



**AVVISO**

**Ordine**

1. Prevenzione Coronavirus: Manovre di rianimazione
2. Ordine: assemblea ordinaria degli iscritti - 2020

**Notizie in Rilievo**

**Scienza e Salute**

3. I falsi miti sull'ortodonzia
4. Pressione e sovrappeso aumentano se il sonno è irregolare
5. In amore a ciascuno il suo "tipo": ognuno di noi sceglie partner simili tra loro
6. Calcoli renali, una buona prevenzione con pochi sali e zuccheri

**Prevenzione e Salute**

7. Congestione da sbalzo termico: perché si verifica e che cosa fare
8. Prurito: quali rimedi?

*Proverbio di oggi.....*

**'A verità è figlia d' 'o tièmpo**

## I FALSI MITI SULL'ORTODONZIA

*La salute della nostra bocca passa (anche) dal nostro sorriso.*

L'importanza della pulizia e della cura dentale è essenziale per la nostra salute, eppure non facciamo le visite che dovremmo fare, come se andare dal dentista fosse "meno importante" di andare dal medico.

**Per cominciare, che cos'è l'ortodonzia?**

L'ortodonzia è la branca odontoiatrica che si occupa di correggere le anomalie che interessano l'allineamento dei denti, delle ossa mascellari, i rapporti di occlusione tra le due arcate dentarie, la masticazione. Quando la malposizione o malocclusione è già presente, verrà adottata una terapia ortodontica correttiva, attraverso l'uso di apparecchi di vario tipo: tradizionali con placchette e fili metallici, apparecchi mobili e trasparenti.

**L'ortodonzia serve solo per l'estetica**

**Falso.** L'apparecchio ai denti rende sì il sorriso più armonioso ed esteticamente gradevole, ma la sua azione non termina a livello meramente estetico. Con l'apparecchio, si possono correggere anche difetti di masticazione e di malposizione delle arcate dentarie.

**L'apparecchio non permette di mangiare come prima**

**Anche questo è falso:** chi indossa l'apparecchio può mangiare praticamente tutto. Il consiglio dei dentisti è di tagliare tutto in piccoli pezzi e di evitare soprattutto le caramelle o gli alimenti troppo duri.

**I trattamenti ortodontici durano anni**

La durata del trattamento ovviamente dipende dal tipo di problematica. Alcuni infatti possono risolvere i disallineamenti in 6 mesi, altri invece avranno bisogno di più tempo, a volte uno o due anni.

**L'apparecchio è doloroso**

**Falso.** L'apparecchio ai denti, come tutte le cose, in breve tempo diventerà abitudine. Se all'inizio si può provare un po' di fastidio, dopo poco la bocca si abitua. Inoltre, per evitare eventuali afte causate dagli inserti metallici, esistono alcuni prodotti specifici da applicare su di esse, per essere il più confortevoli possibile. (*Salute, Humanitas*)



**PREVENZIONE E SALUTE****CONGESTIONE DA SBALZO TERMICO:  
PERCHÉ SI VERIFICA E CHE COSA FARE**

*Basta poco, una bibita fredda bevuta con foga perché ci si sente accaldati, un tuffo in acqua per sfuggire al solleone, l'aria condizionata molto alta in un locale... e si incappa in una congestione, malessere molto fastidioso e pericoloso, soprattutto se mal gestito o sottovalutato.*

La congestione digestiva è un disturbo tipico dell'estate e del caldo, che colpisce l'apparato gastrointestinale ed è dovuto a un brusco sbalzo di temperatura. All'origine di tale fenomeno c'è un blocco della digestione. Cerchiamo di capire perché si verifica e che cosa si può fare con l'aiuto della dottoressa Alessandra Piona, responsabile di Medicina Generale di Humanitas San Pio X, a Milano.

**Le cause**

Durante la digestione, il sangue è concentrato nella zona dello stomaco. Il consumo di una bibita ghiacciata quando si è molto accaldati, un colpo d'aria fredda o un bagno in mare subito dopo un pasto fa scattare una reazione di difesa da parte dell'organismo: il cervello, di fronte all'emergenza, cerca di dirottare il sangue verso di sé, allo scopo di mantenere la temperatura basale. Il risultato è uno squilibrio circolatorio, che causa, oltre all'interruzione del processo digestivo, una sorta di choc che può avere conseguenze gravi.

