



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

Anno XV – Numero 2959

Martedì 13 Gennaio 2026 – S. Ilario



FONDAZIONE
Ordine dei Farmacisti
della Provincia di Napoli.

Proverbia d'i oggi.....

Me faccio 'a croce cu 'a mana manca

PRESSIONE ALTA: il PISOLINO pomeridiano la abbassa quanto i farmaci contro l'IPERTENSIONE

Per abbassare la pressione non c'è miglior farmaco del pisolino pomeridiano.

Schiacciare un pisolino nella fascia oraria post prandiale ha, infatti, l'effetto di ridurre la pressione sanguigna tanto quanto riesce ai farmaci per l'ipertensione. A rivelarlo è uno studio di un team di ricerca internazionale guidato da scienziati greci.

BASTA UN'ORA DI PISOLINO PER ABBASSARE LA PRESSIONE



È sufficiente **un'ora di riposo** per ridurre in media i livelli di pressione arteriosa di un valore che va da 3 a 5 mmHg, ossia per produrre un effetto **simile a quello dell'assunzione di farmaci o alla riduzione di sale** nella dieta; questa riduzione può ridurre il rischio di infarto e ictus. Il monitoraggio ha riguardato oltre 200 persone con una **pressione arteriosa sistolica media di 130 mm/Hg**; un livello considerato poco sano.

«Il sonno di mezzogiorno sembra abbassare i livelli di pressione sanguigna con la stessa intensità di altri cambiamenti nello stile di vita –. Anche la riduzione di sale e alcol può abbassare i livelli di pressione sanguigna di 3-5 mm/Hg, mentre la somministrazione di farmaci a bassa dose di solito abbassa i livelli di pressione sanguigna di 5-7 mm/Hg. Ma questi risultati sono importanti anche perché un calo della pressione sanguigna di soli 2 mm/Hg può ridurre il rischio di eventi cardiovascolari come l'infarto fino al 10%».

PRESSIONE: QUALI FATTORE LA INFLUENZANO?

Gli autori dello studio hanno tenuto in considerazione tutti quei **fattori che possono influenzare la pressione sanguigna** di una persona, come età, sesso, stile di vita, consumo di farmaci, caffè e alcol, esercizio fisico e diabete mellito di tipo 2. I risultati dello studio mostrano che i benefici del riposino pomeridiano sono mantenuti al netto di questi parametri, evidenziandone di fatto la notevole efficacia.

Anche il tempo trascorso a riposo durante il giorno ha influenzato la riduzione della pressione: per ogni ora di siesta l'abbattimento è risultato essere di 3 millimetri di mercurio (in media la "pennichella" dei partecipanti è durata 49 minuti). Senza alcun intento di incoraggiare le persone a dormire per ore durante la giornata, perlomeno, visti i benefici, che non si senta in colpa chi chiude gli occhi.

(*Salute, Focus*)

SCIENZA E SALUTE

ACETONE nei BAMBINI: quali sono i sintomi oltre all'alito dal sapore dolciastro?

Mal di testa, dolore addominale, nausea e vomito sono gli altri campanelli d'allarme. È un disturbo metabolico temporaneo frequente nei bambini tra i due e i sei anni e si previene con un'alimentazione che garantisce il giusto apporto di carboidrati complessi (pasta e pane). Ecco cosa sapere

C'è un odore che molti genitori imparano a riconoscere: quello dolciastro, quasi fruttato, dell'alito dei loro figli. È spesso il primo campanello d'allarme dell'acetone, una condizione tanto comune quanto insidiosa nei bambini.

Colpisce soprattutto tra i **due e i sei anni**, un'età in cui i più piccoli faticano ad autoalimentarsi e dispongono di riserve energetiche limitate, perché la loro massa corporea è ancora ridotta e indica una situazione ben precisa: **l'accumulo di corpi chetonici nel sangue e nelle urine**.

