



farmaDAY

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



FONDAZIONE
Ordine dei Farmacisti
della Provincia di Napoli - ETS

Anno XIII – Numero 2679

Lunedì 24 Giugno 2024 – Nativ. S. Giovanni

AVVISO

Ordine

- ❖ Ordine: Corsi ECM
- ❖ Bacheca: annunci lavoro

Notizie in Rilievo Scienza e Salute

- ❖ Il «test» dell'uovo: se rimane a galla significa che non è più buono?



Prevenzione e Salute

- ❖ I valori dei trigliceridi
- ❖ Artrite psoriasica: quali sono i sintomi
- ❖ TOXOPLASMOSI in gravidanza: i sintomi e come si prende.



**APRIRE UNA FARMACIA
NON È MAI STATO COSÌ
FACILE**

maggiori info su
farmavesuvio.it

Proverbio di oggi.....

I strunze saglieno semp 'a galle

IL «TEST» DELL'UOVO: SE RIMANE A GALLA SIGNIFICA CHE NON È PIÙ BUONO?

Mano mano che l'uovo invecchia la traspirazione che avviene tra guscio e ambiente fa in modo che evapori una piccola parte di acqua che viene sostituita dall'aria



Pubblichiamo la domanda inviata da un lettore al forum Nutrizione e la risposta data dal nostro esperto, il dottor **Andrea Ghiselli**, dirigente di ricerca del Centro CREA - Alimenti e nutrizione e presidente della Società Italiana di Scienze dell'Alimentazione.

Domanda: Buongiorno Dottore, ho un dubbio (che mi porto dietro da anni), forse lei può aiutarmi. E' vero che per vedere se un uovo è fresco bisogna immergerlo in acqua e se viene a galla significa che non è più buono? Spesso succede che l'uovo, pur non galleggiando, tenda a salire, magari restando attaccato al lavandino solo di pochissimo: significa che è poco fresco? Grazie se potrà darmi certezze al riguardo.

Annamaria

Risposta: Le uova hanno un alto contenuto di acqua e quel poco di proteine che hanno fanno in modo che il peso specifico sia lievemente superiore all'acqua, ma non troppo. Quel poco però è sufficiente a farle andare a fondo quando si immergono in acqua. Mano mano che l'uovo invecchia la traspirazione che avviene tra guscio e ambiente fa in modo che evapori una piccola parte di acqua che viene sostituita dall'aria.

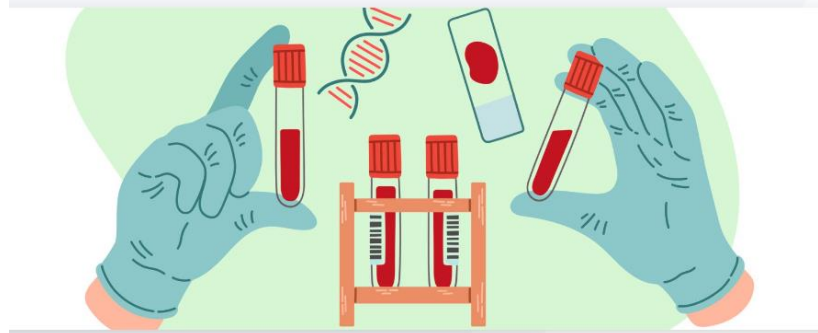
Quindi **più l'uovo è vecchio, meglio galleggia**. Questo non significa che non sia buono, solo che è più vecchio.

(Salute, Corriere)

PREVENZIONE E SALUTE

I VALORI DEI TRIGLICERIDI

*I **trigliceridi** sono i principali **grassi** presenti nell'organismo. Vengono accumulati, con funzione di riserva energetica, all'interno degli **adipociti**, le cellule che compongono il tessuto adiposo.*



Quasi tutti i trigliceridi presenti nel circolo sanguigno derivano dalla dieta (ne sono infatti ricchi i grassi animali e quelli vegetali), ma quando vengono consumati zuccheri e proteine in sovrabbondanza, per soddisfare le proprie esigenze energetiche “di riserva” è l'organismo stesso che, attraverso un complesso meccanismo, provvede a convertirli in trigliceridi.

