



farma DAY



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

Anno XI – Numero 2471

Lunedì 22 Maggio 2023 – S. Rita da Cascia

AVVISO

Ordine

1. Bacheca: annunci lavoro
2. Fondazione Ordine Farmacisti Provincia di Napoli: dona il Tuo 5X1000
3. Corsi ECM - 2023

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. Oggi ci si bacia di più o di meno di ieri?
5. Nel Regno Unito è nato il primo Bambino con il DNA di tre Persone
6. Che cosa succede al tuo corpo (e alla salute) quando mangi peperoncino.



7. Come si riconosce l'intolleranza al lattosio? i sintomi e i test da fare.

GUACCI.

LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA AL SERVIZIO DELLE FARMACIE.



Proverbio di oggi.....

Ricett' u papece a noce...ramm u timp che t' spurto

OGGI CI SI BACIA DI PIÙ O DI MENO DI IERI?

Bacio in pubblico: il bacio come segno di affetto ha origini millenarie e sembra derivi dall'abitudine delle donne di svezzare i figli passando nella loro bocca il cibo già masticato.

Baciare è quindi un istinto molto antico (anche se non è diffuso in tutte le culture) e il baciarsi di più o di meno in determinati periodi storici è dipeso da influenze culturali.

DIVIETI, ALITOSI E TABÙ:

oggi, per es., ci **si bacia certamente di più in pubblico** rispetto a quanto avveniva prima

della liberazione sessuale degli anni '60-70, quando questo gesto era considerato disdicevole ed era persino punito dalla legge.

Nel privato, tuttavia, il bacio era diffuso quanto oggi.

Alcuni storici sostengono tuttavia che il bacio sulla bocca fosse molto meno praticato nei secoli passati, quando non era stata ancora sconfitta l'alitosi.....

Certamente, *era poco frequente nel Medioevo*, perché la Chiesa considerava il bacio "passionale", anche tra coniugi, un peccato mortale.

(Ansa)



Banca del Fucino
1923 | 2023

+Health & Pharma
Servizi bancari per il mondo del Pharma

SCOPRI DI PIÙ

SCIENZA E SALUTE

Nel Regno Unito è nato il primo Bambino con il DNA di tre Persone

Una tecnica di fecondazione assistita ricorre alla donazione di mitocondri con il loro DNA per evitare di trasmettere malattie sulla linea materna

Nel Regno Unito è da poco venuto al mondo almeno un bambino con il DNA di tre persone - figlio di una tecnica di *fecondazione in vitro* studiata appositamente per evitare il passaggio di gravi malattie genetiche dalla madre al neonato.

La procedura che si chiama **donazione mitocondriale** era stata approvata Oltremarica nel 2015 ed è possibile soltanto in una clinica (*Newcastle Fertility Center*), dove è somministrata previa una valutazione caso per caso.

Nel 2018 il comitato responsabile, lo *Human Fertilisation and Embryology Authority* (HFEA), aveva dato il via libera a 30 coppie per questo tipo di trattamento, poi rimandato a causa della pandemia, e ora sul Guardian è arrivata la conferma della nascita dei primi "three-parent babies", bambini con il DNA di tre persone.

DONAZIONE MITOCONDRIALE: IN CHE COSA CONSISTE?

Questa variazione **delle normali tecniche di fecondazione in vitro** prevede la **sostituzione del DNA della madre con quello di una donatrice**, per scongiurare la trasmissione di malattie mitocondriali, patologie che coinvolgono i mitocondri, organelli cellulari che hanno il compito di produrre energia. Ne esistono a centinaia e sono molto variabili, ma di solito coinvolgono cuore, il fegato, gli occhi, i muscoli, cervello o più di uno di questi organi, tra quelli che richiedono maggiore energia per funzionare.

La maggior parte degli oltre 20mila geni dell'uomo si trova racchiusa nel nucleo di quasi ogni cellula dell'organismo, ma una piccola parte di essi è disseminata in migliaia di mitocondri, con il proprio DNA, che si trovano attorno ai nuclei cellulari. Poiché il DNA mitocondriale è ereditato esclusivamente dalla madre, le donne portatrici di mutazioni dannose nei mitocondri possono trasmettere queste alterazioni e le malattie connesse ai loro figli.

