



farmaDAY



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

Anno XI – Numero 2284

Lunedì 20 Giugno 2022 – S. Silverio, Ettore

AVVISO

Ordine

1. Destinazione del 5 X 1000 alla FONDAZIONE Ordine dei Farmacisti di NAPOLI
2. Un farmaco per tutti per l'Ucraina
3. Bacheca: annunci lavoro

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. "L'attività fisica non fa perdere peso", vero o falso?
5. Quali sono i vantaggi e gli svantaggi del microinfusore per il diabete?



Prevenzione e Salute

6. COVID, dobbiamo prepararci all'ondata Estiva?
7. EMORROIDI: come Prevenirle e come Curarle

GUACCI.
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.

Frosinone Nola Barietta

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....
'E fatte d' 'a pignatta 'e ssape 'a cucchiara

“L’ATTIVITÀ FISICA NON FA PERDERE PESO”, VERO O FALSO?

Per rimettersi in forma c'è chi crede che l'attività fisica non faccia perdere peso. Vero o falso?

FALSO

“:Premesso che per **perdere peso** bisogna certamente mangiare di meno e seguire una dieta equilibrata, tuttavia se alla dieta non si associa anche un'adeguata **attività fisica**, **perdere peso** può essere un'esperienza solo temporanea.



Per questo motivo è ormai comune in tutti i programmi per **perdere peso** associare la dieta all'**attività fisica**.

Infatti, seguire solo la dieta, in breve tempo, induce l'adattamento del metabolismo alla restrizione calorica tipica delle diete e, per questo motivo, dopo un po' si smette di **perdere peso**.

Se quindi da un alto è vero che fare un'attività fisica leggera o moderata, come la camminata di 30 minuti a passo veloce tutti i giorni, fondamentale per la salute cardiovascolare e per la prevenzione di molte malattie, non fa perdere tanto peso, tuttavia praticare un'**attività fisica** a dosi e intensità elevate come la corsa di un'ora tutti i giorni fa certamente **perdere peso** anche non modificando le proprie abitudini alimentari e quindi senza stare a dieta.

Per chi invece non vuole o non può sudare troppo, anche un'**attività fisica** aerobica ad intensità non elevata purché costante, associata alla dieta come la classica camminata a passo veloce per 30-40 min al giorno, anche se non fa consumare tante calorie, è in grado di modulare il metabolismo in modo da aumentare l'efficacia della dieta nel far **perdere peso**.

Quando l'**attività fisica** è associata alla dieta, l'ago della bilancia potrebbe non scendere quanto sperato perché l'**attività fisica** favorisce l'aumento della massa magra, proprio quella che produce energia e quindi consuma calorie.”

(Salute, Humanitas)



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

AL TUO FIANCO OGNI GIORNO DI PIÙ.

SCIENZA E SALUTE

Quali sono i VANTAGGI e gli SVANTAGGI del MICROINFUSORE per il DIABETE?

I nuovi sistemi consentono di organizzare l'attività fisica, ridurre il rischio di ipoglicemia, gestire più facilmente pasti «extra» e spuntini

*Ho 45 anni, diabetico tipo 1 dall'età di 25. Pratico terapia multi-iniettiva, con quattro iniezioni al giorno. Ultimamente il mio compenso è peggiorato, con una **glicata di 11,2%**. Il diabetologo mi ha quindi suggerito di ricorrere al microinfusore. Ho molte perplessità, perché ho paura di dipendere da una macchina e penso che la qualità della mia vita potrebbe peggiorare (come farei col microinfusore a fare una partita di calcetto o, peggio ancora, trascorrere una giornata al mare?). Anche la mia privacy risulterebbe compromessa: come potrei «nascondere» la malattia con quel tubicino a vista? Vorrei un vostro parere.*



La tecnologia applicata alla salute sta rivoluzionando molti campi della medicina. Il trattamento del diabete tipo 1 prevede **una terapia «standard» multi-iniettiva** con tre iniezioni di insulina «rapida» ai pasti e una «lenta» o «basale», che rappresenta quella quota secreta dal pancreas in maniera continua. Purtroppo spesso, e lei sembra esserne un classico esempio, **il compenso glicemico nel diabete tipo 1 peggiora nel tempo**, diventando più instabile. Ciò rende molto difficile un buon compenso con la **terapia multi-iniettiva**. Spesso infatti è necessaria una «basale» con ritmi differenti durante la giornata (*cosa non possibile con l'insulina intermedia praticata*) e ancora necessitano dosaggi di insulina rapida che controllino perfettamente i carboidrati ingeriti. **Un microinfusore permette di mimare il reale fabbisogno nelle 24 ore** (schema insulinico basale) e, tramite il cosiddetto «calcolatore del bolo», poter gestire meglio l'insulina ai pasti.

