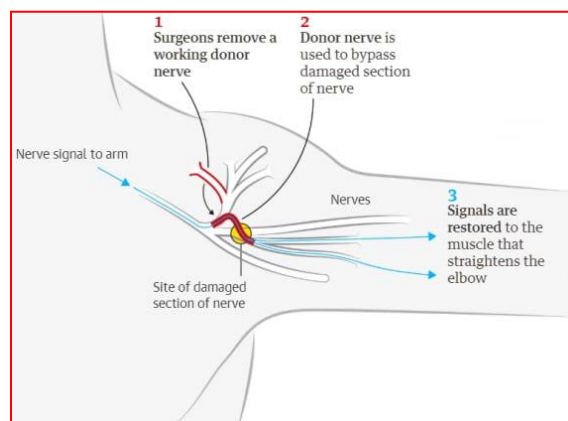
LO STUDIO. Natasha van Zyl, il chirurgo dell'Università di Melbourne che ha condotto lo studio, ha tentato l'approccio descritto su 16 pazienti tetraplegici che avevano subito la lesione nei 18 mesi precedenti (dopo questo periodo di tempo, infatti, la possibilità di recuperare i muscoli si esaurisce). In tutto, ha operato 59 trasferimenti nervosi: ogni paziente ne ha subito diversi. Dieci partecipanti hanno anche ricevuto un *trasferimento tendineo* nell'altro braccio: un procedimento che funziona in modo analogo e che ha l'effetto di rafforzare il muscolo (mentre il trasferimento di nervi permette movimenti più agili).

In quattro casi gli interventi di trasferimento di nervi non hanno funzionato:

un dato che dice che la procedura **non è da considerarsi un rimedio universale** e che non dà certezza di recupero. Tuttavia 13 pazienti, dopo due anni dall'intervento, hanno raggiunto una funzionalità molto soddisfacente della mano e del gomito nonché una certa indipendenza nelle attività quotidiane.

MEGLIO IN COMBINAZIONE. «Abbiamo dimostrato che il **trasferimento di nervi e di tendini** possono essere combinati con successo per massimizzare i benefici» spiega il chirurgo. I pazienti che hanno subito entrambi gli interventi hanno spiegato di apprezzare entrambe le funzionalità riacquisite nei due arti superiori, per motivi diversi.

La tecnica del trasferimento di nervi non è nuova, ma era stata testata finora solo in casi singoli: è la prima volta che se ne dimostra il potenziale sulle lesioni spinali, e che si testano i benefici di più transfer a paziente. (*Salute, Focus*)



PREVENZIONE E SALUTE**FARMACI IN VACANZA, 7 Consigli per Conservarli Bene**

Un vademecum per la sicurezza quando la temperatura sale troppo

Le malattie e piccoli disturbi, si sa, non vanno in vacanza, e, qualunque sia la meta del relax estivo, in valigia non possono mancare i farmaci prescritti dal nostro medico, che assumiamo abitualmente come, ad es.,

i medicinali per la pressione alta, il diabete o la pillola anticoncezionale e quelli senza obbligo di ricetta, di automedicazione che portiamo con noi per affrontare fastidi di salute che possono rovinarci le vacanze, come **disturbi gastro-intestinali, mal di testa, scottature ed eritemi**.



Affinché anche i farmaci siano protetti dai rischi dei nostri viaggi, bisogna però tenere a mente che vanno trasportati e conservati nel modo corretto evitando gli eccessi di temperatura che potrebbero avere su di essi effetti non trascurabili. Questi i consigli che arrivano da **ASSOSALUTE** (l'Associazione nazionale farmaci di automedicazione).

1 - **Leggere sempre attentamente le modalità di conservazione indicate dai foglietti illustrativi:**

se non ci sono indicazioni precise, è bene conservare i farmaci in un luogo fresco e asciutto a una temperatura non superiore ai 25°, evitando sempre l'esposizione diretta a fonti di calore. Inoltre, alcuni medicinali, ad es. ***l'insulina, prevedono una conservazione in frigorifero***; in caso di trasporto è quindi bene usare un contenitore termico, in quanto agenti atmosferici come eccessiva luce e sbalzi di temperatura possono deteriorare il medicinale. Quando la temperatura di conservazione è indicata, non rispettarla potrebbe rendere il prodotto inefficace e a volte dannoso per la salute.

