Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

farma DAY

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

FONDAZIONE Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli - ETS

Anno XIV – Numero 2814 Lunedì 17 Marzo 2025 – S. Patrizio

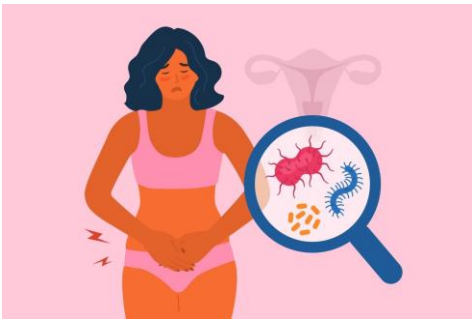
Proverbio di oggi……

E ffemmene ne sanno una cchiù ddò riavulo

LA VAGINOSI BATTERICA È UN'INFEZIONE SESSUALMENTE TRASMESSA

La vaginosi batterica non nasce da un disequilibrio del microbioma vaginale, ma viene trasmessa dal partner durante un rapporto sessuale: ecco perché saperlo cambia tutto.

La vaginosi batterica è un'infezione che **colpisce circa un terzo delle donne di tutto il mondo:** causa infertilità, parti prematuri e morti neonatali. Finora è stata trattata come un disturbo dovuto al disequilibrio del microbioma vaginale, ma ora uno studio pubblicato sul *New England Journal of Medicine* avanza una nuova ipotesi che rivoluzionerebbe il modo in cui viene curata: la vaginosi batterica, sostengono gli autori, sarebbe un'infezione trasmessa sessualmente, e per questo bisognerebbe curare non solo la donna, ma anche il suo partner.



Solo la donna non basta. La cura normalmente indicata in caso di vaginosi batterica è l'assunzione per una settimana di **antibiotici per via orale**: l'infezione se ne va, ma **in oltre il 50% dei casi ritorna nel giro di tre mesi**. Come mai? Secondo quanto scoperto dal nuovo studio, la causa sarebbe proprio il partner che, non curato, ritrasmetterebbe il batterio alla donna. «Intervenire è economico e veloce, e può aiutare a prevenire non solo la vaginosi batterica, ma anche le complicazioni più serie a essa associate», spiega Catriona Bradshaw, una degli autori.

I test. Per giungere alle loro conclusioni i ricercatori hanno coinvolto **164 coppie eterosessuali monogame** in cui le donne erano colpite da vaginosi batterica. Alcune delle coppie (del gruppo di controllo) sono state curate in modo "standard", somministrando solo alla donna antibiotici per via orale; nelle altre coppie entrambi i partner hanno assunto antibiotici per via orale e, in più, hanno applicato localmente per una settimana una crema antibiotica.

La cura sperimentale è stata così efficace che il trial è stato sospeso in anticipo, quando è stato chiaro che la ricomparsa della vaginosi batterica veniva dimezzata rispetto al gruppo di controllo.

«Il nostro studio dimostra che **le donne vengono reinfettate dal partner**, e questo prova che la vaginosi batterica è effettivamente un'infezione sessualmente trasmessa», conclude Bradshaw.

Le linee guida delle istituzioni sanitarie di tutto il mondo non verranno cambiate da un giorno all'altro, ma gli autori sono convinti che rendere disponibile online quanto scoperto possa aiutare a diffondere le giuste informazioni e far **conoscere le cure corrette da prescrivere.** (*Salute,Focus*)

GUACCI SPA Distribuzione Farmaceutica dal 1946 Dove la **storia** diventa **futuro** AL **TUO** FIANCO OGNI GIORNO DI PIÙ.

SCIENZA E SALUTE

MALATTIA DI PARKINSON: RISOLTO IL MISTERO SU UNA FONDAMENTALE PROTEINA

Osservata in azione la PINK1, una proteina che aiuta a sostituire i mitocondri danneggiati e che risulta mutata in alcune forme di Parkinson.

