

# Farmaci e integratori

## LA VITAMINA D È PREZIOSA ANCHE PER IL CERVELLO

Non solo è utile per la salute delle ossa: secondo quanto dimostrato da uno studio americano la vitamina D ha una funzione protettiva su cervello e tessuti. I ricercatori del Markey Cancer Center, dopo aver somministrato a topi di mezza età un'alimentazione povera di vitamina D per un periodo di 4-5 mesi, hanno osservato una riduzione delle funzioni cognitive a seguito del danneggiamento cerebrale dovuto ai radicali liberi. Si aggiunge pertanto un ulteriore effetto benefico di questa vitamina, già considerata fondamentale per contrastare malattie cardiache, tumorali e la tubercolosi; bassi livelli di vitamina D sono stati inoltre correlati all'insorgenza del morbo di Alzheimer.

**Da: Free Radical Biology and Medicine**

## I MULTIVITAMINICI NON RIDUCONO LA MORTALITÀ PER CANCRO E MALATTIE AL CUORE

Contro tumori e malattie cardiovascolari a nulla servono integratori minerali e multivitaminici. Lo rivela un'analisi condotta presso il Kaiser Permanente Center for Health Research di Portland, basata sul riesame dei dati relativi a 26 studi condotti dal 2005. Grazie la mole di dati disponibili i ricercatori americani hanno evidenziato l'assenza di differenze significative nella mortalità per cancro e malattie cardiovascolari tra coloro che assumono integratori e coloro che non li assumono. Ricerche precedenti avevano messo in guardia su un uso non controllato di integratori che, qualora assunti in dosi eccessive, possono comportare gravi conseguenze. E' questo il caso del betacarotene che, se sovradosato, può comportare gravi effetti sui soggetti a rischio di tumore al polmone.

**Da: Annals of Internal Medicine**

## TERAPIA COMBINATA CONTRO LA PSORIASI

Ottimi e più duraturi effetti sulla psoriasi si potranno in futuro ottenere grazie ad un nuovo trattamento combinato. I ricercatori della Florida Agricultural and Mechanical University hanno sviluppato una composizione topica di una nanoparticella "gene-regulating", la Dual-F-NALP, che trasporta due acidi nucleici e impedisce alle cellule della pelle di sviluppare le placche della psoriasi. Tale composto, sperimentato sui topi affetti da psoriasi, ha soppresso l'infiammazione dopo cinque giorni di trattamento. Risultati incoraggianti, quindi, se comparati a quelli del farmaco Tacrolimus, utilizzato nella cura della malattia ma il cui impiego sul lungo termine è risultato associato all'insorgenza di cancro della pelle e linfoma.

**Da: Annual Meeting and Exposition dell'American Association of Pharmaceutical Scientists**

## AUTOMEDICAZIONE CONTRO RAFFREDDORE E MAL DI GOLA

L'University of Southampton ha messo in luce la mancata efficacia di ibuprofene, della combinazione ibuprofene e paracetamolo e di inalazioni di vapore nella riduzione dei sintomi di raffreddore e mal di gola. Lo studio ha preso in esame le prescrizioni mediche assegnate a quasi 900 pazienti dai tre anni in poi in cura per un'infezione del tratto respiratorio, raffreddore o mal di gola. E' così emerso che l'uso di ibuprofene, dell'associazione ibuprofene-paracetamolo, nonché l'uso di aerosol non riducono in modo significativo la sintomatologia respiratoria. I dati raccolti sembrano piuttosto associare all'impiego di ibuprofene un ritorno dei sintomi a distanza di un mese dalla sua assunzione. Da questa osservazione i ricercatori hanno ipotizzato una possibile interferenza di questo farmaco con il sistema immunitario.

