



farmaDAY



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

Anno X – Numero 2097

Venerdì 03 Settembre 2021 – S. Gregorio, Marino

AVVISO

Ordine

1. Fondo assistenziale covid-19 per i farmacisti
2. Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti di Napoli

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Che cosa succede al nostro corpo in estate?
4. Le disfunzioni della tiroide: ipertiroidismo e ipotiroidismo
5. L'acne giovanile è causata dagli ormoni?



Prevenzione e Salute

6. Cistite in estate: come evitarla.

GUACCI.
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

Chi vo' mettere pede a ogni preta, nun arriva a la casa

Che cosa succede al nostro corpo (solo) in Estate?



L'estate è la stagione più attesa per rimettersi in forma ed essere più sereni. Eppure il nostro organismo è sottoposto a una serie di stress.

Estate - soprattutto per chi va in vacanza - è sempre sinonimo di relax, divertimento e buonumore. Tuttavia l'esposizione solare e le alte temperature, possono innescare dei cambiamenti nel nostro organismo inaspettati e anche poco graditi. **Chi l'avrebbe detto?**

Ecco 4 esempi che spiegano come la bella stagione influenzi il corpo e lo metta (un po') a dura prova.

I PELI CRESCONO DI PIÙ. Nella stagione estiva, proprio quando andiamo in giro con indumenti che scoprono la pelle, la velocità di crescita dei peli aumenta di circa il 10%. Ciò è dovuto al fatto che più ore di luce inducono ipotalamo e ipofisi a lavorare di più, facendo crescere i peli più in fretta.

Il fenomeno interessa anche unghie e capelli, ma non è il caso di esultare: la crescita dei capelli è infatti "compensata" dalla loro maggiore caduta in risposta a diversi fattori, quali secchezza, calore ed esposizione al sole.

DORMIRE È PIÙ DIFFICILE. In estate, tendenzialmente si dorme di meno, e non solo a causa di una vita mondana più intensa. Il maggiore imputato dell'insonnia estiva è infatti la **carenza di melatonina**, un ormone che regola il ritmo circadiano (il ciclo di 24 ore suddiviso in veglia e sonno): poiché viene sintetizzata in assenza di luce, con l'allungarsi delle giornate la produzione di melatonina diminuisce.

RALLENTA IL METABOLISMO. Mediamente le persone perdono qualche chilo in estate e ciò potrebbe farci pensare che il metabolismo diventi più veloce. Ma non è così: una ricerca mostra che il metabolismo di una persona accelera quando fuori fa freddo e rallenta in estate. Per fortuna, con l'arrivo della bella stagione siamo portati a una maggiore attività fisica. (*Salute, Focus*)

SCIENZA E SALUTE

Le **DISFUNZIONI** della **TIROIDE**: **IPERTIROIDISMO** e **IPOTIROIDISMO**

La tiroide è una ghiandola endocrina posta nella parte inferiore del collo, anteriormente, tra laringe e trachea, fondamentale per garantire e mantenere la buona salute del nostro organismo.

Su stimolazione dell'ipofisi, la tiroide secerne gli **ormoni tiroidei**, che contribuiscono alla regolazione dei processi metabolici e al corretto sviluppo dell'organismo.

In caso ci siano **malfunzionamenti della tiroide**, quindi, possono comparire problematiche che influiscono fortemente sulla qualità della vita del paziente che ne soffre.

Ne parliamo con il professor [Andrea Lania](#), Responsabile di Endocrinologia, Diabetologia e Andrologia Medica in Humanitas.



Ipertiroidismo e Ipotiroidismo

Le disfunzioni della tiroide possono essere principalmente di due tipi, e riguardano l'aumento o la diminuzione della secrezione e produzione degli ormoni tiroidei.

Parliamo di **ipertiroidismo** e **ipotiroidismo**.

