



AVVISO

Ordine

1. ORDINE: Progetto “Un Farmaco per tutti” e “Una Visita per tutti”;
2. Assistenza legale gratuita
3. Quota sociale 2018

Notizie in Rilievo

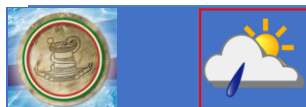
Scienza e Salute

4. «Il mio ragazzo ha l'Hiv ed è in cura È vero che non rischio il contagio?»



Prevenzione e Salute

5. Che cosa fare (e non fare) in caso di scossa elettrica
6. Formaggio: quale e quanto mangiarne?
7. Piedi, quando c'è dolore possono far male anche al ginocchio?



Meteo Napoli

Giovedì 22 Marzo

- Variabile

Minima: 7° C

Massima: 13° C

Umidità:

Mattina = 46%

Pomeriggio = 57%

Proverbio di oggi.....

'Na bona matenata fa 'na bona jurnata.

Una buona mattina fa una buona giornata.

«Il mio ragazzo ha l'Hiv ed è in cura È vero che non rischio il contagio?»

I rapporti sessuali non protetti in coppie con un partner positivo che assuma un terapia antiretrovirale efficace (e viremia Hiv sotto le 50 copie per 6 mesi) sono definiti sicuri

Pubblichiamo la domanda inviata da un lettore al forum Malattie infettive e la risposta data da uno dei nostri esperti, il dottor **Gaetano Maffongelli** dell'UOC Malattie Infettive del Policlinico Tor Vergata.

Buongiorno dottore, ho bisogno di chiedere delle informazioni su un problema che mi si è presentato da poco. Sto frequentando un ragazzo che ha l'Hiv, ma fa una cura antiretrovirale da un anno e dice che il livello di contagio è pari a zero. Lui prende regolarmente un farmaco contenente

***Abacavir e Lamivudina** e un altro farmaco con **Rilpivirina**. Ho letto che anche nei rapporti non protetti non c'è rischio di contagio e che non ci sono delle limitazioni nei rapporti. Vorrei avere la certezza di questo. Porgo distinti saluti. Stefania*



Gentile Stefania, le ultime evidenze hanno dimostrato come i rapporti sessuali **non protetti in coppie sierodiscordanti** (un partner positivo e un partner negativo), in cui il partner positivo assuma un terapia antiretrovirale efficace (si definisce efficace una terapia che garantisca una viremia HIV per 6 mesi sotto le 50 copie) sono definiti sicuri.

Questa informazione è riportata nelle principali linee-guida nazionali e internazionali, cioè quei documenti a cui noi medici facciamo riferimento e che seguiamo nelle nostre prescrizioni.

Quindi il suo ragazzo, se ha la carica viremica sotto le 50 copie da almeno 6 mesi, le ha dato un'informazione corretta. Spero di esserle stato di aiuto. Dott. Gaetano Maffongelli (Salute, Corriere)

SITO WEB ISTITUZIONALE: www.ordinefarmacistinapoli.it

E-MAIL: @

ordinefa@tin.it;

info@ordinefarmacistinapoli.it

iBook Farmaday

SOCIAL – Segui su Facebook – Diventa Fan della nostra pagina www.facebook.com/ordinefarmacistinapoli



PREVENZIONE E SALUTE**Che COSA FARE (e non fare) in caso di SCOSSA ELETTRICA**

Prendere la scossa è più facile di quanto si pensi e sono numerosi gli infortuni legati alla corrente elettrica. Più della metà degli episodi si verifica sul luogo di lavoro, ma un non trascurabile 30 % avviene tra le mura domestiche e spesso a farne le spese sono bambini e adolescenti.

Che cos'è la scossa elettrica

«Quando si parla di scossa elettrica o elettrocuzione, ci si riferisce agli effetti sul corpo umano provocati da una scarica di corrente elettrica.

In particolare si usa il termine folgorazione quando la scarica elettrica è artificiale (*lampadine, fili elettrici*) e fulminazione quando invece è naturale, come appunto nel caso di un fulmine.

Gli effetti dannosi della corrente derivano da una parte dal calore generato dal suo passaggio nel corpo, che può provocare ustioni più o meno gravi, dall'altra dalla polarizzazione che subiscono le cellule nei diversi organi e apparati da essa attraversati, visto che il corpo umano è un buon conduttore di corrente» spiega Maria Pia Ruggieri, direttore del Pronto soccorso dell'Ospedale San Giovanni Addolorata di Roma.

