

# Il Farmacista CONSULENTE

IDEE E CONSIGLI PER IL BENESSERE

**INTOSSICAZIONI? AVVELENAMENTI?  
TELEFONA AL CENTRO  
ANTIVELENI VENETO**  
Azienda Ospedaliera Universitaria  
Integrata Verona Ospedale  
Borgo Trento  
numero verde **800 011 858** oppure  
contatta la centrale operativa  
del **118** della tua città  
7 giorni su 7, 24 ore al giorno



REGIONE DEL VENETO

## INTOSSICAZIONI

Cosa fare in caso  
di intossicazione  
o avvelenamento?  
Suggerimenti.

PAG. 2

## SICUREZZA BAMBINI

Rischi e pericoli  
per i più piccoli:  
accorgimenti  
per evitarli.

PAG. 4-5

## PROBIOTICI E PREBIOTICI

Il benessere intestinale  
è strettamente connesso al buon  
assorbimento delle sostanze  
nutritive.

PAG. 7

# INTOSSICAZIONI? AVVELENAMENTI? COSA FARE

## LO SAPEVI CHE.....

Nel Veneto si verificano ogni anno quasi 5000 accessi al Ps dovuti ad intossicazione acuta, conseguenti ad ingestione accidentale, ad assunzione volontaria, ad incidenti in ambito lavorativo. I Centri Antiveleleni sono sorti in tutto il mondo in risposta all'esigenza di poter disporre di servizi dedicati alla cura e alla prevenzione delle intossicazioni e degli effetti avversi delle sostanze chimiche, compreso quelle dell'abuso. L'11 maggio 2016 la Regione veneto ha istituito il **Centro Regionale Specializzato Antiveleleni (CAV)** presso l'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona.

## CHE COSA FA IL CENTRO ANTIVELENI (CAV)?

Qualcuno in famiglia ha assunto sostanze potenzialmente pericolose (prodotti chimici per la pulizia della casa, piante, farmaci in dose eccessiva?) Il Centro Antiveleleni di Verona può darti una risposta veloce e competente, giudicando il caso e informandoti in merito. In alcuni casi ti consiglierà di recarti presso il più vicino Pronto Soccorso, in altri potrà tranquillizzarti o darti qualche consiglio per evitare corse in Ospedale.

L'attività del CAV è assicurata da personale medico specialista in tossicologia clinica, medicina legale ed emergenza urgenza, da personale infermieristico adeguatamente formato in campo tossicologico e da personale esperto in tecniche analitiche tossicologiche.



**TIENILO PRESENTE: A VOLTE BASTA  
UNA SEMPLICE TELEFONATA PER SALVARE UNA VITA!  
CHIAMA IL CENTRO ANTIVELENI PER OGNI TUO DUBBIO:  
NON SEMPRE OCCORRE RIVOLGERSI AL PRONTO SOCCORSO,  
A VOLTE BASTA IL CONSIGLIO GIUSTO!  
SEGUI LE ISTRUZIONI E AFFIDATI AL NUMERO VERDE **800 011 858****

## Il Farmacista Consulente

Anno VIII, n. 3 - Autunno 2018 - Trimestrale distribuzione gratuita - Autorizz. Tribunale di Treviso: n. 173 del 18/02/2011

**Direttore Responsabile:** Martina Berno

**Editore:** Iris Service S.a.s. via C. Scarpa, 11 31040 Volpago del Montello (Tv) Tel. 0423.870083

**Stampa:** Gruppo DBS - SMAA s.r.l. - Via Quattro Sassi, 4 32030 Rasai di Seren del Grappa (BL)

**Tiratura:** 30.000 copie

**Contatti:** info@ilfarmacistaconsulente.it

# DYNASPRINT: NOVITÀ PER LO SPORTIVO

**Attività fisica e sportiva sono componenti importanti per il conseguimento del benessere secondo un approccio a 360 gradi, che tenga conto cioè non solo del piano fisico, ma anche di quelli mentale, emotivo, sociale.**