Una proteina chiave per sbarazzarsi dei mitocondri danneggiati, e che in una sua forma mutata è collegata direttamente alla malattia di Parkinson, è stata per la prima volta osservata in azione: una conquista che potrebbe aiutare **lo sviluppo di nuovi farmaci** contro questa patologia. In uno studio pubblicato su *Science*, gli scienziati del WEHI Parkinson's Disease Research Centre in Australia hanno **determinato finalmente la struttura della proteina**, chiamata **PINK1**. Comprendendo i suoi meccanismi di attracco ai mitocondri e di attivazione.

CENTRALI COLPITE.

Anche se la PINK1 è nota da 20 anni, nessuno finora ne aveva studiato nel dettaglio la struttura, né osservato il modo in cui aderisce alla superficie dei mitocondri danneggiati. I mitocondri producono energia a livello cellulare e le cellule che hanno bisogno di molta energia, come quelle cerebrali, ne possono contenere a centinaia o a migliaia. Ne deriva che, se i mitocondri sono danneggiati, **le cellule cerebrali risultano particolarmente vulnerabili** al danno.

LA PATOLOGIA.

Il Parkinson è una **malattia neurodegenerativa** in cui ad essere colpiti sono soprattutto **i neuroni del mesencefalo**, coinvolti nelle funzioni motorie dell'organismo. La morte dei neuroni porta a manifestare sintomi come tremori, rigidità, rallentamento nei movimenti, disturbi dell'equilibrio, del linguaggio e della deglutizione, oltre ad altre decine di disturbi secondari.

In una persona sana, la proteina si accumula sulle membrane dei mitocondri e, attraverso un'altra proteina segnale chiamata **ubiquitina**, dice all'organismo che i mitocondri danneggiati devono essere rimossi. Quando invece la PINK1 è mutata, i mitocondri danneggiati **si accumulano all'interno delle cellule**. Una mutazione nel gene che codifica la proteina PINK1 sembrerebbe alla base di molti casi di Parkinson giovanile, una forma di Parkinson a esordio precoce e su base genetica che colpisce persone con meno di 45 anni.

UN GRANDE PASSO AVANTI.

Gli autori dello studio hanno scoperto che la PINK1 **lavora in 4 fasi** fondamentali, le prime due delle quali non erano mai state studiate nel dettaglio finora. Inizialmente avverte il danno mitocondriale; quindi si attacca ai mitocondri danneggiati; a questo punto, segnala all'ubiquitina, la quale a sua volta si collega a una proteina chiamata Parkin così che il mitocondrio danneggiato possa essere riciclato.

«Questa è la prima volta che vediamo la PINK1 umana ancorata alla superficie dei mitocondri danneggiati e abbiamo scoperto una notevole gamma di proteine che agiscono come sito di attracco.

Abbiamo anche visto, per la prima volta, come le mutazioni presenti nelle persone con il morbo di Parkinson influenzano la PINK1 umana» afferma Sylvie Callegari, autrice senior dello studio.

Aver chiarito meglio forma e attivazione della proteina faciliterà lo sviluppo di terapie farmacologiche ad essa mirate, un passo che finora non era stato possibile.

(*Salute, Focus*)

SCIENZA E SALUTE

QUANTO CAFFÈ SI PUÒ BERE?

Il caffè è una bevanda molto popolare nella cultura italiana e non solo.

Alcuni suoi benefici sono riconosciuti a livello scientifico, tuttavia è bene non esagerare con il consumo. **Quanto caffè si può bere e quando è meglio evitarlo?**

Ne parliamo con la **dottoressa Maria Bravo**, biologa nutrizionista di Humanitas San Pio X.

CAFFÈ: QUALI SONO I BENEFICI?

I benefici del caffè derivano dalla presenza di numerosi composti bioattivi, tra cui i polifenoli dell'acido clorogenico e i lignani, dotati di proprietà antiossidanti e antinfiammatorie, oltre a sostanze che favoriscono la vasodilatazione.