Pancreas artificiali

Ma oggi abbiamo molto di più. L'integrazione di un microinfusore a un sensore glicemico ha portato all'utilizzo di veri e propri «**pancreas artificiali**», laddove l'unico intervento a carico del paziente è **la conta dei carboidrati**. Questi sistemi, che erogano quindi insulina in maniera automatica in base ai «trend» glicemici, hanno permesso di ottenere miglioramenti incredibili, con la possibilità di avere **una glicata sotto il 7%**, in modo da evitare l'insorgenza delle temibili complicanze croniche della malattia.

Capisco le sue remore ad applicare uno strumento da portare sempre con sé, ma questo le consentirà probabilmente **maggiore libertà di gestione della patologia**:

- *i nuovi sistemi permettono di organizzare l'attività fisica con più sicurezza, ridurre il rischio di ipoglicemia diurna e notturna, potersi concedere più facilmente pasti non previsti e spuntini.*

«Patch pump»:

Secondo molti studi si assiste frequentemente, nel passaggio al micro, a **un miglioramento della qualità della vita**. Ci sono momenti in cui la gestione del micro può essere più complessa (per esempio durante le vacanze al mare o negli sport da contatto), ma sono sicuro che lei potrà trovare una soluzione a queste problematiche. Inoltre sul mercato sono presenti i classici micro con catetere, ma anche le più discrete «**patch pump**» con applicazione diretta sulla cute, controllati da un telecomando esterno per tutte le funzioni. Idealmente **il diabete è una patologia che non si dovrebbe mai nascondere**, poiché l'aiuto di familiari, amici, colleghi di lavoro al momento giusto potrebbe essere determinante e ciò si realizza solo se tutti sono al corrente della situazione. Per concludere le posso consigliare, in accordo con il suo diabetologo, di **provare uno dei modelli disponibili** e valutarne direttamente vantaggi e svantaggi, dopo un appropriato periodo di training. (*Salute, Corriere*)

PREVENZIONE E SALUTE

COVID, dobbiamo prepararci all'ONDATA ESTIVA?

Infezioni in crescita in Portogallo, Regno Unito, Francia e Germania, guidate dalle sottovarianti di Omicron BA.4 e BA.5

Sottovarianti di Omicron sempre più contagiose, anche se (per quel che sappiamo) non più aggressive delle precedenti. Contagi in aumento in alcuni Paesi europei, Portogallo in testa, ma anche in Sudafrica.

Siamo alla vigilia di una nuova ondata di Covid?

Alcuni elementi farebbero propendere per l'ottimismo (per es. la stagione calda e l'immunità diffusa), altri invece possono essere fonte di preoccupazione (l'altissima capacità di diffusione delle **sottovarianti BA.4 e BA.5**, il calo di protezione dei vaccini una volta trascorsi 4-5 mesi dal *booster*, la graduale abolizione di tutte le restrizioni messe in atto durante la pandemia).

