



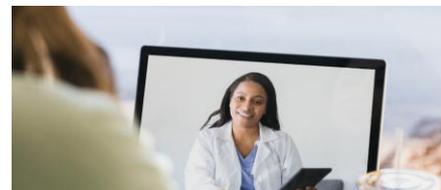
Proverbio di oggi.....

‘ A lingua nun tène osse, ma rompe l’osse

TELEVISITA GINECOLOGICA: COME SI SVOLGE

La televisita ginecologica permette di fornire assistenza sanitaria diretta tramite video alle pazienti che non possono incontrare di persona il ginecologo.

Questo tipo di tele-consulento è utile per chiarire dubbi, monitorare lo stato di salute, effettuare una prima valutazione o ottenere un secondo parere. **Ma come funziona?**



QUANDO PUÒ ESSERE DI AIUTO LA TELEVISITA GINECOLOGICA

La televisita ginecologica è un colloquio individuale in cui gli specialisti incontrano le pazienti a distanza attraverso video e audio. Questo permette di offrire supporto nella gestione di determinate condizioni, problemi o disagi. La televisita ginecologica può essere utile, per esempio, nei seguenti casi:

- **Check-in di routine**, dopo un intervento chirurgico o altre procedure mediche per monitorare il recupero.
- **Counselling contraccettivo e prescrizione di anticoncezionali**. È possibile discutere le opzioni contraccettive, inclusa la contraccezione di emergenza. In alcuni casi, una dettagliata anamnesi è sufficiente per prescrivere un contraccettivo, mentre altre volte è necessaria una visita specialistica o esami ulteriori, determinabili tramite teleconsulto.
- **Supporto per i sintomi della menopausa**.
- **Discussione dei risultati degli esami di laboratorio**.
- **Prevenzione di malattie infettive e sessualmente trasmesse**.
- **Gestione del diabete gestazionale**. Tra una visita ostetrica e l'altra, è possibile discutere la progressione del diabete gestazionale, valutando i livelli di glicemia, la dieta e la terapia in corso
- **Gestione dell'ipertensione in gravidanza**. Consente di monitorare i valori pressori e discutere eventuali nuovi sintomi tra le visite ostetriche.
- **Pianificazione di una gravidanza e cura del concepimento**. Offre consulenza per pianificare al meglio una gravidanza, suggerimenti sugli esami preconcezionali e informazioni sull'assunzione di acido folico.

COME SI SVOLGE LA TELEVISITA GINECOLOGICA? Utilizzando una piattaforma per videochiamate, il paziente può comunicare direttamente con il medico. È possibile inviare in formato PDF i referti degli esami effettuati, che il medico può visionare prima della televisita.

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 dottor **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 **toxotest** 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 presto 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 consigliabile **evitare di toccare direttamente le feci del gatto**. Nel caso in cui si debba pulire la lettiera, è importante utilizzare guanti monouso, 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 domestico.

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. Inoltre, una volta terminato il lavoro di giardinaggio, è essenziale lavare accuratamente le mani con acqua e sapone.

Toxoplasmosi in gravidanza: le norme di prevenzione

Le norme igienico-alimentari per le gestanti suscettibili alla toxoplasmosi, stabilite nel documento dell'AMCLI del 2023, 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.

Per attività che comportano il contatto con materiali potenzialmente contaminati dalle feci del gatto, come il giardinaggio o la pulizia della lettiera, è consigliabile utilizzare sempre guanti di gomma.

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 il contenitore. (*Humanitas*)

SCIENZA E SALUTE

GASTRITE: LE CAUSE E COME SI CURA

La gastrite è una patologia gastrointestinale che consiste nell'infiammazione della mucosa dello stomaco.



Caratterizzata da sintomi quali dolore addominale, bruciore di stomaco, nausea e talvolta vomito, la gastrite può avere diverse cause, tra cui infezioni batteriche, uso eccessivo di farmaci, stress, abitudini alimentari scorrette e altri fattori. Questo disturbo può influenzare significativamente la qualità della vita delle persone e richiede un'attenzione adeguata per la gestione dei sintomi e il trattamento delle cause sottostanti.

Ne parliamo con il dottor Marco Dal Fante, gastroenterologo in Humanitas San Pio X.

GASTRITE ACUTA E GASTRITE CRONICA: LE CAUSE La gastrite è l'infiammazione della mucosa gastrica che riveste l'interno dello stomaco. Può essere di due diverse tipologie: acuta o cronica.

