



AVVISO

Ordine

1. Destinazione del 5 X 1000 alla FONDAZIONE Ordine dei Farmacisti di NAPOLI
2. Un Farmaco per Tutti per l'Ucraina

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Perché se siamo raffreddati non sentiamo i sapori
4. PARKINSON, quali sono le nuove cure per i Tremori (utilizzate anche per controllare quelli "essenziali")



Prevenzione e Salute

5. PRESBIOPIA: quali sono le cause e come curarla
6. Tempo Libero: perché è utile al nostro Benessere?

GUACCI.
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....
Maggio ortolano, molta paglia e poco grano

PERCHÉ SE SIAMO RAFFREDDATI NON SENTIAMO I SAPORI?

Il cibo non sa di nulla se la lingua non può dare informazioni al cervello. E quando siamo influenzati...



Sarà probabilmente capitato anche a voi: quando si è raffreddati è difficile sentire i sapori e ogni pietanza sembra priva di **gusto**.

Il motivo è semplice:

la saliva diventa più "densa" e rende difficile il passaggio delle informazioni chimiche date dai cibi.

Per assaporare ciò che si mangia, infatti, le molecole chimiche presenti negli alimenti devono venire a contatto con i **recettori del gusto** presenti sulla lingua (circa 9 milioni).

NEL CERVELLO. Questi trasformano le informazioni contenute nel cibo in energia elettrochimica inviata al cervello, che la decodifica:

ad esempio, un alimento piccante stimola i recettori dolorifici, che permettono di avvertire la sensazione pungente e forte dell'alimento.

Quando però si è **raffreddati**, tutti i prodotti delle ghiandole che lubrificano le vie respiratorie, compresa la saliva, si addensano e rendono difficili i passaggi di informazioni tramite la lingua, anche se le papille gustative funzionano.

La lingua, poi, ha quattro aree specializzate nel riconoscimento di gusti differenti: quella posteriore avverte sapori amari e acidi; quelle laterali e l'anteriore, il salato; la punta, il dolce.

IL QUINTO GUSTO.

Nella parte posteriore della faringe, poi, ci sono i recettori dell'*umami* (dal giapponese: "*delizioso*"), un quinto gusto stimolato dal glutammato, ingrediente principale degli esaltatori di sapidità, presente soprattutto nei dadi da cucina. (*Salute, Donna, Tgcom24*)

PREVENZIONE E SALUTE

PRESBIOPIA: quali sono le cause e come curarla

Uno dei difetti visivi particolarmente diffusi a partire dai 40 anni di età è la presbiopia.

La presbiopia si manifesta quando chi ne soffre inizia ad avere problemi con la lettura, lavorando al computer o nella messa a fuoco di oggetti molto vicini.

Ma di che cosa si tratta, di preciso, e come curarla?

Che cos'è la presbiopia

La presbiopia è un difetto visivo che si manifesta dopo i 40 anni d'età. Con l'avanzare degli anni, infatti, la porzione centrale del cristallino subisce un progressivo indurimento e aumento di volume, che a sua volta provoca il deterioramento della **capacità di accomodazione** dell'occhio umano.

La porzione centrale del cristallino, indurita, aumenta il suo indice di rifrazione, creando dei problemi alla messa a fuoco.

Quali sono le cause della presbiopia?

La presbiopia è causata da una progressiva perdita di flessibilità delle lenti naturali che si trovano nell'occhio, causata dall'indurimento della porzione centrale del cristallino.

Responsabile di questo fenomeno è una proteina a esso contenuta che, con il passare degli anni, rende il cristallino consistentemente meno elastico e più voluminoso, con un effetto negativo anche sulle fibre muscolari che le circondano.

Dopo i 45 anni, chi soffre di presbiopia necessita di occhiali da lettura per mettere a fuoco gli oggetti. È infatti l'età il fattore di rischio più importante per la presbiopia.

Presbiopia prima dei 40 anni: come mai accade?

Se la presbiopia si manifesta prima dei 40 anni, è probabile che all'origine della malattia ci siano altre patologie come **diabete**, **sclerosi multipla**, **malattie cardiovascolari**, oppure l'uso di farmaci come diuretici, antistaminici, antidepressivi.

Altri fattori che possono provocare l'insorgenza della presbiopia possono essere:

- *il fumo;*
- *un trauma;*
- *l'esposizione a radiazioni;*
- *la mancata correzione di un altro difetto della vista che ha portato il cristallino a fare un lavoro di compensazione (ipermetropia).*

Presbiopia: come curarla

A seconda della severità del disturbo e delle condizioni del paziente, l'oculista valuterà se prescrivere l'utilizzo di lenti da occhiale, monofocali o progressive, lenti a contatto per correzione bilaterale o progressive, eventualmente in monovisione (si corregge solo l'occhio non dominante), o eseguire un trattamento chirurgico.

