

# **Studio ANACNA sulle interazioni farmacologiche in relazione alle attività dei servizi del traffico aereo**



**Sommario**

<b>Introduzione</b>	<b>3</b>
<b>Studio</b>	<b>3</b>
<b>Conclusioni</b>	<b>11</b>
<b>Disclaimer</b>	<b>12</b>
<b>Suggerimenti</b>	<b>12</b>

## Introduzione

È capitato ad ogni CTA di trovarsi di fronte alla necessità di assumere un farmaco per qualche problema di salute. Talvolta certi disturbi non sembrano essere così invalidanti da compromettere le nostre capacità psico-fisiche al punto da doverci assentare dal lavoro; è molto probabile, però, che in quel momento ci si sia posti la domanda: "Posso comunque assumere questo farmaco e recarmi al lavoro?"

## Studio

Il regolamento UE 340/2105 del 20 Febbraio 2015, in conformità al Reg. CE n. 216/2008 del Parlamento Europeo e del Consiglio, ha determinato al punto ATCO.MED.A.20 relativo alla diminuzione dell'idoneità fisica che:

"I titolari di licenza non possono esercitare mai le attribuzioni della stessa quando:

[..] (2) assumono o utilizzano un farmaco, prescritto o non prescritto, che può interferire con l'esercizio sicuro delle attribuzioni della licenza [...]".

Basarsi esclusivamente su quanto viene riportato in questo articolo del Reg. 340/2015 è decisamente complesso: comunemente un CTA non ha le conoscenze adeguate per determinare quali effetti possono avere i farmaci sul proprio organismo. Ma allora come è possibile auto-regolarsi per evitare comportamenti in contrasto con la normativa o, peggio ancora, limitarsi in modo eccessivo a discapito della propria salute fisica?

Al fine di agevolare la comprensione e la messa in pratica di quanto prescritto nel Reg. 340/2015, nell'annesso IV della Decisione del Direttore Esecutivo di EASA n. 2015/010/R del 13 Marzo 2015 sono state date delle linee guida per i CTA relativamente all'uso dei farmaci; queste informazioni sono disponibili sul sito EASA esclusivamente in lingua inglese.

Nella parte iniziale del documento EASA si sottolineano due aspetti diversi che possono degradare la qualità e la sicurezza dell'attività di un CTA:

1. **Ogni** medicinale, anche se venduto senza prescrizione medica, può causare effetti collaterali, alcuni dei quali potrebbero incidere sull'attività di Controllo del Traffico Aereo;
2. I sintomi di raffreddore, mal di gola, diarrea o altri dolori addominali, possono causare al malato un lieve, o nessun, problema mentre non si svolge l'attività di CTA, ma potrebbero invece distrarre il Controllore e peggiorarne le performance durante lo svolgimento della sua mansione.

EASA suggerisce pertanto una terna di domande a cui rispondere prima di assumere un medicinale e recarsi al lavoro. Per poter procedere all'assunzione del farmaco richiesto è necessario che la risposta a tutte 3 le domande sia positiva.

Le domande sono le seguenti:

## **1. Mi sento in grado di controllare il traffico?**

Molte volte non è tanto il farmaco ad incidere sulla capacità personali, ma piuttosto i sintomi stessi della malattia. Una forte emicrania che abbia impatto anche sulle capacità visive è già per sé un motivo valido per sospendere la propria attività. Se invece si tratta di una malattia contagiosa, come ad esempio un raffreddore, anche se i sintomi non sono così fastidiosi per la persona malata, questa potrebbe contagiare i colleghi di lavoro che condividono con lui la sala operativa per parecchie ore.

## **2. Ho davvero bisogno di assumere il farmaco?**

I medicinali vanno sempre assunti con cautela e se realmente necessari: è importante sfruttarne i benefici riducendo al minimo i rischi causati dall'assunzione. Bisogna ricordare che anche i farmaci da banco, vendibili senza prescrizione medica, per quanto si usino per la cura di disturbi lievi e di breve durata rimangono pur sempre sostanze che possono avere effetti collaterali, anche gravi. Per questo motivo è importante che l'automedicazione sia comunque effettuata seguendo i consigli degli esperti. In caso di dubbio sarebbe sempre opportuno chiedere il parere ad un Esaminatore Medico Aeronautico (AME), ad un centro di medicina aeronautica o anche al medico del lavoro con competenza in ambito aeronautico.

