



# farma DAY



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

Anno XIII – Numero 2613

Lunedì 26 Febbraio 2024 – S. Romeo

## AVVISO

### Ordine

- ❖ Bacheca: annunci lavoro

### Notizie in Rilievo

#### Scienza e Salute

- ❖ Una dieta troppo ricca di proteine potrebbe danneggiare le arterie
- ❖ Questi farmaci interagiscono? Te lo dice l'intelligenza artificiale
- ❖ UROFOBIA, il disagio che si prova quando si è in bagno e ci sono altre persone fuori
- ❖



#### Prevenzione e Salute

- ❖ ALITO CATTIVO? A volte può segnalare problemi di salute (anche seri)
- ❖ A cosa serve l'otturazione dentale



## Proverbio di oggi.....

'E chiacchiere s' 'e pporta 'o viento; 'e maccarune jengheno 'a panza

## Una DIETA troppo ricca di PROTEINE potrebbe danneggiare le ARTERIE

*La moda dei pasti ad alto contenuto di proteine (specialmente animali) potrebbe alla lunga contribuire all'aterosclerosi, l'indurimento delle arterie.*

Una dieta molto ricca di proteine può sembrare la soluzione ottimale per accelerare il metabolismo e [sviluppare la massa muscolare](#), ma potrebbe non essere la scelta ideale per la salute del cuore. L'eccesso di proteine potrebbe infatti aumentare il rischio di **aterosclerosi**, la perdita di elasticità delle pareti delle arterie: è quanto emerge da uno studio pubblicato su [Nature Metabolism](#).

**PROTEINE: QUANTO È TROPPO?** Attraverso una serie di esperimenti su colture cellulari, sui topi e su piccoli gruppi di volontari umani, gli scienziati dell'Università di Pittsburgh hanno dimostrato che consumare più del 22% delle calorie introdotte in proteine può iperattivare alcune cellule immunitarie che hanno un ruolo nella formazione delle placche distintive dell'**aterosclerosi**, composte prevalentemente di grassi e tessuto cicatriziale. Un amminoacido in particolare sembrerebbe guidare questo processo patologico che provoca l'indurimento delle arterie: è la *leucina*, contenuta soprattutto negli alimenti proteici di origine animale come carne, uova e latte.

**ACCUMULI PERICOLOSI.** La *leucina* sarebbe primariamente responsabile dell'attivazione dei macrofagi, cellule immunitarie incaricate di disfarsi dei residui cellulari: l'effetto negativo dell'amminoacido sull'attività dei macrofagi-spazzini porterebbe a un accumulo di questi scarti cellulari all'interno delle pareti dei vasi sanguigni e al progressivo peggioramento delle placche aterosclerotiche.

**LA GIUSTA QUANTITÀ.** restano comunque molti punti da chiarire: per es. se esista e quale sia la quantità ottimale di proteine da assumere per ottenere benefici senza rischi, e se vi sia un effetto negativo sulle arterie anche tra il 15% di calorie assunto attraverso le proteine e il 22% di proteine individuato nella ricerca come limite che sarebbe bene non oltrepassare. Inoltre, gli effetti sarebbero diversi se l'eccesso di proteine, fosse legato a cibi proteici di origine vegetale, e non animale?

## SCIENZA E SALUTE

## Questi FARMACI interagiscono? Te lo dice l'INTELLIGENZA ARTIFICIALE

*Un modello di IA messo a punto dal MIT prevede i meccanismi di interazione tra farmaci di uso comune che potrebbero influire sulla loro efficacia.*

Può capitare di dover assumere nello stesso giorno più [farmaci](#) per usi diversi. Come capire se sono compatibili?

Di certo chiedendolo al medico; ma non sempre i meccanismi di interazione tra farmaci sono chiari, anche agli addetti ai lavori. Usando un modello di [intelligenza artificiale](#) appositamente creato, un gruppo di scienziati dell'MIT del Brigham and Women's Hospital di Boston e della Duke University (Durham, Stati Uniti) è riuscito a **predire le interazioni** che potrebbero influire sull'efficacia dei medicinali.

La ricerca è stata pubblicata su [Nature Biomedical Engineering](#).

**TAXI CELLULARI.** Ogni farmaco assunto per bocca deve passare attraverso il rivestimento del tratto digerente, e lo fa attraverso **trasportatori**:

✓ *proteine della membrana cellulare che si legano a quella molecola e la "traghettano" dalla parte opposta.*

Quando due farmaci si affidano allo **stesso trasportatore** possono interferire l'uno con l'altro modificando i reciproci effetti e non andrebbero prescritti o assunti insieme.