La **gastrite acuta**, che può manifestarsi in diverse forme tra cui erosiva, emorragica, ischemica, da radiazioni o infettiva, è caratterizzata da un'infiammazione improvvisa e intensa della mucosa gastrica. Questo disturbo si risolve tipicamente in un breve lasso di tempo, ma può causare sintomi fastidiosi e influenzare temporaneamente la qualità della vita dei pazienti. Tra le **cause** della gastrite acuta indichiamo:

- *Eccessivo utilizzo di farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS)*
- *Stress intenso; Ingestione di sostanze corrosive, come detersivi*
- *Binge drinking, cioè l'assunzione di grandi quantità di alcolici in breve tempo.*

La **gastrite cronica**, che può essere causata da vari fattori tra cui l'uso prolungato di farmaci FANS (farmaci antinfiammatori non steroidei), infezioni, fattori psicosomatici o patologie sottostanti, si sviluppa gradualmente nel tempo e tende a persistere per **periodi più lunghi** rispetto alla forma acuta. Questo tipo di gastrite può avere un impatto duraturo sulla salute gastrointestinale e richiedere un trattamento mirato per gestire i sintomi e indagare sulle cause sottostanti. Tra le **cause** della gastrite cronica indichiamo:

- *Infezione da Helicobacter pylori (che sta diminuendo nei Paesi occidentali)*
- *Fattori autoimmuni*
- *Reflusso biliare duodeno-gastrico, soprattutto nelle persone sottoposte a intervento di rimozione della colecisti*
- *Stress prolungato che aumenta la produzione di acido cloridrico; Fumo; Abitudine all'alcol.*

Esiste poi un terzo tipo di gastrite, di natura allergica. La **gastrite eosinofila** ha come causa allergie alimentari, che possono essere associate ad altre forme di allergia come l'asma bronchiale, le allergie stagionali o alle polveri.

QUALI SONO I SINTOMI DELLA GASTRITE? I sintomi della gastrite acuta, cronica o allergica condividono comunemente la presenza di **dolore o bruciore nell'epigastrio**, ovvero nella zona dell'addome sopra l'ombelico. Questi sintomi si manifestano o si intensificano durante la distensione dello stomaco durante i pasti. Nei casi più gravi, il dolore può essere presente anche tra i pasti, sebbene possa essere percepito in forma più lieve.

GASTRITE: QUALI RIMEDI? È fortemente sconsigliato cercare rimedi fai-da-te senza una diagnosi accurata. Il trattamento della gastrite può includere l'uso di **antiacidi** specifici in base al tipo di gastrite, ansiolitici per gestire lo stress correlato, **antibiotici** (necessari solo in caso di *infezione da H. pylori*) e modifiche dello stile di vita. L'importante è consultare sempre un professionista sanitario per una valutazione accurata e un piano di trattamento appropriato.

In caso di gastrite, certamente è fondamentale lavorare sullo **stile di vita**. In particolare bisognerebbe:

- *Adottare una dieta sana ed equilibrata*
- *Praticare attività fisica quotidiana; Limitare il consumo di alcol, caffè e cioccolato*
- *Evitare il fumo; Ridurre al minimo il consumo di cibi ad alto contenuto di grassi*
- *Gestire lo stress e l'ansia; Assicurarsi di dormire almeno 7 ore ogni notte. (Salute, Humanitas)*

SCIENZA E SALUTE

GLI ZUCCHERI CHE BEVI SONO PIÙ NOCIVI DI QUELLI CHE MANGI

Gli zuccheri in bevande e succhi di frutta sono associati a un rischio maggiore di diabete di tipo 2. Perché fanno più male di quelli alimentari?

L'assunzione eccessiva di zuccheri è una delle cause del diabete di tipo 2 ma - come sostiene un nuovo studio statunitense - non tutti gli zuccheri sono ugualmente nocivi. **Quelli che beviamo** in bibite confezionate e succhi di frutta, **lo sono un po' di più**. Rispetto allo zucchero assunto con il cibo, quello liquido è maggiormente associato a un rischio più alto di malattie metaboliche. Vediamo perché.



Un'importante distinzione. In uno studio pubblicato sulla rivista *Advances in Nutrition*, un gruppo di scienziati della Brigham Young University (Stati Uniti) e dell'Università di Paderborn (Germania) ha analizzato i dati di oltre mezzo milione di persone di diversi continenti per capire in che modo il dosaggio dei diversi tipi di zuccheri assunti durante il giorno influenzasse il rischio di diabete di tipo 2, che rappresenta il 90% circa dei casi totali di diabete.

Lo studio ha chiarito perché gli zuccheri da bere sortiscano sull'organismo un effetto più dannoso rispetto a quelli da mangiare.

Non fatene un'abitudine. Dopo aver corretto l'effetto, sul rischio di sviluppare diabete, di alcuni fattori come indice di massa corporea, eccesso calorie assunte e di altri fattori dello stile di vita, i ricercatori si sono accorti che, per ogni porzione aggiuntiva di 350 ml di bevande zuccherate (come energy drink, bibite analcoliche o sportive) al giorno, il rischio relativo (cioè rapportato al rischio di base medio *di quella persona*) di sviluppare diabete di tipo 2 **aumentava del 25%**. L'effetto era visibile già dalla prima assunzione di zuccheri liquidi giornaliera. Non esisteva, insomma, una "soglia sicura" che garantiva l'assenza di rischio.