## **3. Ho già assunto il farmaco per un periodo di prova mentre non esercitavo le mie mansioni di CTA, in modo da essere sicuro che non abbia effetti avversi sulla capacità di svolgere il mio lavoro?**

Gli effetti collaterali dei farmaci non sono sempre gli stessi e si manifestano in modo diverso in persone diverse. Non è sempre possibile spiegare e prevedere quali effetti collaterali può avere un farmaco su una persona, escludendo ovviamente i casi in cui si è già a conoscenza di una allergia verso il principio attivo dello stesso. Per questi motivi sarebbe una buona abitudine assumere, se clinicamente possibile, farmaci che si siano già utilizzati in passato e per i quali si sia certi dell'assenza di effetti collaterali; è meglio non utilizzare farmaci nuovi in caso di patologie dove si abbiano a disposizione farmaci già assunti in passato, in particolar modo se questi nuovi prodotti non portano un significativo aumento dei benefici. Diversamente, nel caso di assunzione di un nuovo farmaco mai usato prima, è preferibile iniziarne l'utilizzo durante i giorni liberi oppure quando non si sia impiegati in servizio operativo, in modo tale da poterne valutare eventuali effetti avversi prima di rientrare in servizio.

L'associazione portoghese APCTA (Associação Portuguesa dos Controladores de Tráfego Aéreo) in collaborazione con il Centro di Medicina Aeronautica UCS

(Unidade de Cuidados de Saúde - Grupo TAP) ha elaborato una iniziativa denominata "CTA TAKE CARE" approvata anche da ANAC (Autorità per l'Aviazione Civile portoghese).

Questa attività prevede la distribuzione di alcune linee guida ispirate dalla ED Decision 2015/010/R di EASA e l'istituzione di alcuni canali di contatto ai quali rivolgersi in caso di dubbi relativi all'assunzione di farmaci; è possibile contattare **gratuitamente** dei medici specializzati che possono guidare il CTA nell'affrontare al meglio la malattia in relazione all'attività lavorativa.

All'interno del documento elaborato nel progetto "CTA TAKE CARE" è possibile trovare una interessante e utile lista di 12 importanti suggerimenti per un utilizzo operativamente sicuro dei medicinali:

1. Non assumere il farmaco usato dal tuo collega o da un conoscente solo perché a lui ha fatto bene e non gli ha dato problemi. L'efficacia e la suscettibilità agli effetti collaterali dei farmaci è "personale e intrasmissibile".
2. Anche se in passato ti sei trovato bene con un farmaco, possono esistere fattori che alterano il suo effetto nel presente. Ad esempio, le interazioni tra due medicinali che stai assumendo in contemporanea o addirittura certi alimenti o prodotti naturali. In caso di dubbio, consulta il tuo medico.
3. Se sei in ferie o nel tuo giorno libero e necessiti di assumere un medicinale, pensa sempre che il suo effetto si potrebbe prolungare fino al tuo rientro al lavoro. Chiedi conferma al medico che ti sta assistendo.
4. Un effetto collaterale del medicinale potrebbe costituire un problema per la sicurezza operativa essenzialmente se causa SPPPQ:  
**Sonnolenza** o, al contrario, agitazione/ansia;  
**Perturbazione** del ragionamento, concentrazione o della capacità di decisione;  
**Perturbazione** della vista, dell'udito o della parola;  
**Perturbazione** motoria, di coordinamento o equilibrio;  
**Qualunque** sintomo che sia così fastidioso da impedirti la concentrazione.
5. Tutti i principi di sicurezza si applicano anche a tutti i farmaci di libera vendita, ovvero, quelli che possono essere acquistati senza ricetta medica, nelle farmacie, nelle parafarmacie o nei supermercati.
6. Il foglietto informativo del medicinale ("bugiardino") che trovi all'interno della confezione è molto utile; ancora di più se si tratta di un medicinale acquistato senza una prescrizione medica. Nel foglietto informativo noterai che esistono, tra gli altri, due capitoli:

*Cosa è necessario sapere prima di assumere [...]  
Guida dei veicoli e utilizzo di macchinari*

Se un medicinale può incidere significativamente sull'utilizzo di macchinari o sulla guida di veicoli, allora probabilmente non sarà sicuro nel contesto operativo di un Controllore del Traffico Aereo.