**I sintomi**

I sintomi e segni più comuni sono:

- ✓ *brividi, bruciori di stomaco, capogiri, conati, vomito, crampi addominali, flatulenza, mal di testa, nausea, pallore, pelle d'oca, pesantezza allo stomaco, stato confusionale, sudorazione fredda, sensazione di svenimento.*

**Se accade dopo i pasti**

In caso di sbalzo termico subito dopo un pasto, i sintomi insorgono rapidamente. La persona colpita da congestione digestiva viene colta da improvviso malessere, impallidisce, trema, suda freddo.

Dopo pochi minuti, compaiono dolori addominali, crampi e senso di vomito. Se non subito soccorsa, la persona può svenire. I bambini spesso non riconoscono bene i sintomi.

**Cosa fare?**

Al primo segnale di malessere, occorre distendersi con le gambe sollevate rispetto alla testa e tenere calda la pancia. Se la congestione è avvenuta dopo un bagno, bisogna asciugare e riscaldare la persona. Può essere utile bere qualcosa di tiepido a piccoli sorsi, ma dopo che la temperatura si è ristabilita, non subito.

Dopo circa 2-3 ore ci si riprende, può rimanere però una sensazione di stanchezza con dolori muscolari. Nei casi più severi, se la persona non si riprende, è necessario chiamare soccorso. In conclusione, è prudente non esporsi a un brusco sbalzo termico per almeno 2-3 ore dopo un pasto. (*Salute, Corriere*)



**SCIENZA E SALUTE****PRESSIONE E SOVRAPPESO AUMENTANO  
SE IL SONNO È IRREGOLARE**

*Non solo dormire a sufficienza, ma anche andare a letto e svegliarsi più o meno sempre alla stessa ora è un'abitudine sana, che diminuisce il rischio di sovrappeso e diabete.*

E' quanto dimostra uno studio pubblicato sulla rivista **Diabetes Care**, che ha indagato il rapporto di causa ed effetto che unisce il sonno irregolare e il rischio di disturbi del metabolismo.



Ricerche precedenti hanno dimostrato il legame tra carenza di sonno e rischio più elevato di obesità e diabete, ma poco si sapeva sull'impatto della irregolarità del numero di ore dormite.

I ricercatori hanno seguito 2.003 uomini e donne, di età compresa tra 45 e 84 anni. Quindi i partecipanti sono stati monitorati con l'**Actigrafia**, esame che permette di studiare i cicli del sonno, e sono stati seguiti clinicamente per una media di sei anni. Gli individui che avevano maggiori variazioni, tra una notte e l'altra, dell'ora in cui si coricavano e del numero di ore dormite tendevano a **sviluppare più spesso** :

- ✓ **livelli elevati di colesterolo Hdl,**
- ✓ **pressione, trigliceridi, glicemia a digiuno e circonferenza della vita.**

Queste relazione si verificava «anche a prescindere dalla durata media del sonno e da altri fattori di rischio». Inoltre chi aveva **ritmi sonno-veglia** sballati aveva anche sintomi depressivi più elevati e apporto calorico maggiore. «I risultati suggeriscono che **il mantenimento di un sonno regolare non è secondario, ma ha effetti benefici sul metabolismo glucidico e lipidico**». «Il ritmo circadiano è infatti una sorta di orologio biologico che regola l'attività di numerosi organi, tra cui il pancreas, essenziale per la secrezione di insulina, ormone chiave nello sviluppo del diabete». (*Salute, Il Messaggero*)

**IN AMORE A CIASCUNO IL SUO "TIPO":  
OGNUNO DI NOI SCEGLIE PARTNER SIMILI TRA LORO**

*Scoperte le "leggi dell'amore", ovvero evidenziata l'esistenza di "regole" nella formazione delle coppie: ad esempio tendiamo a scegliere partner che hanno tra loro personalità simili e che per certi aspetti siano anche simili a noi.*



I ricercatori canadesi hanno coinvolto i partecipanti allo studio "**German Family Panel**", partito nel 2008; fino al 2017 hanno raccolto informazioni sui partner dei partecipanti che avevano acconsentito a compilare questionari ad hoc sulla propria personalità. Nel 2017, 332 individui avevano avuto almeno 2 relazioni diverse così i ricercatori hanno confrontato l'esito dei questionari compilati dall'ex partner e dal partner attuale. Ebbene è emerso che i partner di un certo individuo tendono a somigliarsi parecchio tra loro come personalità. «I risultati - mostrano che c'è una certa coerenza nelle personalità dei partner di un individuo, suggerendo che le persone in una certa misura hanno un proprio "**tipo**" per quanto riguarda la personalità da cui sono attratti. I nostri dati mostrano anche che tendiamo a scegliere persone anche simili a noi». «Crediamo che i nostri risultati possano avere importanti implicazioni per comprendere se una relazione destinata a durare. Alcune persone possono interpretarli negativamente, ovvero si può pensare a un "**errore che si ripete**" quando la scelta ricade sempre su partner sbagliati; ma se incontri una persona simile a un tuo ex, questo potrebbe avere anche dei lati positivi. Ad es. puoi sfruttare informazioni che hai imparato nella tua precedente relazione per interfacciarti col tuo nuovo partner».