È proprio questo accumulo a essere responsabile del malessere generale e dei sintomi che accompagnano l'episodio.

«Acetone è una definizione colloquiale – spiega il dottor **Nicola Tovaglieri**, S.C. Pediatria, ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda, Milano - ma dal punto di vista medico parliamo di un **temporaneo disturbo metabolico** che si verifica quando l'organismo, avendo esaurito i carboidrati (zuccheri), inizia ad utilizzare i lipidi (grassi) per produrre energia.

Quando i **corpi chetonici** si accumulano, l'organismo va incontro a una **serie di squilibri** che ne spiegano i disturbi tipici. In condizioni normali il corpo produce l'energia necessaria al proprio funzionamento utilizzando i carboidrati.

Quando vengono a mancare, come accade in caso di digiuno prolungato, durante una malattia infettiva, in presenza di febbre o dopo uno sforzo fisico intenso, l'organismo è costretto a cambiare fonte energetica. In queste situazioni – chiarisce l'esperto – si entra in una fase di catabolismo: esaurite le riserve di zuccheri, il corpo inizia a produrre energia utilizzando i grassi attraverso un processo chiamato lipolisi.

È a questo punto che il fegato comincia a produrre i **corpi chetonici** che rappresentano una fonte di energia alternativa, indispensabile soprattutto per organi vitali come cuore e cervello quando i carboidrati non sono disponibili.

Tuttavia, il loro accumulo eccessivo non è privo di conseguenze.

Più aumenta la produzione di corpi chetonici più si sviluppa una **condizione di acidosi**, cioè un abbassamento del pH dell'organismo.

Questo comporta una serie di alterazioni metaboliche che sono alla base dei sintomi dell'acetone».



CAUSE E SINTOMI

Nella maggior parte dei casi l'acetone nei bambini è legato a situazioni molto comuni, come **un'alimentazione inadeguata o ridotta**, un digiuno prolungato, un episodio infettivo o la febbre, che aumenta il consumo di energia. Anche un **eccesso di grassi nella dieta**, soprattutto se non bilanciato da un adeguato apporto di carboidrati, ne può favorire la comparsa.

«La **tonsillite** è un esempio tipico – osserva il dottor **Tovaglieri** – perché associa il dolore alla gola, che riduce l'assunzione di cibo, all'infezione e spesso alla febbre, che aumentano il fabbisogno energetico».

I sintomi più caratteristici includono **l'alito con un odore fruttato**, **il malessere generale**, **il mal di testa**, **il dolore addominale**, **la nausea e il vomito**. «Il problema – sottolinea lo specialista – è che si crea un circolo vizioso: il bambino ha nausea e vomita, quindi mangia e beve meno, l'acetone aumenta e i sintomi peggiorano. Non di rado l'acetone si associa anche a **ipoglicemia**, cioè a un abbassamento degli zuccheri nel sangue.

Nei casi più importanti possono comparire segni di disidratazione, come mucose secche, lingua asciutta, labbra screpolate, pianto senza lacrime nei bambini più piccoli, respiro accelerato e una marcata sonnolenza. Se la disidratazione e l'acidosi peggiorano anche lo stato di coscienza può risultare compromesso».

DIAGNOSI

È semplice e si basa sulla ricerca dei corpi chetonici nelle urine, facilmente **rilevabili con le strisce reattive**. «Gli esami del sangue raramente sono necessari. L'acetone è particolarmente frequente tra i **due e i cinque-sei anni**, un'età in cui i bambini hanno riserve energetiche più limitate e fanno maggiore fatica ad alimentarsi e idratarsi adeguatamente quando sono malati. La durata di un episodio dipende da quanto rapidamente si riesce a interrompere il meccanismo che lo ha innescato» precisa **Tovaglieri**.