L'**ipertiroidismo** è una patologia che implica un'eccessiva secrezione di ormoni tiroidei, con conseguente **accelerazione dei processi metabolici** che questi regolano. I sintomi dell'ipertiroidismo sono generalmente:

- *stanchezza*
- *dimagrimento*
- *sensazione di irrequietezza e irritabilità*
- *tremori e intolleranza al caldo.*

L'**ipotiroidismo**, invece, è caratterizzato da una diminuzione della produzione degli ormoni tiroidei. I sintomi dell'ipotiroidismo comprendono:

- *stanchezza*
- *rallentamento psicomotorio*
- *difficoltà di concentrazione*
- *peggioramento del tono dell'umore*
- *intolleranza al freddo.*

In caso di **malfunzionamento della tiroide** è importante intervenire in modo tempestivo, in modo da riportare i processi metabolici al loro equilibrio, rivolgendosi allo specialista endocrinologo.

Oggi sono disponibili cure in grado di garantire al paziente la scomparsa dei sintomi e il ritorno alla normalità.

Ecco perché è necessario che il paziente sotto trattamento medico per ipertiroidismo o per ipotiroidismo si sottoponga a regolari controlli specialistici dall'endocrinologo, che potrà di volta in volta personalizzare la terapia a seconda delle esigenze di ogni singolo paziente e del suo stato clinico.

Ipertiroidismo: le cure possibili

L'**ipertiroidismo** si associa ad alcune patologie autoimmuni, a forme infiammatorie, nonché ai **noduli tiroidei**.

È particolarmente comune nel sesso femminile.

La cura si diversifica sulla base dell'età del paziente, delle cause che hanno provocato il disturbo e della severità delle sue manifestazioni.

I trattamenti per l'ipertiroidismo sono diversificati in **base all'età, al sesso**, alle cause che hanno provocato il disturbo nel paziente, e alla severità delle sue manifestazioni, e vanno

- dalla **terapia farmacologica**,
- alla **terapia radiometabolica** (terapia con radioiodio),
- all'**intervento chirurgico di tiroidectomia** in presenza di un gozzo (*uni o multinodulare*) di dimensioni tali da dare disturbi compressivi.

I pazienti che soffrono di ipertiroidismo devono prestare anche attenzione alla loro alimentazione, limitando i **cibi che contengono iodio** (come sale, alghe, pesce e crostacei), ma anche i farmaci, integratori e cosmetici in cui potrebbe essere presente in percentuali più o meno alte.

È inoltre molto importante controllare periodicamente il livello di calcio e vitamina D e, in caso di carenza, correggerlo:

- tra le conseguenze a lungo termine dell'ipertiroidismo, c'è l'osteopenia, che può peggiorare ed evolvere in **osteoporosi**.

Ipotiroidismo: la terapia farmacologica

L'**ipotiroidismo**, per via del basso livello di ormoni tiroidei, determina il rallentamento di molti processi metabolici, dallo sviluppo del sistema nervoso nel neonato, al funzionamento dell'apparato cardiovascolare, del metabolismo basale e di quello lipidico.

Se non trattato adeguatamente, l'ipotiroidismo può peggiorare notevolmente la qualità di vita del paziente.

L'ipotiroidismo è un disturbo che può essere congenito, ma può anche svilupparsi in età adulta in associazione ad altre patologie, come la **tiroidite autoimmune**, a terapie specifiche o alla rimozione della tiroide.

La terapia per l'ipotiroidismo è di **tipo farmacologico** e sostitutivo e prevede l'**assunzione di levotiroxina**, il principale ormone tiroideo.

Il **dosaggio del farmaco** dipende principalmente dalla condizione clinica del paziente e può cambiare nel tempo, ma dal momento dell'inizio della terapia, la sua assunzione andrà avanti per il resto della vita del paziente.

La terapia riequilibra l'attività della tiroide, con un conseguente miglioramento della qualità di vita e del tono dell'umore del paziente.

Anche se non si può prevenire, ma un'alimentazione equilibrata, con un apporto adeguato di iodio, aiuta il corretto funzionamento della tiroide.