### Possibili effetti collaterali

Questa lista è solitamente estesa e non sempre molto chiara per l'utilizzatore.

Sono particolarmente rilevanti gli effetti frequenti o molto frequenti (vale a dire con un'incidenza uguale o superiore all'1%) che possano causare SPPPQ.

- 7.** Il fatto che un **prodotto** sia "**naturale**" non significa che non possa causare effetti collaterali. Ad esempio molte piante utili per favorire il sonno e diminuire l'ansia possono causare sonnolenza e altri effetti avversi; i funghi sono "naturali" ma alcuni possono causare epatite fulminante; il propoli, comunemente utilizzato per il raffreddore, può anche causare reazioni allergiche. Relativamente ai prodotti chiamati "naturali" usa le stesse attenzioni e precauzioni che usi con gli altri medicinali.
- 8.** Il tuo medico curante è colui che meglio ti conosce e si trova nella migliore posizione per aiutarti a gestire la tua salute. Nel frattempo, è normale che il tuo medico di base non sia un medico aeronautico e, come tale, non è formato riguardo le specificità dell'attività di CTA e dei suoi regolamenti. Se necessario, non esitare a mettere in contatto il tuo medico di base con un medico del centro aeronautico.
- 9.** Se il tuo medico di base andrà a prescriverti un medicinale cronico (es. per l'ipertensione) per la prima volta, consulta anche un medico aeronautico e inizia la terapia quando non ti trovi in servizio.
- 10.** Se stai per assumere un medicinale in combinazione con altri medicinali, o prodotti "naturali", per la prima volta, inizia l'assunzione quando non sei in servizio.
- 11.** Allo stesso modo, se necessiti di modificare la dose di un medicinale cronico che già assumi abitualmente in modo sicuro fallo quando non sei in servizio.
- 12.** Le terapie e le medicine alternative o complementari (es: agopuntura, ipnoterapia, omeopatia) sono al giorno d'oggi di comune utilizzo. Applica a queste gli stessi principi: segui le tre domande e i 12 suggerimenti.

Fino a questo punto sono stati presentati dei suggerimenti generici riguardanti l'assunzione dei medicinali. Ora analizzeremo in modo specifico le maggiori categorie di farmaci, valutando per ciascuna la compatibilità con lo svolgimento delle funzioni di Controllore del Traffico Aereo, così come stabilito da EASA e approfondito dai colleghi portoghesi.

Prendendo quindi spunto dal materiale di EASA ed integrandolo, nei documenti del programma portoghese CTA TAKE CARE è stata elaborata una lista abbastanza completa di linee guida per l'assunzione di varie categorie di medicinali.

È importante sottolineare che prima di procedere con l'inizio di una terapia farmacologica bisogna sempre ricordarsi di rispondere alle 3 domande riportate nel precedente articolo e tenere sempre in considerazione i 12 suggerimenti proposti.

Di seguito viene riportata la lista dei farmaci, raggruppati per categoria (evidenziata in grassetto). Se non si è certi della categoria in cui si trova il farmaco che ci si accinge ad assumere si può verificare attraverso il sito: [www.prontuariofarmaceutico.it](http://www.prontuariofarmaceutico.it), ricercando il farmaco tramite il suo principio attivo. Il principio attivo è possibile verificarlo all'interno del bugiardino contenuto nella confezione. Una volta trovata la categoria del farmaco è possibile cercarlo nella lista sottostante; nel caso in cui questo non sia presente probabilmente si tratta di un medicinale per patologie meno comuni e pertanto è meglio consultare un medico.

### **Anestetico**

Il tempo di attesa tra una anestesia e il ritorno alla funzione di CTA dipende molto dal motivo per il quale è stata necessaria l'anestesia e da fattori individuali. Pertanto ogni caso sarà a sé stante ma, a priori, devono trascorrere almeno 12 ore dopo una anestesia locale (es: intervento odontoiatrico, piccola chirurgia della pelle) e almeno 48 ore dopo una anestesia generale o spinale (rachidea, epidurale).