Alcuni bambini possono ereditare soltanto una piccola porzione dei mitocondri mutati e nascere sani, ma altri possono ereditarne di più e soffrire di malattie genetiche per le quali non esistono terapie risoltrici. Si stima che queste patologie genetiche riguardino un bambino ogni 5.000.

CAMBIO DI NUCLEO. La procedura comporta molteplici passaggi. Gli spermatozoi del padre vengono usati per fertilizzare le cellule uovo della madre e quelle di una donatrice sana. Il nucleo della cellula uovo fertilizzata della donatrice viene rimosso assieme al suo materiale genetico, e sostituito con il nucleo dell'ovulo fecondato della madre, che contiene dunque il materiale genetico della coppia.

L'ovulo fecondato che risulta dopo questi cambi, e che sarà impiantato nell'utero materno, ha il completo set di cromosomi di entrambi i genitori, ma anche i mitocondri sani della donatrice anziché quelli potenzialmente difettosi della madre.

SOLO UNA MANCIATA DI GENI ESTERNI. Anche se l'embrione risultante ha il materiale genetico di tre persone, soltanto una piccola parte - corrispondente a circa 37 geni - proviene dalla donatrice: la locuzione "three-parent baby" coniata per indicare questi bambini è quindi poco calzante, visto che il 99,8% del DNA dei nuovi nati proviene dai genitori.

DOVE SI PRATICA LA PROCEDURA. La tecnica, che non è esente da rischi - esiste infatti una piccola probabilità che un piccolo numero di mitocondri danneggiati passi inevitabilmente alla cellula uovo della donatrice e all'embrione finale, moltiplicandosi nel corso della gravidanza - è già stata utilizzata in passato negli USA e in Messico su un piccolo numero di casi. Il Regno Unito è l'unico Paese finora ad averla eseguita in un contesto formalmente regolato. (*Salute, Focus*)



PREVENZIONE E SALUTE

Come si riconosce l'INTOLLERANZA AL LATTOSIO? I Sintomi e i test da fare

Abbiamo imparato a bere il latte per sopravvivere a carestie e infezioni circa 5mila anni fa. Tuttora però sono ancora moltissime le persone che non hanno l'enzima per digerire il lattosio. In alcuni casi il latte può essere reintrodotta gradualmente

Non è stato il maggior consumo di latte e latticini associato all'**allevamento di animali** a far comparire il **gene che ci ha reso capaci di digerire il lattosio** anche da adulti: il fattore che ha messo «il turbo» all'evoluzione, facendo diffondere la tolleranza al lattosio in una gran quantità di umani in poco più di 4mila anni, è stata la necessità di sopravvivere a **carestie e infezioni**.

Perché si diventa intolleranti al lattosio

Lo hanno scoperto ricercatori inglesi che hanno tracciato l'uso del **latte nell'arco degli ultimi 9mila anni**: in periodi di scarsi raccolti o quando si diffondevano le malattie, chi non riusciva a tollerarlo soccombeva e questo ha permesso alla tolleranza al lattosio di essere rapidamente selezionata per restare. La tolleranza al lattosio dipende dall'**enzima lattasi**, che è prodotto nell'intestino tenue e scinde il lattosio in due monosaccaridi, **galattosio e glucosio**, così da renderne possibile l'assorbimento; **se l'enzima è carente o mancante il lattosio si accumula nell'intestino** dove richiama acqua e diventa cibo per batteri che lo fermentano **producendo gas**. In chi è tollerante l'espressione del gene per l'enzima non diminuisce o scompare nel corso della vita, come invece accade agli intolleranti; nonostante la pressione evolutiva dovuta a carestie e infezioni abbia fatto sì che oggi moltissimi siano capaci di consumare lattosio senza problemi, **gli intolleranti sono comunque numerosi**.