Pertanto, una dieta ipercalorica comporterà inevitabilmente un incremento dei trigliceridi nel sangue (**ipertrigliceridemia**), favorendo l'insorgenza di **aterosclerosi**, **infarto cardiaco** e **ictus**, nonché disturbi a carico di **pancreas** e **fegato**.

I VALORI DEI TRIGLICERIDI

Per conoscere il livello dei trigliceridi circolanti (**trigliceridemia**) è sufficiente sottoporsi a un **esame del sangue**.

Per avere un valore attendibile di trigliceridemia è opportuno mantenere il digiuno per almeno le 12 ore precedenti il prelievo e assumere un pasto leggero la sera prima.

Si consiglia inoltre di evitare l'assunzione di alcolici nelle 24 ore che precedono l'esame e non fumare e non effettuare attività fisica per almeno le 2 ore precedenti il test.

La trigliceridemia è generalmente compresa, nei soggetti adulti in buona salute, tra 50 e 150 mg/dl.

In particolare, nelle **persone adulte**:

- *trigliceridi inferiori a 150 mg/dl (1,7 mmol/L) sono considerati desiderabili*
- *trigliceridi compresi tra 150 e 199 mg/dl (1,7-2,2 mmol/L) sono considerati al limite della norma (borderline)*
- *tra 200 e 499mg/dl (2,3-5,6 mmol/L) sono considerati alti*
- *oltre 500 mg/dl (5,6 mmol/L) sono considerati molto alti.*

Nelle **persone di età inferiore ai 18 anni**:

- *trigliceridi inferiori a 90 mg/dl (1,02 mmol/L) sono considerati desiderabili.*
- *trigliceridi compresi tra 90 e 129 mg/dl (1,02-1,46 mmol/L) sono considerati al limite della norma.*
- *trigliceridi uguali o oltre 130 mg/dl (1,47 mmol/L) sono considerati alti.*

Per valutare in modo più completo il rischio cardiovascolare di un soggetto la determinazione dei livelli di trigliceridi viene affiancata a quella del **colesterolo totale** e delle sue frazioni, il colesterolo HDL e il colesterolo LDL, più comunemente noti come colesterolo rispettivamente “buono” e “cattivo”, in quello che viene definito pannello lipidico completo.

(Salute, Humanitas)

PREVENZIONE E SALUTE

ARTRITE PSORIASICA: QUALI SONO I SINTOMI

L'artrite psoriasica è una condizione infiammatoria di natura autoimmune che interessa le articolazioni in persone con psoriasi o con una predisposizione familiare alla malattia.

È una malattia infiammatoria cronica che colpisce le articolazioni di persone già affette da psoriasi cutanea o che hanno una familiarità per psoriasi;

- ❖ si può presentare a volte (10%) anche con coinvolgimento prima articolare e poi cutaneo, e nel suo decorso presenta periodi di remissione con stato di benessere del paziente e di riacutizzazione.

Diversamente dalla più nota artrite reumatoide, può coinvolgere

- ❖ le **articolazioni periferiche spesso in modo asimmetrico**;
- ❖ le **entesi**, ovvero i punti di inserzione di tendini e legamenti delle ossa;
- ❖ la **colonna vertebrale**, in particolare le articolazioni sacro-iliache del bacino e il rachide cervicale e in alcuni casi causare una **dattilite**, cioè un'infiammazione dei tendini flessori delle dita di mani e piedi.



Quali sono i sintomi dell'artrite psoriasica?

Ne parliamo con la dottoressa Marta Riva, reumatologa della Reumatologia Humanitas Gavazzeni e Humanitas Medical Care di Bergamo.

QUALI SONO LE CAUSE DELL'ARTRITE PSORIASICA?

I meccanismi che causano la malattia non sono ancora del tutto chiari; può essere scatenata da vari **fattori, ambientali, genetici**, o anche **stress** (in particolare nelle persone predisposte), ed è ovviamente legata, come dice il nome, alla presenza della psoriasi della pelle o delle unghie oppure a una storia familiare di questa malattia.