RIMEDI

Il trattamento si basa principalmente sulla **reidratazione e sulla somministrazione di carboidrati adeguati**. «La cosa fondamentale – spiega lo specialista – è offrire **bevande prive di grassi** che contengano una quantità bilanciata di zuccheri ed elettroliti. Le soluzioni reidratanti orali rappresentano la scelta raccomandata. In quanto sono prodotti studiati per fornire glucosio, sodio e potassio nelle giuste proporzioni. In questo modo si **rialza la glicemia**, si ripristina la via metabolica corretta e si interrompe la produzione di corpi chetonici». Nei casi più gravi, quando il bambino non riesce a bere o continua a vomitare, può rendersi necessario il ricovero ospedaliero per la reidratazione per via endovenosa.

COME SI PREVIEDE

La prevenzione passa soprattutto dall'alimentazione. Nei bambini predisposti è importante garantire un **adeguato apporto di carboidrati complessi**, come pasta e pane, soprattutto durante un episodio febbrile o infettivo. «Questi alimenti rilasciano energia in modo graduale – spiega l'esperto – e **aiutano a mantenere attiva la via metabolica corretta**. Gli zuccheri semplici, al contrario, determinano solo un aumento transitorio della glicemia. **Gli alimenti molto ricchi di grassi**, come formaggi, salumi, burro e cioccolato, non vanno eliminati, **ma limitati il più possibile**.

Frutta e verdura restano importanti in una dieta equilibrata, ma in un bambino che ha una carenza energetica è opportuno puntare anche su alimenti più calorici e nutrienti». La buona notizia è che l'acetone tende a scomparire con la crescita e in genere si esaurisce verso i 10-12 anni.

È una condizione tipica della prima infanzia e diventa molto meno frequente nei bambini più grandi, che si ammalano meno, riescono ad alimentarsi e idratarsi meglio e dispongono di maggiori riserve energetiche. (Salute, Corriere)

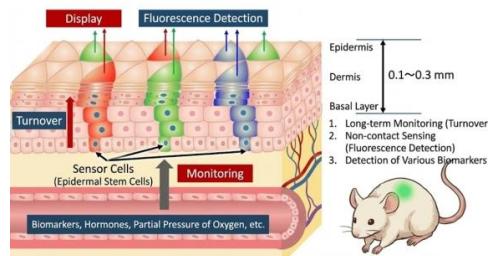
SCIENZA E SALUTE

UNA PELLE INGEGNERIZZATA CHE SI ILLUMINA PER SEGNALARE I CAMBIAMENTI NELLA SALUTE

L'hanno messa a punto ricercatori giapponesi: è un vero e proprio display a sensore vivente che emette fluorescenza in risposta a specifici biomarcatori

I **dispositivi sanitari indossabili**, come gli *smartwatch*, sono diventati di uso comune, consentendo il monitoraggio continuo dei segnali fisiologici sulla superficie cutanea.

Di recente, un team di ricerca giapponese ha sviluppato un *approccio bioibrido* che agisce all'interno del corpo, trasformando



- **la pelle ingegnerizzata in un indicatore visibile degli stati biologici interni.**

Un gruppo di ricerca congiunto, guidato dalla *Tokyo City University* e dall'*Università di Tokyo*, ha presentato un display a sensore vivente:

- **un innesto cutaneo ingegnerizzato che emette fluorescenza in risposta a specifici biomarcatori**, come l'infiammazione.

Come riporta *Nature Communications*, il sistema sfrutta la naturale rigenerazione cutanea del corpo per supportare il monitoraggio a lungo termine dei biomarcatori, fornendo una lettura visiva senza prelievo di sangue dopo l'impianto e consentendo una valutazione intuitiva tramite osservazione.

Il **monitoraggio dei biomarcatori interni** – proteine che indicano infiammazione, stress o malattia – si basa in genere su prelievi di sangue o sensori esterni che funzionano solo per periodi di tempo limitati.

«Gli approcci convenzionali sono spesso invasivi o forniscono solo istantanee temporali».

«Il nostro obiettivo era esplorare un sistema integrato dal punto di vista biologico, che consentisse la rilevazione continua dei dati e la loro interpretazione intuitiva, anche a casa».