Il 30% dei casi di folgorazione si verifica tra le mure domestiche e il 20% coinvolge bambini o adolescenti.

Come si può prendere

Le principali situazioni in cui si può prendere la scossa elettrica in casa sono quattro;

- 1) **contatto diretto con fili elettrici scoperti** o con le prese da parete e introduzione di oggetti nelle prese stesse (accade soprattutto ai bambini);
- 2) **contatto indiretto**, per es. toccando un elettrodomestico «elettrizzato»;
- 3) **riparazioni «fai da te» su apparecchi elettrici** senza staccare la spina;
- 4) **utilizzo di elettrodomestici**, come phon, radio o altro, vicino all'acqua.

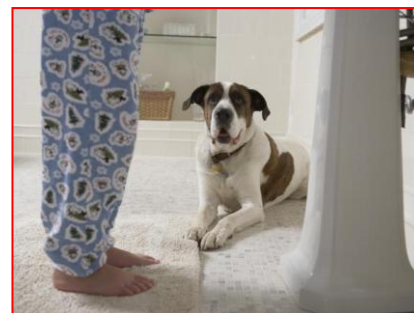
**Gli effetti della folgorazione**

- 1) **Ustioni che di solito si concentrano nel punto di ingresso** e in quello di uscita della corrente dal corpo. Si va da lesioni cutanee superficiali (marchio elettrico) fino a ustioni gravi.
- 2) **A certi livelli di intensità**, il passaggio di corrente provoca contrazioni muscolari incontrollabili (tetanizzazione) che impediscono di reagire e lasciare la presa.
- 3) **Se la corrente attraversa il muscolo cardiaco** può causare gravi aritmie, potenzialmente fatali.
- 4) **La scarica elettrica può avere effetti sul sistema nervoso**, causando convulsioni, perdita di coscienza, paralisi, fino al coma.

Fattori che aumentano il rischio di danni

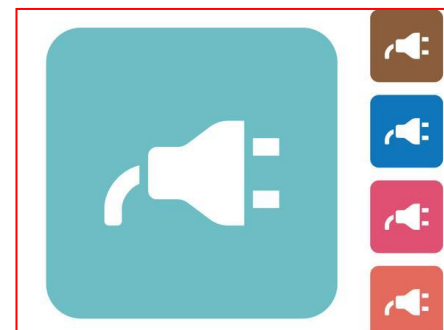
Possono essere diversi, innanzitutto l'intensità e il tipo di corrente, ma anche la durata del contatto, il "percorso" che la corrente fa attraverso il corpo, il grado di isolamento:

- 1) **sopra i 1000 volt il rischio di danni gravi è maggiore.** A parità di tensione, i danni aumentano all'aumentare dell'intensità;
- 2) **la corrente alternata** (abitazioni) è più pericolosa di quella continua (batterie, impianti delle automobili, ecc.);
- 3) **più è lungo il contatto**, maggiori sono i possibili danni;
- 4) le situazioni più pericolose sono quelle in cui la corrente passa per il cuore o il cervello (per esempio da una mano all'altra, dalla testa al torace);
- 5) **se si è a piedi nudi**, magari sul pavimento bagnato, il passaggio della corrente attraverso il corpo è facilitato.



Che cosa fare

- 1) **Se non è scattato il salvavita** e la vittima è ancora sotto tensione, bloccare la fonte di energia: staccare il cavo elettrico, togliere la spina o agire sull'interruttore generale.
- 2) **Chiamare l'ambulanza** o, se le condizioni della vittima lo permettono, portarla al pronto soccorso.
- 3) **Non toccare mai la vittima ancora sotto tensione** con le mani o oggetti non isolanti, ma allontanarla dalla sorgente della scarica, servendosi di un oggetto di materiale non conduttore (legno, plastica, ecc.).
- 4) **Se c'è un arresto cardiaco e il blocco della respirazione** si deve procedere con la rianimazione cardiopolmonare.



Consigli per prevenire gli incidenti

Alcuni accorgimenti possono essere d'aiuto per ridurre il rischio di infortuni da corrente elettrica.

