



## AVVISO

### Ordine

1. Ordine: Rinnovo organi Istituzionali
2. Ordine: Campagna Vaccinazione antinfluenzale 2020;
3. Campagna Smaltimento Mascherine nelle scuole

### Notizie in Rilievo

#### Scienza e Salute

4. Bicarbonato e digestione: qual è la giusta quantità e quando evitarlo
5. I cani fiutano la Covid?



### Prevenzione e Salute

6. Cosa sono i fattori di rischio?
7. Il diabete è ereditario?
8. USA, uomo di 54 anni muore per aver mangiato troppa Liquirizia

## Proverbio di oggi.....

**Chi nun sta 'a sentì a mamma e pate va a murì addò nun sape**

## BICARBONATO E DIGESTIONE: qual è la giusta quantità e quando evitarlo

*Cattiva digestione, bruciore di stomaco e acidità. Il **bicarbonato di sodio** può avere mille usi, alimentari e non, ma quello più noto è senz'altro collegato alle sue proprietà digestive.*

Si tratta di un **sale sodico dell'acido carbonico** che, quando viene sciolto nell'acqua, dà origine a una soluzione leggermente basica che può essere utilizzata per contrastare diversi **disturbi gastrici**.

### Un alleato della digestione da usare con moderazione

Assumere uno o due cucchiaini di bicarbonato a distanza di un paio d'ore da un pasto eccessivamente abbondante che risulta difficile da digerire, può aiutare a **neutralizzare l'acidità di stomaco e a produrre anidride carbonica** che favorisce il normale processo fisiologico dell'**assorbimento degli alimenti**. D'altra parte, questo sale è in grado di contrastare l'assorbimento di farmaci acidi e di rallentare l'eliminazione renale di alcune terapie e per questo è importante consultare il proprio medico se e quando si decide di usarlo come rimedio, specialmente quando è in corso una cura.

Il **bicarbonato**, è bene ricordarlo, non ha alcun potere terapeutico: ha effetto solo sulla **sintomatologia** e può dare effetti collaterali come *flatulenze, crampi allo stomaco, ritenzione idrica e alcalosi metabolica*.

### Quando è meglio evitarlo

Nonostante sia il principio attivo di diversi farmaci destinati al personale medico per trattare *acidosi metabolica, shock, intossicazione da barbiturici, salicilati e metanolo e sindromi emolitiche, raddomiotiche e iperuricemie*, il bicarbonato **non è sempre consigliato**. Soprattutto se si sta seguendo una dieta iposodica, bisognerebbe evitare di assumerlo perché potrebbe causare complicanze anche gravi come l'insufficienza cardiaca, l'ipertensione e le disfunzioni renali. Via libera invece per le donne in gravidanza, per le quali non ci sono effetti collaterali o pericoli riscontrati dagli studi eseguiti su questa sostanza. (*Salute, Humanitas*)

**PREVENZIONE E SALUTE****COSA SONO I FATTORI DI RISCHIO?**

*I fattori di rischio sono situazioni o condizioni che sono statisticamente associate alla comparsa di una malattia e che influenzano, direttamente o indirettamente, lo sviluppo e il decorso della malattia stessa.*

Vediamo quali sono i principali fattori e come si differenziano tra loro.

**Fattori di rischio modificabili e non modificabili**

Non è detto che l'assenza di un certo fattore di rischio impedisca lo sviluppo della malattia e nemmeno che la sua presenza ne determini per forza la comparsa: è provato, però, che la presenza di un fattore di rischio in un determinato soggetto rende statisticamente più probabile la comparsa della patologia associata.



**I fattori di rischio si possono classificare in modificabili e non modificabili.**

I fattori di rischio modificabili sono quelli sui quali influiscono le proprie scelte e la propria sensibilità; i fattori di rischio non modificabili dipendono da condizioni non determinate dalle nostre scelte.

Conoscere i fattori di rischio personali e quelli specifici del proprio contesto lavorativo, sociale e familiare è il primo passo per prevenire le malattie correlate e per migliorare o mantenere la propria salute. Infatti la prevenzione verrà soprattutto focalizzata e personalizzata in base ai fattori di rischio dell'individuo, con lo scopo di rendere meno probabile il verificarsi della malattia.