Ecco perché conoscere le proteine incaricate di questo passaggio è importante.

### PER ESCLUSIONE.

Gli autori dello studio hanno studiato nel dettaglio l'assorbimento di 23 diversi farmaci esponendo tessuto di rivestimento intestinale di maiale alle diverse formulazioni, e focalizzandosi sul ruolo di tre trasportatori (proteine di membrana) noti.

Il team ha "silenziosamente" di volta in volta diverse combinazioni di proteine, riuscendo così a capire per quale "cancello" transitassero i vari farmaci.

«Ci sono più strade che i farmaci possono prendere attraverso i tessuti, ma noi non sappiamo quale scelgono. Possiamo chiudere le strade separatamente per capire, se sbarriamo questa via, il farmaco riesce a passare comunque? Se la risposta è sì, allora sta usando una strada diversa».

### SGAMBETTI TRA FARMACI NOTI.

Dopo questo allenamento, il sistema di IA ha imparato a prevedere quali farmaci avrebbero interagito con i diversi trasportatori, basandosi sulle somiglianze tra le strutture chimiche delle loro molecole.

Quindi, usando il modello, il team ha analizzato una nuova carrellata di 28 farmaci di uso comune e un'altra di 1.595 farmaci sperimentali, individuando quasi 2 milioni di potenziali interazioni.

Tra queste predizioni ne sono state confermate alcune finora sconosciute:

- per es. il fatto che un comune antibiotico usato anche contro le infezioni delle vie urinarie, la **doxiciclina**, può interagire con un comune anticoagulante, la **warfarina**, facendone aumentare i livelli nel sangue.

L'assorbimento della doxiciclina è a sua volta modificato dalla **digossina**, usata nel trattamento dei disturbi cardiaci, dal **levetiracetam**, impiegato contro l'epilessia, e dal **tacrolimus**, un immunosoppressore.

### NELLA RICERCA.

Oltre a chiarire la sicurezza di alcuni trattamenti farmacologici concomitanti, il modello di IA potrebbe servire a perfezionare la formulazione di nuovi farmaci, in modo da prevenire possibili interazioni e migliorarne l'assorbimento.

(Salute, Focus)



**PREVENZIONE E SALUTE**

# ALITO CATTIVO? A volte può segnalare problemi di salute (anche seri)

*Un rapido test del respiro può a volte addirittura salvare una vita: ad esempio il disturbo potrebbe dipendere da un cancro allo stomaco nelle sue fasi iniziali. Ecco i fattori più comuni che scatenano le reazioni responsabili del respiro «pesante»*

L'imbarazzante **alito cattivo** di frequente è associato ad alimentazione e abitudini poco salutari, come fumare. A volte però la sua persistenza potrebbe segnalare problemi di salute più seri.

Ecco i fattori che condizionano l'emissione del respiro pesante.

## **Il cibo**

Quando sminuzziamo **cibo in bocca**, aumentano i **batteri**, che possono emettere cattivi odori. **Cipolle, aglio e alcune spezie** sono cause comuni di un respiro poco gradevole. Questi alimenti entrano nel flusso sanguigno, arrivano ai polmoni e influenzano l'alito.

## **I prodotti del tabacco**

Il tabacco da fumo è noto per causare cattivo alito, ma anche i prodotti contenenti **tabacco in genere** come il tabacco da masticare.

## **Cattiva igiene orale**

Non usare il **filo interdentale o lavarsi i denti poco** regolarmente è una causa comune di alitosi perché i pezzi di cibo rimangono intrappolati in bocca. Anche la **lingua** può essere un'altra causa di alito cattivo sempre per la presenza di batteri che la ricoprono. Altro motivo la scarsa igiene in presenza di apparecchi dentistici.

## **Bocca secca**

Una condizione chiamata «secchezza delle fauci» è causa di alito cattivo perché la saliva è ridotta e non «pulisce».

La secchezza è una causa comune di alito cattivo la mattina, specialmente nelle persone che **dormono con la bocca aperta**. In genere favorisce un buon respiro **bere** molta acqua.

## **Farmaci**

**Alcuni farmaci** possono indirettamente produrre l'alitosi contribuendo alla secchezza delle fauci. Altri si scompongono nel corpo e rilasciano sostanze chimiche che possono arrivare al respiro.

## **Problemi dentali**

Infezioni dentali, carie, malattie alle gengive, ferite chirurgiche e denti da devitalizzare sono tutte cause di alitosi.