2 - **Evitare forti sbalzi di temperatura:** se si affronta un lungo viaggio in auto, non lasciare i farmaci nel bagagliaio che potrebbe surriscaldarsi eccessivamente e preferire piuttosto trasportarli nell'abitacolo condizionato, se possibile in una borsa non esposta direttamente al sole. Anche le temperature troppo basse possono essere dannose: per questo, se si viaggia in aereo è sempre meglio tenere la valigetta dei farmaci nel bagaglio a mano e non nella stiva, dove la temperatura scende anche di molti gradi sotto lo zero.

3 - **Attenzione all'umidità:** meglio ***evitare di conservare i farmaci in stanze troppo umide***, come può essere un bagno non ben areato, per non far alterare capsule, compresse e cerotti medicati. In particolare, prodotti come strisce per test diagnostici - specie quelle utilizzate per verificare la glicemia, per la gravidanza o l'ovulazione - potrebbero danneggiarsi in quanto sensibili all'umidità.

4 - **Preferire formulazioni solide:** rispetto a quelle liquide contenenti acqua, sono meno sensibili alle alte temperature. Se il farmaco in questione è disponibile in diverse formulazioni è bene, se possibile e se non ci sono controindicazioni, scegliere quella in capsule o compresse.

5 - **Occhio all'aspetto:** se il medicinale che si utilizza appare diverso nell'aspetto, prima di assumerlo è bene consultare il medico o chiedere consiglio a un farmacista. Se il medicinale risulta alterato nel colore, nell'odore o nella consistenza, è probabile che vi sia stata un'alterazione.

6 - **Non confondere le confezioni:** si dovrebbe evitare di inserire farmaci diversi in una sola confezione per risparmiare spazio in valigia, poiché la confezione dei farmaci aiuta a renderli sempre riconoscibili, oltre a riportare dati essenziali quali la data di scadenza e contenere il foglietto illustrativo. Una buona abitudine è quella di non trasportare diverse pillole sfuse nello stesso contenitore, in quanto potrebbero contaminarsi a vicenda.

7 - **Attenzione agli spray:** in caso se ne faccia uso, utilizzare contenitori termici per la loro conservazione. È bene evitare temperature elevate e la diretta esposizione al sole. Infatti, oltre a essere liquidi e più sensibili al calore, le confezioni di metallo in cui sono contenuti si surriscaldano facilmente. Se si portano spray in spiaggia, andrebbero tenuti in una borsa all'ombra e in luogo areato. *(Salute & Benessere)*

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



ORDINE: GLI EVENTI DEL MESE DI LUGLIO

PROGETTO UNA VISITA PER TUTTI

Mese di LUGLIO dedicato alla prevenzione dell'Insufficienza

Sabato 06 Luglio (Dalle 9.00 alle 18.00)	Portici: Via Leonardo da Vinci, n. 129
Venerdì 12 Luglio (Dalle 9.00 alle 18.00)	Marano: Via XX Settembre, n. 20
Sabato 13 Luglio (Dalle 9.00 alle 18.00)	Torre Annunziata: Corso Umberto n. 219
Mercoledì 17 Luglio (Dalle 9.00 alle 18.00)	San Antimo: Via Giacinto Gigante n. 6



ORDINE: Istituito un Sussidio per i Colleghi Iscritti all'ALBO in Stato di Disoccupazione

*Il Consiglio dell'Ordine al fine di offrire un sostegno economico agli iscritti all'Albo che si trovino in stato di disoccupazione involontaria e in difficoltà economica, ha approvato nel uno specifico **"Fondo di solidarietà"** messo a bilancio nel 2019.*

Il Regolamento, consultabile sul sito istituzionale dell'Ordine, prevede per l'anno 2019 l'erogazione di un **sussidio** nella misura massima di **euro 150,00 pro capite** in favore degli iscritti all'Albo che si trovano da almeno 12 mesi inoccupati e che versano in difficoltà economiche.

Nel regolamento pubblicato sul sito sono chiariti i requisiti.

L'istanza potrà essere presentata nel periodo dal **01 giugno al 30 settembre di ogni anno**, corredata da:
1. Domanda di accesso al Sussidio, in carta libera (v. allegato - sito istituzionale)

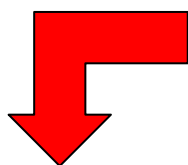
ORDINE di NAPOLI**AUTOFORMAZIONE ed ECM: come Ottenere i Crediti ECM*****Autoformazione e farmaDAY***

Al fine di incoraggiare le modalità di aggiornamento professionale basate sull'autoapprendimento, si informa che Codesto Ordine ha deciso di **assegnare una percentuale di crediti formativi** per la partecipazione alle seguenti tipologie di attività specifiche della professione di farmacista:



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

1. Lettura della pubblicazione della Rivista Ufficiale dell'Ordine “**farmaDAY**” in *versione digitale*, consentirà di acquisire un massimo di **30 Crediti ECM** all'anno.
2. La partecipazione ad eventi di volontariato svolti presso l'associazione “**Un Farmaco per Tutti**” e “**Una Visita per Tutti**”, consentirà di acquisire **1 Credito ECM** per ogni ora di attività fino ad un massimale di *30 ore di impegno*.
3. La partecipazione ad attività di **Tirocinio Professionale** pre laurea consentirà di acquisire un massimo di **25 Crediti ECM** all'anno.

