



Proverbio di oggi.....
Sul' à morte nu' nc' è rimedio

TAPPO DI CERUME: I SINTOMI E COME TOGLIERLO



TAPPO DI CERUME: I SINTOMI E COME TOGLIERLO

Il **cerume** riveste un ruolo importante per la salute delle orecchie, infatti protegge il canale uditivo dall'ingresso di microorganismi, particelle e polvere, ma anche da irritazioni che possono insorgere con il contatto con l'acqua.

In alcuni casi, però, l'organismo può produrre una quantità di cerume superiore a quanto effettivamente necessario all'orecchio, con lo sviluppo di un **tappo**, che **blocca il canale uditivo**. Nella maggior parte dei casi questo tappo non è direttamente collegato all'aumento della produzione di cerume, quanto a tentativi errati di rimuoverlo in autonomia e che, invece di eliminare il cerume, lo spingono più in profondità.

Ne parliamo con la dott.ssa **Vanessa Rossi**, otorinolaringoiatra presso Istituto Clinico Humanitas di Rozzano.

QUALI SONO I SINTOMI DEL TAPPO DI CERUME

I principali sintomi che possono far sospettare la presenza di un tappo di cerume sono:

- **Acufene; dolore all'orecchio; sensazione di pesantezza dell'orecchio**
- **temporaneo e improvviso abbassamento dell'udito.**

Se non rimosso, il tappo di cerume può contribuire allo **sviluppo di un'infezione**, se il paziente prova autonomamente a rimuoverlo con metodi errati con l'insorgenza di manifestazioni più severe, tra cui:

- **capogiro; dolore acuto e continuativo all'orecchio**
- **odore sgradevole proveniente dall'orecchio; tosse.**

Variazioni di colore del cerume, dal giallo chiaro al marrone scuro, non sono invece associate necessariamente alla presenza di un tappo.

TAPPO DI CERUME: COME INTERVENIRE?

In presenza di un tappo di cerume, è importante **non cercare di rimuoverlo in autonomia**: si rischia infatti di aumentare il disturbo e provocare lesioni o l'insorgenza di infezioni.

Quando si riscontra un aumento di cerume non bisogna **mai utilizzare il cotton fioc né i "coni"**, ma si può provare ad ammorbidire il tappo con apposite gocce acquistabili in farmacia. Anche sciacquare l'orecchio con acqua tiepida più volte di seguito, può essere utile.

In ogni caso, in presenza di un tappo di cerume o se si sospetta un'infezione all'orecchio è sempre opportuno fare riferimento al medico o allo specialista, che valuterà le condizioni dell'orecchio e in presenza di tappo provvederà a rimuoverlo con una specifica manovra di aspirazione. (*Salute, Humanitas*)

SCIENZA E SALUTE

DISLIPIDEMIA: COS'È E QUALI SONO I SINTOMI

La dislipidemia è una condizione in cui si verifica un'alterazione nei livelli di grassi presenti nel sangue, come colesterolo e trigliceridi.

Il **colesterolo** svolge un ruolo fondamentale nella struttura delle membrane cellulari ed è necessario per la sintesi di ormoni e vitamine essenziali.

I **trigliceridi**, d'altra parte, costituiscono una delle principali riserve energetiche del corpo e vengono immagazzinati nelle cellule adipose che compongono il tessuto grasso.

Tuttavia quando i livelli di colesterolo e trigliceridi nel sangue risultano troppo elevati, aumenta significativamente il rischio di sviluppare malattie cardiovascolari.

Ne parliamo con la dottoressa **Tiziana Anita Ammatturo**, cardiologa presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas di Rozzano.



QUALI SONO LE CAUSE DELLA DISLIPIDEMIA?

La dislipidemia può avere origini diverse:

1. **Genetica**, con mutazioni che portano a una produzione eccessiva o a una difficoltà nell'eliminazione di colesterolo e trigliceridi.
2. **Stile di vita scorretto**, come la mancanza di attività fisica, una dieta ricca di grassi e povera di frutta e verdura, o l'abuso di alcol.
3. **Condizioni mediche** come diabete, obesità, insulino-resistenza, ipotiroidismo, sindrome dell'ovaio policistico, malattie epatiche e renali, oppure l'uso di certi farmaci (come estroprogestinici, glucocorticoidi).