La diagnosi precoce di una malattia permetterà un trattamento tempestivo consentendo alla terapia la massima efficacia.

**QUALI SONO I FATTORI DI RISCHIO MODIFICABILI?**

**Le scelte che compiamo ogni giorno hanno un'influenza determinante sulla nostra salute.**

Con il nostro stile di vita, infatti, forse non possiamo prevenire completamente l'insorgenza di ogni malattia, ma di certo possiamo ridurre il rischio in maniera più che significativa.

Tuttavia possiamo influenzare significativamente le probabilità di incorrere in alcune malattie, intervenendo sulle variabili modificabili.

Patologie pericolose che riguardano l'apparato cardiovascolare, come *infarti o ictus*, possono sì dipendere da fattori non modificabili, ma non solo: **possiamo fare molto per ridurre il rischio di ammarci**. Ad es:

- ❖ *riportare il peso corporeo a livelli accettabili; smettere di fumare, o evitare di iniziare;*
- ❖ *impostare un programma di attività fisica aerobica moderata, da svolgere per almeno quaranta minuti consecutivi, più giorni possibili alla settimana;*
- ❖ *ridurre il consumo di cibi ricchi di sale; ridimensionare le porzioni di cibo e la loro qualità;*
- ❖ *misurare almeno un paio di volte l'anno pressione, glicemia, livelli di colesterolo e intervenire secondo i consigli dei medici su questi parametri, se sono alterati;*
- ❖ *riconoscere lo stress e imparare a governarlo e a non subirlo, se proprio non possiamo eliminarlo.*

**QUALI SONO I FATTORI DI RISCHIO NON MODIFICABILI?**

Fattori di rischio non modificabili sono quelli sui quali non è possibile influire direttamente, attraverso le proprie azioni e il proprio comportamento. Per le malattie cardiovascolari, ma anche per i tumori, i principali fattori di rischio non modificabili sono:

- ✓ **l'invecchiamento; l'usura del tempo;** la **predisposizione legata al genere**, maschile o femminile;
- ✓ la **genetica** e l'**ereditarietà**; i **fattori ambientali** sui quali non possiamo personalmente intervenire;
- ✓ il **diabete**, (moltiplica la probabilità di *infarto, ictus cerebrale, aterosclerosi e trombosi*).

Inoltre, in campo oncologico esistono alcune malattie che possono predisporre allo sviluppo futuro di un tumore, se non riconosciute e curate per tempo. Ad es., la **cirrosi epatica** aumenta la probabilità di tumore del fegato, o la malattia di Crohn può predisporre, se non curata, al tumore. (*Salute, Humanitas*)

**PREVENZIONE E SALUTE****IL DIABETE È EREDITARIO?**

*Chi soffre di diabete potrebbe temere di trasmettere la malattia ai propri figli, così come coloro che hanno genitori diabetici potrebbero essere spaventati all'idea che, un giorno, la malattia possa colpire anche loro.*

Ma funziona veramente così? Il diabete è una malattia ereditaria?

Ne abbiamo parlato con il dottor [Marco Mirani](#), diabetologo di **Humanitas**.

**La storia familiare influisce sul rischio e sulla predisposizione, non sull'ereditarietà**

Il diabete mellito è una malattia cronica caratterizzata da un eccesso di zuccheri (glucosio) nel sangue, nota come iperglicemia.

**Esistono vari tipi di diabete:**

❖ *i principali sono il diabete di **tipo 1** e il diabete di **tipo 2**.*

Il primo compare di solito prima dei 30 anni, in particolare nell'infanzia:

è causato da un anomalo comportamento del sistema immunitario, che distrugge le cellule del pancreas che producono insulina.

Esistono evidenze che questa distruzione potrebbe essere avviata da un'infezione virale.

Il **diabete di tipo 2** invece compare quasi sempre in età adulta e, in un caso su tre, in persone ipertese e in sovrappeso.