Sorveglianza in calo

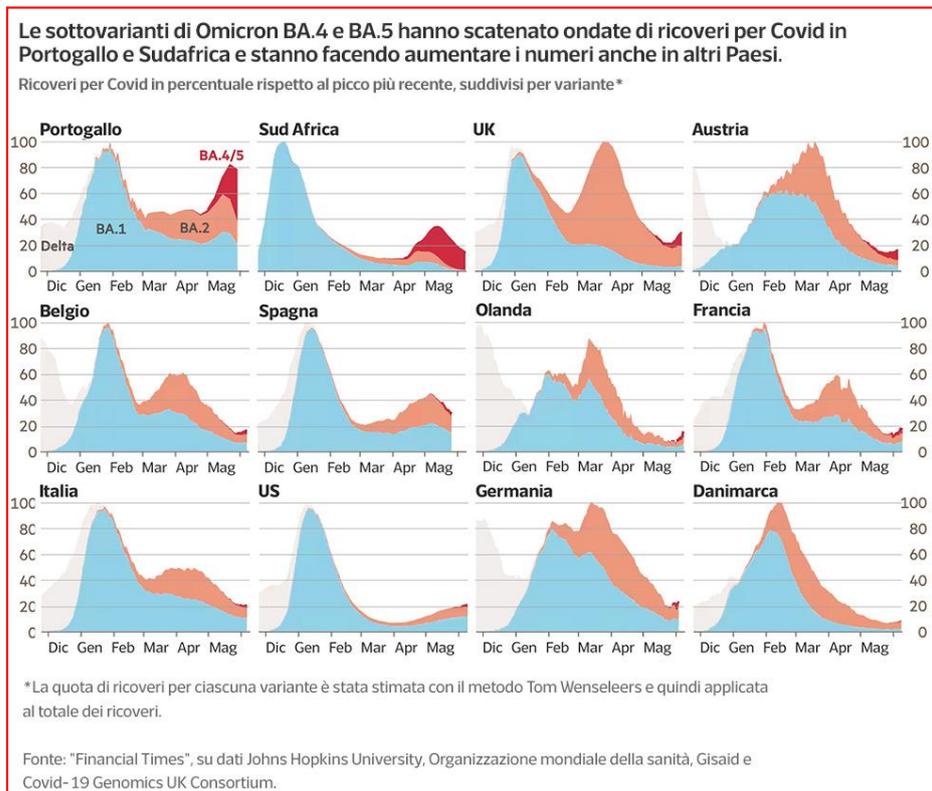
Un altro fattore su cui diversi esperti mettono in guardia è il **ridimensionamento di numero di tamponi eseguiti e delle attività di sorveglianza**, che potrebbe compromettere la capacità di individuare nuove mutazioni del virus, con il rischio che i sistemi sanitari finiscano di nuovo sotto pressione come accaduto nelle ondate precedenti.

Il *Financial Times* ha analizzato i dati relativi a contagi e ricoveri per Covid, osservando che le ospedalizzazioni sono aumentate in diversi Paesi europei, tra cui Francia e Inghilterra, dove la sottovariante BA.5 avanza velocemente.

Fuga immunitaria: le sottovarianti **BA.4 e BA.5** presentano caratteristiche di «fuga immunitaria» che le renderanno probabilmente dominanti. **Né i vaccini né le precedenti infezioni sono sufficienti ad arginarle.**

Le due sottovarianti però non sembrano provocare una malattia più grave rispetto alle precedenti e abbiamo prove che il ciclo completo di vaccinazione anti Covid continua a proteggere dagli esiti severi dell'infezione. La potenza di BA.5 è evidente in Portogallo, dove nell'ultimo mese si è verificata un'impennata di contagi (e di ricoveri): la sottovariante è stata rilevata nel Paese a fine marzo e oggi, secondo le stime, è responsabile dell'84% delle nuove infezioni.

In **Italia**, secondo l'ultimo report dell'Istituto superiore di sanità, BA.5 è al 23% nei campioni sequenziati.



La situazione in Italia

In Italia il monitoraggio Gimbe conferma un'inversione di tendenza con un innalzamento della curva dei contagi:

- dall'8 al 14 giugno c'è stato un **aumento dei contagi** (160.751 vs 121.726) e decessi (416 vs 392), rispetto alla settimana precedente.
- **Scendono invece i ricoveri ordinari** (4.199 vs 4.342) e le terapie intensive (183 vs 219).

Sul **fronte vaccinazioni c'è stato un rallentamento**:

sono 6,86 milioni le persone di età superiore a 5 anni che non hanno ricevuto nemmeno una dose di vaccino.

Le quarte dosi sono ferme al 38% per gli immunodepressi e al 18% per gli altri fragili.

A tal proposito un nuovo studio americano, pubblicato sul *New England Journal of Medicine*, conferma che il **booster con vaccini a mRNA** (terza/quarta dose) fornisce sufficienti titoli di anticorpi neutralizzanti contro le sotto-varianti BA.4 e BA.5.

Centomila infezioni al giorno

«L'inizio delle vacanze, il minor utilizzo delle mascherine e il calo della protezione dei vaccini potrebbero spingere una nuova ondata di infezioni estive anche in Italia — avverte Fabrizio Pregliasco, direttore sanitario dell'Istituto Galeazzi di Milano —.

Mi aspetto fino a 100mila infezioni al giorno rilevate dai bollettini, ma si spera senza pesanti conseguenze sulle ospedalizzazioni dal momento che la maggior parte delle persone è vaccinata o è stata contagiata.