(Salute, Humanitas)



PREVENZIONE E SALUTE

CISTITE IN ESTATE: COME EVITARLA

Mantenere una buona idratazione è fondamentale in ogni stagione, ma in particolare in estate, poiché essa è indispensabile per compensare la perdita di liquidi che avviene con la sudorazione.

Ma non solo: «bere acqua a sufficienza è anche il metodo migliore per **prevenire la cistite**» – .

Questa infiammazione acuta, subacuta o cronica colpisce la vescica, in particolare delle donne, e può risultare molto dolorosa e fastidiosa. In genere è **causata da infezioni dovute ai batteri** presenti nell'ultimo tratto dell'intestino, soprattutto l'**Escherichia Coli**. In casi più rari, l'infezione può essere **di tipo virale o fungino**.



«Quando non è associata a un'infezione batterica, si parla di cistite "interstiziale" che potrebbe essere scatenata dall'insieme di vari fattori, come l'assunzione di farmaci, trattamenti con radiazioni, il contatto con sostanze chimiche o molecole irritanti contenuti in prodotti per l'igiene intima e gel spermicidi».

Quali sono i sintomi della cistite?: I sintomi principali con cui si manifesta la cistite sono lo **stimolo a urinare frequentemente**, il **dolore durante la minzione** e l'emissione di **piccole quantità di urina**.

In alcuni casi possono esservi anche altri sintomi, più severi, come:

- **perdite di sangue nelle urine; dolore o sensazione di pressione nell'area pelvica**
- **urine opache e con odore intenso; febbre leggera**

«In presenza di questi sintomi è necessario rivolgersi subito allo specialista, per evitare che l'infiammazione si estenda ai reni».

Quali esami per la diagnosi?: Lo specialista prescriverà l'**analisi delle urine** e l'**urinocoltura** per confermare presenza e tipologia dei batteri. Dopodiché, in base alla storia clinica della paziente, valuterà se prescrivere esami di secondo livello per verificare l'eventuale presenza di patologie che potrebbero essere causa scatenante della cistite.

Come si cura la cistite?: In base al referto degli esami, i trattamenti della cistite dipenderanno dal tipo di causa che l'ha provocata e possono consistere in:

- *antibiotici, se l'infezione è batterica;*
- *farmaci assunti per via orale, instillati o infiltrati in vescica, manipolazioni della vescica stessa o la stimolazione di alcuni nervi al fine di ridurre il dolore o la frequenza della minzione, se si tratta di cistite interstiziale.*

Cistite: i consigli di prevenzione: Tra i consigli più utili per prevenire la cistite, oltre a bere molto, soprattutto nel periodo estivo, segnaliamo:

- **Regolarizzare l'intestino.**
- **Assecondare lo stimolo alla minzione.**
- **Per l'igiene intima** effettuare movimenti dalla parte anteriore a quella posteriore, per evitare il passaggio dei batteri dal distretto anale all'uretra.
- **Intensificare le norme igieniche durante il ciclo mestruale** e dopo l'attività sessuale.
- **Evitare di utilizzare prodotti irritanti.**
- **Non trattenere la pipì per troppe ore.**
- **Svuotare bene la vescica più volte al giorno.**
- **Evitare di indossare indumenti intimi stretti o in tessuto sintetico** e pantaloni molto aderenti, che surriscaldano la zona pelvica e causano irritazione locale, con comparsa di prurito e possibili lesioni al grattarsi: condizioni che favoriscono la proliferazione batterica. (*Salute, Humanitas*)

SCIENZA E SALUTE

L'ACNE GIOVANILE è causata dagli ORMONI?

L'estate è il momento dell'anno in cui la pelle è più esposta, e per questo le problematiche come l'acne diventano una maggiore fonte di preoccupazione.

L'acne infatti, oltre a essere un disturbo che mette alla prova autostima e serenità in chi ne soffre, può anche causare lesioni che si trasformano in **macchie scure o cicatrici**.

L'acne, nonostante possa perdurare anche con l'età adulta, è un disturbo che viene associato soprattutto al **periodo adolescenziale**. Abbiamo parlato delle sue cause e dei possibili rimedi con la dottoressa [Cristina Zambelli Franz](#), dermatologa di Humanitas San Pio X.