Sebbene negli ultimi anni la fisiopatologia abbia messo in luce meccanismi causali complessi, classicamente il diabete di tipo 2 si ritiene causato da 2 meccanismi:

❖ *il primo è l'insulino-resistenza, ossia una difettosa azione dell'insulina, per cui le cellule non riescono ad utilizzare correttamente il glucosio;*

❖ *il secondo è il difetto della secrezione pancreatica di insulina.*

È importante fare chiarezza:

**non si eredita il diabete, ma la predisposizione ad ammalarsi.**

**L'eredità dei propri genitori non è sufficiente, da sola, a far comparire un diabete di tipo 2.**

Occorre che siano presenti contemporaneamente altre circostanze perché la predisposizione ereditaria emerga e favorisca lo sviluppo della malattia.

I **fattori di rischio** classici che contribuiscono allo sviluppo del diabete sono:

✓ *diete troppo ricche di zuccheri semplici, l'obesità, la sedentarietà, l'ipertensione, l'eccesso di grassi nel sangue, l'avanzare dell'età.*

Pertanto si raccomanda di **eseguire uno screening regolare, a partire dai 40 anni di età**, mediante un semplice esame del sangue che determini la glicemia plasmatica in coloro che hanno familiarità di primo grado per diabete tipo 2 o che presentino almeno uno di questi fattori di rischio.

*(Salute, Humanitas)*



**SCIENZA E SALUTE****I CANI FIUTANO LA COVID?**

*Alcuni cani addestrati all'aeroporto di Helsinki sembrano riconoscere i casi di Covid (anche asintomatici!) con una certa accuratezza. Come fanno?*

I passeggeri dell'aeroporto di Helsinki (Finlandia) che vogliono sottoporsi ai controlli anti-covid hanno in questi giorni la possibilità di scegliere un test più piacevole del classico tampone, che vede protagonisti quattro cani e il loro fiuto sopraffino.

I quadrupedi fanno parte di un programma pilota dell'Università di Helsinki per capire se i cani possano percepire all'olfatto un'infezione da coronavirus SARS-CoV-2 in corso, ed essere impiegati nelle attività di screening. Finora i risultati sono incoraggianti:

- ✓ *secondo gli scienziati a capo della ricerca i cani potrebbero costituire un valido aiuto per test rapidi, efficaci e accurati.*



**QUESTIONE DI NASO.** Il test dura circa un minuto. Ai viaggiatori, viene chiesto di asciugarsi il sudore del collo con un'apposita salvietta, che viene poi riposta in una scatola e collocata dietro a una parete scura, insieme ad altre sostanze odorose usate come controllo.

Qui inizia il lavoro dei cani: se il campione appartiene a un passeggero affetto da covid, Fido se ne accorge in una decina di secondi e si mette a guaire o a toccare con le zampe la parete.

Se il "test" è negativo, l'animale non mostra alcuna reazione.

Nelle loro prime prove "sul campo", i cani hanno fiutato i casi positivi con un'accuratezza del 100%, anche quando asintomatici: sembrano infatti riconoscere la malattia in una fase ancora più precoce rispetto ai tamponi analizzati con la tecnica della PCR, e ci riescono a partire da un campione più piccolo (bastano 10-100 molecole contro le 18 milioni necessarie di solito).

**COME FANNO?** L'olfatto canino che negli aeroporti viene già usato per sniffare la presenza di esplosivi, droghe e materiali di contrabbando viene anche impiegato con successo per individuare i casi di diabete, malaria e alcuni tipi di cancro.

Durante la pandemia, agli scienziati che lavorano in questo campo è quindi venuto spontaneo provare ad addestrare i quadrupedi a riconoscere l'infezione da CoViD-19, abituando gli animali a fiutare sudore e urina dei pazienti contagiati e a ricevere un premio ad ogni individuazione corretta.

Lo scorso luglio, un gruppo dell'Università di Medicina Veterinaria di Hannover (Germania) aveva scoperto che dopo un training di una settimana, i cani distinguono i campioni di saliva infettata da SARS-CoV-2 con un'accuratezza del 94%.

