



AVVISO

Ordine

1. Bacheca: annunci lavoro
2. Crediti ECM

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Collutori utili ma a volte killer dei batteri buoni in bocca
4. Perché si suda freddo?
5. Altro che morfina, gli amici sono il vero antidolorifico.



6. Ananas, riduce le infiammazioni e le coliti, ma attenzione agli effetti collaterali
7. Mozzarella di bufala non va in frigo: peggiora ed è anche meno sana.

GUACCI.
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.

Frosinone, Nola, Barletta

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

E' tutto fummo e niente arrusto

COLLUTORI UTILI ma a Volte KILLER dei BATTERI BUONI in BOCCA

Esperto, la clorexidina e' un farmaco da usare quando serve

I collutori a base di **clorexidina** (un antibatterico) potrebbero modificare il microbiota della bocca (la popolazione di batteri presente nel cavo orale) a scapito di batteri buoni importanti per la salute di tutto il corpo: ciò risulta legato ad un aumento della pressione sanguigna durante il periodo d'uso del collutorio.



Lo dimostra uno studio pubblicato sulla rivista *Frontiers in Cellular and Infection Microbiology*.

Gli esperti hanno visto che uso di **Clorexidina per una settimana due volte al giorno impoverisce la bocca di quei batteri** che trasformano i nitrati presenti nel cibo (ad es. *quelli buoni di frutta e verdura*) in **ossido nitrico (NO)**, che ha un'azione importante per la circolazione sanguigna.

Nella sperimentazione è emerso che la clorexidina riduce quei batteri buoni nella bocca e che a ciò corrisponde un temporaneo **aumento della pressione del sangue**. Poiché molti casi di ipertensione non sono oggi ben gestiti lo studio suggerisce che agendo sulle concentrazioni di **NO** si potrebbero sviluppare nuove strategie anti-ipertensive.

"La **CLOREXIDINA è un farmaco con effetti sul microbioma** e quindi sull'equilibrio della flora batterica orale - e quindi andrebbe utilizzato solo quando lo prescrive un odontoiatra per situazioni specifiche, per tempi limitati e con concentrazioni precise". "Dal punto di vista scientifico è invece molto interessante la conferma del ruolo importante che il microbioma svolge per la nostra salute, elaborando i nutrienti e rendendoli assimilabili - con effetti ad ampio spettro su tutto l'organismo". (*Salute e Benessere*)

PERCHÈ SI SUDA FREDDO?

Sudare freddo è una reazione fisiologica in risposta ad una emozione stressogena, cioè che provoca stress.

Sudare freddo prima di un esame o prima di un colloquio di lavoro è una normale reazione del corpo che reagisce a qualcosa che viene avvertita come una situazione di pericolo.

Di fronte al pericolo il corpo reagisce **umentando la produzione:**

- di **cortisolo**, l'ormone dello stress,
- e di **adrenalina** che provocano vasocostrizione,

cioè *riduzione del volume di sangue in circolazione* che viene "dirottato" verso organi vitali come cuore e cervello per garantire

loro i nutrienti per combattere **evitando l'ipoglicemia**, cioè il calo degli zuccheri, e l'ipotensione, cioè lo svenimento.

Pertanto, la **pelle diventa pallida**, si ricopre di brividi, la cosiddetta orripilazione ovvero la pelle d'oca, i peli diventano irti, e si suda freddo.

Sudare freddo è più frequente nei **giovani**,

- a causa di un *sistema vegetativo poco sviluppato* che reagisce in maniera poco controllata a situazioni stressogene.

Sudare freddo pur essendo normale, può essere correlato a una

- **disfunzione del sistema vegetativo autonomo** che ha origini antiche.

Infatti, quando in situazioni di stress la sudorazione fredda è profusa e soprattutto avviene in certe aree del corpo come le mani o le ascelle, si parla di iperidrosi che per alcuni può diventare un vero e proprio problema anche di relazione sociale.

In generale, quando la causa è la difficoltà a gestire l'ansia, in genere la sudorazione scompare in età adulta quando il giovane impara a gestire le situazioni stressanti.

Crema e prodotti che aiutano a sudare di meno possono aiutare ma vanno applicati per un periodo di tempo limitato perché, riducendo la sudorazione possono provocare acne o irritazioni della pelle e delle ghiandole sebacee.

In ogni caso meglio rivolgersi ad un dermatologo ed evitare le soluzioni fai-da-te in particolare quando la sudorazione non passa e diventa sempre più problematico gestirla.

Infatti quando l'**iperidrosi** non passa e la sudorazione fredda diventa una limitazione alla vita sociale e lavorativa, **iniezioni di botulino** alle ascelle, ai palmi delle mani o alle ginocchia possono aiutare a risolvere la sudorazione, bloccandola.