Sono gli ormoni a causare l'acne nella pelle giovane?

L'acne è un'**infiammazione del follicolo pilifero** e della **ghiandola sebacea** associata (la cosiddetta "unità pilosebacea"). Può presentarsi in modi diversi: sotto forma di **punti neri** (chiamati anche comedoni), **brufoli** o anche con **cisti e noduli**, nel caso in cui colpisca gli strati più profondi della pelle. L'acne è molto frequente in età giovanile perché, pur riconoscendo un'importante componente ereditaria, **dipende strettamente dall'azione degli ormoni**.

Gli ormoni androgeni, proprio durante l'adolescenza, sono fortemente stimolati a causa del naturale processo di crescita, e quindi **inducono le ghiandole sebacee a produrre il sebo**, quella secrezione oleosa che normalmente funge da protezione per la pelle diventando una componente del film idrolipidico cutaneo.

Quando il sebo però viene prodotto in misura eccessiva si manifesta la seborrea; se questa è associata ad altre condizioni, come la cheratinizzazione del follicolo pilifero e la presenza di un batterio chiamato *Propionibacterium acnes*, si sviluppano i punti neri, che possono a loro volta diventare papule e pustole.

Acne giovanile, come si cura?

“Nelle ragazze e le giovani donne, se si presume che a causare l'acne ci sia uno **squilibrio ormonale**, si può procedere tramite **esami mirati** a ottenere una **diagnosi accurata** ed eventualmente procedere con una **terapia personalizzata**.

Per questo, è necessario consultare lo specialista, dato che molto spesso per curare gli squilibri ormonali e l'acne un valido aiuto è l'assunzione di una pillola contraccettiva specifica, per cui è necessaria la valutazione da parte del dermatologo e la collaborazione del ginecologo cui spetta la prescrizione una volta escluse eventuali controindicazioni.

In altri casi, invece, può risultare risolutivo l'utilizzo a livello topico di **creme ad azione antibiotica o cheratolitica**, oppure di **retinoidi**, derivati dalla vitamina A. Un retinoide in particolare, la isotretinoina, può essere utilizzato per via orale nei casi più impegnativi, ma sotto stretto controllo medico.

Infine, nel caso in cui l'acne interessasse la parte superficiale dell'epidermide, esistono **trattamenti peeling eseguibili in ambulatorio** che svolgono un'azione levigante tramite l'applicazione di una soluzione acida (acido salicilico o piruvico) sulle parti interessate. In qualsiasi caso è bene **evitare i rimedi fai da te**, che invece che risultare risolutivi potrebbero contribuire a peggiorare il problema”. (*Salute, Humanitas*)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



FONDO ASSISTENZIALE COVID-19: stanziati dalla Federazione degli Ordini € 2.000.000,00 per iniziative a sostegno degli iscritti.

Alla luce dei disagi causati ai farmacisti dall'emergenza da Covid-19, si è ritenuto necessario stanziare delle risorse a sostegno degli iscritti.

E' stato istituito un Fondo di importo complessivo pari ad € 2.000.000,00, volto a finanziare iniziative assistenziali in favore di farmacisti colpiti a vario titolo dagli effetti della pandemia da Covid-19.

Di seguito i criteri e le modalità per l'erogazione nonché il **link della circolare**.

<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/servizi/circolari-fofi/3055-circolare-13082-del-24-06-2021-fondo-assistenziale-covid-19-iniziativa-in-favore-degli-iscritti>

Il Fondo è articolato in **tre diverse Sezioni**, finalizzate ad attribuire un sussidio per alcune specifiche situazioni di fragilità in cui possono essere incorsi i farmacisti.

Pur essendo dotata ciascuna sezione di uno specifico stanziamento economico, è stato ipotizzato un sistema di compensazione con gli eventuali fondi residui delle altre sezioni.