**PREVENZIONE E SALUTE****PRURITO: QUALI RIMEDI?**

«Il **prurito** è uno dei sintomi più misteriosi della **dermatologia**.

Quando si presenta un paziente con **prurito**, il dermatologo deve essere in grado di scandagliare tutte le opzioni possibili, al fine di individuarne la causa scatenante e cercarne i **rimedi** più adatti», spiega [Marcello Monti](#), responsabile della Dermatologia in Humanitas e docente all'Università degli Studi di Milano.

Diverse possono infatti essere le cause che ne sono alla base:

«Si va dal vissuto del paziente (stress, ansia), a questioni alimentari (allergie o [intolleranze](#)), alla presenza di malattie dermatologiche ([dermatiti](#), eczemi), alla reazione a farmaci intollerati per il trattamento di malattie come ittero, [leucemie](#), [linfomi](#)».

**Quali sono i rimedi per il prurito?**

«Se sospettiamo che all'origine possa esserci una determinata condizione patologica è bene indirizzare il paziente affinché svolga indagini per approfondire la questione e individuare la patologia scatenante il **prurito**.

Se, invece, ci rendiamo conto che all'origine non c'è una patologia specifica, dobbiamo fare il possibile per alleviare il disagio del paziente».

**Prurito, evitare le creme a base di cortisone**

Diversi sono i trattamenti topici a disposizione.

«Tanto per iniziare, è fortemente consigliabile evitare il lavaggio frequente con acqua e saponi di ogni tipo nell'area cutanea soggetta a **prurito**.

Meglio invece utilizzare per lavarsi la soluzione di permanganato di potassio, dalle proprietà astringenti e antipruriginose».

Importante è poi applicare creme lenitive per la cute, a base di ossido di zinco e magnesio silicato: «Queste creme hanno duplice azione:

- *lenitiva perché risultano astringenti e antipruriginose, e anti-frizione perché sono in grado di diminuire l'attrito dovuto all'atto del grattamento, che così diventa meno dannoso».*

Meglio non usare creme a base di [cortisone](#), che può comportare altri problemi (alla pelle e non solo):

«Sono suggeriti invece gli antinfiammatori naturali come *l'ittiolio solfonato*, sostanza che si usa da secoli in dermatologia perché lenitiva e antinfiammatoria o come il catrame minerale che, oltre ad avere una potente azione antinfiammatoria e antipruriginosa, è anche in grado di ridurre al minimo l'ispessimento cui la pelle va incontro quando soggetta a eccessivo grattamento».

Se il prurito è stato causato da eventi come punture di insetto o meduse allora si utilizza il cloruro d'alluminio in gel. **Un consiglio che vale per tutti?**

Esporsi al sole:

«Possiamo dire, in generale – che una buona azione antipruriginosa viene dal sole, che con i suoi raggi ultravioletti svolge una funzione antinfiammatoria che comporta una diminuzione del **prurito**».

(Salute, Humanitas)



**SCIENZA E SALUTE**

## CALCOLI RENALI, UNA BUONA PREVENZIONE CON POCHI SALI E ZUCCHERI

*I calcoli renali sono causa di disturbi molto dolorosi che colpiscono per il 70% gli uomini e di cui non si conoscono del tutto le cause.*

«Si tratta di **aggregati di sali minerali** – spiega il dr Emanuele Micheli, responsabile dell'Unità Operativa di Urologia di **Humanitas Gavazzeni Bergamo** – che

- ✓ in genere vengono eliminati con le urine ma che in alcuni casi si uniscono formando dei cristalli che, legandosi a una sostanza che si chiama matrice proteica, formano i **calcoli**.

Questi sono veri e propri sassolini che, ingrossandosi, si spostano dal rene, imboccano l'uretere e ostruiscono il percorso dell'urina verso la vescica, provocando le cosiddette coliche renali».



### Davvero non si conosce la causa dei calcoli renali?

«Non è sempre facile individuarla.

