



Proverbio di oggi.....

'A meglio parola è chela ca nun se dice

LARINGOSPASMO: cos'è e quali sono i SINTOMI

Il laringospasmo è una contrazione improvvisa acuta della laringe provocata da cause infiammatorie, infettive o allergiche.

Può inoltre associarsi anche a patologie come il reflusso gastroesofageo e, più raramente, ad alcune forme tumorali. In particolare nei bambini, inoltre, il risveglio dall'anestesia dopo un'operazione può provocare l'insorgenza di un laringospasmo.

Il laringospasmo è pericoloso? E da quali sintomi si può riconoscere?

Ne parliamo con la dott.ssa Vanessa Rossi, Unità di Otorinolaringoiatria IRCCS Humanitas di Rozzano.

I SINTOMI DEL LARINGOSPASMO Il laringospasmo si manifesta improvvisamente con una contrazione della laringe. Il sintomo principale della patologia quindi è la **dispnea**, ovvero una sgradevole sensazione di difficoltà respiratoria.

La sensazione di avere la gola chiusa e non riuscire a respirare in alcuni casi può associarsi alla tosse, stimolata dal tentativo di liberare le vie aeree che il soggetto interessato dal laringospasmo avverte chiuse. Un altro sintomo provocato dalla sensazione di dispnea è l'ansia.

LARINGOSPASMO: COSA FARE? Il laringospasmo non è un evento pericoloso e in genere, a meno che non sia associato a cause allergiche, si risolve fisiologicamente.

Può provocare però in chi ne è interessato degli intensi stati d'ansia, per cui il consiglio è per prima cosa cercare di mantenersi tranquilli aspettando che il sintomo si risolva. Tuttavia se il laringospasmo tende a ripresentarsi più volte bisogna fare riferimento al medico per indagare le cause sottostanti.

Quando invece, come abbiamo detto, il laringospasmo è provocato da un'allergia va trattato tempestivamente perché può associarsi alla presenza di **shock anafilattico**, una reazione allergica estremamente grave e potenzialmente fatale.

L'unico farmaco che può far regredire lo shock anafilattico e salvare la vita è l'adrenalina, che viene venduta in singole dosi autoiniezzanti e che chi soffre di gravi allergie note deve avere sempre con sé. Se si assiste a uno **shock anafilattico** bisogna chiamare immediatamente i soccorsi al 112 perché la persona, anche se assume tempestivamente l'**adrenalina**, deve ricevere cure mediche d'urgenza.

Un'altra causa frequente del laringospasmo può essere la malattia da reflusso gastroesofageo, la risalita del gas o degli acidi irrita cronicamente la laringe e può indurre l'episodio. (*Salute, Humanitas*)



SCIENZA E SALUTE

Lesione del Crociato Anteriore, l'infortunio degli sportivi: cause e quando è necessario l'intervento

Si verifica soprattutto tra chi pratica calcio, sci, basket o pallavolo. E può mettere a rischio anche gli altri legamenti. Con l'aiuto di Roberto D'Anchise, chirurgo ortopedico, scopriamo come si manifesta e come intervenire

La rottura del legamento crociato anteriore del ginocchio è un infortunio importante, non solo per gli sportivi. Infatti, nonostante le moderne tecniche chirurgiche, solo il 65% degli atleti ritorna al livello precedente il trauma. Chi invece non ricorre alla chirurgia vive spesso con il timore di cedimenti del ginocchio. Il crociato anteriore di rado può guarire perché la sua particolare vascolarizzazione è insufficiente a sostenere i processi riparativi, ma ciò non significa che l'intervento chirurgico sia indispensabile.



Ne parliamo con **Roberto D'Anchise, responsabile dell'Unità Operativa di Chirurgia e Traumatologia del Ginocchio dell'Irccs Istituto Ortopedico Galeazzi - Sant'Ambrogio di Milano.**

Quali sono le cause più comuni?

«Le lesioni del crociato anteriore sono spesso legate allo sport e si verificano soprattutto nei giovani che praticano attività che prevedono salti, torsioni e cambi di direzione rapidi. Possono essere isolate, e quindi riguardare solo questo legamento, o più complesse, andando a compromettere non solo l'integrità del crociato anteriore, ma anche di altri legamenti del ginocchio, dei menischi o della cartilagine articolare».

Come si manifesta una lesione del crociato anteriore?