In ambito lavorativo, ci sono chiare norme di sicurezza che andrebbero rispettate, e anche a casa (per esempio, per legge tutte le abitazioni devono essere dotate di un interruttore salvavita), ma molto si può fare anche adottando qualche accorgimento. «Per evitare che i bambini piccoli si facciano male giocando con le prese di corrente, magari infilandovi dentro qualcosa, è utile inserire prese di sicurezza, nei punti a loro portata. Inoltre, evitare il fai da te per riparazioni di fortuna sugli elettrodomestici e per la manutenzione e la modifica dell'impianto elettrico domestico.

Prestare infine grande attenzione agli elettrodomestici che si usano in bagno, per esempio il phon:

- ❖ *non impugnarlo mai con le mani bagnate e non usarlo mai mentre si è nella vasca piena d'acqua o si sta facendo qualcosa con l'acqua nelle vicinanze» ricorda l'esperta.*



(Salute, Corriere)

PREVENZIONE E SALUTE**FORMAGGIO: QUALE E QUANTO MANGIARNE?**

Il formaggio è così comune sulle nostre tavole da diventare talvolta il pass-par-tout di ogni pasto, anche dei bambini.

Meglio Come Piatto Unico di Sera Oppure a Fine Pasto? Fresco o Stagionato?

Ma Soprattutto: **Quanto Formaggio Mangiare?**

Sono le domande che abbiamo rivolto alla dott.ssa Manuela Pastore, dietista clinico della Direzione Sanitaria dell'Istituto Clinico Humanitas.



A parte chi **soffre di intolleranze al lattosio** o chi per altri motivi dietetici o personali non ne mangia, per tutti gli altri il formaggio è spesso un salva cena o diventa un'opzione "light e veloce" per la pausa pranzo.

«Il formaggio è una buona fonte di **proteine, calcio, e vitamina D** – ma anche di **grassi saturi, sale (sodio) e colesterolo potenzialmente dannosi**, se assunti in quantità, per la salute cardiovascolare.

Per queste sue caratteristiche, il formaggio non dovrebbe mai essere usato come aggiunta ad un pasto soprattutto se in associazione ad un altro alimento proteico.

Il formaggio deve essere considerato un vero e proprio secondo piatto da alternare a carne, uova, pesce, legumi e quindi usato come alimento aggiunto a un'insalata, per es., o alla pasta o al riso, ma sempre tenendo conto della frequenza di consumo settimanale e delle quantità .»

QUALI FORMAGGI PORTARE IN TAVOLA?

«I formaggi da preferire, di pecora, capra o vaccini, sono quelli freschi come la ricotta, lo **stracchino** e la **mozzarella**, in cui la quantità di grassi e sale è più bassa rispetto ai formaggi stagionati perché contengono più acqua.

La **feta**, formaggio realizzato con latte di pecora, una minima percentuale di latte di capra e caglio, viene a torto ritenuto più "sano" rispetto ad altri formaggi a pasta semidura quando in realtà ha più o meno gli stessi valori nutrizionali a parte il contenuto di sodio che risulta più alto. Il sodio è indicato, come gli altri nutrienti, nell'etichetta nutrizionale, a volte con il simbolo chimico Na.

Per calcolare la quantità di sale occorre moltiplicare i mg di sodio per 2.5. L'elevata presenza di sodio può renderlo sconsigliato in alcune patologie come per es. in caso di ipertensione.

La quantità di sodio nella feta è molto elevata (circa 1440 mg per 100g di prodotto), molto simile a quella contenuta in un formaggio stagionato come il parmigiano (circa 1550 mg per 100g).

Ricotta fresca e mozzarella, invece, ne contengono molto meno: 100g di ricotta contengono circa 80 mg di sodio, ovvero quasi 17 volte di meno, mentre 100g di mozzarella fresca ne contengono circa 200 mg, ovvero 7 volte di meno. Per ridurre inoltre l'apporto di grassi si può ricorrere alle versioni light disponibili solo per i formaggi freschi. Meglio invece evitare i prodotti che sull'etichetta riportano "alimento o prodotto a base di formaggio" perché rientrano tra gli alimenti ultra-processati che spesso contengono anche grassi idrogenati, conservanti e additivi che studi recenti (BMJ) hanno dimostrato aumentare il rischio anche di tumori.»

Quanto formaggio mangiare?

