

C'è chi con disinvoltura se li autoprescrive, chi li usa come forma di prevenzione e chi, invece, cerca di prenderne il meno possibile. Ma con i farmaci, prima o poi ciascuno di noi ha certamente dovuto fare i conti. Il fatto è che difficilmente, quando si assume una medicina, si ha l'esatta cognizione di che cosa in realtà si stia ingerendo. E soprattutto degli effetti che ne possono derivare se non una generica coscienza che quel farmaco serve per curare il malanno del momento. Così, a volte si ricorre a una pastiglia o a una pomata con leggerezza, senza interpellare il medico, ma semplicemente su consiglio di un amico. Tutto ciò pur riconoscendo che poche sostanze come queste suscitano atteggiamenti tanto diversi. Che vanno dal considerare tutte le medicine pericolose o, al contrario, preziose alleate. Un'ambivalenza già presente nel significato della parola farmaco che, in greco, significa sia medi-

camento sia veleno. Del resto le sostanze medicinali possono svolgere due differenti azioni: quella detta farmacologica che consiste nel portare nell'organismo modificazioni chimiche o biologiche, non necessariamente positive; e quella terapeutica, capace di alleviare dolori, di prevenire e curare

una malattia. Ed è proprio nell'azione farmacologica che sono insiti i rischi di effetti indesiderati. Ecco, quindi, che scoprire qualcuno dei segreti delle medicine può essere utile per usarle con più razionalità e, di conseguenza, per gestire la propria salute in maniera più consapevole.

Abusarne con disinvoltura o rifiutarli per partito preso: due atteggiamenti contrari, altrettanto dannosi. Da superare con una corretta informazione

FARMACI: AMICI O NEMICI?

SERVIZIO DI ANNA GOFFI CON LA COLLABORAZIONE DI IVANA COMOLI



I.C.P.



GRANATA

PRINCIPI ATTIVI

Di solito, i termini farmaco e medicina, vengono usati senza distinzione. In realtà la medicina (ad esempio una pastiglia) è la somma di più sostanze: il farmaco e gli eccipienti. Il primo è il cosiddetto principio attivo, ossia ciò che ha le proprietà curative; gli eccipienti, invece, sono sostanze inerti che servono per pro-

teggere il principio attivo, per renderlo più gradevole, per aiutarlo a svolgere meglio le sue funzioni e così via. Il farmaco può essere di origine naturale, ossia ricavato da sostanze animali, vegetali o minerali; sintetica, ossia prodotto attraverso processi di laboratorio che ricreano le strutture molecolari dei principi attivi naturali o ne creano di nuove; semisintetica, cioè ricavato mediante processi chimici che modificano solo in parte la struttura delle sostanze naturali.

I consumi in cifre

Più di otto italiani su dieci considerano soddisfacente il proprio stato di salute. Lo rivela una recente indagine Doxa presentata all'Istituto superiore di sanità. Eppure, nonostante questo, in Italia è piuttosto elevato il consumo di farmaci. L'indagine ha appurato infatti che nel corso degli ultimi sei mesi, il 58 per cento degli italiani adulti ha preso farmaci almeno una volta. E, in genere, ne consumano di più le donne (65 per cento, contro il 51 per cento degli uomini) e gli anziani. In pratica si calcola che ogni giorno ci sono undici milioni di italiani di età superiore ai quindici anni che prendono una medicina e diciotto milioni che ne prendono una ogni settimana.

Come si presentano

Le medicine si presentano sotto diverse forme, chiamate forme farmaceutiche. Ciascuna di esse viene scelta per favorirne la somministrazione e per garantirne il dosaggio adeguato. Ecco alcune delle forme più diffuse con cui si presenta il farmaco.

FORME SOLIDE

● **Capsule di gelatina.** Il farmaco si presenta avvolto in un contenitore gelatinoso. Le capsule rigide sono indicate per l'assunzione orale e si sfaldano dopo essere state ingerite; le capsule molli possono essere usate anche per via rettale.

● **Comprese.** Sono le più comuni delle forme solide somministrabili per via orale. Si ottengono mediante compressione di polveri o granulati e possono essere variamente rivestite da eccipienti protettivi. Alcune tra queste, come diverse capsule rigide, hanno un'azione ritardata, ossia rilasciano più lentamente il principio attivo. Altre ancora (quelle effervescenti) liberano il farmaco se disciolte in acqua facilitandone, così, l'assorbimento da parte dell'organismo.

FORME LIQUIDE

● **Elisir.** Il farmaco è sciol-



SENZA RICETTA

In farmacia possono essere venduti due tipi di farmaci: quelli etici e quelli da banco, chiamati anche OTC (dall'inglese "Over the Counter" = sopra il banco). I primi, destinati alla cura di vere e proprie malattie che richiedono una diagnosi, possono essere acquistati solo esibendo la ricetta del medico. E in questo modo viene garantito il loro uso sicuro e corretto.

I secondi, diretti ad alleviare disturbi minori, possono essere acquistati liberamente senza prescrizione medica. Di questo ultimo

gruppo è consentita la pubblicità, ma ciò non significa che siano completamente esenti da effetti collaterali. Perciò, prima di prenderli alla leggera bisognerebbe chiedersi se non è il caso di cambiare qualcosa della nostra vita. Forse basterebbe modificare le abitudini alimentari. O ridurre l'eccessiva sedentarietà praticando qualche sport. O ancora frequentare una palestra o camminare un pochino dopo i pasti. In ogni caso, ecco tre indicazioni da seguire se si intende acquistare di propria iniziativa un OTC.

- Chiedersi quali rischi di effetti collaterali si è disposti a correre in vista di un effetto terapeutico, coinvolgendo il farmacista per avere le informazioni necessarie.