**COME FARE PER PARTECIPARE**

Per usufruire di questo innovativo servizio gratuito è sufficiente contattare la Nostra segreteria ECM all'indirizzo mail:

infoecm.ordna@gmail.com

che provvederà ad inviarVi la documentazione necessaria e tutte le informazioni relative.

FARMACISTA NUTRIZIONISTA, la Fofi: «NON può Prescrivere Diete»

La Fofi chiarisce che il farmacista nutrizionista non può prescrivere diete.

«Il farmacista può esercitare l'attività di nutrizionista, nel rispetto della legislazione vigente, limitando l'attività in campo nutrizionistico alla sola **consulenza**».

È quanto evidenzia la Federazione degli ordini dei farmacisti italiani (Fofi), in risposta ad un quesito avente come oggetto **«parere su farmacista nutrizionista»**. Nello specifico, la Fofi sottolinea che

- «in linea generale, il farmacista, anche **specializzato, non può prescrivere diete**, ma può esclusivamente fornire *consulenze e dare informazioni riguardanti medicinali, integratori alimentari* e, comunque, altri prodotti venduti in farmacia (parere del Consiglio Superiore di Sanità del 15 dicembre 2009).
- La prescrizione delle diete, infatti, è riservata alla **competenza del medico, del biologo e del dietista**».



«A tal proposito – evidenzia la Federazione -, la Suprema Corte di Cassazione, in una recente sentenza, ha affermato che *“integra il reato di esercizio abusivo di una professione, l'attività di colui che fornisce indicazioni alimentari personalizzate, sulla base della valutazione delle caratteristiche fisiche di ogni cliente, caratterizzate da puntuali prescrizioni e previsioni, senza però appartenere alle categorie professionali che hanno specifiche competenze in tema di bisogni alimentari”*

(Cass. pen. Sez. VI Sent., 30/03/2017, n. 20281)».

Nell'ottobre del 2018 l'Associazione farmacisti esperti in nutrizione (Afen), era intervenuta fornendo invece un'interpretazione diversa della norma, alla luce del quadro normativo vigente.

L'associazione, **sostenendo che il farmacista può elaborare diete**, aveva chiarito che

«in Italia non esiste la professione del nutrizionista, né è stata inserita come nuova figura sanitaria nella “legge Lorenzin”, ma sono riconosciute competenze nel settore nutrizionale a medici, farmacisti, biologi e dietisti, come confermato dalla sentenza n.20281/17 del 28.04.2017, che ha affermato un importante principio:

“... l'individuazione dei bisogni alimentari dell'uomo attraverso schemi fissati per il singolo con rigide previsioni e prescrizioni, se non è esclusiva del medico biologo, può competere in via concorrente ad altre categorie professionali per le quali è comunque prescritta l'acquisizione di una specifica abilitazione, quali medici, farmacisti, dietisti, fatta salve le competenze stabilite nelle normative di settore, ma mai, per le ricadute in termini di salute pubblica, essere esercitate da persone che siano prive di competenza in tema sanitario..”».

(Farmacia Virtuale.it)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli: 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.



Come seguire la WEB-TV

: collegarsi sul Portale Istituzionale

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

Di lato il panel di alcuni servizi
effettuati:

Di seguito il link
del sito dove
poter visionare
gli eventi.



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

WEB TV - Ordine dei Farmacisti della provincia di Napoli		
	Le Ispezioni in Farmacia	ENPAF: La Previdenza
	ENPAF: L'Assistenza	Caduceo d'Oro 2018: On. Mara Carfagna
	Camper della Salute: Una Visita per Tutti	La Fatturazione Elettronica
	Vaccinazioni Obbligatorie	La Vaccinazione antinfluenzale 2018-2019
	Manovre Salvavita Prof. Santomauro	DDL concorrenza: cosa fare
	Camper della Salute: Una Visita per Tutti	Nasce la WEB TV dell'Ordine