Per stare e sentirsi bene è quindi auspicabile intraprendere un percorso di miglioramento e allenamento fisiologico e personalizzato, finalizzato al raggiungimento dell'obiettivo di una adeguata forma fisica con un'integrazione adatta, praticando sport con il massimo beneficio a qualsiasi età. Ormai da decenni gli studi scientifici dimostrano che dedicare anche solo mezz'ora al giorno a un esercizio fisico moderatamente intenso migliora la salute e allunga la vita. Ma anche gli esercizi più leggeri possono aiutarci a sentirci più sani e in forma. Praticare esercizio fisico aiuta a prevenire le malattie cardiovascolari, sconfiggere il diabete, offre un aiuto nella prevenzione del cancro, contrasta le fratture e riduce le cadute, potenzia le funzioni del sistema immunitario, allevia i dolori dell'artrite, allunga la vita e ne migliora la qualità.

Per affrontare al meglio la pratica sportiva ed essere in grado di sostenere l'impegno fisico e mentale richiesto dalle diverse discipline, la normale alimentazione potrebbe non essere sufficiente. Gli sportivi potranno pertanto trarre beneficio dal ricorso a specifici prodotti per l'integrazione alimentare. La nostra Farmacia ti propone **Carbomix gel** e **BCAA 4:1:1** della linea Unifarco. Durante l'esercizio fisico è importante una corretta assunzione di carboidrati. È bene scegliere prodotti che siano fonte di carboidrati a diversa velocità e meccanismo di assorbimento, così da garantire un equilibrato e costante apporto energetico. Carbomix gel contiene maltodestrine, glucosio e fruttosio ottime fonti di carboidrati utilizzabili a questo scopo, importanti per il recupero della normale funzione muscolare. Inoltre contiene magnesio che contribuisce al normale metabolismo ener-

getico, alla normale funzione muscolare e sintesi proteica. Il prodotto BCAA contiene tre aminoacidi a catena ramificata in rapporto 4:1:1 (valina, leucina e isoleucina). Essi vengono rapidamente assorbiti dall'organismo e possono essere utilizzati direttamente dal muscolo come fonte energetica e come supporto plastico, sono quindi molto importanti per ridurre stanchezza e affaticamento. Per consigli e informazioni siamo sempre a vostra disposizione!



## UNIFARCO



## LA SICUREZZA IN CASA



REGIONE DEL VENETO

**Comunicare con i nostri bambini non è sempre facile. In particolare, per affrontare con loro il tema dei pericoli della casa, sarà necessario porre molta attenzione al modo in cui proponiamo l'argomento e al tono delle nostre parole.**

**R**icordiamo che i bambini in età prescolare apprendono per imitazione.

Ne consegue che il modo migliore per trasmettere comportamenti corretti è quello di comportarci, noi adulti per primi, in modo corretto.

Sarà anche importante utilizzare un linguaggio adatto alla loro età.

Ciò che è giusto e ciò che è sbagliato, quello che si può fare e quello che non si può fare, si impara meglio giocando, ascoltando storie, riflettendo sulle esperienze.

### ATTENZIONE POI AI MESSAGGI!

A volte il nostro timore per la loro incolumità è talmente intenso da diventare quasi ossessivo. In questi casi corriamo il rischio di trasmettere ansia e preoccupazione e pochi suggerimenti utili e pratici.

E se, accidentalmente, i bambini si fanno male, dovremo trovare un buon equilibrio tra il rimprovero e il rinforzo positivo

### ATTENZIONE AL RISCHIO DI ANNEGAMENTO!

- Non lasciate mai soli i bambini nella vasca da bagno: possono annegare in pochi secondi in 10 cm d'acqua!

- Recintate piscine, pozzi, laghetti ornamentali e fontane in modo che i bambini non possano accedervi autonomamente e sorvegliateli costantemente

- Non lasciate mai la piscinetta piena alla fine del bagno.

### ATTENZIONE ALLE INTOSSICAZIONI E AGLI AVVELENAMENTI!

- Custodite i detersivi in un armadietto posto in alto. Non travasate un detersivo in bottiglie di bibite o di acqua minerale, anche specificando il contenuto con un'etichetta!