I SINTOMI DELLA DISLIPIDEMIA

In genere, la dislipidemia **non presenta sintomi evidenti** fino a quando non provoca danni agli organi, come l'accumulo di grassi sulle pareti arteriose che porta alla formazione di **placche aterosclerotiche**.

Questi restringimenti possono bloccare il flusso sanguigno e provocare patologie gravi come aterosclerosi, infarti, ictus o arteriopatie periferiche.

Nei casi di ipercolesterolemie familiari si possono manifestare segni clinici caratteristici, tra cui:

- **Xantomi tendinei**: accumuli di colesterolo nei tendini, spesso visibili a livello del tendine di Achille o delle mani.
- **Xantelasmii**: placche giallastre attorno alle palpebre.
- **Arco corneale**: un alone biancastro intorno alla cornea, più comune in età avanzata ma talvolta presente precocemente nei pazienti con dislipidemia genetica.

LA DIAGNOSI DI DISLIPIDEMIA

Per diagnosticare una dislipidemia è sufficiente un **prelievo di sangue** per misurare i livelli di colesterolo totale, LDL, HDL e trigliceridi a digiuno.

OGNI QUANTO CONTROLLARE IL COLESTEROLO? Le linee guida suggeriscono:

- Adulti sani: ogni 4-6 anni.
- Persone con fattori di rischio cardiovascolare (familiarità, fumo, diabete, ipertensione, obesità): ogni 1-2 anni.

Persone con diagnosi di dislipidemia o in trattamento: controlli regolari secondo indicazione medica.

SI PUÒ PREVENIRE LA DISLIPIDEMIA?

Le linee guida per affrontare la dislipidemia sottolineano l'importanza di intervenire prima di tutto sullo **stile di vita**, eventualmente integrando una terapia farmacologica quando necessario.

Tra i cambiamenti consigliati, l'**attività fisica regolare** gioca un ruolo cruciale nella gestione di sovrappeso e obesità: almeno 150 minuti a settimana di esercizio aerobico (*camminata veloce, corsa, nuoto o ciclismo*) aiutano a migliorare il metabolismo lipidico.

Sul fronte alimentare, la prevenzione delle dislipidemie passa attraverso una **dieta mediterranea**, basata prevalentemente su *alimenti di origine vegetale, ricchi di fibre, antiossidanti e grassi salutari*.

Questa dieta aiuta a mantenere un profilo lipidico equilibrato, riducendo i livelli di colesterolo LDL e di trigliceridi, mentre favorisce l'aumento del colesterolo HDL ("buono").

È essenziale **RIDURRE** il consumo di:

- **Zuccheri raffinati:** presenti in dolci, bevande zuccherate, prodotti da forno industriali e snack confezionati. Questi alimenti contribuiscono all'aumento della glicemia e favoriscono l'accumulo di grassi nel sangue.
- **Grassi saturi:** contenuti in carni rosse, burro, margarina, formaggi non scremati, fritti e prodotti industriali. Questi grassi favoriscono l'aumento del colesterolo LDL e l'infiammazione vascolare.
- **Alcol:** un consumo eccessivo può aumentare i trigliceridi e il rischio di malattie cardiovascolari. Si consiglia di limitarlo a un massimo di un bicchiere di vino al giorno.