Nel 20% dei casi la calcolosi renale deriva da una malattia sottostante che può riguardare l'intestino, il metabolismo del calcio o le ghiandole paratiroidi.

Nei restanti 4 casi su 5, però non c'è una vera e propria spiegazione, si pensa che tutto dipenda da una predisposizione ai calcoli del soggetto di cui però non si conosce l'origine».

### Quando ci accorgiamo di avere i calcoli renali?

«I calcoli renali si presentano in genere attraverso la **colica**, che si manifesta attraverso un dolore acuto, spesso di lato, che va aumentando fino a divenire insopportabile.

Ma i calcoli possono anche non dare segni di sé e può essere diagnosticata – con un'**ecografia** o, se questa non è sufficiente, con una **TAC** – una calcolosi, a volte anche voluminosa, anche se il paziente non ha mai avuto problemi».

### È possibile prevenire i calcoli renali?

«È difficile prevenire la prima formazione dei calcoli, più facile è fare in modo che non si riformino altre volte. Dipende soprattutto dal tipo di calcolo.

Nella maggior parte dei casi il nucleo dei calcoli è formato da **calcio e ossalato**.

Ma ne esistono di altre tipologie:

- ✓ di acido urico,
- ✓ di calcio e fosfato,
- ✓ di cistina
- ✓ altri ancora più rari, che sono più difficili da controllare.

Nella formazione dei calcoli si registra una certa familiarità per cui chi ha parenti stretti che hanno sviluppato calcoli deve prestare grande attenzione al proprio stile di vita e alla propria alimentazione,

- ✓ con l'assunzione di molti liquidi

la riduzione dei consumi di sale, zuccheri semplici e grassi saturi». (Salute, Humanitas)

# Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

## LA BACHECA



### ORDINE: ASSEMBLEA ORDINARIA 2020



*Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli*

Napoli 15 Giugno 2020

**A TUTTI GLI ISCRITTI  
ALL'ALBO PROFESSIONALE  
DI NAPOLI E PROVINCIA**

Prot. 1788/20

**OGGETTO: ASSEMBLEA ORDINARIA 2020.-**

E' convocata L'Assemblea Ordinaria degli iscritti all'Albo, a norma dell'art. 23 del Regolamento sulla ricostituzione degli Ordini delle Professioni sanitarie, e ai sensi dell'art. 73, comma 2, del Decreto Legge 17 marzo 2020 n. 18, convertito nella Legge 24 aprile 2020 n. 27 per il giorno 30 Giugno 2020 alle ore 20,00 e, per il **giorno 30 Giugno 2020 alle ore 21,00 in seconda convocazione**, presso la Sede dell'Ordine, Via Toledo n. 156 – Napoli, per procedere alla discussione del seguente

#### ORDINE DEL GIORNO

- 1 - RELAZIONE DEL PRESIDENTE;
- 2 - BILANCIO CONSUNTIVO 2019;
- 3 - BILANCIO PREVENTIVO 2020;
- 4 - VARIE. -

La presente convocazione, oltre ad essere inviata agli iscritti all'Albo per via elettronica mediante il notiziario dell'ordine [FarmaDay](http://FarmaDay), è pubblicata sul sito dell'Ordine all'indirizzo: [www.ordinefarmacistinapoli.it](http://www.ordinefarmacistinapoli.it).

Cordiali saluti.

IL SEGRETARIO  
DR. DAVIDE CARRATURO

IL PRESIDENTE  
Prof. VINCENZO SANTAGADA

#### **DELEGA**

Delego il Dr. \_\_\_\_\_ a rappresentarmi all'Assemblea dell'Ordine, di cui alla circolare prot. 1788/20 del 15.06.2020.

Napoli li \_\_\_\_\_ Firma del Farmacista \_\_\_\_\_

E' possibile farsi rappresentare (a mezzo della presente DELEGA) da altro collega, con l'avvertenza che nessun iscritto può essere investito di più di **DUE DELEGHE** (art. 24 D.P.R. 5/4/50 n. 221).

Delega da inviare, compilata in ogni sua parte, e trasmessa da un indirizzo di posta elettronica Certificata (PEC) all'indirizzo [ordinefarmacistina@pec.fofi.it](mailto:ordinefarmacistina@pec.fofi.it).



IL PRESIDENTE

(Prof. Vincenzo Santagada)

#### **COME PARTECIPARE**

In osservanza alle disposizioni delle vigenti norme Statali e Regionali per il contenimento dell'emergenza COVID-19, vista la circolare della FOFI Prot. n. 202000005771/AG del 17/06/2020, l'assemblea sarà tenuta nel rispetto del protocollo anti contagio e delle misure di distanziamento sociale.