**LA COVID HA UN ODORE SPECIFICO?**

È chiaro insomma che i cani fiutano qualcosa. *Che cosa*, esattamente, non si è ancora compreso. Diversi gruppi di scienziati stanno cercando di capire se le persone affette da Covid emettano un odore riconoscibile (come accade [a chi soffre di altre malattie, come il Parkinson](#)).

Uno studio francese pubblicato a giugno aveva concluso che la fragranza corporea di chi è affetto da CoViD-19 cambia in un modo che i cani potrebbero percepire.

Entro fine novembre, i cani in forze nello scalo di Helsinki potrebbero diventare una decina, ma esperimenti simili sono in corso anche in Francia, Germania, Stati Uniti, Gran Bretagna e a Dubai.

Dato il numero comunque limitato di cani e addestratori, non possiamo pensare che questo divenga il metodo di screening principale, ma potrebbe semplificare le cose in futuro nei contesti affollati - se mai ritorneremo a muoverci nelle folle. (*Salute, Focus*)

**SCIENZA E SALUTE**

## USA, uomo di 54 anni MUORE per aver Mangiato Troppa LIQUIRIZIA

*Nelle ultime settimane consumava un pacchetto e mezzo di caramelle al giorno: il deficit di potassio e gravi aritmie sono state fatali. Ecco perché non bisogna esagerare*

Un uomo di 54 anni è morto negli Stati Uniti per aver mangiato troppa liquirizia.

Ogni giorno mangiava un sacchetto e mezzo di liquirizia nera e questa abitudine gli è stata fatale.

Secondo i ricercatori l'uomo è stato ucciso da un «eccesso di **acido glicirrizico** contenuto nella radice della liquirizia».

### L'acido glicirrizico e le conseguenze quando si esagera

l'acido glicirrizico può causare «*ipertensione, ipopotassiemia, alcalosi metabolica, aritmie fatali e insufficienza renale*». Tutti questi sintomi presenti nel paziente e sommati tra loro hanno causato la sua morte

### Il caso clinico

L'uomo, in operaio edile, si è sentito male in un fast food dove ha iniziato a tremare per poi perdere conoscenza.

Nonostante il ricovero immediato e una terapia mirata per alzare i livelli di potassio non ce l'ha fatta ed è morto 32 ore dopo il ricovero.

Quando i medici hanno ascoltato i suoi familiari hanno scoperto che l'uomo aveva una dieta piuttosto povera e consumava ogni giorno uno o due pacchetti di caramelle morbide e poco altro.

Nelle ultime settimane l'uomo era passato dal mangiare caramelle alla frutta a caramelle alla liquirizia nera.

### Perché consumare troppa liquirizia fa male (di più agli ipertesi)

Consumare troppa radice di liquirizia o caramelle aromatizzate alla radice di liquirizia può essere pericoloso perché la **glicirrizina abbassa i livelli di potassio del corpo**.

Questo, a sua volta, può portare ad ipertensione e alterare il ritmo cardiaco.

La morte per troppa liquirizia è decisamente un caso estremo ma è necessario fare attenzione.

Un consumo moderato di liquirizia è considerato sicuro, tuttavia assumere grandi quantità per oltre quattro settimane può essere pericoloso per la salute e portare a effetti collaterali come

- ❖ *pressione alta, riduzione dei livelli di potassio, mal di testa, debolezza, ritenzione di sodio e in casi rari danni cerebrali.*

Chi soffre di pressione bassa può trarre giovamento dalla liquirizia poiché aumenta la pressione del sangue: l'ideale dunque soprattutto d'estate con il grande caldo.

Non è indicata per le persone che soffrono di ipertensione.

(Salute, Corriere)



# Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

## LA BACHECA



### CONVOCAZIONE ASSEMBLEA PER RINNOVO CONSIGLIO DIRETTIVO E COLLEGIO REVISORI DEI CONTI



Le votazioni si svolgeranno presso la sede dell'Ordine, Via Toledo 156-Napoli:

Le **disposizioni**, le **procedure** e le **modalità** per lo svolgimento delle elezioni di rinnovo degli organi istituzionali dell'Ordine sono consultabili sul **sito dell'Ordine** nella sezione Amministrazione Trasparente/Disposizioni Generali.