**Da: British Medical Journal**

## PROBIOTICI PER L'AUTISMO

Prendendo spunto dal fatto che molte persone affette da disordini dello spettro autistico presentano problemi gastrointestinali, ricercatori americani hanno sviluppato una terapia per autismo e altri disordini del neurosviluppo che vede coinvolti i batteri dell'intestino. I ricercatori del California Institute Technology hanno trattato alcuni topi che riproducevano un modello autistico con *Bacteroides fragilis*, un batterio usato per terapie probiotiche in modelli animali di malattie gastrointestinali. I ricercatori hanno così constatato che, una volta corretto il problema intestinale, gli animali hanno mostrato cambiamenti comportamentali: a seguito della cura si sono dimostrati meno ansiosi, hanno incrementato la comunicazione con conspecifici e diminuito la messa in atto di comportamenti ripetitivi.

**Da: Cell Da: Circulation: Cardiovascular Quality and Outcomes**

## VITAMINA E PER RALLENTARE IL DECLINO COGNITIVO

Uova, olio e noci potrebbero costituire un importante alleato contro l'Alzheimer e altre forme di demenza. Il loro segreto risiederebbe nella vitamina E in essi contenuta. Lo afferma uno studio americano che ha seguito per circa due anni 613 persone con Alzheimer da medio a moderato; i ricercatori della British Alzheimer's Society hanno così scoperto che i soggetti a cui venivano somministrati giornalmente 1,3 grammi di vitamina, così come quelli rientranti nel gruppo considerato "misto" al quale veniva somministrata oltre alla vitamina anche la memantina (composto ritenuto utile per il trattamento delle demenze), vedevano il proprio tasso di declino cognitivo ridotto del 19% rispetto ai pazienti trattati con il solo placebo. Tale rallentamento del declino cognitivo consentiva ai pazienti di prolungare la propria autonomia nelle abituali attività quotidiane, come lavarsi o vestirsi. A dispetto dei risultati positivi, gli autori dello studio invitano alla cautela: essi sottolineano infatti come sia necessario compiere ulteriori verifiche per determinare gli effetti della vitamina sulle demenze ed esprimono qualche perplessità sull'elevato dosaggio vitaminico impiegato nello studio, che potrebbe determinare problemi collaterali.

**Da: Journal of American Medical Association**

## ANTIOSSIDANTI PER PREVENIRE LA CATARATTA

Secondo uno studio svedese, le donne che presentano una dieta ricca di antiossidanti vedono diminuito il rischio di sviluppare la cataratta. A conferire solidità a questa ipotesi la mole del campione seguito e gli anni di durata dello studio. I ricercatori del Karolinska Institut di Stoccolma hanno seguito per sette anni la dieta di oltre 30mila donne di mezza età e in età avanzata rilevando a favore dei soggetti che consumavano più antiossidanti totali il 13% in meno di probabilità di sviluppare la malattia. Lo studio conferma pertanto quanto già evidenziato da ricerche precedenti che, seppur condotte su campioni più ridotti, avevano individuato nei radicali liberi una delle cause scatenanti la cataratta.

**Da: Journal of Bone and Mineral Research**

NOVITÀ

# Sempre Asciutto **ultra**



È in arrivo una nuova linea di pannolini, ancora più competitivi con i leader di categoria. Perché con il **nuovo fluff**, più sottile e assorbente, i pannolini Sempre Asciutto Ultra si affiancano alla gamma dei pannolini Sempre Asciutto per offrire un nuovo e vincente mix di **qualità e convenienza**, con più risparmio per i tuoi clienti e più margine per la tua Farmacia.

**Da gennaio 2014.**



**Solo in Farmacia**

## Abitudini alimentari



### PICCOLI CAMBIAMENTI ALIMENTARI PER PREVENIRE ICTUS E ATTACCHI CARDIACI

La fatidica mela al giorno potrebbe ridurre il bilancio dei morti per attacchi di cuore e ictus. Lo afferma un team di ricercatori dell'università di Oxford, secondo il quale le mele possono giovare alla salute cardiovascolare alla stregua di quanto fanno le statine. Dall'esame di un'ampia serie di studi clinici e osservazioni su centinaia di migliaia di pazienti, i ricercatori inglesi sono giunti alla conclusione che se gli adulti riuscissero a mangiare una porzione extra di frutta o verdura al giorno, ogni anno potrebbero essere evitate 11 mila morti per cause vascolari; tale raccomandazione assume particolare rilievo nella fetta di popolazione che ha superato i 50 anni di età, ossia coloro che sono più a rischio di malattie cardiovascolari. Per questa fascia d'età le statine potrebbero salvare 9.400 vite l'anno, contro le 8.500 della mela quotidiana.