### **Ansia e depressione, medicinali per (ansiolitici, sedativi, ipnotici e antidepressivi)**

Questi medicinali sono a priori incompatibili con l'esercizio della funzione di CTA tanto quanto la condizione che trattano (ansia e/o depressione). È fondamentale che l'ansia e/o la depressione siano trattate per poter esercitare la funzione di CTA in modo sicuro ed efficace. Per la depressione, i medicinali più usati e meglio studiati sono gli SSRI (inibitori selettivi della ricaptazione della serotonina). Tuttavia sia gli effetti terapeutici che quelli collaterali variano sensibilmente in questa classe terapeutica, pertanto non devono essere utilizzati senza la supervisione di un medico specialista. Sono da evitare quelli che hanno un profilo più sedativo e, in tutti i casi, è necessario un periodo iniziale di interruzione dell'esercizio delle funzioni di CTA. Quando la situazione risulta controllata e stabile, e in determinate condizioni, è possibile per il Controllore del Traffico Aereo rientrare in servizio anche durante l'assunzione del medicinale. La situazione deve essere sempre preventivamente valutata dal medico esaminatore aeronautico, insieme all'autorità certificatrice, che aiuteranno a trovare la migliore soluzione in ogni momento.

## **Antibiotici**

Gli antibiotici possono avere effetti collaterali a breve termine ma anche ritardati, che possono incidere sulle prestazioni di un controllore del traffico aereo. In ogni caso, se si necessita di un antibiotico è perché è in corso un'infezione e gli effetti stessi di questa infezione potrebbero inficiare sulla prestazione lavorativa: è consigliabile rispondere alle 3 domande dell'EASA.

## **Antistaminici**

Sono utilizzati frequentemente in patologie allergiche e riniti. Sono medicinali disponibili in compressa o come gocce o spray nasali. Talvolta le condizioni fisiche dovute ad una allergia sono esse stesse sufficienti a precludere lo svolgimento in sicurezza dell'attività lavorativa. Nel caso in cui l'utilizzo di antistaminici sia inevitabile e anche se le risposte alle 3 domande siano positive, dovrebbero essere utilizzati solo gli antistaminici non sedativi, ossia quelli che non danno sonnolenza (es: desloratadina, ebastina, levocetirizina). La propria esperienza passata e una prova durante i giorni liberi sono essenziali.

## **Asma, medicinali per**

Questi medicinali costituiscono il gruppo degli antiasmatici e broncodilatatori. In generale sono compatibili con l'esercizio delle funzioni ATC, purché l'asma sia controllato e stabile. Altri, come la teofillina o i corticosteroidi in compressa o iniettabili, sono in linea di principio incompatibili. In tutti i casi la situazione deve essere sempre preventivamente valutata dal medico esaminatore aeronautico.

## **Diarrea, medicinale per**

Gli antidiarroici possono essere generalmente assunti. Tuttavia una sostanza, la loperamide, può provocare sonnolenza in alcune persone. La prima volta che viene assunta non si devono esercitare le funzioni ATC. In ogni caso, la diarrea può spesso rendere inabili allo svolgimento delle funzioni ATC.

## **Dolori e infiammazioni, medicinali per (analgesici e antinfiammatori)**

Il paracetamolo (anche conosciuto come acetaminofene) e gli antinfiammatori non steroidei (FANS) comunemente utilizzati per dolori di testa, dolori muscolari/articolari e per la febbre, possono in generale essere assunti. Gli analgesici stupefacenti, come gli oppiacei (buprenorfina, codeina, morfina, oxicodone) o come il tramadol, utilizzati in situazioni più gravi, sono incompatibili con l'esercizio delle funzioni ATC. L'emicrania non è compatibile con la professione di CTA. Ma attenzione: il termine "emicrania" è molte volte confuso con una cefalea acuta; l'emicrania deve essere diagnosticata da un medico specialista. In tutti i casi è comunque importante poter rispondere positivamente alle 3 domande.

## **Dormire, medicinali per (ansiolitici, sedativi e ipnotici)**

Possono essere eventualmente usati in via eccezionale e tenendo conto della durata della loro azione. In generale sono preferibili gli ipnotici di breve



durata di azione e rapida eliminazione (emivita corta). Gli ipnotici di breve emivita consentono normalmente un dolce risveglio e senza sonnolenza, non interferendo con la performance professionale. I più indicati, per le ragioni riportate, sono lo zolpidem o il temazepam. Entrambi sono efficaci nel controllo dell'insonnia e, poiché hanno un'emivita di breve durata, permettono un rapido ritorno alla performance cognitiva e psicomotoria compatibile con le esigenze del lavoro di CTA. In ogni caso, bisogna sempre parlare preventivamente con un medico aeronautico per assicurarsi che non creino dipendenza, e che non si vada a lavorare ancora sotto gli effetti del medicinale.