«C'è una certa variabilità. Qualche volta può capitare che dopo un trauma distorsivo, l'interessato non abbia quasi male, ma poi alla risonanza magnetica si vede che c'è una rottura del crociato anteriore. Di solito ciò accade perché il trauma non ha comportato una contusione dell'osso. Mentre la presenza di dolore dopo un trauma è spesso legata al cosiddetto edema post-traumatico dell'osso spongioso. In pratica in questi casi, il trauma è più complesso e le due parti dell'osso si scontrano, dando luogo a una microfrattura (edema osseo), oltre che alla lesione del crociato ed eventualmente di altre parti dell'articolazione come il menisco. Accanto al dolore, il paziente può presentare gonfiore, causato dal versamento di sangue, e impotenza funzionale. Passata la fase acuta, il dolore scompare e si riprende una buona mobilità, però il crociato danneggiato espone il ginocchio a cedimenti nei cambi di direzione e nei salti, in particolare quando si compie un gesto brusco senza tenere i muscoli "pronti". A lungo termine i cedimenti possono però danneggiare l'articolazione, favorendo lesioni meniscali e l'usura della cartilagine».

Quando è davvero necessario l'intervento chirurgico?

«In genere, la chirurgia ricostruttiva è indicata nel giovane, perché un ginocchio con una biomeccanica compromessa può favorire l'usura della cartilagine e quindi lo sviluppo di un'artrosi precoce. In chi è più in là con gli anni, l'indicazione chirurgica dipende da una serie di fattori: dall'età fino al tipo di richiesta funzionale legata all'attività sportiva o lavorativa.

Conta anche l'atteggiamento psicologico: ci sono persone che fanno sport in modo saltuario, ma l'idea che il ginocchio possa cedere le mette in difficoltà e quindi preferiscono farsi operare.

Chi invece non vuole ricorrere all'intervento, può trarre giovamento da un programma riabilitativo che aiuta a restituire una certa stabilità al ginocchio». (*Salute, Corriere*)

SCIENZA E SALUTE

COLESTEROLO ALTO ed Effetti Collaterali delle STATINE, che cosa sappiamo oggi?

Il dolore muscolare è l'effetto avverso più noto, ma uno studio pubblicato su «Lancet» ne ridimensiona la portata. La scienza ci dice che i benefici delle statine nel prevenire infarti e ictus superano di gran lunga i rischi

Prendo le statine da 10 anni per ridurre il colesterolo e ho letto che uno studio ridimensiona il rischio di effetti collaterali: posso stare tranquillo?

Risponde **Pablo Werba**, Incarico di alta specialità, Centro Cardiologico Monzino, Milano

Recentemente su *The Lancet* è stata pubblicata una delle analisi più vaste mai condotte sulla sicurezza delle statine. Sono stati esaminati dati di oltre **154mila partecipanti** in studi clinici in doppio cieco, dove né i medici né i pazienti sapevano chi stesse assumendo la statina e chi un placebo. Questo metodo è fondamentale perché **permette**

di distinguere i sintomi realmente causati dalla molecola da quelli dovuti ad altre cause o alla suggestione («effetto nocebo»).

L'analisi ha dimostrato che per ben 62 dei 66 effetti indesiderati spesso assegnati alle statine non esiste alcun legame di causa-effetto con il trattamento. I problemi confermati riguardano **lievi anomalie nei test del fegato (transaminasi), un'alterazione della composizione delle urine o piccoli edemi**, con un rischio assoluto molto basso, inferiore allo 0,1% all'anno.

CRAMPI E DOLORI MUSCOLARI

Per quanto riguarda i **sintomi muscolari (come dolori, crampi o debolezza)**, lo studio non ignora affatto il problema. Al contrario, i ricercatori confermano che il dolore muscolare è l'effetto avverso più noto delle statine, ma ne ridimensionano la portata: nei trial clinici, **le statine hanno causato un piccolo aumento (circa l'1%) di sintomi muscolari lievi, che però si manifestano quasi esclusivamente durante il primo anno di trattamento.** Esiste però un'importante differenza tra le osservazioni dei trial e la pratica clinica quotidiana. In una ricerca condotta dalla Società italiana per lo studio dell'aterosclerosi (Sisa) su oltre 16mila pazienti, abbiamo rilevato che **nella vita reale la percezione dei disturbi muscolari è più frequente**: il 9,6% dei pazienti riferisce dolori muscolari o crampi durante la cura con statine.

