



AVVISO

Ordine

1. Ordine: Tampone gratuito
2. ECM: autoformazione
3. Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti di Napoli

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. Come mai battiamo spesso le PALPEBRE?
5. L' intelligenza Artificiale per le Protesi di Ginocchio.



Prevenzione e Salute

6. I sintomi della premenopausa
7. Cistite, 6 modi per prevenirla.

GUACCI.

LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.



www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

Compagno, tu fatiche e io magno!

Come mai battiamo spesso le PALPEBRE?

Gli occhi sono costituiti da tessuti molto delicati, con un'alta percentuale di acqua. Quindi c'è la necessità di mantenerli costantemente umidi, per evitare che si inaridiscano e si danneggino....

Gli occhi sono costituiti da tessuti molto delicati, con un'alta percentuale di acqua. Quindi c'è la necessità di mantenerli costantemente umidi, per evitare che si inaridiscano e si danneggino.

Per questo motivo le **ghiandole lacrimali secernono di continuo un liquido**, cioè le lacrime, che mantiene l'occhio lubrificato.

Questo liquido ha anche un alto potere disinfettante e difende l'occhio dall'attacco dei germi.

Le palpebre, che sono attivate da

muscoli in grado di contrarsi indipendentemente dalla nostra volontà, hanno

- *la funzione di distribuire in modo uniforme le lacrime sul bulbo oculare.*

Ma il loro battito - in media ogni dieci secondi - ha anche un altro scopo:

- **proteggere gli occhi dalla polvere e dalle impurità.**

Infatti, se qualche corpo estraneo si attacca all'occhio, quasi sempre riusciamo a liberarcene proprio sbattendo le palpebre ripetutamente.

(Salute, Focus)



SCIENZA E SALUTE

L'intelligenza Artificiale per le Protesi di Ginocchio

In Humanitas Mater Domini la robotica affianca gli specialisti in tutte le fasi del percorso di cura, dall'analisi pre-operatoria alla riabilitazione.

L'obiettivo è quello di rendere **l'intervento ancora più personalizzato**, con ricostruzioni tridimensionali sulla base dell'anatomia del paziente, e garantire un recupero più veloce.

Questo percorso innovativo e **unico in Lombardia** è frutto del **lavoro sinergico tra medici, Robotica e Intelligenza Artificiale** ed è studiato per **rispondere in modo sempre più personalizzato alle esigenze del paziente** e garantire un **recupero più rapido ed efficiente**.

Nella valutazione clinica, gli specialisti sono supportati dall'**Intelligenza Artificiale** del robot Hunova per stimare in maniera sempre più precisa la funzionalità dell'articolazione; nella pianificazione preoperatoria e nell'intervento, infatti, il chirurgo ortopedico è affiancato dalla **precisione millimetrica del Robot Navio**, e nella riabilitazione il supporto del robot Hunova affianca il fisioterapista nella definizione di **un percorso su misura per il paziente**.



Robot Navio: pianificazione preoperatoria e intervento chirurgico

Navio è il robot che affianca il chirurgo ortopedico durante l'intervento di protesi di ginocchio, totale o parziale. La sua tecnologia permette infatti di lavorare alla pianificazione preoperatoria con il supporto di sensori e strumenti chirurgici collegati a software 3D per un'**analisi dettagliata del movimento del ginocchio** e per la **ricostruzione tridimensionale dell'anatomia delle superfici articolari**, come tibia e femore. **L'intervento risulta così estremamente personalizzato** e miniminvasivo.

Nella **fase operatoria** l'analisi scientifica dei dati anatomici, di movimento e di stabilità dell'articolazione potenzia la precisione del chirurgo nel posizionamento della protesi.