- Riponete i cosmetici e i medicinali in alto.

- Riponete gli antiparassitari, i diserbanti e tutti i prodotti tossici in contenitori a chiusura ermetica, in luoghi inaccessibili.

- Insegnate ai bambini a non toccare i funghi e a non portarli alla bocca.

- Tenete presente che molte piante, da appartamento e non, contengono sostanze dannose sia in caso di ingestione che di contatto. Tra queste: azalea, ciclamino, filodendro, gelsomino, glicine, mughetto, oleandro, stella di natale e vischio.

- Non lasciate in giro alcolici o mozziconi di sigaretta, soprattutto se accesi. Attenzione anche al pacchetto di sigarette: bastano 2 cm di tabacco per causare un grave avvelenamento!

### ATTENZIONE ALLE USTIONI!

- Utilizzate preferibilmente i fornelli posteriori del piano cottura. Tenete i manici delle pentole girati verso l'interno. Non lasciate sedie o sgabelli in prossimità del piano di cottura!

- Una volta adoperato il barbecue, spegnetelo e sistemato fuori dalla loro portata. Non utilizzate alcool o altro



liquido facilmente infiammabile per attizzare il fuoco.

- Non lasciate giocattoli o oggetti infiammabili nelle vicinanze del camino.
- Riponete gli accendini in luoghi inaccessibili.
- Regolate l'acqua del boiler a una temperatura non superiore a 45°C.
- Non lasciate raffreddare il ferro da stiro a terra o comunque in luoghi dove il bambino può arrivare.
- Attenzione all'umidificatore, sistemate in un posto sicuro!

## ATTENZIONE AI TRAUMI E ALLE CADUTE!

- Non lasciate sul balcone o vicino alle finestre sedie, sgabelli, scalette, tavolini, biciclette, fioriere o quant'altro possa servire al bambino per arrampicarsi.
- I cancelli esterni devono avere sbarre verticali, per evitare che il bambino si arrampichi.
- Per le porte, preferite le maniglie arrotondate a quelle di forma allungata e a spigoli appuntiti.
- Nell'acquisto di un mobile, assicuratevi che i cassetti siano dotati di fermo a fine corsa. Altrimenti, applicatelo.
- Non usate tovaglie lunghe: il bambino può aggrapparsi e tirarsi così tutto addosso. Collocate sempre le pentole e gli alimenti caldi al centro del piano di appoggio.
- Disponete il televisore e altri oggetti pesanti in luoghi sicuri, in modo che il bambino non possa tirarseli addosso.
- Fissate al muro tutti i mobili che consentono al bambino di arrampicarsi.
- L'altalena deve essere robusta e fissata in modo stabile.
- In bicicletta, il bambino deve essere trasportato nell'apposito seggiolino, dotato di poggiatesta e poggipiedi.
- Fate indossare il caschetto protettivo... e date a vostra

volta il buon esempio rispettando le regole della strada!

## ATTENZIONE AI TAGLI E ALLE FERITE!

- Non appoggiate i coltelli e gli oggetti pungenti (forbici, rasoi, lattine, barattoli in vetro) vicino ai bordi dei piani di lavoro o comunque in luoghi accessibili al bambino.
- Applicate degli adesivi sui vetri di porte e finestre, per aiutare i piccoli a vederli meglio.
- Tenete lontani i bambini mentre utilizzate il tosaerba.

## ATTENZIONE AL SOFFOCAMENTO!

- Non lasciate il bagagliaio della macchina aperto o comunque accessibile al bambino.
- Cinture, corde e sacchetti di plastica vanno tenuti lontani dai bambini. Un semplice gioco può diventare davvero pericoloso!
- Attenzione alle micropile "a bottone", se ingerite sono altamente tossiche e inoltre possono soffocare.
- Noccioline e gomme da masticare sono da evitare. Per le loro dimensioni possono diventare causa di soffocamento.