Un'**alimentazione EQUILIBRATA** deve includere:

- **Frutta e verdura:** ricche di fibre, vitamine e antiossidanti che aiutano a ridurre lo stress ossidativo e l'infiammazione. Si consiglia di consumarne almeno 5 porzioni al giorno, privilegiando frutta di stagione.
- **Proteine magre:** preferire il pesce (soprattutto azzurro come sgombro e salmone, ricco di [omega-3](#)), il pollo, il tacchino, i legumi e le uova, evitando tagli grassi di carne rossa.
- **Cereali integrali:** pane, pasta, riso, quinoa e farro integrali contribuiscono a mantenere stabili i livelli di zuccheri nel sangue e migliorano la salute cardiovascolare.
- **Frutta secca e semi:** noci, mandorle, semi di lino e di chia contengono grassi buoni che migliorano il profilo lipidico. Tuttavia, vanno consumati con moderazione a causa dell'elevato apporto calorico.
- **Legumi:** ceci, fagioli, lenticchie e piselli sono una fonte eccellente di proteine vegetali e fibre, contribuendo alla riduzione del colesterolo LDL.
- **Olio extravergine d'oliva:** ricco di acidi grassi monoinsaturi e polifenoli, aiuta a ridurre il rischio di malattie cardiovascolari.

Oltre alla dieta, **smettere di fumare** è una delle misure più efficaci per ridurre il rischio cardiovascolare. Il fumo favorisce l'infiammazione dei vasi sanguigni, accelera la formazione di placche aterosclerotiche e aumenta il rischio di infarto e ictus. Dopo pochi mesi dall'abbandono del fumo, i benefici cardiovascolari iniziano a essere evidenti, con un netto miglioramento del profilo lipidico.

COME SI CURA LA DISLIPIDEMIA?

Il trattamento delle dislipidemie varia a seconda dei livelli di lipidi nel sangue e delle condizioni generali del paziente e può prevedere l'uso di farmaci o integratori specifici, sempre sotto indicazione medica.

Gli **integratori alimentari**, noti anche come nutraceutici, sono utili per regolare il metabolismo dei grassi.

Tra quelli più comuni si trovano

- la berberina, i policosanoli,
- le fibre solubili come i betaglucani, i fitosteroli e il riso rosso fermentato, che deve la sua popolarità alla presenza di monacolina K, una sostanza con effetti ipocolesterolemizzanti.

Nel caso si renda necessario intervenire con i **farmaci**, vi sono varie opzioni terapeutiche

- **Statine:**
sono i farmaci più utilizzati per ridurre il colesterolo LDL ("cattivo"). Agiscono inibendo l'enzima HMG-CoA reduttasi, responsabile della sintesi del colesterolo nel fegato. Esempi includono atorvastatina, simvastatina e rosuvastatina.
- **Inibitori dell'assorbimento del colesterolo:**
come l'ezetimibe, riducono l'assorbimento intestinale del colesterolo alimentare, abbassando i livelli di LDL nel sangue. Sono utilizzati da soli o in combinazione con le statine.
- **Leganti degli acidi biliari:**
questi farmaci (*colestiramina, colestipol, colesevelam*) si legano agli acidi biliari nell'intestino, impedendone il riassorbimento e costringendo il fegato a consumare più colesterolo per produrne di nuovi, riducendo così i livelli di LDL.
- **Derivati dell'acido fibrico (fibrati):**
farmaci come **fenofibrato e gemfibrozil** riducono principalmente i trigliceridi e aumentano i livelli di colesterolo HDL ("buono"), modulando l'attività dei recettori PPAR- α coinvolti nel metabolismo lipidico.
- **Integratori di grassi omega-3:**
gli acidi grassi omega-3 (EPA e DHA), presenti in oli di pesce e formulazioni farmaceutiche, aiutano a ridurre i trigliceridi e hanno effetti antinfiammatori e cardioprotettivi.
- **Niacina (vitamina B3):**
può aumentare il colesterolo HDL e ridurre i trigliceridi.
- **Acido bempedoico:**
un farmaco relativamente nuovo che inibisce un enzima coinvolto nella sintesi epatica del colesterolo, riducendo i livelli di LDL.
È spesso utilizzato in combinazione con statine nei pazienti che necessitano di un'ulteriore riduzione del colesterolo per raggiungimento del target terapeutico.