Altro discorso se il sudore freddo è associato a dolore toracico perché potrebbe essere il segnale di situazioni più gravi come infarto o embolia polmonare.



PREVENZIONE E SALUTE

ANANAS, RIDUCE le INFIAMMAZIONI e le COLITI, MA ATTENZIONE agli EFFETTI COLLATERALI

*L'ananas (nome scientifico *Ananas comosus*) è una pianta della famiglia delle bromeliacee, originaria delle foreste tropicali dell'America centrale e oggi coltivata in quasi tutti i Paesi a clima tropicale e subtropicale.*



Se ne utilizza il **frutto fresco** e il **gambo**, ricco di componenti enzimatici.

La **bromelina** è uno dei principi attivi cui è probabilmente attribuibile l'**azione antinfiammatoria** degli enzimi proteolitici estratti dall'ananas; essa presenta un'azione antinfiammatoria grazie all'inibizione della *trombossano sintetasi*, enzima che porta alla formazione di prostaglandine proinfiammatorie e trombossani.

La bromelina pertanto presenta **proprietà anticoagulanti** e quindi può, quando somministrata in pazienti trattati con anticoagulanti (es. *eparina, warfarin*) o antiaggreganti piastrinici (es. *aspirina*), **umentare il rischio di eccessivo sanguinamento**.

La bromelina può inoltre **umentare l'assorbimento di antibiotici**, quali *tetracicline* ed *amoxicillina*.

Le sue **indicazioni cliniche** sono molteplici e solitamente essa viene **somministrata da sola o in associazione con altri ingredienti nutraceutici** (tra i quali i più comuni sono tripsina e rutina).

La principale azione terapeutica è riservata ai processi edemigeni di natura flogistica in campo medico e chirurgica (utilizzata nel post-operatorio riduce infatti edema e dolore).

Vede inoltre altre applicazioni, anche se non tutte supportate da lavori scientifici adeguati:

- Alcuni **pediatri** la somministrano per **potenziare l'effetto di antibiotici**, poiché essa aumenta le concentrazioni plasmatiche degli stessi, permettendo una riduzione dei dosaggi terapeutici e quindi riducendo gli effetti collaterali.
- Presenta un **effetto antidiarroico**, quando questa affezione è sostenuta da batteri quali l'*Escherichia coli* o il *Vibione del colera*.
- Alcuni studi indicano che la bromelina **previene o minimizza la severità dell'angina pectoris**.
- È utilizzata in **coliti** e disordini enterici.
- Grazie ai suoi effetti sull'aggregazione piastrinica e al suo effetto fibrinolitico ha un'**azione antitrombotica** ed è adiuvante, insieme ai farmaci specifici, nella **terapia delle ischemie**.
- Un recente studio condotto su bambini con **sinusite acuta** ha mostrato una buona remissione dei sintomi, oltre ad una durata ridotta, sul risolvimento della patologia.
- In pazienti con **artrite reumatoide** sembra avere un discreto **potenziale antinfiammatorio** ed è meglio tollerata dei farmaci utilizzati e consigliati dalle linee guida (es. *naproxene, piroxicam, ketoprofene* ecc).
- Applicata sotto forma di crema (al 35%) può essere efficace per eliminare il tessuto necrotico ed accelerare pertanto la **guarigione delle ferite**.

Se ne sconsiglia l'uso in pazienti ipertesi (può indurre **tachicardia**), **emofiliaci**, con **diatesi emorragiche**, con **ulcera peptica**.

Come altri enzimi proteolitici, può causare **allergie IgE-mediate a carico del sistema respiratorio**.

L'uso topico in crema può dare **fenomeni di sensibilizzazione**, in tal caso occorre interrompere il trattamento e istituire una terapia idonea.

Esistono pochi studi sulla sicurezza **in gravidanza e durante l'allattamento** ed è quindi da usare solo in caso di **effettiva necessità**.

(Salute, Oggi)

SCIENZA E SALUTE**MOZZARELLA di BUFALA NON va in FRIGO:
PEGGIORA ed è ANCHE MENO SANA**

La mozzarella di bufala «peggiora se conservata in frigorifero» ed è anche «meno sana»

Nell'arco delle 24 ore sia a livello chimico che dal lato dell'analisi sensoriale «la scelta migliore risulta essere quella di **conservare la mozzarella a temperatura ambiente**».

È quanto ha dimostrato uno studio che ha analizzato dei campioni di mozzarella di bufala per osservare la differenza tra quelle conservate in frigorifero e quelle mantenute a temperatura ambiente.