«Il robot non sostituisce il chirurgo, ma lo assiste negli interventi di protesi. È sempre l'esperienza dello specialista a guidare la macchina che, dotata di *“braccio robotico”*, potenzia ai massimi livelli l'accuratezza e la precisione del chirurgo anche nei tagli femorali e tibiali. Un ulteriore passo avanti nell'evoluzione della chirurgia in termini di minore invasività e impatto sulla qualità di vita, ma anche in termini di personalizzazione di ogni intervento partendo dall'anatomia del singolo paziente».

Il risultato di questa operazione si traduce in un **più rapido recupero postoperatorio**: dopo poche ore dall'intervento il paziente è tranquillamente in grado di muovere il ginocchio e, dal giorno seguente, camminare; **la degenza è più breve (5 giorni circa)** e **l'uso delle stampelle è limitato a sole 2 settimane**.

Robot Hunova, dalla valutazione funzionale alla riabilitazione

Il percorso di cura per i pazienti che necessitano dell'impianto di protesi, però, inizia e termina con il supporto di **Hunova**, il robot di ultima generazione che affianca il fisioterapista nella valutazione funzionale del ginocchio, per una diagnosi sempre più approfondita, e al termine del percorso, per sedute fisioterapiche estremamente personalizzate

Integrando **meccatronica, elettronica ed Intelligenza Artificiale**, il robot analizza scientificamente il paziente, **misurando ben 130 parametri biomeccanici** riguardanti velocità, forza e precisione del movimento e **acquisendo 19mila dati inerenti alla qualità motoria**.

«Sulla base dei dati estrapolati, il fisioterapista può eseguire una stima molto precisa dei parametri riguardanti la qualità del movimento del paziente, così da definire più approfonditamente l'entità del danno all'articolazione, nella fase di diagnosi, e percorsi riabilitativi sempre più personalizzati».

(Salute, Humanitas)

PREVENZIONE E SALUTE

I SINTOMI DELLA PREMENOPAUSA

Verso i 40-45 anni inizia nelle donne il fisiologico periodo comunemente chiamato premenopausa (più precisamente perimenopausa), che può essere caratterizzato da sintomi e segnali anche 5-10 anni prima della menopausa.

Non tutte se ne accorgono allo stesso modo: a seconda dello stato di salute fisico e mentale in cui la donna arriva alla premenopausa, si influenzerà anche il modo in cui la donna vivrà la menopausa.

Saper riconoscere i sintomi e i segnali della premenopausa è molto importante, quindi, per affrontare la menopausa con serenità, energia e vitalità e per sapere quando rivolgersi al proprio medico per un consiglio.



Alterazioni del ciclo mestruale

Cicli mestruali irregolari come frequenza e intensità, con ritardi significativi (*oligomenorrea*) o mestruazioni ravvicinate (*ogni 20-25 giorni*) possono avvenire anche 5-10 anni prima della menopausa:

- si tratta dei primi segnali del fisiologico calo della produzione di ormoni femminili e della graduale diminuzione della funzionalità delle ovaie.

Cicli mestruali irregolari, fino ad arrivare **all'assenza del ciclo (amenorrea)**, interessano la maggior parte delle donne prima della menopausa perché i livelli degli estrogeni sono irregolari e oscillanti, mentre il progesterone tende a ridursi.

In presenza di alterazioni del ciclo mestruale è opportuno rivolgersi al proprio ginecologo di fiducia per escludere altre problematiche.

Stanchezza, dolori muscolari e calo di energia

Secondo alcuni studi uno stile di vita sano ha un impatto positivo nella vita della donna in questo periodo, mentre il fumo di sigaretta può influire negativamente sui sintomi secondari della premenopausa.

In questo periodo **stanchezza, dolori muscolari e calo di energia** possono essere frequenti a causa della graduale carenza di estrogeni e di progesterone che possono essere collegati a una riduzione della massa muscolare. Una regolare attività fisica aiuta ad affrontare stanchezza e calo di energia.