I sintomi dell'intolleranza

In Italia si stima un deficit di lattasi più o meno accentuato in circa **il 50 per cento** della popolazione, anche se solo **il 30-50 per cento** delle persone intolleranti ha i **sintomi** ovvero **gonfiore, dolore, meteorismo, stitichezza o diarrea** di intensità variabile anche a seconda del deficit più o meno importante di lattasi. I sintomi si manifestano **da trenta minuti a due ore dopo** il consumo, anche a seconda del cibo con cui si consuma lattosio: se per esempio si introduce assieme ai carboidrati, soprattutto semplici, lo svuotamento gastrico è rapido e così l'insorgenza dei disturbi.

Intolleranza al lattosio: il test per la diagnosi

Se si sospetta di essere intolleranti, il **breath test** è l'unico esame per una corretta diagnosi. È molto semplice, basta espirare in un **palloncino** dopo aver consumato lattosio: si registra così nel respiro la presenza di gas indicativi dell'incapacità di digerire questo zucchero. Esiste anche un test per l'analisi del gene della lattasi, che valuta se si abbiano entrambe le copie del gene mutate e quindi vi sia una probabilità elevata di andare incontro all'intolleranza perché la sua espressione calerà nel tempo; non è alternativo ma complementare e può servire nei bambini, se non riescono a eseguire bene il breath test.

Ci si può «educare» al lattosio La lattasi è però un enzima «inducibile», ovvero l'organismo la produce anche **in base al consumo** dell'alimento per il quale serve: se smettiamo del tutto di mangiare latticini piano piano la quantità di lattasi si riduce; poi, se si reintroducono all'improvviso, possono comparire i sintomi dell'intolleranza perché la quantità di enzima non è sufficiente a digerirli. Anche per questo è **teoricamente possibile ripristinare la produzione di lattasi**, anche se non è un processo immediato: serve aumentare progressivamente la dose di lattosio per indurre la sintesi dell'enzima partendo da minime quantità di latte ai pasti, due o tre volte al giorno. (*Salute, Corriere*)



SCIENZA E SALUTE

Che cosa succede al tuo CORPO (e alla salute) quando MANGI PEPERONCINO

Le reazioni fastidiose come sudorazione, bruciore o mal di stomaco cambiano in base all'abitudine e al Dna. Mangiare piccante ha provati benefici per la salute. I rimedi di emergenza per quando si esagera

Molte persone amano aggiungere una **manciata di pepe** o una **spolverata di peperoncino** per dare quel tocco in più e vivacizzare il gusto dei piatti stimolando i recettori del caldo sulla lingua e che provocano quella sensazione, per molti piacevole, di **bruciore sulle labbra, in bocca in gola**.

«Una premessa è però d'obbligo - avverte **Stefano Erzegovesi**, nutrizionista e psichiatra - la tolleranza al gusto piccante è **regolata geneticamente**, motivo per cui una persona calabrese o messicana potrà tollerare livelli di piccantezza che in altre persone causerebbero una gastroenterite e una cistite devastanti».



Ma che conseguenze può avere sul nostro organismo consumare peperoncino piccante?

La sudorazione

La reazione è quasi immediata: si prova una sensazione di bruciore in bocca, in gola, si diventa rossi e si inizia a **sudare**. «Uno dei recettori a cui si lega la **capsaicina** (il principale alcaloide del peperoncino) - è infatti il recettore a canale ionico TRPV1, lo stesso **recettore** sensibile agli **aumenti di temperatura** e agli **stimoli dolorosi**. Il **cervello**, quindi, registra l'arrivo della capsaicina come un segnale del tipo "allerta da caldo", quindi sudorazione». In sostanza la capsaicina induce l'organismo a credere che la temperatura sia aumentata, e quindi il cervello pensa di aver bisogno di disperdere calore.

E l'uomo lo fa principalmente sudando. Anche altre sostanze chimiche presenti nel **pepe**, nel **rafano**, nella **senape** innescano lo stesso meccanismo, ma in modo meno potente.

«Per questo motivo le spezie sono quindi utili nei paesi caldi: oltre ad avere un effetto antisettico, facilitano la dispersione di calore» aggiunge il nutrizionista.

