

SALUTE

SPORTELLINO CANCRO NUTRIZIONE CARDIOLOGIA REUMATOLOGIA NEUROSCIENZE DERMATOLOGIA EVENTI DIZIONARIO ESAMI DEL SANGUE

Qual è la posizione giusta per prendere le medicine: seduti, sdraiati o in piedi?

di Elena Meli

Il farmaco assunto via bocca deve compiere un percorso nell'organismo che può essere accelerato o rallentato: la postura ha una conseguenza sui tempi di assorbimento del principio attivo



Quando buttiamo giù una pillola la inghiottiamo con un po' acqua e ce ne dimentichiamo, certi che in breve farà il suo effetto. Invece il **farmaco** inizia un **lungo viaggio** passando prima nello **stomaco**, poi nell'**intestino**; quindi viene **assorbito nel sangue**, per arrivare dove necessario. Questo viaggio però può essere reso più difficoltoso dalla posizione assunta prendendo la pillola: secondo una ricerca della Johns Hopkins University americana, **la postura «sbagliata»** può allungare i tempi di permanenza nello stomaco fino a un'ora, modificando in maniera significativa l'**assorbimento intestinale** dei **principi attivi**. Gli autori hanno studiato che succede alle pastiglie quando arrivano nello stomaco perché come spiega il coordinatore dell'indagine, l'esperto di dinamica dei fluidi della Johns Hopkins **Rajat Mittal**, «I farmaci per bocca sono più semplici da prendere rispetto a quelli da iniettare, ma sono assorbiti nell'intestino dopo aver superato lo stomaco: perciò **il loro effetto non è immediato** ed elementi correlati alle condizioni gastriche possono incidere sulla rapidità

DIZIONARIO DELLA SALUTE

Cerca il tuo organo/patologia



CORRIERE TV



«Hai fatto tutti i controlli?»

EDITORIALI COMMENTI



«Con tutto quello che è successo!»

di Luigi Ripamonti



Medici sotto pressione

di Valentina Di Mattei

di azione».



La simulazione

Questo magari non preoccupa quando si prendono vitamine o supplementi, ma diventa decisivo se dobbiamo eliminare un dolore con un analgesico o mantenere concentrazioni stabili in circolo di un principio attivo. Così Mittal ha costruito **StomachSim**, un modello computerizzato di stomaco ricostruito a partire dalle immagini ad alta risoluzione dell'organo di un volontario, e simulato la **biomeccanica e i movimenti di una pillola** che arrivi nello stomaco mentre si tengono quattro diverse posizioni. I risultati mostrano che **inghiottirla piegandosi a destra o stando sdraiati sul fianco destro raddoppia la velocità con cui passa nell'intestino tenue** rispetto al prenderla stando seduti; **piegarsi a sinistra o essere sdraiati su quel lato rallenta invece di cinque volte l'assorbimento del farmaco** rispetto alla posizione seduta, che per gravità e anatomia favorisce il transito attraverso lo stomaco. I dati confermano studi precedenti sullo svuotamento gastrico dal cibo, secondo cui stare sdraiati sul lato destro lo accelera, perciò per assorbire più velocemente un farmaco preso per bocca è bene buttarlo giù stando in piedi, seduti o piegati sulla destra, se per esempio si è a letto. Mittal ammette che «Una simulazione al computer è un modello semplificato e anche la quantità di liquidi, gas e cibi nello stomaco può avere un impatto sull'assorbimento; tuttavia, meglio fare attenzione alla postura quando si assume una terapia per via orale, specialmente nel caso di persone anziane o allettate».

Gli errori da non fare

Gli anziani sono peraltro la categoria di pazienti che più di frequente commette qualche errore prendendo le pillole, perché spesso le alterano in modo da prenderle meglio, come ha rilevato un'indagine della **Società Italiana di Gerontologia e Geriatria**. «Quattro su dieci modificano le



Come celebrare la Giornata mondiale della prematurità

di [Mario de Curtis](#)



Con quali criteri definire la dignità

di [Sandro Spinsanti](#)

DIZIONARIO DELLA SALUTE

Cerca il tuo organo/patologia



CERVELLO E NERVI
 CUORE, ARTERIE, VENE
 OCCHI
 ORECCHIO, NASO, GOLA
 FEGATO, ESOFAGO, STOMACO, INTESTINO
 BOCCA E DENTI
 TRACHEA, BRONCHI, POLMONI
 RENI, VESCICA, VIE URINARIE
 OSSA, MUSCOLI, ARTICOLAZIONI
 ORGANI GENITALI
 PELLE, UNGHIE, CAPELLI
 PANCREAS, TIROIDE E ALTRE GHIANDOLE
 SANGUE E LINFA



SCRIVI ALLA REDAZIONE

Un contatto veloce con i giornalisti della redazione Salute del Corriere della Sera



I FORUM DI SALUTE



pasticche ma anche con il taglia-pillole, il mezzo più sicuro per dividerle e renderle più semplici da mandare giù, una su tre è **divisa male e la dose ottenuta è più alta o più bassa di almeno il 15 per cento** rispetto a quella prescritta», racconta **Francesco Landi**, presidente Sigg. «A volte gli anziani mescolano tutte le medicine prescritte in un mix che può provocare rischi di interazione fra principi attivi diversi e pure fenomeni di irritazione delle vie aeree a causa dell'inalazione delle polveri, inoltre capita anche che gli anziani o i loro badanti tritino o dividano i farmaci propri e altrui, per esempio di moglie e marito, usando sempre lo stesso strumento: la mancata pulizia del coltello o del pestello però può portare a reazioni allergiche o ulteriori interazioni dovute ai residui di farmaco rimasti».