«Le raccomandazioni su quanto formaggio mangiare possono variare in base a molti fattori fra cui i fabbisogni nutrizionali oltre alla presenza di eventuali condizioni cliniche che impongono approcci differenti. In generale si consiglia un consumo di una porzione di formaggio 2 volte alla settimana. Secondo uno studio di revisione recente, il consumo quotidiano di 40g di formaggio sembrerebbe avere anche benefici per la salute cardiovascolare. In attesa che vengano confermati questi dati si raccomanda un'alimentazione variata che includa tutte le fonti proteiche.» (Salute, Humanitas)

PREVENZIONE E SALUTE

PIEDI, QUANDO C'È DOLORE POSSONO FAR MALE ANCA O GINOCCHIO?

*Una **catena di dolore** che unisce piedi, ginocchio e anca. Se uno o entrambi i piedi fanno male anche le altre articolazioni potrebbero risentirne.*

Per questo motivo la valutazione del paziente da parte dell'ortopedico dev'essere una valutazione completa. A ricordarlo sono gli autori di una ricerca pubblicata su *Journal of the American Podiatric Medical Association*.

Ne parliamo con il dottor Federico Della Rocca, capo sezione di Ortopedia dell'anca e chirurgia protesica di Humanitas.

Mal di piedi e mal d'anca, c'è relazione

Gli autori dello studio, un team di ricercatori dell'Hospital for Special Surgery e dell'Harvard Medical School (Stati Uniti) hanno analizzato i dati relativi a 2181 individui che avevano partecipato a un precedente studio condotto fra il 2002 e il 2008.

Le informazioni riguardavano il **dolore al piede**, la sua localizzazione e la sua intensità.

I partecipanti avevano anche indicato se, oltre al mal di piedi, avessero avvertito anche dolore e rigidità articolare all'anca e al ginocchio e su quale lato.

Il 16% dei partecipanti aveva riferito un dolore bilaterale ai piedi, il 6% solo a quello destro, il 5% al piede sinistro. Ebbene, il dolore al piede è stato **associato**, tanto negli uomini quanto nelle donne, a un dolore al ginocchio allo stesso lato o a entrambi.

Gli uomini che avevano avvertito dolore al piede destro avevano una probabilità maggiore da cinque a sette volte di avere dolore anche al ginocchio destro o a entrambi rispetto ai soggetti non doloranti.

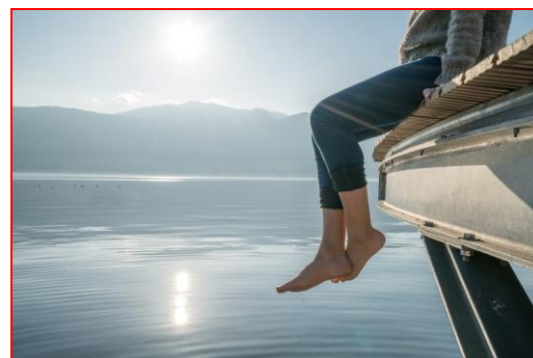
Inoltre è emersa un'associazione tra il dolore al piede e quello all'anca. Negli uomini la correlazione era omolaterale, ovvero sullo stesso lato, mentre nelle donne il dolore era associato al dolore all'anca allo stesso lato, a quello opposto o a entrambi.

“Le **considerazioni fatte dai ricercatori sono corrette**. Ciò in quanto le articolazioni degli arti inferiori sono in correlazione tra di loro – ha affermato il dottor Della Rocca -.

Dobbiamo immaginare una catena con i suoi anelli, ogni anello corrisponde ad un'articolazione: la caviglia, il ginocchio, l'anca e non dimentichiamo anche il rachide lombare, che spesso è coinvolto quando una di queste articolazioni non funziona bene.

Quando uno di questi anelli lavora male, diminuendo il suo **movimento**, gli anelli a valle e a monte vengono sovraccaricati dal lavoro con la possibile comparsa di dolore”.

(Salute, Humanitas)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



ORDINE:

IN RISCOSSIONE LA QUOTA SOCIALE 2018

E' in riscossione la quota sociale 2018 di EURO 150,00 di cui Euro 108,20 per l'Ordine e Euro 41,80 per la FOFI.

Si Comunica che in questi giorni, **Equitalia**, 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 2018.

Il pagamento sarà possibile effettuarlo entro il **28 Febbraio p.v.**

Si ricorda che è **obbligo di ogni iscritto** il versamento della quota d'iscrizione annuale e che un eventuale ritardo comporta l'aggravio delle spese di esazione.

Il **mancato adempimento**, oltre a causare *un'infrazione alla deontologia professionale*, fa venir meno il requisito necessario per **mantenere l'iscrizione all'Albo Professionale**.

Quota sociale 2018
Scarica RAV

Quota sociale 2018...