Per raggiungere questo obiettivo, i ricercatori hanno utilizzato **cellule staminali epidermiche**, che mantengono e rinnovano in modo naturale la pelle per tutta la vita. Ingegnerizzando geneticamente queste cellule per rispondere alla segnalazione infiammatoria – in modo più specifico, all'attivazione della via **NF-κB** (un percorso molecolare fondamentale che regola la risposta cellulare a stimoli come infezioni, infiammazione, stress e radicali liberi) – il team ha generato tessuto cutaneo che esprime una maggiore **proteina fluorescente verde (EGFP)** in risposta ai segnali correlati all'infiammazione.

Trapiantata nei topi, la pelle ingegnerizzata si è innestata e integrata in modo funzionale con il tessuto ospite. Dopo avere indotto infiammazione, l'area innestata ha emesso una fluorescenza verde, traducendo i segnali molecolari interni in un segnale ottico esterno. Poiché il sensore è composto da cellule staminali epidermiche viventi, si mantiene tramite il naturale ricambio della pelle.

«A differenza dei dispositivi convenzionali che richiedono fonti di energia e una loro sostituzione periodica, questo sistema è mantenuto vivo e attivo dall'organismo stesso». «Nei nostri esperimenti, la **funzionalità del sensore si è preservata per oltre 200 giorni**, poiché le cellule staminali ingegnerizzate hanno rigenerato in modo continuo l'epidermide». Questo studio dimostra la fattibilità di un rilevamento a lungo termine, ben integrato sul piano biologico, senza batterie, cablaggi o interventi da parte dell'utente.

Sebbene questo lavoro si sia concentrato sulla segnalazione infiammatoria, la strategia di base è adattabile:

- *modificando i bersagli molecolari, si potrebbero progettare strutture cutanee ingegnerizzate simili per rispondere ad altri segnali fisiologici o metabolici.*

I ricercatori sottolineano che tale tecnologia potrebbe avere applicazioni che vanno oltre l'assistenza sanitaria umana, comprese quelle nella ricerca sugli animali e nella medicina veterinaria, dove indicatori visivi dello stato di salute potrebbero aiutare la diagnosi precoce di malattie in animali incapaci di comunicare i sintomi. (*Salute, Corriere*)

PREVENZIONE E SALUTE

FREDDO: COME PROTEGGERE LA PELLE?

L'esposizione al freddo intenso e ai bruschi cambiamenti di temperatura (passaggi tra ambienti interni ed esterni) può avere un impatto negativo sulla pelle, rendendola più secca e predisposta alla formazione di microlesioni, come ragadi o fissurazioni.

Il freddo può anche aggravare lo stato di salute della pelle di chi soffre di patologie dermatologiche, come **acne** e **psoriasi**; infatti, è sia in grado di disidratare la pelle, sia di stimolare un'eccessiva produzione di sebo, favorendo l'insorgenza di brufoli e punti neri. Per le persone con psoriasi, la poca esposizione solare e la secchezza della pelle e delle placche psoriasiche, possono determinare un peggioramento della malattia.



Come proteggere la pelle?

Ne parliamo con la dott.ssa **Cinzia Bruscagin**, dermatologa presso Humanitas Medical Care di Lainate.

LE CAUSE DELLA PELLE SECCA

Quando c'è freddo, la **secchezza cutanea** è principalmente dovuta a quattro motivi:

- *la vasocostrizione dei vasi sanguigni e il conseguente risparmio di calore;*
- *una diminuzione della produzione di grassi ceramidi,*
- *un minore apporto di vitamina D causato dalla ridotta esposizione al sole;*
- *l'aria più secca negli ambienti chiusi a causa del riscaldamento.*

Tuttavia, il freddo non è l'unica causa della pelle secca. Altri elementi possono contribuire, come l'assunzione di determinati farmaci, lo stare in acqua per lungo tempo (come chi pratica nuoto), **cambiamenti ormonali** (ad es. durante il ciclo mestruale, la gravidanza o la menopausa), lo stress e gli eccessivi lavaggi, spesso effettuati con detergenti aggressivi schiumogeni che determinano l'asportazione di film idrolipidico naturale.