I modelli matematici indicano comunque un andamento in crescita ancora per le prossime 3-4 settimane».

«Ondata autolimitante»

L'impennata di contagi è il segnale, avverte il sottosegretario alla Salute **Pierpaolo Sileri**, che *«siamo di fronte a una variante più diffusiva, che però non sta creando problemi di peso negli ospedali.*

È un'ondata estiva che credo sarà anche autolimitante, già iniziata in altri Paesi Ue e ora pure in Italia, ma che non va vista con paura».

Lo stop all'obbligo delle mascherine tranne che sui trasporti e in ospedali e Rsa, afferma l'altro sottosegretario alla Salute **Andrea Costa**, «è un ulteriore passo che ci avvicina alla normalità:

- **raggiungiamo l'obiettivo della convivenza con il virus, perché il "contagio zero" è un obiettivo irraggiungibile».**

Per **Gianni Rezza**, direttore generale Prevenzione al Ministero della Salute, l'immunità di gregge per Sars-CoV-2, è «un sogno perduto» e

- «**si va verso uno stato di endemia** in cui ci aspettiamo che ci saranno delle ondate ricorrenti,
- ma di portata e intensità limitata e a basso impatto clinico, perché grazie ai vaccini siamo protetti dalla malattia grave».

(Salute, Corriere)

PREVENZIONE E SALUTE**EMORROIDI: come Prevenirle e come Curarle**

Con il termine emorroidi si indicano dei cuscinetti di tessuto presenti fisiologicamente nel canale anale, di cui normalmente non si avverte la presenza, ma che possono risultare fastidiose nel caso in cui si gonfino eccessivamente.

Viene comunemente chiamata emorroidi anche l'insieme di problematiche che deriva dal prolasso di questi tessuti, anche se la definizione corretta da utilizzare sarebbe **patologia emorroidaria**. Nonostante la malattia emorroidaria sia molto comune, è possibile intervenire sul proprio stile di vita sia per prevenirla che per limitarne i fastidi una volta insorta.

**Cosa sono le emorroidi?**

Le emorroidi sono dei plessi costituiti da una fitta rete di vasi sanguigni arteriosi e venosi che si trovano al termine del canale anale e che svolgono la funzione di **aiutare la continenza** e di **favorire la dilatazione del canale anale durante l'evacuazione delle feci**.

Si stima che circa **la metà della popolazione con più di 50 anni** abbia avuto un problema legato alle emorroidi. La patologia emorroidaria infatti colpisce entrambi i sessi, ma si manifesta con una percentuale leggermente più alta tra le donne, poiché **gravidanza, parto e assetto ormonale creano una predisposizione maggiore** a soffrire dei disturbi che coinvolgono questi tessuti.

Quali sono i sintomi delle emorroidi?

Quando le emorroidi si infiammano la loro presenza inizia a essere percepita, perché **il gonfiore può tradursi in fastidio, senso di peso, dolore, bruciore, prurito e sanguinamento**. Nello stato più avanzato della patologia si può anche verificare un **prolasso delle emorroidi**.

Quali sono le cause delle emorroidi?: La patologia emorroidaria può insorgere in seguito a diversi fattori, quali **stipsi cronica, sedentarietà, sforzi eccessivi, gravidanze, attività lavorative** che prevedono di trovarsi a lungo in posizione eretta, predisposizione familiare.

Come si possono prevenire le emorroidi?

Sia per prevenire i disturbi legati alle emorroidi sia per limitare la patologia una volta sopraggiunta, spesso è sufficiente **uno stile di vita sano e attivo**. Infatti, lo svolgimento abituale di tipi di attività fisica che non provocano uno sforzo eccessivo della muscolatura addominale, come per es. **nuoto, camminata e ginnastica dolce**, aiuta a mantenere la **regolarità intestinale**.

Un altro alleato del un corretto funzionamento dell'intestino è **l'alimentazione ricca di fibre, di frutta e verdura**, che deve comprendere anche cereali integrali, legumi, e un **adeguato apporto di liquidi**, poiché una dieta sana riduce l'insorgere della stipsi.

Contemporaneamente è bene **evitare l'assunzione di alimenti che alterando la composizione delle feci possono irritare il tratto intestinale** come **alcolici, cioccolato, dolci, spezie e insaccati**.