Secondo gli autori dello studio qualunque frutto dovrebbe funzionare in questo senso; la grande difficoltà è persuadere le persone a seguire questa semplice prescrizione giornaliera; un'indagine sulla popolazione britannica ha infatti denunciato come più di due terzi degli adulti non consumi le cinque porzioni quotidiane di frutta e verdura raccomandate.

**Da: British Medical Journal**

### PIÙ FIBRE PER PREVENIRE AFFEZIONI CARDIOVASCOLARI

Per prevenire affezioni cardiovascolari è sufficiente arricchire la dieta con pochi grammi di fibre al giorno. E' quanto asserito dai ricercatori dell'Università di Leeds dopo aver verificato i dati relativi a sei database elettronici riferiti a studi centrati sul consumo di fibra alimentare in diversi paesi del mondo. Una volta effettuata la distinzione tra fibre di cereali integrali, legumi, frutta, verdura e frutta secca, gli autori dello studio hanno stimato che sono sufficienti 7 grammi di fibra in più al giorno e adeguate quantità di acqua per ridurre in maniera significativa il rischio cardiovascolare. Secondo i ricercatori ciò si tradurrebbe ogni giorno nell'assunzione regolare di una porzione in più di cereali integrali e una di frutta e verdura. Tali evidenze risultano di fondamentale importanza per arginare l'elevata incidenza della mortalità per cause cardiovascolari, pari al 48% in Europa e al 34% negli Stati Uniti.

**Da: British Medical Journal**

# FarBanca

Tradizione e futuro  
al servizio del mondo  
della farmacia

Prodotti e servizi progettati per  
supportare in modo completo,  
pratico e concreto la vostra attività.



Servizi disponibili anche presso le Filiali di:



**Banca Popolare di Vicenza**



**Banca Nuova**

Gruppo Banca Popolare di Vicenza

**Messaggio promozionale.** Per le condizioni contrattuali si rinvia ai Fogli Informativi disponibili presso gli sportelli di ogni Banca del Gruppo Banca Popolare di Vicenza e sul relativo sito internet.

[www.farbanca.it](http://www.farbanca.it)



**FarBanca**

Gruppo Banca Popolare di Vicenza



## FIBRE E FRUTTA PER PREVENIRE L'ASMA

Un'alimentazione ricca di fibre potrebbe essere un valido aiuto contro l'asma. Lo rivela uno studio elvetico condotto sui topi che ha messo in evidenza la capacità della flora intestinale, che risente fortemente della dieta adottata, di attivare un importante meccanismo protettivo per le vie respiratorie. Gli scienziati hanno osservato come gli animali alimentati con molte fibre siano meno vulnerabili all'asma e presentino una elevata concentrazione di batteri che producono grassi a catena corta, facilmente assorbibili dall'intestino. Questi grassi, entrando nel circolo sanguigno, attivano segnali immunitari che riducono l'infiammazione e l'irritazione, anche nelle vie respiratorie. Secondo gli autori dello studio, proprio a causa del diffondersi di regimi alimentari poveri di fibre e ricchi di cibi confezionati si sta assistendo ad un incremento dei casi di asma allergica.

