

Medicina&Innovazione

a cura di **Eduardo Celentano**

Le regole per proteggere i farmaci dal caldo estivo



Stanno solitamente quasi tutto l'anno rinchiusi in un cassetto e qualche volta viaggiano con noi in una borsa e, magari, rimangono nel bagagliaio dell'auto: con il clima estivo, però, i farmaci non possono essere lasciati dove capita. I raggi del sole e il calore possono alterarne le proprietà rendendoli inefficaci e pericolosi. Per evitare brutte sorprese, quindi, meglio proteggere sciroppi, pastiglie e pomate seguendo poche e semplici regole. Con l'aumentare della temperatura, le molecole stesse che costituiscono il farmaco subiscono un'alterazione: quando la colonna di mercurio sale, infatti, cresce la velocità con cui avvengono le reazioni chimiche e quindi la velocità con cui il medicinale si decompone perdendo le sue proprietà. Per questo motivo le aziende produttrici testano la stabilità dei farmaci mettendoli all'interno di stufe e scaldandoli addirittura oltre i 70- 80 gradi. Grazie a questi studi è possibile capire a quale temperatura devono essere conservati per rimanere integri ed efficaci, e questa indicazione viene poi riportata sull'etichetta. La prima regola, dunque, è quella di rispettare le istruzioni per la conservazione riportate sulla confezione. Se non ci sono indicazioni in

merito significa che il farmaco può essere mantenuto a temperatura ambiente, al di sotto dei 30 gradi. Se si sfiora di qualche grado non si corrono pericoli, soprattutto se si tratta di compresse, mentre bisogna fare più attenzione se si ha a che fare con sciroppi e gocce, di cui spesso si consiglia l'uso entro pochi giorni dall'apertura del flacone. In genere non è facilissimo capire se il medicinale si è alterato, ma cambiamenti di colore, consistenza, odore o sapore dovrebbero far suonare un campanello d'allarme. Trovare un angolo di casa fresco e asciutto dove conservare i farmaci come indicato in etichetta può diventare una vera impresa in estate, soprattutto se non si possiede un climatizzatore. L'importante è tenerli in un ambiente riparato dalla luce solare e dal calore e soprattutto evitare ambienti come il bagno e la cucina, dove una semplice doccia o una pentola sul fuoco possono provocare pericolose variazioni di temperatura e umidità. Per chi vive in una casa particolarmente calda, comunque, il frigorifero potrebbe essere una valida soluzione: bisogna però fare molta attenzione poiché i farmaci non devono essere congelati nel freezer e non devono essere tenuti nella parte più

fredda del frigo, dove è possibile la formazione di ghiaccio. Il pericolo è che possano assorbire umidità o andare incontro ad altri inconvenienti, come l'aumento di viscosità per le pomate e la maggiore fragilità per le compresse. Vanno invece sempre conservati in frigorifero (come indicato in etichetta) quei medicinali particolarmente sensibili al calore come insulina, vaccini, alcuni colliri e fermenti lattici. In questi casi è utile avere nel frigo anche un termometro per tenere sempre sotto controllo la temperatura e per sapere come comportarsi in caso di interruzione dell'energia elettrica o di guasto. Per chi invece è in procinto di partire per le vacanze estive è consigliabile portare i medicinali essenziali nel bagaglio a mano, sia per evitare che vengano smarriti con le valigie, sia per non esporli a sbalzi di temperatura eccessivi nella stiva. A chi invece viaggerà in auto, è fondamentale ricordare di non lasciare i medicinali nel bagagliaio, dove la temperatura può raggiungere livelli davvero pericolosi. Meglio quindi portarli con sé nell'abitacolo, dove finestrini aperti e aria condizionata possono garantire un po' di frescura, tenendoli magari al riparo dentro una borsa termica.

celentanoeduardo@centrocardiologico.it