## ATTENZIONE ALL'ELETTRICITÀ!

- L'impianto elettrico deve essere dotato di messa a terra e salvavita.
- Le prese elettriche vanno coperte con i "copripresa".
- Ricordate ai bambini che non devono mai toccare gli apparecchi elettrici mentre sono nella vasca da bagno o comunque con le mani bagnate.
- Insegnate ai bambini a non coprire la lampada con fogli di carta o di plastica oppure con vestiti.



# LEPTOSPIROSI

Si tratta di una grave malattia del cane, causata da un batterio, la Leptospirosi interrogans ma anche una grave zoonosi, ovvero una malattia che colpisce anche l'uomo, potenzialmente fatale se non riconosciuta in tempo. È una delle malattie per cui annualmente si vaccina il cane.



**L**e leptospire si trasmettono sia per contatto diretto che indiretto.

Le principali vie di trasmissione **diretta** sono il contatto con urina infetta (di cane, di topo) da noi serbatoio della malattia), contatto con sangue o per via transplacentare. Ovviamente in condizioni di sovraffollamento, la malattia si propaga maggiormente, anche perché dopo l'infezione i cani guariti eliminano il patogeno nell'urina in modo intermittente per mesi e mesi. Fortunatamente, quando le leptospire sono fuori dall'ospite, non si replicano.

Le principali vie di trasmissione **indiretta** sono le acque, il terreno, il cibo e le lettiere contaminate.

L'habitat ideale per le leptospire è rappresentato da **acqua calda e stagnante**, mentre le temperature sotto lo 0° le uccidono. Il periodo più pericoloso per contrarre la malattia è rappresentata dalla tarda estate e dall'autunno. Ricordiamo poi che le leptospire possono penetrare anche tramite le piccole ferite cutanee e l'abrasione: è questo il modo in cui l'uomo contrae più facilmente la malattia, venendo a contatto con le urine infette.

Se il tuo cane è a rischio (se è da caccia o se giovane) è importante richiedere al proprio veterinario la vaccinazione annuale.

## Leptospirosi: per saperne di più

### Causa

Batteri di vario genere che fanno capo alla specie *Leptospira interrogans*

Segni clinici

- Febbre
- Vomito

- Diarrea
- Perdita di peso
- Letargia
- Difficoltà respiratorie
- Aumento dell'urinazione
- Tosse

### Progressione della malattia se non trattata

Dopo **un** periodo di incubazione dai 4 ai 12 giorni, la malattia si manifesta in fase acuta e, se non trattata, può portare alla morte.

### Diagnosi

Esame del sangue completo, analisi delle urine, altri test di laboratorio come esami sierologici, batteriologici, microscopia in campo oscuro, profilo della coagulazione, radiografie.

### Trattamento

Terapia specifica e collaterale. Chiedi indicazioni al tuo veterinario.

### Prognosi

Dipende molto dalle leptospire che hanno provocato l'infezione: se si tratta di infezioni subacute e il paziente ha un buono stato immunitario la guarigione è completa; se il soggetto presenta un'infezione acuta i rischi sono maggiori e la prognosi è riservata.

### Altre forme di prevenzione

Evitare di far bere ai cani da acque non potabili, pozze e sorgenti che potrebbero essere inquinate.

### Prevenzione

La prevenzione è attuata tramite la vaccinazione. Il componente vaccinale della leptospirosi è solitamente incluso nella vaccinazione primaria. L'immunità derivante dalla vaccinazione non dura molto a lungo e per questo motivo è generalmente necessario effettuare delle vaccinazioni di richiamo annuali. I vaccini disponibili in Europa proteggono solo contro i sierotipi icterohaemorrhagiae e canicola. La protezione crociata contro gli altri sierotipi non è buona ed esiste quindi il rischio che i cani vaccinati sviluppino la malattia a causa di sierotipi diversi.

In base alla situazione specifica del cane, il veterinario deciderà quale è il protocollo vaccinale ideale da seguire.

Per le mostre canine e le pensioni per cani è obbligatorio che l'animale sia stato correttamente vaccinato.