## **Tonsille e naso**

Le **placche bianche** che a volte si formano sulle tonsille sono ricoperte da batteri e quindi producono cattivo odore. Il catarro, muco, gocciolamento del naso e il raffreddore sono a loro volta cause di alitosi.

## **Reflusso e ulcera**

La **malattia da reflusso gastroesofageo** influisce sull'alito, come anche l'ulcera.

Alcuni tipi di **cancro (allo stomaco)** e malattie metaboliche possono lasciare un caratteristico odore e una sensazione in bocca come di sapore «metallico».

*(Salute, Corriere)*



## SCIENZA E SALUTE

# UROFOBIA, il disagio che si prova quando si è in bagno e ci sono altre persone fuori

*Lo psicoterapeuta: «La persona può essere "bloccata" da convinzioni non realistiche legate, per esempio, a una distorsione della propria immagine corporea»*

Il timore di usare il bagno pubblico può trasformarsi in una vera e propria forma di ansia. Si chiama **urofobia** o **sindrome della vescica timida**, *paruresis* in lingua inglese.

«Il Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali (DSM-5), elaborato dall'Associazione psichiatrica americana, definisce una **fobia specifica**, come quella del sangue, degli animali o degli aghi, quella condizione chiara in cui c'è una **paura persistente e sproporzionata** rispetto a un oggetto o a una situazione.

Nonostante il nome possa ingannare, l'urofobia non è una fobia specifica, nonostante alcuni la considerino come una condizione a sé stante», specifica Davide Carlotta, psicologo psicoterapeuta, facoltà di Psicologia dell'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano.

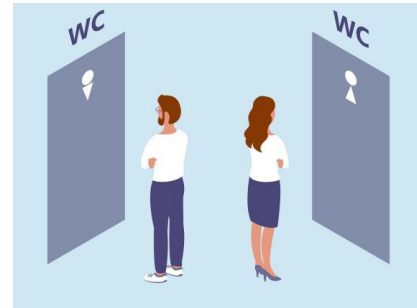
## Disturbi d'ansia

Di che cosa si tratta? «Può essere un sintomo di un'altra condizione, nota come **fobia sociale** la quale rientra tra i disturbi d'ansia. Riconosciuta a livello scientifico, indica **una marcata paura nelle situazioni in cui il soggetto è esposto al possibile giudizio altrui**. Nel caso specifico del bagno, questo può tradursi nell'incapacità di urinare o di avere una minzione efficace se sono presenti altre persone nelle vicinanze che possono vedere o sentire mentre si è nella toilette e, di conseguenza, far nascere il timore di essere valutati negativamente». Gli urofobici possono, nelle situazioni più serie, **limitare anche molto la vita sociale**. «La persona mette in atto condotte di evitamento per non aver bisogno di andare in bagno, come bere poco quando è in giro, non frequentare ristoranti, cinema o locali— conferma Carlotta—. Questo atteggiamento impedisce al soggetto di aggiornare i propri schemi e di migliorare il proprio stato di ansia perché non si espone mai a un possibile risultato diverso».

**Rimedi** Ci sono diverse strategie per affrontare il problema. «Quella principale è l'esposizione in vivo, **un intervento di tipo comportamentale** — spiega lo psicologo —. Il soggetto viene a poco a poco esposto alla situazione temuta per indebolire l'associazione tra la condizione di bagno pubblico e la risposta di ansia. Si può, per esempio, stimolare la persona con *paruresis* a usare il bagno in casa di altri, prima senza nessuno vicino, poi con persone nella stanza accanto, poi dietro la porta. Per fare ciò, al soggetto possono essere insegnate tecniche per **gestire la risposta ansiosa** riducendola a un livello tollerabile. Altri interventi sono di tipo cognitivo. La persona può essere "bloccata" da convinzioni non realistiche legate, per esempio, a **una distorsione della propria immagine corporea** e vive con disagio l'espone parti solitamente private. In questo caso è importante lavorare sull'auto percezione di sé».

**Educazione** Nick Haslam, professore di Psicologia all'università di Melbourne (Australia), mette in luce il fatto che i genitori insegnano ai figli piccoli come l'atto di andare in bagno si fa isolato dagli altri, creando una sorta di tabù sull'argomento. «Alcune esperienze precoci, come **eventi spiacevoli legati al bagno**, possono avere un ruolo —. È importante ricostruire la storia di ogni paziente per poter formulare strategie di intervento personalizzate. «L'urofobia si può poi associare ad altre fobie, come quella dei **germi**, che può presentarsi in associazione, e che è però una condizione diversa: la persona non usa il bagno pubblico per il rischio di esporsi a virus e batteri». Il disturbo è diffuso più di quanto si possa essere portati a pensare. «I dati di prevalenza sono molto variabili, le stime più affidabili vanno **dal 3% al 6% della popolazione**.

