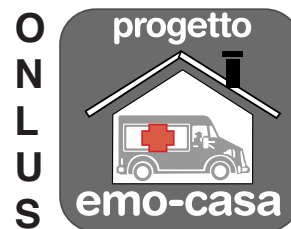


Emoflash



Spedizione in abbonamento postale comma 20/c legge 622/96 - filiale di Milano

N O T I Z I A R I O • ANNO XXIII - N. 6 - GIUGNO 2020

ORGANO UFFICIALE DELL'ASSOCIAZIONE "PROGETTO EMO-CASA ONLUS"

Mascherine: ecco la guida completa al loro uso e ri-uso

Pare proprio che l'emergenza Covid-19 ci obbligherà ad abituarci all'uso delle mascherine sanitarie. Oggetto finora sconosciuto a molti, è entrato nelle nostre vite in modo improvviso e non se ne andrà tanto in fretta. In Trentino la Protezione civile ne sta distribuendo centinaia di migliaia ai supermercati, ma anche direttamente al domicilio dei cittadini. Anche l'Alto Adige si sta muovendo dopo aver emanato un'ordinanza che prevede l'obbligo di coprire naso e bocca fuori da casa. I cittadini, però, in questa fase iniziale di utilizzo quotidiano rischiano di non essere preparati all'uso di questi presidi, ritenuti invece fondamentali per tentare di attenuare la trasmissione del virus.

Per fare un po' di chiarezza su questo tema e fornire un'informazione il più possibile chiara ai nostri lettori, abbiamo deciso di realizzare la pagina informativa che state leggendo. Lo abbiamo fatto in collaborazione con Federfarma Trento. L'associazione è impegnata da un lato in un'azione educativa sul territorio in favore dei cittadini attraverso le singole farmacie e dall'altro in un intenso lavoro di collaborazione con l'Azienda sanitaria e ha accettato di fornirci dei chiarimenti sul corretto utilizzo delle mascherine, rispondendo anche alle nostre domande.

Quali tipi di mascherine ci sono in commercio?

In ambito di questa emergenza possiamo dire che ce ne sono 5 tipi diversi:

le FFP3 e FFP2 con valvola, le FFP3 e le FFP2 senza valvola e le mascherine chirurgiche, ossia quelle che verranno distribuite alla popolazione dalla protezione civile in questi giorni.

Le mascherine chirurgiche sono destinate alla popolazione circolante, ai lavoratori degli uffici aperti al pubblico e agli addetti delle attività commerciali.

Le FFP3 e FFP2, con e senza valvola, invece dovrebbero essere usate solo dagli operatori socio-sanitari, dai soccorritori del 118 e dalle forze dell'ordine.

Che caratteristiche di protezione hanno e che durata giornaliera?

Le mascherine CHIRURGICHE limitano la diffusione nell'ambiente del virus da parte di individui infetti o asintomatici potenzialmente infetti. Non hanno però alcuna azione filtrante in fase inspiratoria; sono infatti definite "altruiste" perché evitano di contagiare gli altri se siamo infetti. (scarsa protezione individuale, elevata protezione collettiva). Nel nostro caso, ossia per l'uso comune, dobbiamo cercare di usarle solo quando siamo fuori casa e assolutamente quando ci rechiamo al supermercato, in farmacia o in locali aperti al pubblico, in modo da riuscire a riutilizzarle più volte entro il tempo in cui assicurano la loro funzione.

Le FFP3 e FFP2 senza valvola, hanno una buona azione filtrante sia in fase inspiratoria (92-95%) che espiratoria (circa 80%); proteggono bene chi le indossa e bloccano bene le esalazioni di chi le indossa. (rappresentano il miglior compromesso). Le FFP3 e FFP2 con valvola, definite "egoiste" perché offrono una protezione individuale elevata, (95-98%) delle particelle, ma la presenza del filtro lascia uscire il virus se chi le indossa è infetto. (elevata protezione individuale, scarsa protezione collettiva). Dopo 4-6 ore iniziano a perdere progressivamente il loro potere filtrante.