Come si curano le emorroidi?: Una visita specialistica, che si avvale non solo **dell'esplorazione rettale** ma anche dell'**anosopia e proctoscopia**, permette di capire lo stato della malattia emorroidaria, e quindi di valutare un trattamento adeguato. Dopo aver esaminato la sintomatologia, il medico potrebbe ritenere necessaria una colonscopia per escludere che la sintomatologia sia causata da altre patologie.

Negli stadi più precoci della malattia per eliminare i sintomi potrebbe essere sufficiente una modificazione dello stile di vita che comprenda un **aumento di fibre nella dieta**, una **regolare attività fisica**, e l'**aumento dell'assunzione di liquidi**, combinata eventualmente a una terapia ad azione locale.

Negli stadi più avanzati e con una sintomatologia caratterizzata da **emorroidi prolassate, trombizzate o con sanguinanti abbondanti**, lo specialista proporrà al paziente se procedere con un **trattamento ambulatoriale senza anestesia**, oppure di programmare un **intervento chirurgico**. (*Salute, Humanitas*)

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”

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 SANTAGADA VINCENZO Codice fiscale del beneficiario (eventuale) 09571771212</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. 29 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>	

FACSIMILE

Bacheca Annunci Lavoro in Farmacia / Parafarmacia



CERCO/OFFRO
LAVORO

Per segnalare disponibilità di lavoro in Farmacia e/o Parafarmacia basta inviare messaggio whatsapp

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Pubblicazione Annuncio
Caivano	Assunzione	349 051 0278	14 Giugno
Melito	Assunzione	338 181 0350	14 Giugno
Bacoli	Tirocinio	329 730 6581	14 Giugno
Napoli/Melito/Casoria	Assunzione	farmaciadelcorsomelito@gmail.com	14 Giugno
Napoli - Centro	Assunzione	334 227 2691	14 Giugno
Capri	Assunzione	329 019 4506	2 Giugno
Napoli Est	Tirocinio full time	farviviani@libero.it	2 Giugno
Napoli - Vomero	Assunzione	direzione@farmaciacannone.net	2 Giugno
S. Giorgio Cremano	Assunzione	ariemmag@libero.it	31 Maggio
Napoli	Assunzione	valeriacorrado13@gmail.com	31 Maggio
Acerra	Assunzione	331 237 3021	31 Maggio
Afragola	Assunzione	333 658 2008	30 Maggio
Calvizzano	Assunzione	sanfrancescofarmcia@libero.it	30 Maggio
Afragola	Assunzione	sanmarco.farmacia@virgilio.it	27 Maggio
Napoli – Miano	Assunzione	farmaciasangerardo@libero.it	27 Maggio
Napoli – Zona Est	Stage	3335452036	27 Maggio
Napoli – Zona Est	Assunzione	info@farmaciaminervini.it	16 Maggio
Napoli	Assunzione	339 450 1105	16 Maggio
Napoli	Assunzione	338 832 1047	16 Maggio
Boscotrecase	Assunzione	371 017 3247	16 Maggio

Convocazione Assemblea Ordinaria degli Iscritti-2022



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Napoli 23 Maggio 2022

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

Prot. 3257/2022

OGGETTO: CONVOCAZIONE ASSEMBLEA ORDINARIA DEGLI ISCRITTI.-

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 19 Giugno 2022 alle ore 08,30 e, mancando il numero legale, **in seconda convocazione alle ore 21,00 di Lunedì 20 Giugno 2022**, presso la Sede dell'Ordine, Via Toledo n. 156 – Napoli, per procedere alla discussione del seguente

ORDINE DEL GIORNO

- 1 - Relazione del Presidente.
- 2 - Relazione del Tesoriere e del Presidente del Collegio dei Revisori dei conti per:
Presentazione Bilancio Consuntivo anno 2021.
- 3 - Varie ed eventuali.

La presente convocazione, oltre ad essere inviata agli iscritti all'Albo per posta elettronica e mediante il notiziario dell'ordine FarmaDay, è pubblicata sul sito dell'Ordine all'indirizzo: 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. 3257/22 del 23.05.2022.

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.



IL PRESIDENTE

(Prof. Vincenzo Santagada)

COME PARTECIPARE

In osservanza alle disposizioni delle vigenti norme Statali e Regionali per il contenimento dell'emergenza COVID-19, l'assemblea sarà tenuta nel rispetto del protocollo anti contagio e delle misure di distanziamento sociale.

Sarà inoltre obbligatorio indossare i prescritti dispositivi di Protezione Individuale(mascherina) durante tutta la riunione.