Fastidi gastrointestinali

Mangiare cibi piccanti con moderazione è generalmente sicuro per le persone che non hanno già problemi di stomaco. Tuttavia, può causare infiammazione nelle aree che aiutano la digestione e talvolta può portare a **bruciore di stomaco, mal di stomaco o diarrea**.

Le persone con **gastrite** possono essere particolarmente sensibili all'aumento del **dolore addominale**. «L'effetto "calore" - comporta un aumento dell'irrorazione sanguigna a livello delle mucose del tubo digerente. Non ci sono problemi se le mucose sono integre e o se la quantità di capsaicina è bassa.

Ma se la concentrazione di capsaicina è alta o se si soffre di gastrite o **colon irritabile** sono quasi inevitabili problemi di reflusso acido, mal di stomaco, mal di pancia e diarrea».

Benefici per la salute

Gli studi hanno dimostrato che **il consumo di cibi piccanti può essere associato ad alcuni benefici per la salute.**

«Gli effetti benefici del peperoncino, in particolare del suo principio attivo, la capsaicina, sono moltissimi e documentati — a partire dal fatto che **stimola la produzione del grasso bruno**, che accelera il metabolismo e fa dunque consumare più calorie. Inoltre, migliora le **Hdl**, il cosiddetto **colesterolo buono**, **riduce i trigliceridi** e la proteina C-reattiva, quindi ostacola le molecole pro-infiammatorie e ha un **effetto protettivo sulle malattie aterosclerotiche**, effetto che lo rende un alleato importante per prevenire le malattie cardiovascolari.

La capsaicina agisce anche sulla sostanza P, un mediatore del segnale doloroso e con effetti sul mal di testa, il mal di denti e ogni genere di dolore».

Un recente studio ha rilevato che l'assunzione di un **supplemento giornaliero di capsaicina** ha accelerato il metabolismo e i partecipanti hanno bruciato l'equivalente di 200 calorie in più al giorno per due settimane. «È comunque un lavoro da prendere con le pinze - perché la quantità giornaliera necessaria di capsaicina, corrispondente a **4-5 peperoncini Habanero**, disturberebbe la pancia della maggioranza di noi italiani».

Il peperoncino è stato associato anche a un minor rischio di tumore tuttavia - **tutte le spezie** hanno un **effetto antiossidante e antinfiammatorio**, anche senza l'effetto della capsaicina.

Quindi non è necessario che la spezia da aggiungere sia il peperoncino.

Il peperoncino rosso piccante possiede anche **proprietà antibatteriche e antiossidanti** che possono influire positivamente sulla flora intestinale.

Naturalmente per gli effetti protettivi contano molto sia le quantità (*un conto è una spruzzata sulla pasta, un altro è assumere dosi massicce come fanno ad esempio le popolazioni in sud America*) sia la differenza tra i peperoncini in termini di piccantezza.

Che cosa fare quando si esagera con il piccante

Che cosa fare se si esagera con il piccante? Se si ingoia un boccone con più spezie di quelle che si possono sopportare è suggerito **assumere qualcosa con un alto contenuto di grassi.**

«La capsaicina è infatti un **composto liposolubile** - sottolinea il nutrizionista - quindi l'acqua ci "scivola sopra" e non ha effetto. Meglio optare per pezzetto di pane e burro. Io uso, come rimedio di "pronto soccorso", la panna montata spray:

- *un cucchiaino colmo, da "massaggiare" tramite la lingua su tutte le mucose della bocca».*

Infine va ricordato che la **capsaicina è concentrata nei semi**: eliminarli o toglierne alcuni prima di aggiungere il peperoncino a una pietanza, è il modo migliore per limitare il bruciore.

Un po' di piccante nella dieta

Visti gli effetti benefici di questa spezia, l'utilizzo del peperoncino a tavola potrebbe diventare una raccomandazione alimentare?

«Il consiglio è rispettare il nostro palato, il nostro Dna e la nostra pancia. Il peperoncino può far bene alla salute sulla base di vari studi scientifici, ma se vi lascia una sensazione sgradevole al palato o alla pancia, meglio scegliere spezie di tipo diverso» conclude Stefano Erzegovesi.