Mal di testa, difficoltà di concentrazione e di memoria

La graduale carenza di estrogeni e di progesterone sembra sia associata anche ai

sintomi neurologici della premenopausa:

- *grande stanchezza,*
- *maggior difficoltà di attenzione e memoria,*
- *una sensazione di confusione mentale,*
- *frequenti mal di testa.*

In particolare, la drastica riduzione dei livelli di progesterone influenza i centri cerebrali adibiti alla memoria.

Dato che in questa fase della vita la donna è in genere ancora impegnata con il lavoro e la famiglia, chiedere consiglio al proprio medico può aiutare a recuperare la concentrazione necessaria.

Sonno irregolare e sbalzi d'umore

Sbalzi d'umore e sonno

irregolare non colpiscono tutte le donne, ma sono condizionati anche dal loro stile di vita; una carenza di progesterone, l'ormone che lavora in sinergia con il neurotrasmettitore del buonumore, la **serotonina**, può favorire una maggiore sensibilità allo stress, malumore e irregolarità nel ritmo

del sonno-veglia.

Il **sonno irregolare o l'insonnia** che si protraggono nel tempo, in particolare, possono diventare un problema, che è bene sottoporre al proprio medico.

Calo del desiderio sessuale

Il **desiderio sessuale** può subire alterazioni, soprattutto particolarmente esposte a stress.

Ancora una volta, **parlarne con il ginecologo** può aiutare a capire la natura del problema.

Problemi urogenitali

In alcune donne possono manifestarsi **cambiamenti a livello genito-urinario**, con **secchezza vaginale** (*dispareunia*, che può rendere doloroso il rapporto sessuale) o **maggiore frequenza di cistiti**.

Meglio non sottovalutare queste situazioni e parlarne con il ginecologo, così da poter recuperare anche una serena vita sessuale.

Perdita di tono della pelle e capelli sottili

Alcune donne vanno incontro a una **perdita di tono e cedimenti della pelle del volto, del collo e delle braccia** per via del fisiologico assottigliamento del tessuto cutaneo e degli strati profondi del derma.

La pelle può diventare secca e spenta e i **capelli possono iniziare a diventare più sottili, fragili e diradarsi** leggermente.

Queste problematiche si possono ridurre mantenendo uno stile di vita sano, evitando o limitando alcol e fumo.

Aumento di peso

Con l'avanzare dell'età un **graduale rallentamento del metabolismo è fisiologico** e in concomitanza alla riduzione degli estrogeni alcune donne possono prendere peso.

Fare una regolare attività fisica, mantenere una sana alimentazione e tenere sotto controllo il proprio peso corporeo sono abitudini che possono aiutare a non aumentare di peso in menopausa.

In particolare, se ci si accorge di una variazione di peso non associata a cambiamenti nella dieta, rivolgersi a un nutrizionista può essere utile, anche per prevenire **diabete e sindrome metabolica**, spesso associata al sovrappeso.

(Salute, Humanitas)

La menopausa

CHE COS'È

La menopausa è il momento in cui **cessa l'attività delle ovaie** e, di conseguenza, **diminuisce drasticamente la produzione di ormoni estrogeni**. Cessano le mestruazioni e **la donna non è più fertile**



I SINTOMI

La caduta degli estrogeni comporta una serie di ripercussioni sull'organismo e si possono presentare i **seguenti disturbi**:



→ Vampate di calore

→ Irritabilità

→ Sudorazioni

→ Astenia

→ Palpitazioni

→ Depressione

→ Ansia

→ Insonnia

Rischio **osteoporosi** e **malattie cardiovascolari**

A CHE ETÀ

Mediamente le donne italiane vanno in menopausa **a 52 anni**. L'intervallo di normalità è **tra i 45 e i 53 anni**. Si parla di **menopausa precoce** quando insorge **prima dei 40 anni** e di **menopausa tardiva** dopo i **53**



ANSA-CENTIMETRI



PREVENZIONE E SALUTE

CISTITE, 6 MODI PER PREVENIRLA

Perché arriva, come si manifesta e soprattutto come si evita la più fastidiosa delle infiammazioni delle vie urinarie

Cistite Prevenzione: Il 30% delle donne tra i 20 e i 40 anni soffre almeno una volta nella vita di cistite acuta.