Come sceglierla?

Le FFP3 e Le FFP2 con valvola sono indispensabili per gli infermieri, gli operatori del 118 e dei soccorsi in generale e per il personale medico-sanitario nei reparti ospedalieri dove vi siano pazienti contagiati. Le FFP3 e FFP2 senza valvola sono destinate soprattutto alle forze dell'ordine, ai medici di famiglia e alle guardie mediche.

Le CHIRURGICHE sono le più indicate per un uso comune negli ambienti aperti al pubblico e fondamentali per evitare la diffusione del virus nell'aria in caso di raffreddore, anche di base allergica o in caso di tosse.

800 591147



Come si indossano?

Quando indossiamo una mascherina è importante lavarsi le mani prima ed è fondamentale lavarle dopo averla tolta. Parliamo nello specifico di quella chirurgica:

1. deve essere indossata con il lato colorato fuori e quello bianco a contatto con la faccia;
2. va tenuta per gli elastici o per i bordi esterni, evitando di toccare la parte centrale e di contaminarla nella parte interna;
3. essendo piegata, la mascherina deve essere aperta ed allargata per bene;
4. deve coprire completamente il naso e la bocca. Tenendola per gli elastici, bisogna appoggiarla sulla faccia e posizionare gli elastici dietro le orecchie;
5. è molto importante che la mascherina aderisca bene al viso, senza lasciare aperture; particolare attenzione va riposta alla zona sotto il mento (deve essere posizionata attentamente sotto il mento);
6. usando i due indici delle mani, il "ferretto" va sagomato sul naso dal centro verso le guance in modo che la mascherina aderisca bene lungo i due lati del naso.

Come si tolgono per non infettarsi?

È fondamentale per non reinfettarsi o infettare, lavarsi molto accuratamente le mani prima della rimozione, evitando di toccare la parte centrale. Per toglierla bisogna tenerla per gli elastici, si devono sganciare da dietro le orecchie evitando di toccare la parte in tessuto, potenzialmente contaminata. Se la mascherina è rovinata o è bucata bisogna gettarla.

Non bisogna assolutamente neanche sentirsi sicuri quando indossiamo la mascherina, quindi ricordiamoci sempre di mantenere la distanza di sicurezza dalle altre persone anche se la abbiamo sul viso.

Durante l'utilizzo si possono rimuovere dalla bocca, magari abbassandole sul mento, ad esempio per mangiare, bere o fumare una sigaretta?

Non è la cosa migliore da fare, se la mascherina è infetta infatti si rischia che il virus penetri nel corpo attraverso la bocca o il naso. Sempre meglio quindi tenerla lontana dalla faccia quando non la indossiamo. Fumare è sempre dannoso per la salute. In questo momento in particolare si consiglia a tutti di evitare di fumare, perché, visto il carattere principalmente polmonare della patologia, rappresenta un'aggravante per il decorso della malattia. Inoltre, portando la sigaretta alla

bocca con le mani, aumenta il rischio di trasferire il virus dalle mani alla bocca (quindi infettarsi) o dalla bocca alle mani (quindi infettare).

Si possono sanificare?

Per un uso sanitario o professionale, assolutamente no. Per un uso comune sì, in considerazione del fatto che ce ne sono ancora poche disponibili e dovremo usarle per più giorni.

Quali sono i vari modi?

Bisogna evitare di lavare la mascherina immergendola completamente in un liquido. Le linee guida dello stabilimento chimico-farmaceutico militare suggeriscono di usare una soluzione idro alcolica al 70%, attraverso l'uso di un erogatore spray che permetta di spruzzare la soluzione sulla mascherina.