Il microrganismo vive solitamente nell'acqua ed è rapidamente distrutto dalla luce e da temperature superiori a 20 °C; di conseguenza, non riesce a sopravvivere a lungo se esposto alla piena luce solare. È consigliabile tenere lontano il cane dalle pozze di acqua stagnante in zone ombreggiate, specialmente se nell'area sono presenti dei ratti.

La malattia non è trasmessa per via orale, ma penetra nell'organismo attraverso le ferite della cute. Per questo motivo, se si hanno delle ferite aperte, è importante prestare particolare attenzione, quando si maneggia il proprio cane, specialmente la metà inferiore del corpo.

È essenziale eliminare dal proprio giardino eventuali aree umide e tutti i materiali che potrebbero attirare i ratti.

# PROBIOTICI E PREBIOTICI

I microrganismi che costituiscono la flora batterica intestinale assolvono molti importanti compiti, come l'assorbimento delle sostanze nutritive, la produzione di vitamine e un'importante azione sinergica con il sistema immunitario.

**S**tress psico-fisici, assunzione di farmaci, intolleranze e allergie alimentari possono alterare l'equilibrio della flora intestinale (disbiosi), con effetti negativi non solo sui processi di digestione ma anche sul metabolismo lipidico e sulla resistenza all'invasione di microrganismi patogeni.

## I probiotici

Il termine probiotico deriva dal greco "pro bios" che significa a favore della vita. I probiotici sono microrganismi vivi detossificanti presenti in alcuni prodotti alimentari o integratori e che se assunti regolarmente sono in grado di influenzare positivamente l'ecosistema intestinale, promuovendo e migliorando le funzioni di equilibrio fisiologico dell'organismo.

I probiotici hanno diverse proprietà:

- Diminuiscono il pH fecale con acidificazione del contenuto intestinale, contrastando quindi la proliferazione di agenti patogeni
- Favoriscono la ricostruzione della flora batterica intestinale dopo terapie antibiotiche
- Migliorano i processi digestivi



- Migliorano l'intolleranza al lattosio
- Partecipano alla digestione degli alimenti prevenendo disturbi come alitosi, stipsi, diarrea, dolori addominali e meteorismo
- Rafforzano le difese immunitarie
- Prevengono intossicazioni da cibo e infezioni locali
- Contribuiscono al controllo della glicemia e svolgono un'azione ipocolesterolemizzante
- Modulano l'insulino-resistenza

## I prebiotici

I prebiotici sono sostanze di origine alimentare non digeribili che, assunte in quantità adeguata, favoriscono selettivamente la crescita e l'attività della flora batterica intestinale. Essi arrivano intatti fino all'intestino crasso e vengono trasformati dai batteri della flora intestinale in acidi grassi a catena corta che sono in grado di abbassare il pH dell'intestino crasso favorendo l'assorbimento di alcuni micronutrienti e riducendo il rischio di crescita di batteri ad azione patogena. I prebiotici di cui è conosciuta l'azione appartengono al gruppo dei fruttani, che possiamo trovare nella cicoria, cipolla, porri, banane, aglio e cereali.

Le associazioni di probiotici e prebiotici sono definite simbiotiche ed hanno lo scopo di migliorare la sopravvivenza dei microrganismi probiotici:

- favoriscono la sintesi di sostanze fondamentali;
- facilitano la proliferazione e la differenziazione delle cellule delle mucose epiteliali;
- regolando la motilità intestinale;
- contrastando l'azione di eventuali organismi patogeni.