Infatti, la componente genetica, ereditata, è responsabile del 30% dei meccanismi della malattia.

Inoltre alcune ricerche recenti suggeriscono che uno dei principali fattori coinvolti nella comparsa di questa patologia potrebbe essere la flora batterica intestinale, nota anche come microbioma.

QUALI SONO I SINTOMI INIZIALI DI ARTRITE PSORIASICA?

Il primo campanello d'allarme è la comparsa di **dolore nelle aree interessate dall'infiammazione**. Questo dolore può presentarsi anche a riposo, specialmente durante la notte e al risveglio.

Il dolore riduce la funzionalità articolare e spesso, al mattino è comune sperimentare una **rigidità articolare** che può durare oltre mezz'ora. Segno tipico di infiammazione articolare è il **gonfiore localizzato nella zona colpita dall'artrite**.

Il coinvolgimento cutaneo può essere caratterizzato da tutte le varie forme di psoriasi (a placche, volgare, pustolosa) e dall'interessamento ungueale.

Oltre alle manifestazioni dermatologiche e articolari, l'artrite psoriasica può essere associata a interessamento infiammatorio di altri organi, tra cui l'occhio come in corso di uveite o in corso di malattie infiammatorie intestinali croniche quali la colite ulcerosa e la malattia di Crohn, oppure associata ad altre malattie apparentemente poco collegate come il diabete o sindrome ansioso depressiva.

(Salute, Humanitas)

PREVENZIONE E SALUTE

TOXOPLASMOSI IN GRAVIDANZA: i Sintomi e come si prende

La toxoplasmosi è un'infezione causata da un parassita (Toxoplasma gondii) e in alcuni casi passa inosservata.



Tuttavia il contagio durante la **gravidanza** rappresenta un potenziale rischio per il nascituro e per l'andamento della gravidanza stessa, poiché l'infezione può essere trasmessa dalla madre al feto attraverso la placenta.

Come si prende la toxoplasmosi, quali sono i sintomi e come fare prevenzione? Ne parliamo con il dr **Maurizio Zavattoni**, Responsabile dell'ambulatorio delle infezioni in gravidanza di Humanitas San Pio X.

COME SI PRENDE LA TOXOPLASMOSI

Il contagio avviene tramite il **contatto e l'ingestione del parassita**, presente principalmente nella **carne cruda o poco cotta di animali infetti** (come bovini, ovini, suini), oppure attraverso il **consumo di acqua, frutta, verdura o molluschi contaminati**, o ancora tramite il contatto con il **terreno contaminato dalle feci di animali infetti**.

I SINTOMI DELLA TOXOPLASMOSI I sintomi dell'infezione possono essere vaghi e lievi, rendendo difficile individuare il momento e la fonte dell'infezione. Ne sono un esempio:

- *ingrossamento dei linfonodi; affaticamento; mal di testa; mal di gola.*

Una volta contratta, l'immunità naturale persiste per tutta la vita.

TOXOPLASMOSI IN GRAVIDANZA: LA DIAGNOSI PRECOCE È FONDAMENTALE

La situazione è diversa se l'infezione si verifica per la prima volta **durante la gravidanza**. In questo caso, l'infezione della placenta durante la circolazione del parassita nel corpo della madre è essenziale per la trasmissione al feto, con il progressivo sviluppo del circolo placentare che rappresenta un fattore determinante. Di conseguenza, la percentuale di trasmissione aumenta con l'avanzare della gravidanza.

Le infezioni materne di toxoplasmosi contratte durante il periodo periconcezionale o nelle prime settimane di gestazione comportano un rischio di trasmissione al feto inferiore al 2%, mentre tale rischio aumenta oltre il 60% se l'infezione avviene nel terzo trimestre. Le infezioni congenite contratte precocemente possono provocare **gravi danni al feto**, come aborto, ritardo di crescita, morte fetale o parto pretermine, mentre quelle contratte nel terzo trimestre tendono a essere asintomatiche.