- 1) Adagiare la mascherina su una superficie pulita o disinfettata, con la parte esterna verso l'alto.
- 2) Spruzzare uniformemente con la soluzione idroalcolica al 70% senza eccedere nella bagnatura e attendere un paio di minuti.
- 3) Girare la mascherina sul lato interno.
- 4) Lasciare agire la soluzione per almeno 30 minuti, fino a completa evaporazione della soluzione alcolica.



5) Lavarsi accuratamente le mani o eseguire queste operazioni indossando un paio di guanti in lattice.

Quante volte si può sanificare?

A titolo cautelativo è consigliabile non più di tre volte.

Dove e come si conservano?

Le mascherine vanno sempre conservate in un ambiente non contaminato o lontano da potenziali contaminanti; le indicazioni guida sono quindi di riporla in una bustina di plastica fino a nuovo uso.

Quando sono inutili?

Le linee guida le sconsigliano quando siamo da soli, lontani da altre persone ed anche negli ambienti domestici, a meno che non ci sia una persona potenzialmente infetta. In questo caso il soggetto dovrebbe indossarla

per cercare di diffondere meno possibile il virus.

Sciarpe e foulard proteggono dal virus?

Assolutamente no. Possono contribuire a non diffondere il virus nell'aria attraverso le goccioline, dette droplets, che emaniamo quando stornutiamo o tossiamo. Rappresentano sempre una potenziale fonte di trasmissione del virus per contatto, quindi andrebbero comunque sempre lavati prima di ogni riutilizzo e tenuti separati dal resto della biancheria.

Indossare i guanti può essere utile?

Possono essere utili a proteggere le mani quando andiamo al supermercato a fare la spesa, con l'accortezza sempre di non toccare la bocca, il naso o gli occhi mentre indossiamo i guanti. Dopo averli tolti bisogna sempre lavarsi le mani come se stessi maneggiando una mascherina.

Tratto operauni.tn.it

Tumori: associazione di farmaci contro la leucemia

I ricercatori dell'Istituto Europeo di Oncologia hanno scoperto come rendere più efficaci alcuni farmaci contro i tumori

I ricercatori del **Programma Nuovi Farmaci dell'Istituto europeo di Oncologia** (Ieo) di Milano hanno scoperto come rendere maggiormente efficaci i farmaci che agiscono su un gene alterato in diversi tipi di tumori, comprese le leucemie: **LSD1**.

Hanno notato, in particolare, che l'associazione di acido retinoico agli anti LSD1 migliora la sopravvivenza in una delle forme più gravi di leucemia, la leucemia mieloide acuta.

Lo studio è stato pubblicato su *Science Advances* ed è sostenuto dalla Associazione Italiana per la Ricerca sul cancro, AIRC.

Alla guida dello studio il prof. Saverio Minucci, docente del Dipartimento di Bioscienze dell'Università Statale di Milano, che spiega che da molti anni LSD1 è oggetto di studio e si è visto che, utilizzando un solo farmaco contro questo gene mutato, le cellule tumorali non rispondono, mentre associando un altro farmaco, come l'acido retinoico, si può ottenere una risposta. Il risultato è stato un significativo aumento della sopravvivenza.

Questo è stato dimostrato in modelli sperimentali di leucemia mieloide acuta, forma per la quale oggi le opzioni terapeutiche sono piuttosto limitate.

Fino ad oggi si pensava che LSD1 agisse principalmente attraverso la propria attività enzimatica e

che i farmaci anti LSD1 bloccassero questa funzione.

«Con il nostro studio abbiamo invece dimostrato che è possibile annullare geneticamente l'attività enzimatica di LSD1, senza tuttavia bloccare il suo effetto pro-tumorale» afferma Roberto Ravasio, un altro autore dello studio.

«Abbiamo scoperto che LSD1 agisce come una sorta di piattaforma, con cui interagiscono alcune proteine necessarie a bloccare il differenziamento cellulare, un processo fondamentale nella cancerogenesi. Abbiamo inoltre dimostrato che alcuni farmaci anti-LSD1, tra cui molecole da noi sintetizzate, sono in grado di bloccare la funzione di piattaforma, ed è questo l'effetto verosimilmente più importante per l'attività antileucemica» aggiunge.

