

Sprecare meno farmaci: chi, come, perché

Sprecare meno farmaci: questo è il messaggio che periodicamente capita di sentire o leggere e di fronte al quale tutti ci sentiamo un po' colpevoli. Non sappiamo se nella realtà italiana lo spreco stia diminuendo o aumentando nel tempo, ma di certo sappiamo che dobbiamo fare qualcosa per ridurlo il più possibile perché si tratta comunque di una perdita di risorse preziose che potrebbero essere investite per migliorare i servizi sanitari. Il problema non è solo italiano, ma interessa anche paesi che hanno sistemi sanitari simili al nostro, come il Regno Unito, o completamente diversi, come gli Stati Uniti.

In una campagna informativa per la popolazione inglese volta a ridurre gli sprechi di medicinali, viene diffuso un opuscolo in cui si ricorda che con il valore delle medicine distrutte ogni anno nella sola regione del South Yorkshire, pari a 10 milioni di sterline (circa 11 milioni di €), si sarebbero potuti effettuare 2000 interventi di sostituzioni dell'anca o 1.400 operazioni di by-pass in più all'anno.

Le cause degli sprechi sono varie e facilmente individuabili.

- Molte persone tendono a fare scorte di medicinali per timore di rimanere senza e poi, per vari motivi, non le utilizzano tutte
- Molti medicinali rimangono totalmente o parzialmente inutilizzati dal momento che a volte si interrompe spontaneamente la terapia prima di quando prescritto perché ci si sente meglio o il disturbo è completamente scomparso
- Può capitare che si interrompa il trattamento semplicemente perché si decide autonomamente di non seguire le indicazioni del medico
- Durante il trattamento sono comparsi effetti indesiderati che non consentono di proseguire il trattamento o è intervenuto un ricovero ospedaliero e alla dimissione è stata cambiata la terapia
- Uno specialista ha prescritto medicinali diversi da quelli prescritti dal medico di base o da un altro specialista, consultato in precedenza
- La confezione contiene un numero di unità posologiche (es. numero di compresse) maggiore del necessario

Tuttavia, sprechi ingenti si determinano non solo in ambiente domestico, ma anche lungo la catena distributiva (magazzini, farmacie) e nei luoghi di cura (cliniche e ospedali, case di ricovero per anziani, ambulatori medici - basti pensare, in proposito, a quanti "campioni medici gratuiti" restano inutilizzati!).

Cosa si può fare per ridurre gli sprechi?

Ecco alcuni suggerimenti per utilizzare i farmaci con maggiore accortezza :

- comperare solo i farmaci che sono necessari, ad esempio evitando di fare scorte di più confezioni dello stesso medicinale quando questo serve per trattare un disturbo acuto: una farmacia aperta, in caso di bisogno, la si trova sempre;
- preferire confezioni ridotte, se disponibili, quando il medicinale è acquistato per trattare disturbi passeggeri.
- quando si va dal medico (o in farmacia se si tratta di acquistare un medicinale di automedicazione) portare con sé una lista dei medicinali che si hanno in casa, per sapere se ce ne è uno che può essere utilizzato anche in questa occasione.
- evitare di sollecitare il medico a prescrivere medicinali in qualsiasi occasione, anche quando si tratta di malesseri passeggeri che con i farmaci hanno poco a che fare

La lotta agli sprechi di medicinali dovrebbe coinvolgere tuttavia anche altri soggetti:

- **i medici e i farmacisti**, che dovrebbero prescrivere/consigliare solo i farmaci strettamente necessari e dovrebbero svolgere un'azione di educazione e sensibilizzazione della popolazione;
- **le ASL e gli ospedali**, che dovrebbero verificare sempre con molta attenzione il destino dei medicinali consegnati in dimissione o attraverso la cosiddetta

“distribuzione diretta”, spesso per cicli terapeutici prolungati che non sempre il paziente esaurisce

- le **industrie farmaceutiche** che potrebbero:

§ realizzare le cosiddette “confezioni starter”, cioè confezioni a ridotto numero di unità posologiche, da utilizzare agli inizi di un trattamento, per vedere come reagisce il paziente: in caso di sospensione del trattamento per effetti indesiderati, intolleranza o per qualsiasi altra causa il danno economico sarebbe minimo. Una norma di legge che prevede queste confezioni, in vigore dal 2000, è rimasta sinora disattesa, anche perché si accompagna alla previsione delle cosiddette “confezioni ottimali”, obiettivamente più difficili da realizzare, in quanto la durata di una terapia, e quindi il numero di dosi necessarie, può variare a seconda dell'indicazione per cui si usa il prodotto;