**Da: Nature Medicine**

## POMODORI PER RIDURRE IL RISCHIO DI CANCRO SENO

La prevenzione del cancro al seno passa anche attraverso l'alimentazione. Per giungere a tale conclusione i ricercatori della Rutgers University hanno seguito un gruppo di donne in menopausa sottoponendole dieci settimane a una dieta ricca di pomodori (per un contenuto di licopene di almeno 25 milligrammi al giorno) e altre dieci settimane a una dieta ricca di soia (dovevano consumare 40 grammi di proteina della soia al giorno). I ricercatori hanno verificato che in corrispondenza della dieta ricca di pomodoro si è verificato un incremento del 9% dei livelli di adiponectina, ormone coinvolto nella regolazione dei grassi e dello zucchero nel sangue. Visto che il rischio di cancro al seno è associato anche a condizioni di sovrappeso e obesità, i risultati dello studio suggeriscono l'utilizzo del licopene per controllare il peso e il metabolismo di grassi e zuccheri, e di conseguenza per prevenire questa forma tumorale.

**Da: Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism**



## LA SALUTE DEI RENI

Un occhio al girovita e uno alle etichette dei cibi confezionati: in questo modo si mantengono in salute i reni. Lo consigliano i ricercatori della Johns Hopkins University secondo i quali alla diminuzione della pancia di circa 4,5 cm in 6 mesi segue una riduzione del 25% della presenza di proteine, quali l'albumina, nelle urine. Un'ulteriore riduzione dell'11% si potrebbe poi ottenere limitando il consumo di cibi contenenti fosforo, comunemente usato come additivo alimentare.

I ricercatori americani fanno infatti presente come il fosforo sia già presente in natura in molti alimenti, come latte, formaggi, gelati e yogurt, carni, fagioli, noci, lenticchie e cacao, e non sia pertanto necessario ingerirne più del necessario.

**Da: American Journal of Kidney Diseases**

## LAMPONI E MORE CONTRO LA GASTRITE

Una ricerca tutta italiana sostiene l'impiego dei piccoli frutti per prevenire l'infiammazione gastrica. Lo studio, condotto dai ricercatori dell'Università degli Studi di Milano e della Fondazione Edmund Mach di San Michele all'Adige, ha isolato e caratterizzato i principi attivi contenuti in more e lamponi. Proprietà anti-gastrite sono state riconosciute agli ellagitannini, sostanze che, in futuro, potrebbero essere impiegate come integratori nelle diete quotidiane o abbinate ai farmaci contro ulcere e gastriti.

**Da: Plos One**

# Hedrin®



Innovativo, senza rischi di tossicità ed efficace anche in caso di resistenza.

## Le Mamme d'Europa scelgono Hedrin

Grazie a **2 nuove formulazioni senza agenti chimici**, sviluppate partendo dalle specifiche esigenze di mamme e bambini, Hedrin è tra i leader del mercato europeo\*. **Oggi disponibile anche nelle farmacie Italiane.**

\*Il più venduto in Gran Bretagna, Francia, Belgio, Danimarca, Svezia, Svizzera, Polonia.



Trattamento **“veloce”** a base di Dimeticone e Penetrol® che elimina pidocchi e lendini con 1 trattamento di 15 minuti<sup>1,2,3</sup>



Trattamento **“a prova di capricci”** a base di Activdiol® che si può lasciare sulla testa dei bambini. Ideale in caso di **“Allarme pidocchi”**

**Non è necessario l'uso del pettinino.**

Seguici su

1. The mode of action of dimeticone 4% lotion against head lice, *Pediculus capitis*. Ian F. Burgess, BMC Pharmacol. 2009; 9: 3.
2. [http://www.icp4.org/Presentations/55.Burgess.Designing\\_a\\_treatment.pdf](http://www.icp4.org/Presentations/55.Burgess.Designing_a_treatment.pdf)  
Presented at the Fourth International Conference on Phthiraptera (ICP4) - June 13-18 2010, Urgup, Cappadocia, Turkey.
3. Treatment of head lice with dimeticone 4% lotion: comparison of two formulations in a randomised controlled trial in rural Turkey. Özgür Kurt, BMC Public Health 2009, 9:441
4. 1,2-Octanediol, a Novel Surfactant, for Treating Head Louse Infestation: Identification of Activity, Formulation, and Randomised, Controlled Trials. Ian F. Burgess et al. PLoS ONE April 2012, Volume 7, Issue 4, e35419

Actavis