Sono state realizzate analisi chimiche, microbiologiche e sensoriali sulle mozzarelle.

«Lo studio nasce dall'esigenza di informare tutti coloro che, per paura della proliferazione batterica, conservano la mozzarella di bufala in frigorifero a discapito della sua qualità –

La mozzarella di bufala

- **conservata in frigorifero perde profumo e consistenza,**
- **nella mozzarella di bufala conservata a temperatura ambiente,** gli acidi grassi (che inizialmente sono saturi) grazie a degli enzimi migliorano la loro natura e diventano *precursori di omega 3 e omega 6 con miglioramenti dal punto di vista nutrizionale*».

«I 4 assaggiatori che hanno eseguito l'analisi - hanno valutato i seguenti parametri:

- ❖ **(Colore)** bianco perla.
- ❖ La mozzarella di bufala a differenza di quella vaccina non deve avere nessuna sfumatura che tende al paglierino;
- ❖ **(Aspetto Visivo)** liscio ed omogeneo in superficie, sfogliato e poroso internamente;
- ❖ **(Profumo)** muschiato e lattiginoso;
- ❖ **(Sapore)** acidità lattiginosa e sapida;
- ❖ **(Consistenza e Elasticità):** consistenza tenace alla masticazione».

«Dallo studio è emerso che la conservazione in frigo comporta una diminuzione del punteggio di tutti i parametri del prodotto presi in considerazione, coprendo addirittura il parametro profumo e facendo perdere elasticità al prodotto esaminato».

«Con il passare dei giorni, inoltre, la mozzarella conservata in un clima mite migliora chimicamente riuscendo ad aumentare il contenuto di acidi grassi mono e polinsaturi –

La temperatura di servizio gioca un ruolo fondamentale anche sotto l'aspetto del parametro sapore, perché il latte di bufala ha una percentuale di grasso superiore al latte vaccino:

le componenti grasse con il freddo tendono a cristallizzare, rilasciando in bocca una sensazione di grassezza invadente e non suadente come ci si aspetterebbe.

Ne consegue, quindi, che nell'arco delle 24 ore sia a livello chimico che dal lato dell'analisi sensoriale la scelta migliore risulta essere quella di conservare la mozzarella a temperatura ambiente».

(Salute, Il Mattino)



SCIENZA E SALUTE

ALTRO CHE MORFINA. GLI AMICI SONO IL VERO ANTIDOLORIFICO

L'epatocarcinoma è il più comune tumore primitivo del fegato.

L'**amicizia** meglio della **Morfina**?

Chi riesce a tollerare meglio il **dolore** beneficerebbe di una **rete sociale** più ampia.

È la conclusione di uno studio della University of Oxford (Regno Unito) pubblicato su *Scientific Reports*.

I ricercatori hanno condotto dei test su 101 persone fra i 18 e i 34 anni di età.

Ai volontari è stato chiesto di rispondere a un questionario sulla loro personalità, lo stile di vita e le relazioni sociali, quanti amici avessero e quanto spesso li vedessero.

Hanno poi eseguito una sorta di "test del dolore":

❖ **cercare di mantenere una posizione piuttosto scomoda il più a lungo possibile.**

Dovevano restare accovacciati contro con la schiena dritta contro il muro e le ginocchia piegate a 90 gradi.

Il test era una misura indiretta dell'attivazione del sistema degli **oppioidi endogeni** (un sistema con un'alta variabilità individuale, con differenze fra il 30 e il 50%) che ha infatti azione analgesica.

Più il soggetto resisteva, più questo implicava una tolleranza maggiore del dolore e quindi un'attivazione maggiore del sistema degli oppioidi endogeni.

Ebbene, dai risultati è emerso che le persone che riuscivano a tollerare a lungo il dolore fisico in quella posizione insolita erano proprio quelli con una rete sociale più ampia.

È CORRETTO DEFINIRE LE ENDORFINE "ANTIDOLORIFICI NATURALI"?

«Le **ENDORFINE** sono dei neurotrasmettitori che si legano ai **recettori endogeni degli oppioidi** e hanno sicuramente un'azione analgesica, quindi aiutano nella tolleranza del dolore, ma hanno anche un ruolo nei circuiti che regolano piacere e ricompensa.

Non è casuale che l'attività di questo sistema sia legata ad uno stato di benessere fisico e psichico e che sostanze esogene che si legano a questo sistema, come la morfina, siano dei potenti **antidolorifici** ma anche delle note sostanze di abuso.

Nuove evidenze indicano come questo sistema sia implicato anche nella costruzione dei legami sociali».

Cosa ha valutato lo studio?

«Lo studio ha associato la variabilità del livello di attività individuale del sistema oppioide endogeno con l'ampiezza della rete sociale dei partecipanti.