- **Mantiene bassa la pressione**. Uno degli studi più importanti, condotto su oltre 1500 maschi e femmine, iniziato nel 1972 in Romagna e pubblicato nel 2023 su *Nutrients*, mostra che il consumo di caffè non aumenta la pressione nelle persone in buona salute, ma contribuisce piuttosto a mantenerla bassa.
- **Fa bene al cuore**. Gli studi hanno evidenziato benefici per il sistema cardiovascolare, il cuore e la pressione arteriosa. Ricerche precedenti hanno confermato che, nel caso di consumatori sani, il rischio di fibrillazione atriale, malattie coronariche, infarto o ictus cerebrale non aumenta se si limita il consumo di caffeina alle quantità raccomandate, preferendo varianti come caffè espresso, moka e istantaneo, evitando il caffè non filtrato. Tuttavia, persone più sensibili alla caffeina potrebbero sperimentare un lieve e temporaneo aumento della frequenza cardiaca o della pressione arteriosa.
- **Aiuta il controllo del colesterolo**. Consumare moderatamente caffè può essere vantaggioso per mantenere sotto controllo i livelli di colesterolo totale e LDL, specialmente se accompagnato da uno stile di vita sano e attivo.
- **Contrasta la stanchezza**. La caffeina presente nel caffè, una sostanza psicoattiva ed eccitante del sistema nervoso, può temporaneamente contrastare la stanchezza. Tuttavia, un consumo eccessivo può rendere più difficile il sonno notturno, pertanto il riposo resta l'antidoto migliore alla stanchezza.
- **Agisce come blando antidolorifico**. La caffeina agisce a livello del sistema nervoso centrale, offrendo un certo grado di sollievo dal dolore grazie alla sua azione analgesica lieve.

QUANTO CAFFÈ BERE? La quantità massima giornaliera di caffeina consigliata non dovrebbe superare i 400 milligrammi, corrispondenti a circa 5 tazzine di caffè preparato con la moka al giorno, o 4 tazze di caffè americano. Tuttavia, il consiglio è di limitarsi a **massimo 3 tazzine di caffè al giorno**, mentre in caso di gravidanza, si raccomandano al massimo 2 tazzine.

CAFFÈ IN GRAVIDANZA Durante la gravidanza, il consiglio è quello di utilizzare la caffeina con moderazione. Questo perché la donna in gravidanza sperimenta modificazioni cardiovascolari, tra cui un aumento della frequenza cardiaca per garantire un adeguato apporto di sangue alla placenta e al feto. La caffeina può attraversare la placenta e raggiungere il feto, che ha una limitata capacità di metabolizzarla. Alcuni studi hanno associato un elevato consumo di caffeina in gravidanza a un aumentato rischio di aborto.

CAFFÈ E REFLUSSO GASTROESOFAGEO

Anche coloro che soffrono di gastrite o reflusso gastrico possono sperimentare bruciore di stomaco o rigurgito, poiché la caffeina può contribuire ad aumentare le secrezioni acide nello stomaco.

SENSIBILITÀ ALLA CAFFEINA Ogni persona possiede una **predisposizione genetica** a metabolizzare sostanze in modo diverso, incluso il caffè; questo fenomeno potrebbe spiegare perché alcune persone possono bere caffè prima di andare a letto senza influenzare il loro sonno notturno, mentre altre possono avere difficoltà a dormire se assumono caffè dopo pranzo. (*Salute, Humanitas*)

PREVENZIONE E SALUTE

COSA MANGIARE CON IL COLESTEROLO ALTO?

Se le analisi del sangue hanno rilevato livelli elevati di colesterolo, il primo passo consigliato potrebbe essere quello di apportare modifiche alla dieta, privilegiando alcuni alimenti rispetto ad altri.

Anche se spesso modificare lo stile di vita non è sufficiente da solo, è comunque il primo cambiamento raccomandato da introdurre.

Cosa mangiare in caso di colesterolo alto?

Ne parliamo con la dottoressa Laura Agape, dietologa presso i centri medici Humanitas Medical Care.

CHE COS'È IL COLESTEROLO?

Il colesterolo è un tipo di **grasso presente nel sangue** e può essere prodotto principalmente dall'organismo, ma può anche essere introdotto tramite l'alimentazione.