Gli "altri" zuccheri. Per quanto riguarda i succhi di frutta, con ogni porzione aggiuntiva di 230 ml di succo di frutta giornaliera, il rischio relativo di incorrere in diabete di tipo 2 aumentava del 5%. Le cose cambiavano quando si considerava lo zucchero "solido".

L'assunzione di 20 grammi giornalieri di zucchero totale o saccarosio (la somma giornaliera di tutti gli zuccheri aggiunti o assunti con il cibo solido) ha mostrato un'associazione inversa con il diabete di tipo 2 - in altre parole, **un'associazione protettiva**. Come è possibile?

Calorie vuote. La risposta ha a che fare con gli effetti dei diversi zuccheri **sul metabolismo**. Quelli contenuti nelle bevande sono - scrivono i ricercatori - «zuccheri isolati che portano **a un maggiore impatto glicemico**, mentre altre fonti di zuccheri alimentari, in particolare se consumate in alimenti ricchi di nutrienti come frutta intera, latticini o cereali integrali, possono provocare risposte glicemiche più lente a causa della presenza di fibre, grassi o proteine».

Gli zuccheri bevuti sovraccaricano il metabolismo del fegato, aumentando le probabilità di **sviluppare resistenza all'insulina**, la riduzione della sensibilità delle cellule all'azione dell'ormone insulina, anticamera del diabete di tipo 2.

Frutta da bere? Non sempre. In particolare il **succo di frutta**, anche se contiene più vitamine e nutrienti rispetto alle bibite in lattina, è **molto concentrato e ricco di zuccheri**, e in nessun modo paragonabile alla frutta naturale intera, che fornisce un elevato apporto di fibre utile al controllo della glicemia (il livello di zuccheri nel sangue).

La ricerca suggerisce che oltre alle raccomandazioni sulle quantità totali di zuccheri assunti con la dieta vada tenuto conto anche **della tipologia** di zuccheri ingeriti.

(Salute, Focus)

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 Centro	FT/PT	338 338 3224	28 Maggio
Napoli Centro	FT/PT	393 955 1096	28 Maggio
Napoli Barra	FT/PT	333 538 9212	12 Maggio
Portici	FT/PT	333 704 7022	12 Maggio
Afragola	FT/PT	cvfarmacisti@gmail.com	12 Maggio
Napoli Museo	FT/PT	347 455 3537	12 Maggio
Napoli Rione Alto	FT/PT	347 990 5838	12 Maggio
Napoli Colli Aminei	FT/PT	farmaciatguarino@gmail.com	12 Maggio
Torre Annunziata	FT/PT	farmaciabertamino@libero.it	06 Maggio
Napoli Chiaia	FT/PT	338 564 0742	06 Maggio
Vico Equense	FT/PT	329 785 9490	06 Maggio
Licola	FT/PT	giorgiacarrano@gmail.com	06 Maggio
Casalnuovo	FT/PT	349 634 4733	06 Maggio
Napoli	FT/PT	melaniatamborra@libero.it	06 Maggio
Sorrento parafarmacia	FT/PT	dott.fabriziadeangelis@gmail.com	29 Aprile
Varcaturò	FT/PT	340 077 4834	29 Aprile
Napoli Ponticelli	FT/PT	334 618 8048	29 Aprile
Napoli Pianura	FT/PT	333 547 2553	23 Aprile
Boscoreale	FT/PT	340 097 4892	23 Aprile
Napoli Loggetta	FT/PT	333 100 4446	11 Aprile
Pozzuoli	FT/PT	081 218 2443	11 Aprile

ORDINE: Calendario Corsi ECM Sessione PRIMAVERILE

Data	Argomento	Relatore	Crediti ECM
Mese di GIUGNO			
<i>Lunedì 9 Giugno h. 21.00</i>	La gestione del primo soccorso in Farmacia	<i>F. Mosella</i>	-

ORDINE: Assemblea Ordinaria Mercoledì 18 Giugno 2025

E' convocata l'Assemblea Ordinaria degli iscritti all'Albo.

Il giorno **18 Giugno 2016 alle ore 21.00** in seconda convocazione, presso la sede dell'Ordine sita in - Via Toledo n. 156 - Napoli, per procedere alla discussione del seguente Ordine del giorno:

- 1 – **Approvazione Verbale Assemblea Ordinaria 2024;**
- 2 - **Approvazione Bilancio Consuntivo 2024;**
- 3 - **Approvazione Bilancio Preventivo 2025;**
- 4 – **Relazione del Presidente;**
- 5 – **Varie ed Eventuali.**

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, DOMUSPETRI, 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			