I BENEFICI SUPERANO I RISCHI

Tuttavia, quando i pazienti sono stati sottoposti a un percorso rigoroso di sospensione e successiva ripresa della terapia, **il problema è risultato legato al farmaco solo nel 3% dei casi.** In conclusione, lei può continuare la sua terapia con serenità. La scienza ci dice che **i benefici delle statine nel prevenire infarti e ictus superano di gran lunga i rischi.**

Se in futuro dovesse avvertire fastidi, non sospenda il farmaco autonomamente: ne parli con il suo medico, poiché nella maggior parte dei casi si tratta di **disturbi gestibili o non correlati alla cura.** Qualora fosse intollerante alle diverse statine disponibili, ci sono alternative farmacologiche che possono essere considerate per alcuni pazienti.

(Salute, Corriere)



PREVENZIONE E SALUTE

CHE COSA DEVONO BERE I BAMBINI? Come insaporire in modo sano l'acqua e gestire le bibite

L'acqua fa bene sempre e a ogni aspetto relativo alla vita e crescita, anche allo sviluppo mentale. Si può rendere il momento divertente e creativo e imparare le giuste quantità

Una corretta **idratazione** è cruciale ad ogni fase della vita, ma lo è ancor di più durante la crescita. Infatti, l'**acqua** è fondamentale per sostenere lo sviluppo fisico e cognitivo dei bimbi. Quindi è importante che imparino fin da subito l'importanza di berla: non apporta energia né zuccheri ma è indispensabile per mantenere **il corpo e la mente** in salute.



Una volta che il bambino abbia smesso con l'allattamento, la sua **bevanda principale deve essere l'acqua**: non c'è scelta migliore.

La quantità di acqua assunta **dipende** dall'età, dalle condizioni di salute, dalla dieta, dal livello di attività fisica del bambino, dalla temperatura esterna e dal tempo che trascorre all'aperto. Il vostro pediatra di fiducia potrà darvi informazioni precise non solo sulla quantità di acqua necessaria al vostro piccolo ma anche sulla **tipologia** da preferire.

E LE BIBITE? Evitate di sostituire l'acqua con bibite zuccherate: non solo aumentano il rischio di sovrappeso e obesità, ma **non idratano** correttamente. Al contrario, l'eccesso di zuccheri può favorire la disidratazione. Queste bevande forniscono «energia vuota», non danno sazietà e non nutrono. Il consiglio? **Limitatele alle occasioni speciali** e non portatele in tavola durante i pasti quotidiani.

Anche se l'acqua è vitale, **i bambini spesso si dimenticano di bere** perché troppo assorbiti dal gioco, dallo studio o dallo sport. Spesso chiedono da bere solo quando hanno molta sete, ma quello è già un primo segnale di disidratazione. Per questo è fondamentale **offrirgli acqua** spesso, senza aspettare che siano loro a chiederla. Qualche consiglio pratico per incoraggiare i piccoli a idratarsi in maniera adeguata.

- Iniziate presto: **lo svezzamento** è il momento perfetto per insegnare ai bimbi che bere acqua è un'abitudine importante, a tavola e non solo.
- Date il buon esempio: **i bambini imitano** gli adulti. Se vi assicurate che vi vedano bere quando state insieme, saranno più propensi a farlo.
- Regalate loro una **borraccia** colorata, anche bere acqua può diventare un'esperienza divertente e incoraggiateli a metterla nello zaino tutti i giorni così che possano averla sempre a portata di mano. Diventerà un accessorio da portare ovunque, rendendo l'atto di bere più personale e divertente.
- Quando sono a casa offrite loro l'acqua in un bicchiere con **cannucce divertenti** così da invogliarli di più a bere. L'esperienza visiva è importante per i bambini. Inoltre, spesso preferiscono bere **piccoli sorsi** con più frequenza piuttosto che un bicchiere intero tutto insieme.
- Esaltate il sapore dell'acqua: per renderla più saporita (soprattutto se i bimbi fanno fatica a rinunciare al gusto dolce) allungatela con un po' di **spremuta di arancia** fresca o con un frullato di **frutta** fresca. Questo garantisce una buona idratazione, più sapore ma un carico di zuccheri controllato e da fonti che lo contengono naturalmente (la frutta).
- Preparate dei **ghiaccioli** creativi con pezzi di **frutta** fresca dentro: sono divertenti da preparare, da vedere e dissetanti per le giornate calde.

Come possiamo capire se i bimbi hanno bevuto a sufficienza? Guardando la loro pipì! Il suo colore rivela quanto sono idratati: **se è chiara va bene**, se è giallo scuro bisogna bere di più. (*Salute, Corriere*)

PREVENZIONE E SALUTE

Perché l'ALCOL fa così male al nostro Organismo?

Gli umani consumano alcol da tempi relativamente recenti: le nostre cellule non hanno "imparato" a gestirlo in modo efficiente e il nostro organismo non lo metabolizza.