Al fine di ridurre al minimo i rischi connessi alla situazione sanitaria in corso, per la partecipazione all'assemblea sarà necessario prenotarsi a mezzo mail da inviare alla segreteria dell'Ordine (all'indirizzo [info@ordinefarmacistinapoli.it](mailto:info@ordinefarmacistinapoli.it)) che a sua volta comunicherà la conferma di partecipazione.

Sarà inoltre **obbligatorio indossare i Dispositivi di Protezione Individuale.**

Per chi non potrà partecipare per esaurimento dei posti possibili - senza recesso di ciascuno dei diritti di partecipazione degli iscritti - sarà possibile seguire i lavori dell'assemblea per via Telematica, i cui dati di accesso al portale saranno comunicati alcuni giorni prima della data dell'assemblea.



## **Convocazione Assemblea degli Iscritti in Modalità VIDEOCONFERENZA**

### **Modalità di PARTECIPAZIONE**

In riferimento alla nota *prot. n. 1788/20 del 15 Giugno 2020* di convocazione dell'**Assemblea Ordinaria degli Iscritti 2020** si chiarisce che coloro i quali non potranno partecipare dalla sede dell'Ordine per **esaurimento dei posti possibili**, dovranno cortesemente inviare via e-mail alla nostra segreteria ([info@ordinefarmacistinapoli.it](mailto:info@ordinefarmacistinapoli.it)), **entro il 28 giugno**, una conferma di partecipazione indicando il Nome e Cognome e la mail con la quale si intende partecipare, mail che verrà utilizzata per l'invito formale alla videoconferenza attraverso la piattaforma individuata.

*Si comunica, inoltre, che a partire dal 26 giugno 2020, il conto consuntivo 2019 sarà disponibile sul sito dell'Ordine – sezione bacheca ed Amministrazione Trasparente.*

Cordiali Saluti

Napoli, 24 Giugno 2020

Firma

## **ORDINE:** Manovre di RIANIMAZIONE in caso di Morte Improvvisa post-COVID-19: uso del DEFIBRILLATORE

### L'iniziativa

## Manovre di rianimazione, così il virus cambia le regole

Il Covid cambia le regole della sopravvivenza. Da oggi le manovre di rianimazione non sono più le stesse. I farmacisti Napoletani a luglio inaugurano un ciclo di webinar di aggiornamento al primo soccorso cardio-rianimatorio (BLS-D) - Covid-19. Questa iniziativa, fortemente voluta dall'Ordine dei Farmacisti della provincia di Napoli e da Federfarma provinciale, ha come obiettivo rafforzare la farmacia come centro di prossimità a tutela dei territori dell'area metropolitana. «Saranno riviste le tecniche di soccorso per il paziente in arresto cardiaco secondo le indicazioni del ministero della



Salute per il contenimento del contagio da Coronavirus, in questo senso sarà necessario formare i soccorritori - sottolinea il presidente dell'Ordine dei Farmacisti Vincenzo Santagada (nella foto) - il tutto sotto la guida del coordinatore scientifico Maurizio Santomauro». Previsto un addestramento individuale a distanza sulle

postazioni da remoto mediante un kit di simulazione completo di manichino e simulatore defibrillatore che ogni partecipante avrà a disposizione in forma gratuita. L'iniziativa del corso a distanza è stata proposta dalla società americana AHA. Gli aspetti di responsabilità medico legale saranno affrontati dalla dottoressa Carla Riganti. In questo periodo di pandemia viene evitata la ventilazione e rimangono confermate le compressioni del torace senza interruzioni e l'uso del defibrillatore semiautomatico, mentre nei casi di ostruzione delle vie aeree è confermata la manovra di Heimlick.

*L'ordine in condivisione con federfarma Napoli ha programmato nel mese di luglio il primo Webinar sulle manovre di rianimazione in caso di morte improvvisa nel rispetto delle linee guida post-Covid-19.*


Webinar dell'Ordine dei Farmacisti e di Federfarma Napoli


Mini Anne Kit

### Sai salvare una vita?

Impara in meno di 30 minuti le procedure di rianimazione per salvare una vita

approvato alle linee guida ILC 2019



## Manovre di Rianimazione in caso di morte improvvisa post -COVID-19

### Cosa Cambia?



Prof. Maurizio SANTOMAURO, Policlinico Federico II