Esistono principalmente due tipi di colesterolo:

- Il **colesterolo "cattivo"**, noto come LDL (lipoproteine a bassa densità), che viene trasportato verso i tessuti e, se presente in eccesso, può accumularsi e provocare l'occlusione delle arterie.
- Il colesterolo "**buono**", chiamato HDL (lipoproteine ad alta densità), che trasporta il colesterolo dai tessuti verso il fegato, favorendone la rimozione dal sangue.

L'ipercolesterolemia, o "colesterolo alto", viene definita quando il valore del colesterolo totale nel sangue è superiore a 240 mg/dl.

COLESTEROLO ALTO: QUALI SONO LE CAUSE

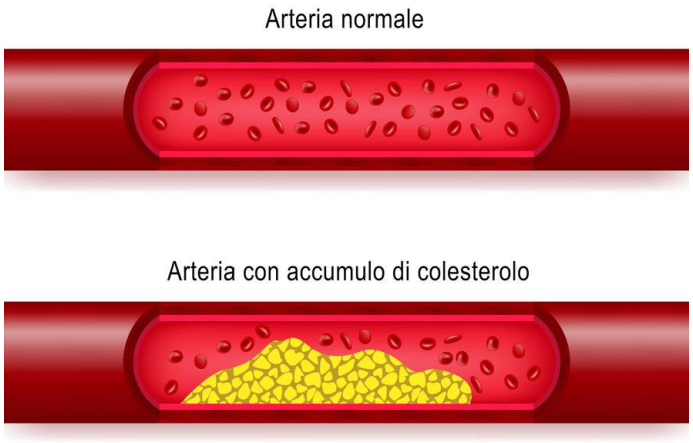
Ci sono diversi fattori che possono essere responsabili dell'**aumento di colesterolo** nel sangue:

- *fattori genetici (i più significativi)*
- *squilibri ormonali*
- *alcune patologie a carico del fegato*
- *assunzione di particolari farmaci*
- *alimentazione poco equilibrata e ricca in grassi animali*
- *sedentarietà*
- *fumo di sigaretta*
- *sovrappeso.*

Livelli elevati di colesterolo rappresentano uno dei principali fattori di rischio per le **malattie cardiache**. Il colesterolo in eccesso può favorire la formazione di **placche aterosclerotiche**, che sono depositi di grasso che si accumulano all'interno dei vasi sanguigni.

Queste placche possono ostruire le arterie, causando un rallentamento o addirittura un blocco del flusso sanguigno da e verso il cuore.

COSA MANGIARE CON IL COLESTEROLO ALTO?



Ecco alcuni alimenti utili per contrastare i livelli elevati di colesterolo:

- ***Vegetali***. Sono ricchi di fibre e aiutano a ridurre l'assorbimento del colesterolo intestinale. È consigliabile consumare almeno 2-3 porzioni al giorno, preferibilmente con la buccia.
- ***Legumi.*** Ceci, lenticchie, fagioli e fave sono ricchi di proteine, fibre e ferro, che possono contribuire a ridurre il colesterolo "cattivo". È consigliabile consumarli almeno 2-4 volte a settimana.
- ***Cereali.*** Pane, pasta e riso integrali, così come farro, avena, quinoa e orzo, sono opzioni salutari.
- **Frutta secca**. Noci, mandorle, nocciole e pistacchi, insieme ai semi di lino o di zucca, sono ricchi di grassi polinsaturi, come gli omega 3, che possono contribuire a ridurre il colesterolo.
- **Pesce**. È consigliabile consumare pesce almeno 2-3 volte a settimana, preferendo quello azzurro ricco di omega 3. Molluschi e crostacei possono essere consumati una volta alla settimana.
- **Olio**. Si consiglia di preferire oli vegetali che contengono grassi insaturi, come l'olio d'oliva, che possono ridurre il colesterolo LDL e aumentare l'HDL. Da evitare gli oli che contengono grassi saturi, come l'olio di cocco e di palma.
- **Carne**. Si può consumare liberamente, preferendo tagli magri e rimuovendo il grasso prima della cottura.
- **Latte**. È consigliabile preferire latte scremato o parzialmente scremato.