Per quanto riguarda il trattamento chirurgico, dopo un'accurata selezione pre operatoria del paziente, grazie alla **chirurgia Femto Lasik Supracor** per la presbiopia permette di eliminare il vincolo degli occhiali da lettura.

In altri casi, si rende necessaria la chirurgia con la sostituzione del cristallino, che prevede l'inserimento di lenti intraoculari di ultima generazione, **lenti premium** o multifocali, particolarmente utili se la presbiopia evolve in **cataratta**. (*Salute, Humanitas*)



PREVENZIONE E SALUTE

Tempo Libero: perché è utile al nostro Benessere?

“Il tempo libero è un’arte. È quella parte del quotidiano in cui siamo liberi dai nostri obblighi, che siano il lavoro, lo studio, o le attività domestiche.

Come il tempo libero è collegato alla felicità?

Quanto tempo libero necessitiamo per stare bene ed essere felici?



Tempo libero: perché ci si sente in colpa

Avere troppo tempo libero a disposizione potrebbe incidere negativamente sul benessere delle persone: in un certo senso, **le persone sono più felici quando sono indaffarate.**

Le cause di questo fenomeno sono riconducibili alla cultura e alla società odierne che impongono di dare priorità alla produttività, all’efficienza e all’impegno.

“Ci viene insegnato che il tempo libero è una sorta di spreco, una perdita di crescita di potenziale.

Con queste concezioni è possibile che proprio nei nostri momenti liberi possa nascere in noi un senso di inefficienza che poi agisce sul benessere che noi percepiamo”.

Come trascorrere il proprio tempo libero

“È importante che il tempo libero sia di qualità, al fine di poter **ricavare dei benefici in termini di benessere**, sia a livello fisico che psichico. Si tratta di qualcosa di puramente soggettivo:

❖ *è importante che ognuno faccia ciò che ama fare, perché solo in questi termini possiamo trarne dei vantaggi”.*

Se sia meglio trascorrerlo da soli o in compagnia, la dottoressa precisa:

❖ *“Non c’è un modo universale per definire il buon tempo libero, dipende dalla soggettiva di ciascuno di noi. Ogni persona trova piacere in cose e in tempi differenti”.*

Quanto dovrebbe durare il tempo libero?

“Oggi si tende ad aggiungere sempre più attività all’agenda, sia per rispondere ai bisogni della società che a quelli personali, perché se ad esempio siamo molto richiesti vuol dire che abbiamo un valore e in qualche modo quindi lavorando appaghiamo il nostro senso di sentirci importanti.

Nei momenti di tempo libero però queste gratificazioni non vengono più soddisfatte e ne può derivare un **vissuto negativo, quasi di colpa, perché siamo improduttivi.**

Ci sono però degli escamotage da mettere in atto, come quello di mettere in agenda i momenti di svago e se si è in **smart working** dividere i luoghi che dedichiamo al lavoro e a noi stessi o alla famiglia.

Questo permette alla nostra mente di capire che c’è un luogo per il riposo e un tempo e un luogo per il lavoro, perché entrambi sono importanti”.

Ansia e mal di testa nel weekend: quali cause?

In alcune persone, nel weekend compaiono ansia e mal di testa, due sintomi legati anch’essi alla tendenza al **voler essere produttivi.**

Per trovare una soluzione si può provare a essere efficienti anche nel tempo libero:

“ponendosi per es. l’obiettivo di terminare il libro che si è iniziato, oppure di organizzare una gita con gli amici; alla fine di questa attività saremo molto più riposati e felici rispetto ad aver trascorso la giornata tra il letto e il divano, perché ci siamo posti degli obiettivi e li abbiamo portati a termine. La mente ne trarrà beneficio e anche il nostro umore».

Usare i social nel tempo libero

Un abuso del digitale può comportare dei rischi che è bene non sottovalutare. “Quello che fa la differenza è il tempo che il digitale fa compagnia alla mente, perché se la tecnologia si sostituisce alle relazioni, la solitudine relazionale diventa un problema di cui dobbiamo occuparci”, sottolinea la specialista.

Le conseguenze possono essere diverse, a partire dai **disturbi del sonno, disturbi del comportamento, alterazioni delle capacità attentive o difficoltà a gestire le emozioni**. Le tecnologie, per le loro caratteristiche intrinseche, agiscono sul sistema dopaminergico e tendono a chiedere al cervello di riceverne sempre di più, innescando una vera e propria dipendenza.