QUALI SONO LE CONSEGUENZE DELLA PELLE SECCA?

Le principali conseguenze possono essere:

- *dermatiti da freddo, soprattutto nelle mani*
- *desquamazione; prurito; rossore; sottili crepe*
- *peggiорamento delle eventuali patologie dermatologiche presenti.*

QUALI SONO I RIMEDI PER LA PELLE SECCA?

Per trattare la pelle secca è fondamentale evitare tessuti sintetici, preferendo materiali naturali; ridurre la frequenza dei lavaggi, preferendo docce brevi al bagno, e scegliere i detergenti giusti: basi lavanti non schiumogene, impacchi a secco, unguenti privi di acqua come vaselina o siliconi, per idratare lo strato corneo richiamando acqua dagli strati più profondi della pelle. Gli antistaminici non servono, dato che non si ha a che fare con un'allergia.

COME PREVENIRE LA SECHEZZA DELLA PELLE? L'idratazione e la protezione della pelle sono essenziali per la prevenzione della pelle secca. È utile adottare queste abitudini quotidiane:

- **bere regolarmente acqua** durante la giornata
- **umidificare l'aria** negli ambienti chiusi
- **proteggere mani e piedi dal freddo** con guanti e calzature adeguate
- preferire **docce brevi con acqua tiepida**, asciugandosi accuratamente
- **evitare detergenti aggressivi** e optare per unguenti emollienti che mantengano la pelle morbida
- **ridurre i lavaggi.**

QUANDO RIVOLGERSI A UN DERMATOLOGO? Bisogna rivolgersi a un dermatologo in caso di alterazioni evidenti della pelle, come eczema, ulcerazioni, ragadi o prurito persistente. (*Salute, Humanitas*)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



Dipartimento di
Farmacia

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI NAPOLI FEDERICO II

• MASTER DI II LIVELLO

PHARMAFORWARD: GLI ORIZZONTI DELLA FARMACIA DEI SERVIZI

Posti disponibili: 35

Termine presentazione domande: 02/02/2026

**Per qualsiasi informazione, rivolgersi al Coordinatore:
prof. Ferdinando Fiorino
fefiorin@unina.it
081679825**

ORDINE: BACHECA CERCO LAVORO

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

Farmacia - Luogo	Tipologia	Contatto	Data Annuncio
	lavoro		
Afragola	FT/PT	339 658 2410	13 Gennaio
Napoli Chiaia	FT/PT	375 777 0096	7 Gennaio
Marano	FT/PT	335 841 5120	7 Gennaio
Afragola	FT/PT	338 685 2805	7 Gennaio
Napoli - Soccavo	FT/PT	335 814 5405	7 Gennaio
Varcaturo	FT/PT	organico.farmaciasanluca46@gmail.com	7 Gennaio
Giugliano	FT/PT	339 582 6687	19 Dicembre
Marano di Napoli	FT/PT	393 153 8510	19 Dicembre
Quarto	FT/PT	farmaciadelcorsoquarto@virgilio.it	19 Dicembre
Casoria	FT/PT	338 882 7026	9 Dicembre
Napoli	FT/PT	333 333 9774	9 Dicembre
Napoli	FT/PT	danilo.alfano@farmaciameo.com	9 Dicembre
Napoli	FT/PT	339 497 2645	19 Novembre
Aversa	FT/PT	377 097 9397	19 Novembre
Parafarmacia			
Torre Annunziata	FT/PT	347 243 9751	19 Novembre
Marano	FT/PT	393 932 8902	14 Novembre
Mariglianella	FT/PT	339 533 0933	14 Novembre