COLESTEROLO ALTO: GLI ALIMENTI DA EVITARE

Da evitare:

- Burro, lardo, strutto e fritture, in quanto sono fonti di grassi saturi.
- Insaccati. È consigliabile limitarne al minimo il consumo, in quanto contengono spesso elevate quantità di grassi saturi e sodio.
- Formaggi e uova. Anche se contengono quantità significative di grassi, sono anche fonti importanti di proteine. È consigliabile bilanciarne il consumo giornaliero con pasti a base di legumi o pesce.
- Prodotti confezionati o lavorati. Questi prodotti possono contenere grassi trans, zuccheri aggiunti e altri ingredienti poco salutari, quindi è meglio limitarne il consumo.

Bisognerebbe preferire metodi di cottura senza l'uso di grassi aggiunti, come la bollitura, la cottura a vapore, la cottura al microonde o la grigliatura.

Al contrario, è meglio evitare la frittura in padella o nella friggitrice.

Tuttavia, è importante ricordare che l'alimentazione da sola potrebbe non essere sufficiente per gestire l'ipercolesterolemia.

È consigliabile anche perdere peso, se in eccesso, aumentare l'attività fisica, soprattutto quella cardiovascolare, e smettere di fumare.

(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
Varcaturo Giugliano	FT/PT	351 887 1195	11 Marzo
Poggiomarino	FT/PT	333 634 4539	11 Marzo
Portici	FT/PT	081 776 30 74	03 Marzo
S. Antimo	FT/PT	345 111 6017	03 Marzo
Casoria	FT/PT	339 675 7995	03 Marzo
Boscotrecase	FT/PT	g.romano45@alice.it	21 Febbraio
Torre del Greco	FT/PT	366 108 5904	21 Febbraio
Napoli	FT/PT	333 100 4446	21 Febbraio
Licola	FT/PT	334 703 5964	10 Febbraio
Casoria	FT/PT	333 935 1342	10 Febbraio
Pozzuoli	FT/PT	335 818 7336	10 Febbraio
Napoli Miano (Parafarmacia)	FT/PT	340 300 3405	10 Febbraio
Pozzuoli	FT/PT	327 938 4821	10 Febbraio
Afragola	FT/PT	338 338 3224	29 Gennaio
Napoli Via Toledo	FT/PT	338 338 3224	29 Gennaio
Napoli Rione Alto	FT/PT	342 804 0033	29 Gennaio
Pomigliano d'Arco	FT/PT	333 260 6197	29 Gennaio
Casoria	FT/PT	347 340 7330	29 Gennaio

ORDINE: Calendario Corsi ECM – Sessione PRIMAVERILE

Elenco Corsi ECM – Sessione Primaverile			
Data	**Argomento**	**Relatore**	**Crediti ECM**
Mese di MARZO			
Lunedì 17 Marzo h. 21.00	**BLSD: Manovre di primo soccorso in caso di morte cardiaca improvvisa (II° Parte)**	*M. Santomauro C. Riganti*	**8**
Martedì 25 Marzo h. 20.30	**Obesità: Ruolo Clinico e Nuove Prospettive Terapeutiche**	*A. Savoia W. Polverino M. Spatarella*	**3**
Mese di APRILE			
Giovedì 3 Aprile h. 21.00	**Intelligenza Artificiale in Farmacia**	-----	In accreditamento
Lunedì 7 Aprile h. 21.00	**Servizi di Telemedicina in Farmacia: esami cardiologici – interpretazione dei dati**	*M. Santomauro A. Guarino*	In accreditamento
Lunedì 14 Aprile h. 21.00	**Medicazioni avanzate in Farmacia**	*Osp. Cardarelli*	In accreditamento
Lunedì 28 Aprile h. 21.00	**Comunicazione Efficacia in Farmacia**	*N. Mancini*	In accreditamento
Mese di MAGGIO			
Lunedì 5 Maggio h. 21.00	**Piccole Patologie in dermatologia e danni da raggi UV**	*G. Argenziano C. Giorgio*	In accreditamento
Lunedì 12 Maggio h. 21.00	**Medicina di Precisione e di Genere: Ruolo del Farmacista**	*A. Maffettone B. Politi*	In accreditamento
Giovedì 22 Maggio h. 21.00	**Sintomatologie Gastrointestinali Consigli Pratici – Ruolo del Farmacista**	*G. Nardone*	In accreditamento
Lunedì 19 Maggio h. 21.00	**Valutazione delle Interazioni Farmaco-Farmaco nel Pz Politerapico**	-----	In accreditamento
Lunedì 26 Maggio h. 21.00	**Ispezioni in Farmacia ASL-NA-1**	*S. Serao Creazzola E. Granata A. Venturelli*	In accreditamento
Martedì 27 Maggio h21.00	**Ispezioni in Farmacia ASL-NA 2 Nord**	*M. Fusco E. D'Ambrosio*	In accreditamento
Mercoledì 28 Maggio h. 21.00	**Ispezioni in Farmacia ASL-NA 3 Sud**	*E. Nava C. Mancaniello R. Menna*	In accreditamento