<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/news/2793-speciale-elezioni>

**SI RAMMENTA AGLI ISCRITTI CHE È CONVOCATA L'ASSEMBLEA ELETTORALE PER IL RINNOVO DEL CONSIGLIO DIRETTIVO E DEL COLLEGIO DEI REVISORI DEI CONTI DELL'ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI PER IL QUADRIENNIO 2021 – 2024.**

LE VOTAZIONI SI SVOLGERANNO:

- ❖ **Sabato 3 Ottobre dalle ore 8.00 alle ore 18.00**
- ❖ **Domenica 4 Ottobre 2020 dalle ore 8.00 alle ore 18.00**
- ❖ **Lunedì 5 Ottobre 2020 dalle ore 8.00 alle ore 18.00**

ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI

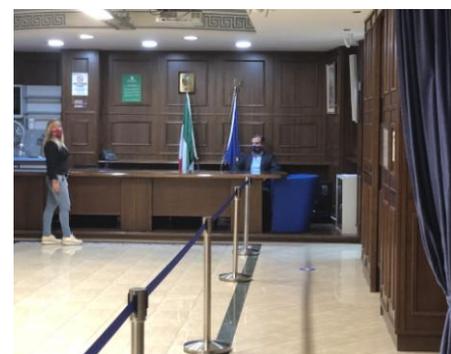
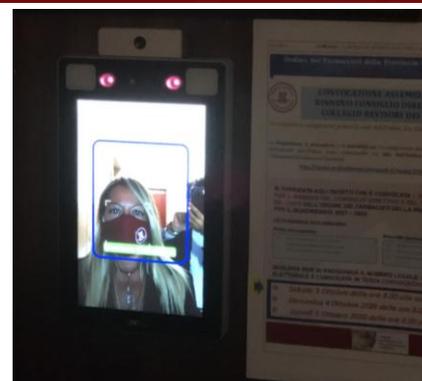
QUESTO UFFICIO UTILIZZA **BEYOND GUARDIAN AIR** CHE PURIFICA E SANIFICA L'ARIA E LE SUPERFICI H24 CON TECNOLOGIA **ACTIVEPURE**

Sanificatore di ambienti interni  
Dispositivo medico di classe I  
Reg. n. BD/RDM: 1614154  
Concessionaria autorizzata Vitha Group SpA  
Info e assistenza: Domenico 327/3248420

**ActivePure®** va oltre i tradizionali sistemi di purificazione dell'aria, combinando tecnologie all'avanguardia come la generazione di ioni, il filtro sigillato superiore agli standard Hepa e l'ossidazione fotocatalitica

Distrugge rapidamente **VIRUS, BATTERI, COV, MUFFE, ALLERGENI, SOSTANZE CHIMICHE**

La tecnologia **ActivePure** è la sola ad essere stata premiata con la certificazione **CERTIFIED SPACE TECHNOLOGY** dalla **SPACE FONDATION. BEYOND GUARDIAN AIR** migliora costantemente ed efficacemente la qualità dell'aria ed è sicuro al 100% per umani e animali



## MODALITÀ DEL VOTO

Le elezioni si terranno nella sede sociale dell'Ordine di Napoli di via Toledo 156 nel **rispetto rigoroso delle norme imposte dai decreti emergenziali per il contenimento della diffusione del virus Sars CoV-2.**

Gli ingressi al seggio, dove sono state allestite 10 cabine opportunamente distanziate per le operazioni di voto, sono regolati da un apposito addetto, di un **TERMOSCANNER** per la rilevazione della temperatura corporea dei votanti con un **sistema di allarme per temperature superiori ai 37.5°C e/o mancanza della mascherina**, – che consente l'ingresso a un numero di votanti tale da impedire ogni possibile assembramento all'interno del seggio elettorale, dove in ogni caso tutti i percorsi sono obbligati e chiaramente indicati dalla segnaletica orizzontale appositamente predisposta sui pavimenti della sede sociale, che indica con precisione anche i punti di attesa debitamente distanziati.