(Salute, Corriere)

CAPSAICINA: UN ALLEATO PICCANTE



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
Napoli - Centro	FT/PT	danilo.alfano@farmaciameo.com	22 Maggio
Portici	FT/PT	388 752 6483	15 Maggio
Napoli - Ponticelli	FT/PT	339 659 0618	15 Maggio
Napoli - Capodimonte	FT/PT	335 795 8457	15 Maggio
Quarto	FT/PT	333 634 0521	15 Maggio
Forio di Ischia	FT/PT	331 905 5769	15 Maggio
Capri	FT/PT	329 019 4506	15 Maggio
Napoli - Piscinola	FT/PT	331 157 0874	15 Maggio
Napoli - Scampia	FT/PT	335 549 9705	9 Maggio
Pozzuoli	FT/PT	333 674 5300	9 Maggio
Napoli - Stazione	FT/PT	335 667 3721	9 Maggio
Torre del Greco	FT/PT	366 108 5904	9 Maggio
Portici	FT/PT	366 108 5904	9 Maggio
Napoli - Vomero	FT/PT	338 279 3768	03 Maggio
Pollena Trocchia	FT/PT	334 388 3429	02 Maggio
Casoria	FT/PT	339 525 2872	02 Maggio

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

Anche per l'anno **2023** sarà possibile destinare una quota pari al **5 per mille** dell'Irpef alla Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti della provincia di Napoli, **per valorizzare la professione del farmacista e per sostenerne tutte le attività di carattere sociale promosse dall'Ordine.**

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

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. 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 _____ 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>	

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.



ORDINANZA MUR: Esami di STATO per i Farmacisti il 26 luglio e 16 novembre



Con ordinanza a firma della ministra dell'Università e Ricerca, Anna Maria Bernini, il cui testo è disponibile sul sito dell'Ordine, sono state fissate le date della **prima e seconda sessione** degli esami di Stato di abilitazione all'esercizio delle professioni di farmacista, odontoiatra, veterinario, tecnologo alimentare, fissate rispettivamente il **26 luglio e il 16 novembre 2023**.

ORDINE: Cronoprogramma sulla formazione ECM 2023

La partecipazione è sia in presenza sia a distanza su piattaforma zoom.



ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI

Presidente:
Prof. Vincenzo Santagada



RICONOSCERE LE DIPENDENZE

APRILE

Giovedì 20/04/2023 ore 21:00 - Prof. F. Curcio
Come riconoscere il disagio giovanile e le strategie di intervento
Classificazione delle Dipendenze

Giovedì 27/04/2023 ore 21:00 - Prof. A. Miccichè
Dipendenze giovanili: le nuove droghe, queste sconosciute

MAGGIO

Giovedì 04/05/2023 ore 21:00 - Prof. G. Di Petta, Prof. F. Auriemma
Dipendenze da sostanze: meccanismi psicopatologici
Dipendenze da Alcol, Farmaci, Fumo

Giovedì 11/05/2023 ore 21:00
Prof. A. Miccichè, Prof.ssa A. Grandinetti, Prof. L. Carnile
Dipendenze Giovanili
Internet Addiction Disorder, Ludopatie, Pornografie,
Dipendenze affettive, Dipendenze dal Lavoro

Giovedì 18/05/2023 ore 21:00 - Prof.ssa A. Miro
Cannabinoidi: non solo dipendenza!

Giovedì 25/05/2023 ore 21:00 - Prof. A. Raggi, Prof.ssa A. De Rosa
Dipendenza da Cibo: disturbi della sfera alimentare
Aspetti Psicologici e Clinici

▶▶▶ COME PARTECIPARE

IN PRESENZA presso la sede dell'Ordine dei Farmacisti, via Toledo 156 - Napoli
A DISTANZA sulla pagina Facebook dell'Ordine e su piattaforma Zoom,
il link sarà inviato tramite WhatsApp e pubblicato sulla pagina di **farmaDAY**

La partecipazione al corso consentirà l'acquisizione di 20 crediti ECM.