L'erogazione dei contributi avverrà fino al completo utilizzo delle risorse disponibili, sulla base di una graduatoria di assegnazione elaborata in funzione crescente dell'Indicatore della **Situazione Economica Equivalente-ISEE** del richiedente, ferma restando l'utilizzazione delle eventuali risorse provenienti dalle altre sezioni.

COME PARTECIPARE

La domanda dovrà essere presentata dall'interessato **all'Ordine territoriale** presso il quale è iscritto entro la data del **30 SETTEMBRE p.v.** al seguente indirizzo pec:

ordinefarmacistina@pec.fofi.it

previa verifica della relativa regolarità e completezza, sarà trasmessa entro il 31 ottobre p.v. dall'Ordine stesso alla Federazione per la validazione finale e l'erogazione.

1. **CONTRIBUTO AI FARMACISTI RICOVERATI PER COVID-19**

<http://www.fofi.it/Scheda%201.pdf>

2. **CONTRIBUTO AI FARMACISTI CHE HANNO PERSO LAVORO E CONTRIBUTO AI FARMACISTI IN CASSA INTEGRAZIONE CAUSA COVID-19**

<http://www.fofi.it/Scheda%202.pdf>

3. **SOSTEGNO ALLA GENITORIALITÀ**

<http://www.fofi.it/Scheda%203.pdf>

Destinazione del **5 X 1000** alla **FONDAZIONE** dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di **NAPOLI**

Destinazione 5 x 1000 alla Fondazione. A Te non costa nulla.

DESTINA IL TUO 5X1000 ALLA FONDAZIONE ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI



COME DEVOLVERE:

1. Compila il Modulo **730**, il **CUD** o il **modello Unico**
2. Firma nel riquadro:

Sostegno del Volontariato e delle altre Organizzazioni **NON** lucrative di Utilità Sociale, delle Associazioni di Promozione Sociale e delle Associazioni e Fondazioni riconosciute che operano nei Settori di cui all'art. 10, C. 1, lett. A, del D.L.GS. N. 460 del 1997

3. Indica il Codice Fiscale: 09571771212

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta **FIRMARE** in **UNO** degli spazi sottostanti)

<p>SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO E DELLE ALTRE ORGANIZZAZIONI NON LUCRATIVE DI UTILITA' SOCIALE, DELLE ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE E DELLE ASSOCIAZIONI E FONDAZIONI RICONOSCIUTE CHE OPERANO NEI SETTORI DI CUI ALL'ART. 10, C. 1, LETT A), DEL D.L.GS. N. 460 DEL 1997</p> <p>FIRMA <u>SANTAGADA VINCENZO</u> Codice fiscale del beneficiario (eventuale) <u>09571771212</u></p>	<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SCIENTIFICA E DELLA UNIVERSITA'</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SANITARIA</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	<p>FINANZIAMENTO DELLE ATTIVITA' DI TUTELA, PROMOZIONE E VALORIZZAZIONE DEI BENI CULTURALI E PAESAGGISTICI (SOGETTI DI CUI ALL'ART. 2, COMMA 2, DEL D.P.C.M. 23 LUGLIO 2016)</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>SOSTEGNO DELLE ATTIVITA' SOCIALI SVOLTE DAL COMUNE DI RESIDENZA</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	<p>SOSTEGNO ALLE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE RICONOSCIUTE AI FINI SPORTIVI DAL CONI A NORMA DI LEGGE CHE SVOLGONO UNA RILEVANTE ATTIVITA' DI INTERESSE SOCIALE</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>SOSTEGNO DEGLI ENTI GESTORI DELLE AREE PROTETTE</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	

9/01/2021 - ITWorking S.r.l. - www.itworking.it

AVVERTENZE Per esprimere la scelta a favore di una delle finalità destinarie della quota del cinque per mille dell'IRPEF, il contribuente deve apporre la propria firma nel riquadro corrispondente. Il contribuente ha inoltre la facoltà di indicare anche il codice fiscale di un soggetto beneficiario. La scelta deve essere fatta esclusivamente per una delle finalità beneficiarie.