L'importanza della noia per i bambini

Infine, un accenno alla **noia nei bambini**. In alcuni casi, i genitori non sanno come gestirla e ritengono sia un problema, pertanto pensano a diverse attività affinché i più piccoli non si annoino, però “La noia per i bambini è un'emozione importante di cui fare esperienza, perché consente loro di crescere dal punto di vista sociale, cognitivo ed emotivo. Se i bambini dispongono di tempo libero da occupare autonomamente, sviluppano abilità come la creatività, la flessibilità cognitiva e la pianificazione. Sono tutte abilità alla base dell'intelligenza e quindi è molto importante concedere del tempo alla noia, cercando di costruire un sano equilibrio tra le attività organizzate e quelle più libere”. (*Salute, Humanitas*)

SCIENZA E SALUTE

PARKINSON, quali sono le nuove cure per i Tremori (utilizzate anche per controllare quelli “essenziali”)

Negli ultimi anni sono stati compiuti progressi significativi per la cura del Parkinson. «Un salto in avanti, per esempio, è rappresentato dalla possibilità che ha mostrato la stimolazione cerebrale profonda nota con l'acronimo Dbs dall'inglese Deep brain stimulation

Tremore essenziale e Dbs

Che differenza c'è fra il tremore dovuto al Parkinson e quello «essenziale»? «Il **tremore essenziale — provoca tremolio durante il movimento e non è accompagnato da altri sintomi del Parkinson, come rallentamento, rigidità muscolare e turbe d'equilibrio.**

A chi ha il tremore essenziale capita di non poter bere un caffè senza rovesciarlo, mentre il parkinsoniano può farlo perché le sue mani tremano a riposo, quando afferra una tazzina si calmano»

La Dbs è un'alternativa alle medicine? «Nel 2002 si è scoperto

che stimolando con la Dbs determinate aree cerebrali si potevano controllare i sintomi del Parkinson su cui i farmaci non riuscivano più ad agire e l'anno dopo è stata **approvata anche per la distonia**, condizione in cui i muscoli si contraggono disordinatamente e il paziente pare attorcigliarsi su sé stesso». «Molti la consideravano l'ultima spiaggia.

Il 2016 è stato l'anno della svolta con la sua **approvazione in associazione ai farmaci in chi ha persistenti complicanze motorie** anche solo da quattro anni. Col tempo la Dbs è diventata sempre più accurata e, potendosi trattare soggetti sempre più giovani e senza complicanze legate all'età, è diventata una soluzione sicura e al passo coi tempi.



La telemedicina

Grazie alla telehealth ora può essere guidata anche da remoto e c'è pure una versione italiana che si adatta alle necessità motorie del momento. Con una buona selezione dei pazienti e in Centri all'avanguardia se associata ai farmaci è più efficace dei soli farmaci. **L'evoluzione del trattamento è comunque quella verso centri multidisciplinari** dove lo stesso giorno si può essere visti dal neurologo, dal neurochirurgo, dallo psichiatra o dall'internista. Spesso i parenti dei malati chiedono se il Parkinson è ereditario.

Le cause e la prevenzione

Si può prevedere in anticipo se ci si ammalerà?

«La malattia ha sia cause genetiche, sia ambientali e soprattutto soggettive—. Occorre puntare sempre più sulle caratteristiche di ogni singolo perché in teoria questo ci consente di predire l'evoluzione della malattia e della risposta ai farmaci. Abbiamo individuato la verosimile causa finale della malattia, cioè **il cambiamento strutturale di una proteina che tutti abbiamo nel cervello per la memoria.**

Si chiama **sinucleina** e può trasformarsi: cambia struttura, si accumula e soffoca i neuroni dopaminergici (quelli che "soffrono" nel Parkinson, ndr), scatenando la malattia. Perché cambi non s'è ancora capito, ma trovare **sinucleina alfa** (diversa da quella normale) indica se qualcuno si ammalerà e **sappiamo già come individuarla, ad esempio nella saliva**».

«Intanto sono in corso sperimentazioni per quello che potremmo chiamare **"vaccino" per il Parkinson, un anticorpo monoclonale diretto contro questa proteina mutata**, simile a quello creato per il coronavirus. Questa può essere la migliore terapia e, con le accelerazioni di produzione farmaceutica indotte dalla pandemia, potrà arrivare entro un anno».

Le novità nei farmaci - Ci sono novità per i farmaci?

«**A scatenare la malattia è la carenza del neurotrasmettitore dopamina** prodotta dai neuroni di alcune aree cerebrali. Sono stati messi a punto **trattamenti di soccorso iniettivi, sublinguali o in spray nasale** per i pazienti che si bloccano improvvisamente per il cosiddetto freezing, ma **il farmaco di riferimento resta la levodopa** che è un sostituto della dopamina creato in laboratorio. La prima volta che il paziente la prende sta benissimo, tanto che si parla di "luna di miele terapeutica"».