## LA FARMACIA CONSIGLIA



## FACCIA A FACCIA CON LA TUA PELLE: MERCOLEDÌ 10 OTTOBRE

Proponiamo un test non invasivo che permette di conoscere lo stato di benessere della propria pelle. La pelle, in particolare quella del viso, subisce con il tempo dei cambiamenti qualitativi e quantitativi, alcuni dei quali possono essere migliorati con semplici accorgimenti. Lo skin check prevede un colloquio iniziale sulle abitudini cosmetiche, un esame visivo e una rilevazione strumentale tramite l'utilizzo di una telecamera ad alta risoluzione. In tal modo si analizzano la trama e il tipo di pelle, eventuali macchie cutanee e si ottengono informazioni sul grado di invecchiamento ed il livello di idratazione ed elasticità. **Prenotatevi!**



## FONDAZIONE RAVA

In Italia la Fondazione è in prima linea per i bambini in condizioni di disagio:

- aiuta i bambini e le mamme che vivono una condizione di povertà sanitaria con l'iniziativa "In farmacia per i bambini" che si terrà nella nostra Farmacia martedì 20 novembre 2018;
- lotta contro l'abbandono neonatale con il progetto "ninna ho";
- ha ricostruito 7 scuole nel centro Italia colpito dal terremoto del 2016;
- sostiene progetti di integrazione nei quartieri più disagiati delle grandi città;
- aiuta le Case Famiglia su tutto il territorio nazionale con progetti specifici;
- sensibilizza l'istituto dell'Affido familiare per i bambini che vivono lontano dalla loro famiglia di origine;
- promuove attività con le scuole, per promuovere un'educazione ai valori del volontariato e della solidarietà, attraverso incontri con bambini e ragazzi, percorso alternanza scuola-lavoro presso la nostra sede a Milano, attività ludico educative di sensibilizzazione ai diritti dei bambini.



### 20 NOVEMBRE 2018 GIORNATA MONDIALE DEI DIRITTI DELL'INFANZIA

Partecipa anche tu alla raccolta di farmaci da banco e prodotti ad uso pediatrico. Un'azione di responsabilità sociale del farmacista con i suoi clienti.

### NOVEMBRE MESE DELLA PREVENZIONE DIABETICA

Test **GRATUITO** della Glicemia



### HAI PROBLEMI AD ALLATTARE IL TUO BIMBO?

**Fissa una consulenza gratuita in Farmacia con una professionista del settore!**  
Da noi puoi noleggiare i **TIRALATTE ELETTRICI MEDELA**



### VISITA IL NOSTRO SITO WWW.FARMISOLAZANINI.IT

e scopri tutte le ultime novità della Farmacia!

SEGUICI ANCHE SU FACEBOOK



## NUOVI ORARI MEDICINA DI GRUPPO ISOLA VICENTINA

Piazza E. Mattei, 28 – ISOLA VICENTINA

**Dott.ssa GRASSI MARTA**

tel. 331.8444611

**Dott. MAZZOCATO ERMENEGILDO**

tel. 0444.976751

**Dott. NEGRINI AUGUSTO**

tel. 0444.977650

**Dott.ssa STOCCHIERO BRUNA**

tel. 0444.975655

Giorni/ Medici	Dr. Mazzocato	Dr.ssa Grassi	Dr. Negrini	Dr.ssa Stocchiero	Infermiera
Lunedì	8.00-11.30	16.30-18.30	16.00-19.00	8.30-12.00	8.00 -11.00 16.00-17.30
Martedì	8.00-12.00*	16.30-18.30*	8.30-12.30*	16.00-19.00*	8.00 -11.00 16.00-17.30
Mercoledì	15.00-19.00*	8.00-10.00*	8.30-12.30*	16.00-19.00*	8.00-11.00 14.30-17.00
Giovedì	8.00-12.00*	16.30-18.30*	16.00-19.00*	8.30-12.00*	8.00-11.00 16.00-17.30
Venerdì	11.00-12.00** 15.00-19.00*	8.00-10.00*	15.30-19.30*	10.00-13.00*	8.00-11.00 14.30-17.00
Sabato	Un medico a turno sarà disponibile per le urgenze di tutti gli assistiti dalle ore 8 alle ore 10, svolgendo anche attività ambulatoriale dalle 8.30 alle 10.00 (servizio svolto in collaborazione anche con i colleghi della frazione di Castelnovo: dr.ssa Milan e dr. Caltagirone).				

\*Negli orari indicati con \* il medico visita i pazienti su appuntamento

\*\*Orario svolto nell'ambulatorio di Torreselle