### **Mal di mare, nausea e vomito, medicinali per**

Questi medicinali fanno parte di un gruppo definito come antiemetico e antivertiginoso. Tipicamente danno sonnolenza e sono incompatibili con l'esercizio in sicurezza della professione di CTA.

### **Erezione/impotenza, medicinali usati per la disfunzione**

In generale ben tollerati, possono tuttavia dare vertigini a causa di cali di pressione e, in casi molto rari, alterazioni nella percezione dei colori. L'EASA raccomanda i seguenti intervalli tra l'assunzione del medicinale e l'attività di CTA:

sildenafil - 6 ore; tadalafil e vardenafil - 36 ore. Nel caso di utilizzo di medicinali di applicazione topica (locale), come l'alprostadilo, sarà anche prudente lasciare un intervallo di sicurezza di circa 6 ore.

### **Stimolanti per aiutare a mantenersi svegli**

Stimolanti come anfetamine e derivati non devono mai essere utilizzati. Già la semplice caffeina può essere molto utile per mantenere la vigilanza, soprattutto durante il lavoro notturno; è dunque già per suo conto un rimedio pratico contro la fatica e la sonnolenza. Tuttavia, come sempre, serve moderazione e la caffeina non deve essere sistematicamente usata in sostituzione di un sonno e un riposo adeguati. Un eccesso di caffeina (più di 3 caffè forti nelle 24h o l'equivalente in bibite con caffeina/teina/taurina) possono produrre sintomi disabilitanti come palpitazioni, dolori alla testa, mal di stomaco, ansia, irritabilità. Esiste, tuttavia, una grande variabilità da individuo a individuo, dipendenti dalla propria suscettibilità personale e dal personale grado di assuefazione alla caffeina; per questi motivi alcune persone tollerano più caffè e altri non lo tollerano per niente. In generale, devono essere evitate bibite con caffeina tra le 4 e le 6 ore prima di coricarsi per evitare un sonno disturbato. Chi beve abitualmente caffè, non deve smettere improvvisamente di assumerlo, per non correre il rischio di subire effetti da astinenza dopo 12-16 ore di privazione della caffeina.

### **Stomaco e reflusso esofageo, medicinali per**

In generale gli antiacidi e antiulcera possono essere assunti. Gli inibitori di secrezioni gastriche come gli antagonisti H2 (es: ranitidina, cimetidina) o gli inibitori della pompa protonica (es: omeprazolo) potrebbero essere accettati

dopo una diagnosi di una condizione patologica. È importante cercare una diagnosi medica e non solo trattare i sintomi dispeptici.

### **Ipertensione, medicinali per**

Gli anti-ipertensivi sono per la maggior parte compatibili con l'esercizio della professione di CTA. Tuttavia, quando si inizia una terapia con questi medicinali per la prima volta, o quando se ne varia la dose, è opportuno consultare il medico aeronautico. Normalmente, in queste circostanze, è necessario un monitoraggio di alcuni giorni prima di riprendere l'attività.

### **Ormoni sessuali, medicinali contenenti**

Utilizzati come contraccettivi o in menopausa, generalmente possono essere assunti.

### **Jet lag, medicinali per**

Se si tratta di medicinali per dormire - cfr. **Dormire, medicinali per**.

Se si tratta di sostanze per aiutare a restare svegli - cfr. **Stimolanti per aiutare a stare svegli**.

La **melatonina** è un ormone coinvolto nella regolazione del ritmo circadiano. In molti paesi per l'acquisto di melatonina è necessaria una prescrizione medica, mentre in altri è considerata un integratore alimentare e come tale non necessita di prescrizione. I risultati riguardo l'efficacia della melatonina nel trattamento del jet lag o dei disturbi del sonno sono contraddittori; il suo utilizzo, però, può provocare sonnolenza e altri effetti collaterali incompatibili con l'attività ATC. È importante consultare preventivamente il medico aeronautico.