L'etanolo è stato introdotto nella nostra dieta in tempi relativamente recenti:

- *per questo la presenza di alcol nel corpo umano perturba fortemente il metabolismo cellulare e danneggia l'organismo in vari modi.*

Fegato al lavoro.

Una volta ingerito, l'etanolo arriva allo **stomaco** e **all'intestino** e, attraverso il circolo sanguigno, **raggiunge il fegato**, che può

inattivarne circa il 90% nell'arco di qualche ora (il tempo dipende dalla quantità ingerita e da fattori individuali);

il resto **viene eliminato con l'urina, le feci, il respiro e il sudore.**

Finché le cellule epatiche non hanno completato il lavoro, l'alcol continua però a circolare nel sangue, risultando **particolarmente tossico**, oltre che per il **fegato** stesso, anche per **cervello, pancreas, muscolo cardiaco** e altri tessuti.

La chimica del nostro corpo.

Nelle cellule, l'etanolo è ossidato principalmente da un enzima chiamato alcol deidrogenasi e, in misura minore, dalla catalasi. Se però è presente in quantità massicce, in questo processo interviene anche un terzo enzima: il citocromo P450-2E1.

Tutte queste reazioni producono acetaldeide, che è una **sostanza altamente tossica e cancerogena.**

Per disfarsene, interviene quindi un altro enzima, l'aldeide deidrogenasi, che la trasforma in acetato. Questo è infine convertito in una molecola chiamata *acetilcoenzima-A*, che entra in vari processi biochimici.

Perché è così nocivo?

La nocività dell'alcol dipende da diversi fattori. Infatti, la sua presenza – e quella delle molecole che derivano dalla sua degradazione – monopolizza l'intera cellula e interferisce sul metabolismo energetico e su quello di proteine e grassi.

Molti degli effetti tossici sono però dati dall'acetaldeide: poiché il fegato non riesce a smaltirla tutta, ne rilascia una parte nel circolo sanguigno, consentendole così di raggiungere numerosi altri organi. Infine, **l'etanolo penetra con facilità nel cervello** modificando l'attività nervosa di circuiti importanti, come quelli che presiedono al movimento, all'equilibrio e alle emozioni.

Da qui, appunto, quelli che percepiamo come **i sintomi dell'ubriachezza.**

La scienza della sbronza. Accanto alle alterazioni del comportamento, la sbronza può causare malesseri come **nausea, diarrea, mal di testa, stanchezza** e altro, che si protraggono nelle 24 ore successive alla bevuta. A dispetto di quanto si legge online, non esistono rimedi efficaci per "farsela passare".

Bere acqua può dare sollievo (perché l'etanolo stimola la diuresi, causando disidratazione), ma per il resto bisogna solo aspettare. I medici invece **sconsigliano fortemente di assumere paracetamolo**, che unito all'alcol può danneggiare ulteriormente il fegato. (*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 Bagnoli	FT/PT	335 597 9007	4 Maggio
Napoli Piscinola	FT/PT	335 541 4824	4 Maggio
Napoli – CV Emanuele	FT/PT	alepietro79@gmail.com	22 Aprile
Napoli Soccavo	FT/PT	335 814 5405	22 Aprile
Pomigliano Parafarmacia	FT/PT	info@inparafarmacia.it	14 Aprile
Napoli Secondigliano	FT/PT	farmaciataliento@libero.it	14 Aprile
S. Antimo	FT/PT	388 164 6322	14 Aprile
Marigliano	FT/PT	347 778 4561	14 Aprile
Somma Vesuviana	FT/PT	388 490 8249	14 Aprile
Napoli Posillipo	FT/PT	333 446 7726	14 Aprile
Napoli Arenella	FT/PT	351 093 4014	01 Aprile
Napoli Chiaia	FT/PT	danilo.alfano@farmaciameo.com	01 Aprile
Napoli - Miano	FT/PT	339 497 2645	16 Marzo
Napoli Pianura	FT/PT	338 772 6303	16 Marzo

ORDINE: Calendario Corsi ECM – Sessione Primavera 2026

Di seguito una tabella riepilogativa per i corsi ECM calendarizzati per la sessione Primavera

DATA	ARGOMENTO	RELATORE	CREDITI ECM
Mese di MAGGIO			
Lunedì 18 Maggio h. 21.00	Ruolo del Farmacista nel trattamento dell'insufficienza venosa	G. Iacono R. Cantone	4

Lunedì 25 Maggio h. 21.00	Patologie Dermatologiche: Ruolo e Consigli pratici del Farmacista	G. Argenziano	In accreditamento
---------------------------------	--	---------------	----------------------