Non rompere le capsule

La triturazione va evitata sempre nel caso di compresse gastroresistenti, a rilascio modificato, sublinguali: **alterare compresse o capsule gastroresistenti comporta la distruzione o la rimozione del rivestimento, progettato per mantenere il farmaco intatto finché non passa attraverso lo stomaco e raggiunge l'intestino.** «Il rivestimento serve a proteggere lo stomaco da lesioni oppure a evitare una diminuzione dell'effetto o l'inattivazione del principio attivo da parte dei succhi gastrici», osserva Landi. «La triturazione e la somministrazione di questi farmaci modificati per via orale può diminuirne i benefici o aumentare il rischio di effetti avversi gastrointestinali; se non si riescono a prendere le pillole, prima di alterarle è bene chiedere al medico formulazioni alternative che oggi esistono per moltissimi principi attivi».

20 novembre 2022 (modifica il 20 novembre 2022 | 10:14)
© RIPRODUZIONE RISERVATA

Leggi e commenta

- Gastroenterologia
- prof. Silvio Danese
- Occhi
- Calproteina
- Disturbi alimentari
- pucker maculare
- Geriatría
- Intestino e ansia- fame nervosa
- Psichiatria
- Quetiapina e declino cognitivo
- Medicina sportiva
- medonia
- Malattie infettive
- Attività sportiva dopo angioplastica
- Nutrizione
- Possibile contagio hpv?
- Dermatologia
- Carenza di globuli rossi.
- Parkinson
- Hernes bambina 1 anno
- Malattie rare
- Parkinson tramogeno
- Cefalea
- Presunta malattia rara
- Osteoporosi
- Sospetto celiachia
- Dermatologia pediatrica
- Noma osteoporosi
- Malattie renali
- Cardiologia
- Paraprosi tipo c
- Sindrome nefrosica
- Farmaci e gravidanza
- Attività fisica moderata: è davvero
- Uffice?
- Insufficienza gravidanza
- SLA
- Prostate
- Epilessia
- Terapie alternative nella SLA
- Fitoterapia
- Crisi post emorragia
- Tiroide
- fitoterapici demenza
- Ernie addominali
- Yelocanti orni anti tireoglobulina
- Malattie reumatiche
- Dolore al fianco dx
- Neonatalogia
- AR cura con cannabis
- Sportello Cancro - Pancreas, fegato e
- va alla labbra
- Sportello Cancro - Testa, collo e tiroide
- Massimo
- Gioacchino Giuliano
- Tumore pancreas metastasi
- MICROCARCINOMA
- Sportello Cancro - Il melanoma
- MIDOLLARE DELLA TIROIDE
- Sportello Cancro - Radioterapia
- vitamina D e melanoma
- Sportello Cancro - Psiconcologia
- Radioterapia stereotassica
- Sportello Cancro - Oncologia medica
- Dolori schiena paura tumore ossa
- Sportello Cancro - Ginecologia
- TUMORLE VITAMINE GRUPPO B
- Sportello Cancro - Tumori Cerebrali
- (B2 B6 B12)
- Sportello Cancro - Tumori addominali
- Astrocitoma pilocitico
- Sportello Cancro - Tumori infantili e
- tumori rari
- Sportello Cancro - La prostata
- belle
- Massimo
- diagnostica Dmp - La senologia
- Terapia post Prostatectomia
- Sportello Cancro - Il polmone
- Espansore mammario
- Ortopedia
- Paura di avere un tumore ai
- Neurochirurgia
- Polmoni
- Neuropsichiatria dell' #039;infanzia e
- dell' #039;adolescenza
- diati di testa e dolori alla zona
- diotrazione medicamente assistita
- oculare cronici
- Spasmi muscolari
- Immunologia clinica
- Covid e pma
- Angiologia e chirurgia vascolare
- Artrite psoriasica in fase attiva
- Pediatria
- CRISPOSTO AD ALTRO POST
- Sono bambini
- BIENICO PESCE
- Cardiologia pediatrica
- Pianti mentre dorme
- Terapia del dolore
- Insufficienza tricuspide lieve
- Vista bambino
- Neuralgia post erpedica
- Ortopedia pediatrica
- Istruzione vie lacrimali
- Allergologia

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

069720