La toxoplasmosi congenita è asintomatica nell'85% dei casi alla nascita, ma quando si manifesta, due terzi dei segni clinici coinvolgono l'occhio e il sistema nervoso centrale, con presenza di calcificazioni, idrocefalia e convulsioni come principali manifestazioni neurologiche e corioretinite come principale patologia oculare.

Tuttavia, la maggior parte dei bambini nati da madri con toxoplasmosi in gravidanza, se trattati correttamente, non presenta problemi di salute. Pertanto, è importante **diagnosticare l'infezione acuta nella madre il più presto possibile** per avviare tempestivamente la terapia entro le prime 4 settimane dall'infezione, al fine di ridurre la frequenza e la gravità della toxoplasmosi congenita.

La **terapia antibiotica** mira a ridurre la trasmissione dell'infezione al feto o, se questa è già avvenuta, a limitare i rischi a essa associati.

TOXO-TEST: COS'È E A COSA SERVE Per determinare se una donna è immune alla toxoplasmosi prima del concepimento o all'inizio della gravidanza (entro le prime 10 settimane), viene consigliato il **toxotest** (IgG e IgM anti-Toxoplasma), un semplice **prelievo di sangue che rileva la presenza degli anticorpi contro il toxoplasma**. Se nel sangue non sono presenti anticorpi specifici (*IgG e IgM negativi*), significa che la donna non è mai stata esposta al toxoplasma prima del concepimento. In questo caso, si consiglia alla donna di seguire le **misure preventive igienico-alimentari** e di sottoporsi a controlli sierologici mensili, possibilmente fino a un mese dopo il parto, per individuare eventuali infezioni tardive.

Se il primo toxo-test è positivo (*IgG positive e IgM negative*), significa che la donna è già stata esposta al toxoplasma e ha sviluppato immunità contro l'infezione. In questo caso, non è necessario ripetere il test e non sono richieste precauzioni aggiuntive.

Qualora invece al primo controllo le IgM risultassero positive (infezione sospetta) è necessario eseguire ulteriori test di apprendimento per confermare o escludere l'infezione in atto e rivolgersi a uno specialista per iniziare la terapia antibiotica il più precocemente possibile.

TOXOPLASMOSI IN GRAVIDANZA: I CIBI CUI PRESTARE ATTENZIONE

Tra le precauzioni che una donna deve attuare in gravidanza per evitare la toxoplasmosi, ci sono diversi accorgimenti da seguire riguardo ai cibi. In primo luogo, **carne, pesce e salumi devono essere sempre ben cotti**, anche all'interno, in quanto la cottura ad alte temperature uccide il microrganismo responsabile della toxoplasmosi.

È considerato **sicuro consumare prosciutto cotto e mortadella**, ma è fondamentale assicurarsi che siano ben cotti.

Per quanto riguarda le **verdure crude**, è importante **lavarle con cura**, anche utilizzando bicarbonato o altri prodotti, per rimuovere eventuali residui di terra e risciacquarle abbondantemente.

Lo stesso vale per la **frutta**, soprattutto per quella che cresce a contatto con la terra, come le fragole, che devono essere lavate attentamente prima del consumo.

Per quanto riguarda il sushi e il pesce crudo, va detto che non veicolano la toxoplasmosi, ma possono comportare altri rischi di infezioni. Se si desidera consumare **sushi**, è importante verificare che sia stato trattato secondo le normative di legge (Regolamento 853/2004 CE), ovvero congelato per almeno 24 ore a meno di 20 gradi al suo interno, al fine di eliminare eventuali parassiti o microrganismi dannosi.

Queste precauzioni sono fondamentali per proteggere la salute della madre e del bambino durante la gravidanza.

TOXOPLASMOSI IN GRAVIDANZA E GATTI: QUALI RISCHI?

In primo luogo, se il gatto è un animale domestico che vive sempre in casa e non è stato adottato dopo un periodo di randagismo, è molto improbabile che possa essere un veicolo per il parassita responsabile della toxoplasmosi.