- Una volta acquistato il prodotto leggere il foglietto illustrativo allegato e attenersi alle istruzioni, soprattutto per quanto riguarda il dosaggio.

- È altrettanto importante, consultare un medico prima di somministrare questi farmaci ai bambini.

L'illusione in pillole

Nell'efficacia di talune terapie, una componente importante è quella psicologica. Lo dimostra il cosiddetto effetto placebo. Dal latino "io compiacerò", la parola placebo indica una sostanza farmacologicamente inerte, ossia che in sé non presenta alcuna azione curativa. Viene prescritta a un paziente che desidera ricevere un

trattamento farmacologico che, tuttavia, il medico ritiene inopportuno. Il paziente convinto di assumere un vero farmaco, avverte dei reali benefici. Si prenda, ad esempio il caso di un anziano che, vivendo solo e sentendosi trascurato dalla figlia, soffre di depressione. Va dal medico per trovare sollievo al suo stato di salute. Ma il medico non può limitarsi a dire solo qualche parola di conforto: il paziente non ne trarrebbe giovamento. Così gli prescrive un preparato inerte che dichiara efficace. Il paziente a quel punto si sentirà rinfanciato e, probabilmente, la semplice convinzione di assumere un farmaco determinerà un effetto positivo sulla sua depressione. L'effetto placebo risulta efficace soprattutto per disturbi come ansia, depressione, colite spastica, nausea, insonnia e così via. L'effetto placebo è utilizzato anche come termine di confronto in studi clinici per stabilire l'efficacia reale dei nuovi farmaci.

Un libro da consultare

Chi volesse capire meglio come funziona una certa terapia, quali effetti produce una particolare medicina o conoscere in modo più approfondito le grandi categorie dei farmaci può trovare un aiuto nel volume "Guida pratica ai farmaci". La parte principale del libro è costituita da 213 schede di farmaci con indicazioni sugli effetti che producono, in quali casi possono essere pericolosi, come regolarsi se si eccede nella dose. La Guida si può acquistare nella libreria Selezione Reader's Digest di Via Alserio, 10 - Milano al prezzo di 79.900. In tutte le altre librerie il costo è di 85.000 lire. Allo stesso prezzo, ma con facilitazioni rateali, può essere richiesto per posta (tel. 02/6987555).



DOUBLES

to in una soluzione alcolica diluita, dolcificata e aromatizzata e si usa per via orale.

- **Emulsioni.** Sono preparati formati da una sostanza oleosa e da acqua. I due liquidi tendono a separarsi perciò vanno sempre agitati prima dell'uso. Si presentano in varie formulazioni: da applicare sulla cute, da iniettare o da prendere per via orale.

- **Soluzioni.** Il principio attivo è miscelato in un solvente che può essere acqua, alcol, glicerina od olio e la somministrazione può essere effettuata per tutte le vie tranne quella endovenosa.

- **Sospensioni.** Preparazioni in cui il farmaco, in polvere finissima, viene disperso in un liquido in cui non è solubile. Il preparato è indicato per uso orale, topico e intramuscolare.

- **Sciroppi.** Il farmaco è contenuto in soluzione concentrata di zucchero aromatizzato. L'uso è quello orale.

ALTRE FORME

- **Creme.** Il farmaco è mescolato ad acqua e sostanze grasse, a volte idrorepellenti, da applicare su pelle e mucose.

- **Unguenti.** Sono più grassi delle creme e, usati localmente, hanno la funzione di proteggere o lubrificare.

- **Lozioni.** Simili alle soluzioni, sono più specifiche per il cuoio capelluto.

- **Supposto, candele, ovuli.** Hanno forma affusolata per favorirne l'inserimento nel retto o in vagina. Sono preparazioni solide formate dal principio attivo mescolato a grasso vegetale che, a contatto del calore del corpo, si sciolgono.

- **Colliri.** Sono soluzioni sterili da usare con il contagocce per gli occhi.

- **Gocce otologiche e gocce rinologiche.** Sono soluzioni sterili per le orecchie e il naso.

- **Spray.** Il farmaco è contenuto in bombolette con gas propellente sotto pressione.

- **Cialde.** Il farmaco, in polvere, è contenuto in involucri di ostia.

- **Cerotti transdermici.** Rappresentano una delle forme farmacologiche più nuove. Sono cerotti che si applicano sulla pelle. Hanno incorporato il principio attivo che viene rilasciato lentamente e assorbito dalla cute.

Reazioni insolite

Uno dei curiosi effetti che può avere un farmaco è quello detto paradosso. Consiste nell'aver un risultato opposto a quello che si vuole ottenere. È il caso di alcune persone che prendono dei tranquillanti per dormire. Invece di calmarsi sono più agitate. Come questo possa accadere non è ancora ben chiaro dal punto di vista medico.

Nell'ambito delle conseguenze particolari di un farmaco, c'è un effetto, chiamato rebound o di rimbalzo. Avviene, ad esempio, quando in tempi brevi si passa da uno stato sedativo del sistema nervoso centrale a una sua brusca interruzione e quindi a un'eccitazione. Questo effetto può essere provocato da alcuni farmaci che hanno una durata di azione piuttosto breve.



DOUBLES

Può accadere che una persona prenda un farmaco per dormire e si addormenti bene. Ma, dopo 2-3 ore, quando cessa l'azione, la persona si sveglia e si sente agitata. È un po' quello che accade quando si abusa di alcolici. Dopo una forte bevuta, può capitare di addormentarsi bene improvvisamente. Però il sonno non è mai lungo e pacifico: si dorme bene per 3/4 ore, ma poi c'è un risveglio in cui si ha agitazione o depressione.



IMAGE BANK