Si sa, poi, che la fobia sociale colpisce di più le donne anche se, rispetto agli uomini, la differenza è di pochi punti percentuali». (*Salute, Corriere*)



**PREVENZIONE E SALUTE****A COSA SERVE L'OTTURAZIONE DENTALE**

*Chi ama consumare dolci e bevande zuccherate, deve prestare attenzione alla salute dei denti.*

Questa sostanza, tanto amata da adulti quanto dai bambini, può portare all'insorgenza della carie, malattia orale che danneggia l'integrità del sorriso.

Quando questo succede, c'è una soluzione per ripristinare l'estetica e la funzionalità dei denti, ovvero l'**otturazione dentale**.

Approfondiamo l'argomento insieme agli odontoiatri del **Dental Center** di Humanitas Rozzano.

**Otturazione: a cosa serve?**

L'**otturazione dentale** è una procedura che viene utilizzata in ambito odontoiatrico per ricostruire alcune parti del sorriso danneggiate dalla carie.

Questa malattia orale può causare danni di una certa importanza: infatti, i batteri cariogeni si nutrono dello zucchero, agendo sui denti e perforandoli in profondità fino a raggiungere, nei casi più gravi, la polpa.

Quando questo accade il dentista interviene sul danno in due fasi:

- ✓ *prima di tutto **pulisce il dente** dai batteri cariogeni;*
- ✓ *dopodiché, per prevenire un ulteriore processo cariogeno, **sigilla gli spazi dentali** con un apposito materiale.*

La **carie** è un processo che può essere arrestato solo con l'intervento del dentista che andrà a rimuovere la fonte del problema, ovvero i batteri. Posticipare la visita non fa altro che aggravare la situazione e rendere necessario un intervento invasivo.

**Quali materiali si utilizzano durante l'otturazione?**

È il dentista, in fase di prima visita, a valutare quale materiale utilizzare per sigillare il dente, in base alla gravità e all'estensione del danno causato dalla carie. I materiali più utilizzati al momento sono:

**✓ le resine composite.**

Si tratta di resine che vengono utilizzate principalmente per piccole otturazioni e permettono di ottenere un aspetto naturale, riproducendo il colore dei denti del paziente.

**✓ Le otturazioni in ceramica.**

Dette anche intarsi, sono un materiale antimacchia durevole negli anni, che riproduce la lucentezza e cromia dello smalto dentale del paziente.

La ceramica consente di scegliere una cromia il più vicina possibile alla propria dentatura rendendo l'otturazione quasi invisibile.

È importante ricordare che la carie è **spesso asintomatica** e difficile da individuare in autonomia.

Effettuare visite di controllo periodiche si fa fondamentale, per tenere monitorata la salute della bocca e dei denti.

*(Salute, Humanitas)*



## Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA

### ORDINE: BACHECA CERCO LAVORO

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

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Annuncio
Napoli – Piazza Dante	FT/PT	331 872 8897	20 Febbraio
Pozzuoli	FT/PT	331 333 9991	13 Febbraio
Giugliano – lago Patria	FT/PT	380 156 4663	13 Febbraio
Ercolano	FT/PT	farmaciasantadele@gmail.com	13 Febbraio
Napoli Ponticelli	FT/PT	info@farmaciaciardiello.it	13 Febbraio
Torre del Greco	FT/PT	333 431 9437	06 Febbraio
Napoli – centro	Notturmo	347 455 3537	06 Febbraio
S. Antimo	FT/PT	338 888 2543	06 Febbraio
Boscoreale	FT/PT	081 350 7443	06 Febbraio
Castellammare di Stabia	FT/PT	333 833 0707	23 Gennaio
Portici	FT/PT	333 704 7022	23 Gennaio
Acerra	FT/PT	333 597 8080	18 Gennaio
Napoli Chiaia	FT/PT	338 302 7917	18 Gennaio
Pozzuoli	FT/PT	334 940 4296	18 Gennaio
S. Antimo	FT/PT	347 729 4381	15 Gennaio
Napoli	FT/PT	338 800 8379	15 Gennaio
Napoli - Bagnoli	FT/PT	347 605 3939	15 Gennaio
Casalnuovo	FT/PT	333 781 1080	15 Gennaio
Napoli - Secondigliano	FT/PT	333 781 1080	15 Gennaio