### **Malaria, medicinali anti-**

I seguenti antimalarici sono compatibili con le funzioni operative: atovaquone + proguanile, doxiciclina, cloroquina. Effetti collaterali associati, invece, alla meflochina includono insonnia, incubi, cambiamenti di umore, nausea, diarrea e mal di testa. In aggiunta, la meflochina può causare disorientamento spaziale e carenza di coordinazione; per tutti i precedenti motivi la meflochina non è compatibile con il sicuro esercizio della professione.

Va tenuto inoltre in considerazione che la profilassi (prevenzione) malarica (anche chiamata paludismo) deve protrarsi per un certo lasso di tempo, anche successivo al rientro a casa e al lavoro.

### **Nasali, decongestionanti/corticoidi/corticosteroidi**

In generale possono essere assunti. I corticosteroidi nasali sono frequentemente usati nel trattamento delle riniti.

### **Tabagismo, medicinali per il**

La Nicotina sostitutiva (ex: pastiglie, cerotti) può generalmente essere assunta dietro supervisione medica. Altri farmaci che hanno una azione sul sistema nervoso centrale (es: bupropiom, vareniclina) sono incompatibili con l'attività ATC.

### **Tosse, medicinali per la**

I medicinali antitosse che contengono sostanze come la codeina, o dextrometorfano o la pseudoefedrina, non sono compatibili con l'attività ATC. I mucolitici o espettoranti, come acetilcistina, ambroxol, bromexina, carbocisteina, possono generalmente essere assunti.

### **Vaccini**

In generale, sarebbe prudente aspettare circa un'ora prima di riprendere le funzioni ATC, nel caso in cui questo dovesse dare una reazione allergica importante (caso molto raro).

### **Conclusioni**

Grazie alle linee guida di EASA e al lavoro di approfondimento dei colleghi portoghesi è ora possibile orientarsi in modo migliore all'interno dell'ambito medico, sconosciuto o quasi per la maggior parte dei CTA ma allo stesso tempo così strettamente legato alla nostra professione.

## Suggerimenti

Si auspica per il futuro una pubblicazione ufficiale da parte di ENAC di una lista dei medicinali compatibili, e non, con la nostra professione. Guardando ancora più in grande, sarebbe molto utile avere anche qui in Italia una lista di contatti ufficiali dove poter reperire un medico esperto che possa sciogliere ogni nostro dubbio.

Infine, considerando che ogni CTA è fonte di preziose conoscenze ed esperienze, sarebbe stimolante ed utile non dover costringere il collega che assume un farmaco incompatibile ad assentarsi totalmente dal lavoro per malattia; se le condizioni di salute della persona lo consentono, si potrebbe dare al CTA la possibilità di mettersi temporaneamente a disposizione degli uffici per collaborare nelle attività di formazione e aggiornamento contribuendo così al miglioramento dell'impianto stesso.

Probabilmente la strada in questa direzione è ancora lunga, ma non bisogna mai stancarsi di camminare.

## Disclaimer

**Le indicazioni date sono a carattere informativo e per ogni approfondimento è necessario contattare il medico curante o il medico aeronautico**

## Riferimenti

Regolamento (UE) 2015/340 della Commissione - <http://eur-lex.europa.eu>

EASA - ED Decision 2015/010/R - Annex IV - <https://www.easa.europa.eu/>

CTA TAKE CARE - <https://sincta.pt/cta-take-care/>

ANACNA (Associazione Nazionale degli Assistenti e Controllori della Navigazione Aerea) è l'unico organismo tecnico-professionale del controllo del traffico aereo in Italia che non riveste alcun carattere politico, sindacale o di lucro. Al suo interno raccoglie un migliaio di professionisti, civili e militari, controllori ed assistenti al traffico aereo nazionale.

ANACNA collabora con tutti gli organismi e le realtà operanti nell'ambito dell'assistenza al volo, proponendosi come scopi principali:

La sicurezza e l'efficienza della navigazione aerea;

Lo sviluppo dei mezzi e delle procedure per un sicuro, economico e spedito Controllo del Traffico Aereo, in campo nazionale e internazionale;

L'aggiornamento tecnico-professionale di tutti gli Assistenti e Controllori del Traffico Aereo.