In casi particolari, quando il paziente ha patologie cardiovascolari e non tollera le statine o in aggiunta alle stesse se non è stato raggiunto il livello di colesterolo ottimale, si può ricorrere all'**INCLISIRAN** e agli anticorpi monoclonali inibitori del PCSK9 (come **ALIROCUMAB e EVOLOCUMAB**).

Entrambi agiscono bloccando, con modalità differenti, il PCSK9, una proteina che degrada i recettori epatici del colesterolo LDL.

Aumentando questi recettori, il fegato rimuove più LDL dal sangue.

(Salute, Humanitas)

SCIENZA E SALUTE

CORNEA: a cosa servono l'OCT e la topografia?

La cornea è sostanzialmente la membrana trasparente che riveste la parte esterna dell'occhio.

Tuttavia, alcune patologie possono lederne la funzionalità: per esaminare la cornea e ottenere diagnosi precise, la tomografia corneale può essere d'aiuto.

CHE COS'È LA CORNEA E A COSA SERVE?



La cornea svolge la funzione di **lente principale dell'occhio**. Il potere oculare totale è molto elevato e la cornea ne costituisce la componente più importante. Ciò spiega come mai le alterazioni corneali influenzino in maniera drammatica la qualità visiva. Si può credere che, come lente, la cornea sia una perfetta sezione di una sfera ma in realtà la sua curvatura cambia nelle varie porzioni (è curva al centro e piatta in periferia); ha una forma che viene definita asferica e che permette di far convergere sul medesimo fuoco tutti i raggi luminosi. La cornea è **costituita da tre strati** in successione, **epitelio**, **stroma** ed **endotelio**. L'epitelio, vera pelle dell'occhio, ha un ricambio rapido e può riformarsi completamente in 3-4 giorni grazie alle sue cellule riproduttive (staminali) poste ai bordi esterni della cornea. Lo stroma ha caratteristiche ottiche, devia la luce in base alla sua curvatura ed è trasparente. La trasparenza dello stroma è garantita dalla funzione dell'endotelio e dall'assenza di vasi. Infatti, la cornea trae l'ossigeno dall'aria e il nutrimento da un liquido, l'umore acqueo, che la bagna posteriormente. L'endotelio è un singolo strato di cellule perenni che riveste l'interno della cornea; mantiene la trasparenza corneale esercitando una funzione di pompa che rimuove l'acqua dallo stroma e lo mantiene in uno stato di parziale disidratazione che ne consente la trasparenza.

I SINTOMI DI UN PROBLEMA ALLA CORNEA

Sono diverse le **malattie che possono colpire la cornea**, tra cui:

- *Degenerazioni legate all'età; Cheratocono; Scompenso corneale; Distrofie; Esiti di infezioni, traumi.*

Queste condizioni possono causare deformazioni o opacizzazioni della cornea, portando a un calo della vista. I sintomi principali includono:

- **Alterazione della visione; Sensazione di corpo estraneo; Fotofobia** (fastidio alla luce).

TOPOGRAFIA E TOMOGRAFIA PER ESAMINARE LA CORNEA

Il **topografo corneale** sfrutta il fatto che la cornea abbia proprietà specchianti: proiettando cioè una serie di anelli concentrici e fotografando l'immagine ottenuta sulla cornea, costruisce una dettagliata mappa in due dimensioni che, grazie a una scala colorimetrica, fornisce un'accurata descrizione visiva della cornea.

La topografia, assieme alla **tomografia corneale**, che studia non solo la superficie anteriore ma anche quella posteriore, consente di descrivere nel dettaglio la cornea, conoscerne regolarità e spessori e identificare stadi anche molto iniziali di malattie quali il cheratocono. Il cheratocono è una malattia in cui la cornea si deforma, incurva e assottiglia progressivamente, riducendo drasticamente.