I disturbi sono praticamente uguali per tutte.

Un senso di pesantezza e di fastidio nella parte bassa della pancia, bruciori molto forti e dolore quando si fa pipì, a volte accompagnati persino da qualche goccia di sangue. Il tutto è peggiorato dal fatto che lo stimolo ad andare in bagno è improvviso e frequente, anche ogni cinque minuti.

A scatenare la crisi è un'infezione della vescica da parte di batteri che fanno parte della flora intestinale: questi batteri vivono normalmente nell'intestino senza dare problemi.

Ma per vari motivi possono entrare nell'uretra, cioè nel canale che arriva alla vescica, e nella vescica stessa. Per difendersi da questa "invasione" l'organismo inizia a combattere i batteri.

Si instaura così l'infiammazione e cominciano i ben noti sintomi della cistite.

Un disturbo tipicamente femminile: Rispetto agli uomini, nelle donne l'uretra è più corta e la zona genitale, le vie urinarie e l'ultimo tratto dell'intestino sono più vicini tra di loro. Di conseguenza i batteri possono arrivare con più facilità fino alla vescica.

Le cause della cistite

- **I rapporti sessuali** - Spesso i batteri intestinali sono presenti nella zona genitale e durante il rapporto possono risalire lungo le vie urinarie. Meglio quindi fare sempre pipì prima, in modo da tenere la vescica vuota, e subito dopo il rapporto, per eliminare dalla vescica i batteri estranei.
- **La stipsi** - I batteri intestinali si moltiplicano in caso di stitichezza e si diffondono lungo le vie urinarie provocando la cistite. Consumate tutti i giorni verdura, frutta e cereali integrali: contengono fibre, sostanze capaci di regolarizzare l'intestino.
- **Gli assorbenti** - Rappresentano un terreno molto fertile per far proliferare i batteri. E allora, non aspettate mai più di due ore tra un cambio e l'altro.
- **La menopausa** - La mancata produzione di ormoni da parte delle ovaie rende la mucosa della zona genitale decisamente più esposta all'attacco dei batteri. Si può allora ricorrere alla terapia ormonale sostitutiva, che restituisce un equilibrio ormonale. Chiedete informazioni al vostro medico.

Come si previene la cistite

- 1) **Bevi tanta acqua** -Mettete in conto di bere ogni giorno almeno un 1,5 litri di acqua minerale: diluisce molto l'urina e diminuisce il rischio di incorrere in un'infiammazione alle vie urinarie.
- 2) **Non trascurare l'igiene** -È importante detergersi con la carta igienica sempre dal davanti verso il dietro. In questo modo si evita di trasportare i batteri dalla zona anale alla vescica.
- 3) **Vietato trattenersi** -Fate pipì regolarmente ai primi cenni di stimolo. Trattenersi per più ore fa male perché facilita molto le concentrazioni di batteri, che possono scatenare una crisi di cistite.
- 4) **Usa il giusto detergente** - Il vostro detergente intimo deve avere un pH 5,5, cioè identico a quello naturale della pelle. Così si rafforza la mucosa vaginale innalzando una barriera contro i germi.
- 5) **Attenta a cosa mangi** - Preferite una dieta che comprenda formaggi non stagionati, cereali integrali, frutta e verdura fresca di stagione. No invece a cibi speziati, carne e pesce affumicati, cioccolata, bevande alcoliche, caffè e tè perché possono irritare le vie urinarie.
- 6) **Tieni pulite le mani** - Lavate le mani con sapone e acqua tiepida tutte le volte che andate in bagno. Serve a evitare che diventino un veicolo di batteri. (*Salute e Benessere*)



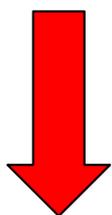
Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



ORDINE: IN RISCOSSIONE LA QUOTA SOCIALE 2021

E' in riscossione la quota sociale 2021 di EURO 155,00 di cui Euro 113,20 per l'Ordine e Euro 41,80 per la FOFI.