Il test al quale sono stati sottoposti è indirettamente un indice della tolleranza al dolore e, quindi, del livello di attività del sistema oppioide endogeno», spiega lo specialista.

«E' stato visto che chi ha un sistema più sviluppato ha anche la tendenza ad avere reti sociali più ampie».

AVERE PIÙ AMICI È "TERAPEUTICO"?

«Forse è più corretto dire questo: avere un'ampia e solida rete sociale aumenta il livello di supporto sociale particolarmente utile in condizioni di difficoltà e stress.

Una persona che può godere di un consistente gruppo di **amici** è più resiliente e meglio protetto da questo rischio. Un fattore biologico coinvolto nella creazione della rete sociale sembrerebbe essere proprio il sistema degli oppioidi endogeni.

Questo sistema potrebbe essere un target per la terapia di quelle condizioni caratterizzate da ritiro sociale, difficoltà nelle relazioni sociali e *anedonia*». (*Salute, Humanitas*)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



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

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Pubblicazione Annuncio
Giugliano	FT/PT	334 3569309	23 Gennaio
Sorrento	FT/PT	349 120 7902	23 Gennaio
Quarto	FT/PT	farmadelsole@gmail.com	23 Gennaio
Napoli Vomero	FT/PT	340 349 3386	23 Gennaio
Napoli - Ponticelli	FT/PT	335 132 7702	23 Gennaio
Casoria	FT/PT	339 525 2872	23 Gennaio
Napoli Centro	FT/PT	349 817 5664	23 Gennaio
Vico Equense	FT/PT	329 785 9490	23 Gennaio
Casoria	FT/PT	Ines.larosa@farmaciameo.com	23 Gennaio
Napoli - Pianura	FT/PT	339 201 1202	18 Gennaio
Napoli - Soccavo	Notturmo	347 150 6885	18 Gennaio
Napoli – Colli Aminei	FT/PT	guarinov@farmaciaguarino.191.it	18 Gennaio
Napoli - Vomero	FT/PT	direzione@farmaciacannone.net	12 Gennaio
Napoli - Agnano	FT/PT	Roberto.pignatiello@farmaciameo.com	12 Gennaio
S. Giuseppe Vesuviano	FT	333 411 7718	12 Gennaio
Napoli	FT/PT	340 861 1863	12 Gennaio

CONVEGNO CAPRI PHARMA 2023

Capri 14 – 16 Aprile

L'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli ha organizzato il Congresso **"CAPRI PHARMA 2023 – Terza Edizione"**

L'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli ha organizzato il Congresso **"CAPRI PHARMA 2023 – III° Edizione"** che si terrà a Capri – dal **14 al 16 Aprile 2023** presso la sede **Hotel Quisisana**.



COME
PARTECIPARE

Nei prossimi
giorni saranno
pubblicate le
informazioni
necessarie per
la
partecipazione

Capri
MED

2023
**CAPRI
PHARMA**[®]
TERZA EDIZIONE

Capri, 14-16 aprile 2023

ORDINE DEI FARMACISTI
DELLA PROVINCIA DI NAPOLI

ORDINE di NAPOLI

AUTOFORMAZIONE ed ECM: come Ottenere i Crediti ECM

Autoformazione e farmaDAY

Al fine di incoraggiare le modalità di aggiornamento professionale basate sull'autoapprendimento, si informa che Codesto Ordine ha deciso di **assegnare una percentuale di crediti formativi** per la partecipazione alle seguenti tipologie di attività specifiche della professione di farmacista:



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli



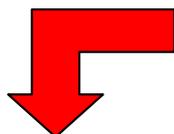
Il notiziario in tempo reale per il farmacista a cura del Prof. Vincenzo Santagada

1. Lettura della pubblicazione della Rivista Ufficiale dell'Ordine "**farmaDAY**" in *versione digitale*, consentirà di acquisire un massimo di **25 Crediti ECM** all'anno.

2. La partecipazione ad eventi di volontariato svolti presso l'associazione "**Un Farmaco per Tutti**" e "**Una Visita per Tutti**", consentirà di acquisire **1 Credito ECM** per ogni ora di attività fino ad un massimale di *30 ore di impegno*.



3. La partecipazione ad attività di **Tirocinio Professionale** pre laurea consentirà di acquisire un massimo di **25 Crediti ECM** all'anno.



COME FARE PER PARTECIPARE

Per usufruire di questo innovativo servizio gratuito è sufficiente contattare la Nostra segreteria ECM all'indirizzo mail:

infoecm.ordna@gmail.com

che provvederà ad inviarVi la documentazione necessaria e tutte le informazioni relative.