Per eleggere il Consiglio direttivo che avrà la responsabilità di guidare l'Ordine nel prossimo quadriennio, gli iscritti aventi diritto al voto debbono esprimere la propria preferenza sulla **scheda bianca** consegnata all'interno del seggio.

Grazie alle **misure di semplificazione introdotte dalla Legge Lorenzin del 2018**, a partire da questa tornata elettorale è possibile votare indicando soltanto il nome delle liste candidatesi alle elezioni professionali nei termini previsti dalle nuove norme.

In quest'occasione c'è soltanto una lista candidata, denominata

### ***Insieme per la Professione***

basterà scriverne il nome sulla scheda bianca perchè il voto venga automaticamente assegnato a tutti i componenti (15) della lista stessa.

Ma c'è ovviamente la **piena libertà di indicare anche soltanto una o più preferenze** riportando sulla **scheda bianca** i cognomi di coloro che sono ufficialmente candidati.

Lo stesso meccanismo informa il voto per il **Collegio dei revisori (scheda gialla)**, che sarà composto da due componenti effettivi e uno supplente.

Anche per eleggere il collegio, si può votare l'intera lista candidata riportando sulla scheda gialla la sola denominazione della lista oppure si può esprimere una o più preferenze (*per un massimo di due per i revisori effettivi e uno per il revisore supplente*) riportandone i nomi dei candidati, anche se inseriti in una lista.

### GIORNATE ELETTORALI 3 - 4 - 5 OTTOBRE 2020



ORDINE DEI FARMACISTI  
DELLA PROVINCIA DI NAPOLI



REALIZZIAMO INSIEME IL FUTURO  
DELLA NOSTRA PROFESSIONE

Elezione di 15 Componenti  
il Consiglio Direttivo dell'Ordine dei Farmacisti  
di Napoli per il Quadriennio 2021/2024

Si può votare l'intera lista limitandosi a scrivere  
**"INSIEME PER LA PROFESSIONE"**  
oppure indicare i nominativi dei suoi componenti

Consiglieri

- 1 **SANTAGADA** Vincenzo
- 2 **ASCIONE** Giovanni
- 3 **BALESTRIERI** Bianca Rosa
- 4 **CARRATURO** Davide
- 5 **COLESANTI** Silvio
- 6 **DI MAGGIO** Anna Maria
- 7 **FUSCO** Mariano
- 8 **MAGGIORE** Tommaso
- 9 **MAGLI** Elisa
- 10 **MARZANO** Raffaele
- 11 **NAVA** Eduardo
- 12 **PETRONI** Riccardo
- 13 **PISANO** Giovanni
- 14 **STABILE** Maria Luisa
- 15 **TRAMA** Ugo

Elezione di 2 Componenti Effettivi e  
1 Componente Supplente del Consiglio dei  
Revisori dei Conti dell'Ordine dei Farmacisti  
di Napoli per il Quadriennio 2021/2024

Si può votare l'intera lista limitandosi a scrivere  
**"INSIEME PER LA PROFESSIONE"**  
oppure indicare i nominativi dei suoi componenti

Revisori Effettivi

- 1 **CANTONE** Raffaele
- 2 **IENGO** Bianca

Revisore Supplente

- 1 **AMENTE** Cosimo Antonio

SI VOTA NELLE SEGUENTI GIORNATE:  
3 ottobre 2020 dalle ore 8:00 alle ore 18:00  
4 ottobre 2020 dalle ore 8:00 alle ore 18:00  
5 ottobre 2020 dalle ore 8:00 alle ore 18:00

# Legambiente, Ordine, Federfarma: al via il progetto "A SCUOLA SICURI E SOSTENIBILI"



## Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli



**AL VIA IL PROGETTO "A SCUOLA SICURI E SOSTENIBILI" COME SMALTIRE CORRETTAMENTE MASCHERINE E GUANTI, FORMAZIONE E LABORATORI NELLE SCUOLE DI NAPOLI E PROVINCIA**

In continuità con la campagna di sensibilizzazione sul corretto conferimento delle mascherine svolta... Altro...