Martedì 26 Maggio ore 10.00 - 18.00, Sede Ordine

ENPAF incontra l'Ordine

Saranno presenti due funzionari dell'ENPAF per fornire ASSISTENZA a tutti i Colleghi che interverranno dando loro delucidazioni sulle proprie posizioni CONTRIBUTIVE e PREVIDENZIALI



COME PARTECIPARE: recarsi senza prenotazione presso la Sede dell'Ordine

Mese di GIUGNO			
Lunedì 8 Giugno h. 21.00	Sintomatologie Gastrointestinali: Ruolo del Farmacista e Consigli Pratici	G. Nardone	In accreditamento
Lunedì 15 Giugno h. 21.00	Igiene per la salute dell'occhio: ruolo del Farmacista		20 Crediti FAD
Lunedì 22 Giugno h. 21.00	Cura e Prevenzione del Melanoma: Terapie Oncologiche Innovative, Ruolo del Farmacista	P. Ascianto	In accreditamento

COME PARTECIPARE:

Si può partecipare secondo le seguenti modalità:

1. In presenza

2. A distanza

a) Piattaforma zoom; b) Pagina facebook Ordine

ORDINE: III° Edizione progetto ELDERCARE 2026

Giornate geriatriche di prevenzione

L'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli ha organizzato la III 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

6 Febbraio	<i>Farmacia la Montagna</i>	Acerra
13 Febbraio	<i>Farmacia De Angelisi</i>	Napoli Miano
20 Febbraio	<i>Farmacia Florio</i>	Napoli Vomero
27 Febbraio	<i>Farmacia Monaco</i>	Napoli Ponticelli
6 Marzo	<i>Farmacia delle Grazie</i>	Giugliano
13 Marzo	<i>Farmacia Pezzullo</i>	Qualiano
20 Marzo	<i>Farmacia Comunale</i>	Bacoli
27 Marzo	<i>Farmacia Maggiore</i>	Napoli
10 Aprile	<i>Farmacia Lauri</i>	S. Gennaro Vesuviano
17 Aprile	<i>Farmacia Maluvia</i>	Pozzuoli
24 Aprile	<i>Farmacia Aionfarma</i>	S. Antonio Abate

8 Maggio	<i>Farmacia Procaccini</i>	Napoli
15 Maggio	<i>Farmacia Cirino</i>	Napoli
22 Maggio	<i>Farmacia Dello Iacovo</i>	Napoli Ponticelli
29 Maggio	<i>Farmacia Visconti</i>	Nola
5 Giugno	<i>Farmacia Elifani</i>	Meta di Sorrento
12 Giugno	<i>Farmacia Verdi</i>	Giugliano
19 Giugno	<i>Farmacia Morrica</i>	Marano
26 Giugno	<i>Farmacia Associate</i>	Afragola
3 Luglio	<i>Farmacia Romano</i>	Casalnuovo
10 Luglio	<i>Farmacia Cifariello</i>	Napoli



PREVENZIONE IN FARMACIA

Evento gratuito

Promosso dall'Ordine dei Farmacisti in collaborazione con Eldercare



A CHI È DEDICATO

- **Persone over 60**
- **Persone con lievi disturbi cognitivi**



PRESTAZIONI DISPONIBILI

- ✓ **Visita geriatrica**
- ✓ **ECG**
- ✓ **Ecocolordoppler TSA**
- ✓ **Valutazione neuropsicologica**



INFORMAZIONI IMPORTANTI

- **Posti limitati**
- **Prenota subito**

Per maggiori informazioni e prenotazioni chiedere al nostro personale direttamente in farmacia oppure telefonare in negozio al numero 06 880 5639, Farmacia Florio Via Radicofani, 147, 00138 Roma RM



LA TUA MEMORIA MERITA ATTENZIONE

Screening cognitivo gratuito per gli Over 60

Presente il camper sanitario di Eldercare insieme all'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Perchè farlo?

Lo screening permette di individuare precocemente eventuali fragilità cognitive e di intervenire per tempo.

Cosa comprende:

- Raccolta anamnestica
- Visita geriatrica con ECG
- Ecocolordoppler dei vasi del collo (TSA)
- Valutazione neuropsicologica

Al termine riceverai indicazioni per eventuali approfondimenti.

A chi è rivolto:

- Persone over 60
- Chi nota piccole dimenticanze
- Chi vuole fare prevenzione seria e professionale

Come partecipare:

È obbligatoria la prenotazione in farmacia.

Il giorno porta con te:

- Elenco dei farmaci assunti
- Tessera sanitaria