Si Comunica che in questi giorni, l'Agente della riscossione dell'Ordine della Provincia di Napoli, **sta recapitando l'avviso di pagamento** relativo la Tassa di iscrizione all'Ordine per l'anno 2021.



Il link per poter scaricare il **MAV** dal **Sito Istituzionale** dell'Ordine sarà attivo da

Sabato 27 Febbraio



QUOTA SOCIALE 2021

Gli iscritti che NON hanno ancora ricevuto l'AVVISO di PAGAMENTO, possono scaricarlo dal sito dell'Ordine inserendo il proprio **CODICE FISCALE.**

Il pagamento sarà possibile effettuarlo entro il **15 Marzo** p.v.

COVID a Napoli, Tamponi Rapidi GRATUITI con il CAMPER dell'Ordine dei FARMACISTI

Al via l'unità mobile dell'**Ordine dei Farmacisti di Napoli** che effettuerà tamponi rapidi per diagnosticare il Covid raggiungendo «i punti più remoti e le persone in difficoltà economica».

un tampone PER TUTTI

L'Ordine ringrazia le aziende **Zentiva** e **AlfaPharma** per aver comunicato spontaneamente la volontà di supportare la Nostra iniziativa di prevenzione e screening nell'area di Napoli.

I dati raccolti dal camper confluiranno sulla **piattaforma Covid Sintonia** e rientreranno quindi nel computo dei casi accertati.

«Dopo l'iniziativa **Un Farmaco per Tutti, Una Visita per Tutti**, l'Ordine dei Farmacisti di Napoli si appresta a realizzare anche **Un Tampone per Tutti**.

L'iniziativa consente di dare un ulteriore contributo al territorio e al sistema sanitario.

Saranno effettuati tamponi rapidi antigenici nel pieno rispetto delle modalità operative riportate nel protocollo d'intesa dice il presidente dell'Ordine dei farmacisti di Napoli, **Vincenzo Santagada**.

❖ **S. Gennaro Vesuviano - 24 Febbraio, 2021**





Calendario *un tampone* PER TUTTI

Ore 8.30-14.30

N.	Data	Località	Indirizzo
----	------	----------	-----------

Mese di GENNAIO

1	<i>Giovedì 7</i>	Caivano	Parco Verde
2	<i>Venerdì 8</i>	Caivano	Parco Verde
3	<i>Sabato 9</i>	Napoli	Sagrato Duomo di Napoli, Via Duomo,
4	<i>Domenica 10</i>	Napoli	Via La Certosa di Parma - Secondigliano
5	<i>Martedì 12</i>	Agerola	Via Principe di Piemonte (incrocio Via Casalone)
6	<i>Mercoledì 13</i>	Napoli	Via Arcangelo Ghisleri, (Zona Scampia - antistante Posta)
7	<i>Giovedì 14</i>	Torre Annunziata	P.zza Giovanni XXIII
8	<i>Venerdì 15</i>	Ottaviano	Area Mercatale – Via del Bono
9	<i>Sabato 16</i>	Torre del Greco	Parrocchia Preziosissimo Sangue - Via Carbolillo, 25
10	<i>Domenica 17</i>	Napoli	Chiesa S. Giuseppe e Madonna di Lourdes–P.zza Capri, 1 - S. Giovanni a Teduccio –Rione Villa
11	<i>Martedì 19</i>	Acerra	Chiesa S. Pietro Apostolo – Via Calabria
12	<i>Mercoledì 20</i>	Napoli	Piazza degli Artisti – Zona Vomero
13	<i>Giovedì 21</i>	Calvizzano	Parrocchia San Giacomo Apostolo, Piazza Umberto I
14	<i>Sabato 23</i>	Marano	Piazzetta JoseMaria Escrivà
15	<i>Domenica 24</i>	Napoli	Basilica Maria S.S. del Carmine Maggiore–P.zza Carmine
16	<i>Mercoledì 27</i>	Casola	Via Roma, 4
17	<i>Giovedì 28</i>	Casoria	Parrocchia S. Giustino de Jacobis-Via Mauro Calvanese 19
18	<i>Sabato 30</i>	Castellammare	P.zza Giovanni XXIII – Sede Comune
19	<i>Domenica 31</i>	S. Anastasia	Piazza IV Novembre