Tuttavia, è comunque consigliabile **evitare di toccare direttamente le feci del gatto**. Nel caso in cui si debba pulire la lettiera, è importante utilizzare guanti monouso e, una volta terminata l'operazione, gettarli immediatamente e lavare accuratamente le mani con acqua e sapone.

Queste semplici ma importanti misure possono contribuire a ridurre il rischio di trasmissione della toxoplasmosi attraverso le feci del gatto.

TOXOPLASMOSI IN GRAVIDANZA E GIARDINAGGIO

Una delle misure più importanti quando si pratica il giardinaggio durante la gravidanza è quella di **indossare sempre i guanti** durante le attività all'aperto. Questo aiuta a evitare il contatto diretto con la terra che potrebbe essere contaminata con il parassita responsabile della malattia.

TOXOPLASMOSI IN GRAVIDANZA: LE NORME DI PREVENZIONE

Le norme igienico-alimentari per le gestanti suscettibili alla toxoplasmosi forniscono importanti linee guida per ridurre il rischio di contrarre l'infezione da *Toxoplasma gondii* durante la gravidanza.

Prima di tutto, è fondamentale **cuocere accuratamente le carni** prima del consumo, **evitando** assolutamente quelle crude o poco cotte, compresi salumi crudi, molluschi bivalvi, **latte non pastorizzato e uova crude**.

Inoltre, è importante **lavare attentamente frutta e verdure** prima del consumo e sempre **lavarsi le mani prima di mangiare e dopo aver maneggiato alimenti crudi o non lavati**, nonché terra o altri materiali potenzialmente contaminati dalle feci del gatto.

Se si ha un gatto in casa, è opportuno adottare precauzioni aggiuntive, come alimentare l'animale con cibi cotti o in scatola e affidare a qualcun altro la pulizia della lettiera, igienizzando frequentemente il contenitore. Infine, è consigliabile evitare viaggi al di fuori dell'Europa e del Nord America e eliminare dalla propria abitazione veicoli animali come mosche e scarafaggi. (*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 Posillipo	FT/PT	333 446 7726	17 Giugno
Napoli Vomero	FT/PT	335 407 373	17 Giugno
Marigliano	FT/PT	328 745 0354	17 Giugno
Torre Annunziata	FT/PT	340 266 8569	17 Giugno
Napoli Chiaia	FT/PT	danilo.alfano@farmaciameo.com	17 Giugno
Bacoli	FT/PT	mari.boccia87@gmail.com	03 Giugno
Miano Parafarmacia	FT/PT	340 300 3405	03 Giugno
Napoli Scampia	FT/PT	349 652 6925	03 Giugno
Napoli centro storico	FT/PT	339 659 0618	03 Giugno
Afragola	FT/PT	338 206 3159	27 Maggio
Qualiano	FT/PT	338 206 3159	27 Maggio
Ercolano	FT/PT	farmaciasantadele@gmail.com	27 Maggio
Napoli Via Manzoni	FT/PT	351 117 5560	27 Maggio
Marano	FT/PT	329 022 5271	27 Maggio
Quarto	FT/PT	338 858 2655	27 Maggio
Calvizzano	FT/PT	337 848 031	16 Maggio
Napoli Arenella	FT/PT	farm.municino@libero.it	16 Maggio
Casoria	FT/PT	338 800 8379	16 Maggio
Casoria	FT/PT	339 525 2888	16 Maggio
Casoria	FT/PT	farmaciamandanici@yahoo.it	16 Maggio

Ordine: CONVOCAZIONE ASSEMBLEA ORDINARIA DEGLI ISCRITTI 2024



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Napoli 3 Giugno 2024

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

Prot. 202400667/24

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 24 Giugno 2024 alle ore 08,30 e, mancando il numero legale, in seconda convocazione **alle ore 21,00 di Giovedì 27 Giugno 2024**, 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 2023.
- 3 - Varie ed eventuali.

La presente convocazione, oltre ad essere inviata agli iscritti all'Albo per posta elettronica certificata e mediante il notiziario giornaliero 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

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

Anche per l'anno **2024** 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 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. 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. La scelta deve essere fatta esclusivamente per una sola delle finalità beneficiarie.