§ studiare formulazioni a più lunga scadenza che possano rimanere per più tempo nel ciclo distributivo

- **Il Ministero della Salute**, che dovrebbe porre fine allo sperpero di medicinali perfettamente utilizzabili e che devono essere ritirati dal commercio per modifiche ai fogli illustrativi o per ragioni puramente burocratiche. Uno sperpero questo di cui poco si parla, ma che ha assunto proporzioni decisamente preoccupanti.

Una bella idea!

Negli USA è stato proposto di sostituire la consegna dei campioni medici gratuiti, con quella di buoni gratuiti: il medico consegna al paziente un “buono” che consente il ritiro gratuito di una confezione in farmacia. Se il buono non viene utilizzato, si dovrà solo riciclare della carta, con costi ben diversi rispetto allo smaltimento di un campione di medicinale inutilizzato. Inoltre non ci sarebbero più preoccupazioni per come sono stati conservati i medicinali dall'informatore farmaceutico e dal medico. Naturalmente sarebbero necessarie modifiche all'attuale legislazione ma l'idea ci sembra degna di attenzione.

Come smaltire i farmaci scaduti o inutilizzati

Anche adottando tutte le misure sopra indicate è inevitabile produrre una certa quota di rifiuti farmaceutici: il passo successivo è quello di smaltirli in modo corretto per garantire la sicurezza in ambiente domestico e per non inquinare l'ambiente.

Conservare in casa farmaci solo parzialmente utilizzati, pensando di poterli riutilizzare per una futura necessità, è una pratica diffusa ma poco razionale. Se è accettabile per i medicinali di automedicazione, è certamente da evitare per quelli che sono stati prescritti dal medico. Con troppi farmaci nell'armadietto, si corre il rischio di fare confusione nell'assunzione della terapia; si è tentati di “autoprescrivere” i farmaci per disturbi che “assomigliano a quelli dell'altra volta” ma le cui cause possono essere diverse; si rischia di lasciare prodotti pericolosi alla portata dei bambini o a disposizione di chi ne voglia fare un uso improprio.

Anche se si hanno delle confezioni integre di medicinali, ancora nel pieno del loro periodo di validità, queste, una volta uscite dal canale distributivo, non possono più essere riciclate perché non sono garantite le condizioni ottimali di conservazione.

I farmaci inutilizzati vanno portati in farmacia e messi negli appositi bidoni

osservando solo alcuni accorgimenti:

- separare i medicinali dalle confezioni in cartone, che possono essere smaltite nel bidone di riciclo della carta
- verificare che i flaconi contenenti liquidi siano ben chiusi
- non lasciare i medicinali in sacchetti riposti fuori dal raccoglitore della farmacia se questo è pieno
- non introdurre nei bidoni contenitori con sostanze chimiche non medicinali (es. ammoniaca, solventi).

Questi medicinali verranno raccolti da una agenzia autorizzata e specializzata nel loro trasporto e smaltimento, che avverrà per incenerimento, il metodo migliore per non inquinare l'ambiente.

I medicinali come inquinanti ambientali

Tutti i medicinali che introduciamo nel nostro corpo, e quelli per uso veterinario, finiscono nell'ambiente, attraverso le urine, le feci e le acque di scarico. Gli impianti di depurazione delle acque e dei liquami delle città non sono in grado di smaltire tutti questi prodotti, che in parte subiscono una degradazione biologica a composti inattivi ma in parte possono restare inalterati nell'ambiente anche per molti anni. Particolarmente esposti agli effetti di questi micro-inquinanti di origine farmaceutica sono gli organismi acquatici ed esistono già diversi studi che documentano effetti dannosi sull'ambiente. Per questa ragione non bisogna mai eliminare i medicinali inutilizzati gettandoli negli scarichi del lavandino o del WC o con i rifiuti domestici.

Un'altra bella idea...

....l'anno avuta quelli di *Last Minute Market*, un'associazione fondata da studenti della facoltà di Agraria dell'Università di Bologna. Se una farmacia (o un magazzino) ha medicinali di automedicazione invendibili ma con un periodo di validità ancora utile , può consegnarli all'associazione che ne cura la distribuzione a persone indigenti.