Mese di FEBBRAIO

20	<i>Mercoledì 3</i>	Frattaminore	P.zza S. Maurizio
21	<i>Giovedì 4</i>	Villaricca	Chiesa San Francesco di Assisi – Via San Francesco di Assisi
22	<i>Venerdì 5</i>	Melito	Via Lavinaio, 44 (presso Villa comunale)
23	<i>Sabato 6</i>	Palma Campania	P.zza A. De Martino
24	<i>Domenica 7</i>	Torre del Greco	Parrocchia S. Antonio di Padova – Via Nazionale, 20
25	<i>Martedì 9</i>	Napoli	Piazza Santa Maria della Fede (Zona Vicaria)
26	<i>Mercoledì 10</i>	Pomigliano	Parrocchia Maria S.S. del Rosario - Piazza IV Novembre
27	<i>Sabato 13</i>	S. Antonio Abate	P.zza Don Mose Mascolo
28	<i>Domenica 14</i>	Tufino	Via 4 Novembre - (P.zza Felice Esposito)
29	<i>Mercoledì 17</i>	Sorrento	Piazza Veniero
30	<i>Sabato 20</i>	Torre del Greco	Parrocchia S. Maria del Carmine - P.zza L. Palomba, 18
31	<i>Domenica 21</i>	Pozzuoli	Parrocchia S. Artema Martire – Via Modigliani 3
32	<i>Martedì 23</i>	Napoli	Scuola Secondaria I° grado “Tito Livio”–Largo Ferrandina 3
33	<i>Mercoledì 24</i>	S. Gennaro Ves.	Piazza Margherita
34	<i>Sabato 27</i>	S. Giuseppe Ves.	Santuario S. Giuseppe – P.zza Garibaldi, 1

Nasce la FONDAZIONE dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di NAPOLI

Lunedì 15 Febbraio una giornata storica presso l'Ordine dei Farmacisti di Napoli.

Si è insediato il primo C.d.A. della neonata **Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli.**

La Fondazione contribuirà a valorizzare la Professione del Farmacista in tutti i suoi aspetti:

dalla formazione continua fino al potenziamento di tutte le iniziative già avviate, come:

Un farmaco per Tutti, Una Visita per Tutti e Un Tampone per Tutti.

La nascita della

Fondazione rimarca anche il ruolo inclusivo dell'Ordine, riunendo intorno ad uno stesso tavolo le varie anime della filiera farmaceutica: *Farmacisti Territoriali, Farmacisti Ospedalieri, Titolari di Farmacia, Collaboratori, Farmacisti Volontari, Giovani Farmacisti, Distribuzione Intermedia, Università.*

Tutti uniti al servizio della Comunità, coordinati e guidati dal

- ✓ **Presidente:** Vincenzo Santagada
- ✓ **Vicepresidente:** Raffaele Marzano
- ✓ **Segretario:** Gennaro Maria Nocera
- ✓ **Tesoriere:** Tommaso Maggiore
- ✓ **Consiglieri del CdA:**
 - ❖ Lucia Cavalli, Crescenzo Cinquegrana
 - ❖ Raffaele Carrano Savino
 - ❖ Renato De Falco, Michele Di Iorio
 - ❖ Mariano Fusco, Salvatore Giordano
 - ❖ Riccardo Maria Iorio, Elisa Magli
 - ❖ Micaela Spatarella, Ugo Trama