«Abbiamo le basi scientifiche necessarie per proporre di sperimentare in clinica i farmaci anti LSD1 in combinazione con l'acido retinoico nelle leucemie mieloidi acute - dice Minucci - inoltre, abbiamo capito meglio come funzionano sia LSD1, sia i farmaci anti LSD1. Siamo pertanto convinti che i risultati che oggi appaiono su *Science Advances* possano contribuire concretamente a ottimizzare le terapie con questi farmaci, a partire dalla terapia delle leucemie» conclude.

Tratto da sanihelp.it



800 59 11 47

dal lunedì al venerdì
orario d'ufficio

ONLUS



DIREZIONE

Via G. Murat 85 - 20159 Milano
Tel: 02 69008117 - Fax 02 69016332

**Sito Internet: www.emo-casa.com
info@emo-casa.com**

Come aiutarci:

- a mezzo versamento c/c postale 40444200 intestato a: **Progetto Emo-Casa Onlus**
- con bonifico bancario Monte dei Paschi di Siena Ag. 51 - Milano
cod. IBAN IT22 N 01030 01658 000061127249
- con bonifico bancario Banca Popolare di Sondrio Ag. 15 - Milano
cod. IBAN IT23 R056 9601 6140 0000 3788 X80
- devolvendo il 5 per mille alla nostra Associazione c.f. 97205190156 usando:
mod. integrativo CUD; mod. 730/1-bis redditi; mod. unico persone fisiche

16124 Genova P.tta Jacopo da Varagine 1/28

Tel. 010 2541440

Fax 010 2473561

E-mail: progettoemocasaonlus.ge@gmail.com

35138 Padova Via Bezzecca, 4/c

Tel. 049 8713791

Fax 049 8714346

Banca Intesa Sanpaolo

Filiale Via Montà 109 - Padova

IBAN IT66 W030 6912 1331 0000 0101 464

E-mail: emocasa.pd@gmail.com

Delegazione Padova - Rovigo - Treviso - Venezia
Vicenza

38122 Trento Via Zara, 4

Tel. e Fax 0461 235948

Cassa Rurale di Trento

Filiale di Trento - Via Grazioli

IBAN IT03 H083 0401 8330 0000 9791 479

E-mail: progetto.emo.casa.onlus.tn@gmail.com

Delegazione Trento - Belluno - Bolzano

28100 Novara Via Gnifetti, 16

Tel. e Fax 0321 640171

E-mail: emocasa.novara@gmail.com

37135 Verona Via Rovigo, 23

Tel. 045 8205524

Fax 045 8207535

Banca Intesa Sanpaolo

Filiale Viale del Lavoro 8 - Verona

IBAN IT32 K030 6918 4681 0000 0004 555

E-mail: progetto.emocasa.vr@gmail.com

Delegazione Verona - Brescia - Mantova

48121 Ravenna Via Pellegrino Matteucci, 20

Tel. e Fax 0544 217106

E-mail: emo.ra@libero.it

Unità mobile

Sede Ponente Ligure:

P.zza della Libertà 10/1 - 17055 Toirano (SV)

Tel. 347 5745626

Emoflash

MENSILE ORGANO UFFICIALE DELL'ASSOCIAZIONE "Progetto Emo-casa Onlus"

Direzione, Redazione, Amministrazione, Via G. Murat 85 - 20159 Milano • tel: 02 69008117 - fax 02 69016332

Direttore Responsabile: Tesolin Flavio

Comitato di Redazione: Nosari Anna Maria Rita, Crugnola Monica, Zaffaroni Livio, Maggis Francesco, De Miccoli Rita, Andreescu Luminita Mihaela

Iscrizione Tribunale di Milano N. 174 del 16/03/1998 - Fotocomposizione: LimprontaGrafica Milano - Stampa: Grafica Briantea srl - Usmate (MI)