ORDINE: progetto ELDERCARE 2024/2025

Giornate geriatriche di prevenzione

L'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli ha organizzato la II Ediz. del progetto **Eldercare.**
L'obiettivo delle giornate geriatriche di prevenzione è di svelare precocemente i prodromi di declino cognitivo, di stratificare il rischio cardiocerebrovascolare e di fornire immediate informazioni su opportune modifiche delle abitudini alimentari e degli stili di vita ha detto il presidente ***Vincenzo Santagada*** promotore insieme a ***Raffaele Marzano***.

Di seguito il **calendario**

12 ottobre	*Farmacia S. Caterina*	**Caivano**	**1 Marzo**	*Farmacia Elifani*	**Meta**
19 ottobre	*Farmacia Cirino*	**Mugnano**	**8 Marzo**	*Farmacia Cifariello*	**Napoli**
9 novembre	*Farmacia Morrica*	**Marano**	**15 Marzo**	*Farmacia Visconti*	**Nola**
16 novembre	*Farmacia del Corso*	**Frattamaggiore**	**22 Marzo**	*Farmacia La Flora*	**Casalnuovo**
23 novembre	*Farmacia Procaccini*	**Napoli**	**29 Marzo**	*Farmacia Cannone*	**Napoli**
30 novembre	*Farmacia Associate*	**Afragola**	**5 Aprile**	*Farmacia Nocerino*	**Carbonara**
7 Dicembre	*Farmacia Guacci*	**Castellammare**	**12 Aprile**	*Farmacia dello Iacovo*	**Napoli**
14 Dicembre	*Farmacia Improta*	**Villaricca**	**3 Maggio**	*Farmacia Terranova*	**Napoli**
21 Dicembre	*Farmacia Zaccariello*	**Pozzuoli**	**10 Maggio**	*Farmacia Brignola*	**Giugliano**
11 Gennaio 25	*Farmacia Pezzullo*	**Qualiano**	**17 Maggio**	*Farmacia Iorio*	**Napoli**
18 Gennaio	*Farmacia Stabile*	**Napoli**	**24 Maggio**	*Farmacia Salvati*	**Napoli**
25 Gennaio	*Farmacia Palagiano*	**S. Agnello**	**31 Maggio**	*Farmacia Verdi*	**Giugliano**
1 Febbraio	*Farmacia Cantone*	**Arzano**	**7 Giugno**	*Farmacia Di Maggio*	**S. Antonio**
8 Febbraio	*Farmacia Maluvia*	**Pozzuoli**	**14 Giugno**	*Farmacia Cozzolino*	**Casoria**
15 Febbraio	*Farmacia Carraturo*	**Napoli**	**21 Giugno**	*Farmacia Cozzolino*	**Ercolano**
22 Febbraio	*Farmacia Petrone*	**Napoli**			