«**Dopo qualche anno l'effetto cala.** Vent'anni fa avevamo l'infondato timore che provocasse danni ai neuroni e si pensava che le **discinesie, gli strani movimenti involontari** che a un certo punto compaiono soprattutto a carico di lingua, bocca e viso ne fossero una conseguenza.

Oggi sappiamo che la levodopa non è neurotossica e usarla precocemente e alle giuste dosi non peggiora il decorso della malattia».

La levodopa e i suoi effetti

La durata dell'effetto della levodopa dipende dal dosaggio al quale la si usa? «Per ritardare il ricorso alla levodopa sono stati creati persino farmaci che spremono fino all'ultima goccia i neuroni che producono dopamina, i dopaminoagonisti — illustra **Gianni Pezzoli**, già direttore del Centro Parkinson degli Istituti di Perfezionamento di Milano, che è stato uno dei primi a verificare sul campo l'infondatezza dei falsi pregiudizi sulla levodopa andando a **curare in Africa subsahariana pazienti che in Occidente sono scomparsi da tempo** —.

Lì la levodopa non c'era, ma c'erano i cosiddetti pazienti de novo o naïve con lunghi anni di malattia e mai trattati che ci hanno aperto gli occhi. Abbiamo capito che qui cercavamo di ritardare l'uso della levodopa perché ne davamo troppa, mentre alle giuste dosi è il farmaco migliore».

«**Facevamo errori anche con i dopamino-agonisti** —.

Se sospesi bruscamente provocano discontrollo degli impulsi trasformando i pazienti in incolpevoli giocatori d'azzardo o in compratori seriali da shopping compulsivo per un'irrefrenabile pulsione al compenso psicologico da troppa dopamina. Vincere al gioco d'azzardo o riempire gli armadi fa aumentare la dopamina e il parkinsoniano trovava così un modo per placare questa sete dopaminergica che noi gli avevamo procurato». (*Salute, Corriere*)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



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

Devolvi il 5 x 1000 nel 730 o CUD alla Nostra Fondazione inserendo il C.F. **09571771212** sotto lo spazio:

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. Lgs n. 460 del 1997

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 (SOGGETTI DI CUI ALL'ART. 2, COMMA 2, DEL D.P.C.M. 28 LUGLIO 2016)</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>SOSTEGNO DELLE ATTIVITA' SOCIALI SVOLTE DAL COMUNE DI RESIDENZA</p> <p>FIRMA _____</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>	

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. È la scelta stessa a essere fatta contribuentemente per una delle finalità beneficarie.

9101/2021 - ITWorking S.r.l. - www.itworking.it



Un Farmaco per Tutti per l'Ucraina

Condivido con Voi la gioia per l'impegno profuso insieme e che ha portato un po' di sollievo alle popolazioni in guerra, con la speranza di poter continuare a guardare al futuro con dignità e libertà

Di lato la **Lettera di Ringraziamento** ricevuta da parte del **Ministero della Salute dell'Ucraina**.

МОЗ УКРАЇНИ



MINISTRY OF HEALTH OF UKRAINE

ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ І. Я. ГОРБАЧЕВСЬКОГО
МІНІСТЕРСТВА ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ

IVAN HORBACHEVSKY
TERNOPIL NATIONAL
MEDICAL UNIVERSITY
OF THE MINISTRY
OF HEALTH OF UKRAINE

Майдан Волі, 1
м. Тернопіль, Україна 46001
Тел.: +38 (0352) 52-44-92, 52-50-10,

Maydan Voli, 1
Ternopil, Ukraine 46001
Tel: +38 (0352) 52-44-92, 52-50-10

e-mail: university@tdmu.edu.ua; www.tdmu.edu.ua

20.04.2022 № 01/1040

На № _____ від _____

Prof. Vincenzo Santagada
Presidente
Ordine Dei Farmacisti
Di Napoli
Via Toledo n. 156
80132

On behalf of Ivan Horbachevsky Ternopil National Medical University, I would like to express our sincere deep gratitude for your kind help and support. Russian war in Ukraine lasts 56 days already and every day Ukrainian soldiers and civilians are seriously injured and need medical aid. Thousands of russian troops backed by artillery and rocket barrages started the Battle of the Donbas. The biggest attack on a European state since 1945 reduced cities to rubble and has led millions of people to fleeing the war.

We really appreciate your contribution of so precious medical supplies. We assure you, that every pill and every ampule of your help will be used effectively and be transferred to Ukrainian hospitals to reduce the suffering of our people.

Prof. Mykhaylo Korda
Rector

0352
52-44-92

You can find the information about
TNMU volunteer activities at the link <https://vc.tdmu.edu.ua/>