OCT: A COSA SERVE LA TOMOGRAFIA? L'OCT è un esame essenziale per identificare e monitorare diverse patologie della cornea, retina e nervo ottico, come:

- **Cheratocono:** malattia genetica che provoca cambiamenti nella curvatura e assottigliamento della cornea, compromettendo la sua funzione.
- **Membrana epiretinica (pucker maculare):** formazione di tessuto fibroso sulla macula, che causa distorsione visiva e difficoltà nella lettura e visione a distanza. La diagnosi precoce e OCT sono cruciali.
- **Retinopatia diabetica:** una condizione dovuta al danno ai vasi sanguigni retinici, frequente nei pazienti con diabete. Provoca edema maculare diabetico e grave riduzione della vista. L'OCT permette una diagnosi precoce e il monitoraggio della risposta alle terapie.
- **Degenerazione maculare legata all'età o deterioramento della macula con l'invecchiamento**, che può manifestarsi in forma secca (atrofia) o umida (neovascolare). La forma secca causa una riduzione progressiva della visione, mentre quella umida porta a una rapida perdita della visione centrale. L'OCT serve per monitorare la progressione e pianificare il trattamento. (*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
Varcaturò 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 Primaveraile			
Data	Argomento	Relatore	Crediti ECM
Mese di MARZO			
<i>Martedì 25 Marzo h. 20.30</i>	Obesità: Ruolo Clinico e Nuove Prospettive Terapeutiche	<i>A. Savoia W. Polverino M. Spatarella</i>	3
Mese di APRILE			
<i>Giovedì 3 Aprile h. 21.00</i>	Intelligenza Artificiale in Farmacia	----	In accreditamento
<i>Lunedì 7 Aprile h. 21.00</i>	Servizi di Telemedicina in Farmacia: esami cardiologici – interpretazione dei dati	<i>M. Santomauro A. Guarino</i>	In accreditamento
<i>Lunedì 14 Aprile h. 21.00</i>	Medicazioni avanzate in Farmacia	<i>Osp. Cardarelli</i>	In accreditamento
<i>Lunedì 28 Aprile h. 21.00</i>	Comunicazione Efficacia in Farmacia	<i>N. Mancini</i>	In accreditamento
Mese di MAGGIO			
<i>Lunedì 5 Maggio h. 21.00</i>	Piccole Patologie in dermatologia e danni da raggi UV	<i>G. Argenziano C. Giorgio</i>	In accreditamento
<i>Lunedì 12 Maggio h. 21.00</i>	Medicina di Precisione e di Genere: Ruolo del Farmacista	<i>A. Maffettone B. Politi</i>	In accreditamento
<i>Giovedì 22 Maggio h. 21.00</i>	Sintomatologie Gastrointestinali Consigli Pratici – Ruolo del Farmacista	<i>G. Nardone</i>	In accreditamento
<i>Lunedì 19 Maggio h. 21.00</i>	Valutazione delle Interazioni Farmaco-Farmaco nel Pz Politerapico	----	In accreditamento
<i>Lunedì 26 Maggio h. 21.00</i>	Ispezioni in Farmacia ASL-NA-1	<i>S. Serao Creazzola E. Granata A. Venturelli</i>	In accreditamento
<i>Martedì 27 Maggio h.21.00</i>	Ispezioni in Farmacia ASL-NA 2 Nord	<i>M. Fusco E. D'Ambrosio</i>	In accreditamento
<i>Mercoledì 28 Maggio h. 21.00</i>	Ispezioni in Farmacia ASL-NA 3 Sud	<i>E. Nava C. Mancaniello R. Menna</i>	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**.



"ELDERCARE"
Giornate geriatriche di prevenzione
In Italia: oltre un milione di soggetti affetti da demenza (circa 600 mila con demenza di Alzheimer)

Le demenze rappresentano la quarta causa di morte negli ultrasessantacinquenni dei paesi occidentali e il 60% di tutti i casi di demenza è rappresentato dalla Demenza di Alzheimer

La demenza di Alzheimer e, in minor misura, la demenza vascolare sono le principali cause di declino cognitivo correlato all'età.

L'obiettivo delle giornate geriatriche "Eldercare" 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.

Si ringrazia per la collaborazione:

PIAM, DOMUS PETRI, MEDISOL

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			