AVVISO

GLI ISCRITTI CHE **NON HANNO ANCORA RICEVUTO**

L'AVVISO DI PAGAMENTO,

POSSONO SCARICARLO dal sito dell'Ordine

INSERENDO il PROPRIO CODICE FISCALE

al seguente link:

<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/ordineNuovo/news/1381-quota-sociale-2018>

ORDINE: Progetto “Un FARMACO per TUTTI” e “UNA VISITA PER TUTTI”

I progetti hanno come obiettivo quello di contrastare la povertà sanitaria sia mediante l'utilizzo di farmaci e di prodotti diversi dai farmaci come presidi medico chirurgici o integratori e dispositivi medici non ancora scaduti provenienti da donazione spontanea da parte di cittadini e Aziende Farmaceutiche, nonché di organizzare visite specialistiche gratuite attraverso il camper della salute dell'Ordine.

Al fine di favorire la prevenzione sul territorio, nonché di contribuire ad assicurare ai cittadini in difficoltà non solo i farmaci provenienti dal progetto “Un Farmaco per Tutti” ma anche **forme di attività assistenziali**, il Consiglio dell'Ordine ha deliberato di acquistare un **CAMPER della SALUTE**, da utilizzare sul territorio per pianificare in modo capillare, ed in collaborazione con medici specialisti e volontari, laddove siano richiesti nuove forme assistenziali e di prevenzione (**Visite mediche specialistiche, Autoanalisi etc.**).

Tale iniziativa, denominata, “Una Visita per Tutti”, insieme al progetto “Un Farmaco per Tutti” andrebbe a costituire una sorta di “**Servizio Sanitario Solidale**” che merita di essere considerato e supportato in modo sistemico dal Nostro Ordine e da altre Istituzioni pubbliche.



UN FARMACO PER TUTTI

Progetto di solidarietà promosso dall'Arcivescovo di Napoli, Card. Crescenzio Sepe, realizzato in sinergia con l'Ordine dei Farmacisti della provincia di Napoli, con Federfarma, con l'Azienda Ospedaliera Santobonifacio Pausoli e con la generosità di tanti.

MODALITÀ DI RACCOLTA

- Severamente necessari farmaci non essenziali e dispositivi medici scaduti (non destinati all'uso ospedaliero) e di cui non esiste un mercato libero.
- Severamente necessari dispositivi medici e materiali di consumo non essenziali (non destinati all'uso ospedaliero).
- Severamente necessari dispositivi medici e materiali di consumo non essenziali (non destinati all'uso ospedaliero).
- Severamente necessari dispositivi medici e materiali di consumo non essenziali (non destinati all'uso ospedaliero).



CARTELLINI IDENTIFICATIVI

AVVISO

Si ha cura di informare gli iscritti che presso gli Uffici di Segreteria dell'Ordine, sono disponibili, **per chi ne ha già fatto richiesta, i CARTELLINI IDENTIFICATIVI con NOME e COGNOME.**



Vi ricordiamo che l'art. 1 e art. 5 del *Codice Deontologico*, riporta che una delle principali funzioni dell'Ordine è quello di *Organo preposto alla tutela della dignità e del decoro della professione di Farmacista.*

Pertanto, nell'attività professionale al pubblico, riteniamo che il Farmacista *oltre ad indossare il camice bianco munito di distintivo professionale debba anche*, al fine di una maggiore garanzia di qualità, tracciabilità e sicurezza verso il cittadino portare in modo visibile un **cartellino identificativo con il logo dell'Ordine e la indicazione del nome e cognome.** Pertanto, se non hai provveduto ad inoltrare il Tuo nominativo e quello dei tuoi collaboratori Farmacisti, Ti chiediamo cortesemente di farlo tramite posta elettronica all'indirizzo: info@ordinefarmacistinapoli.it o tramite fax al n. **081 5520961.**

ORDINE: ASSISTENZA LEGALE GRATUITA

Assistenza legale gratuita per tutti gli iscritti

Consulenza
Legale
Gratuita



Cari Colleghi, l'Ordine è lieto di informarVi che a seguito del bando *1635/15 del 20/10/2015*, un gruppo di Avvocati si è reso disponibile ad offrire agli iscritti un **servizio di assistenza legale di primo livello.** Tale iniziativa si inquadra nell'ambito di un processo di sempre maggiore vicinanza che l'Ordine ha instaurato con i propri iscritti in un momento nel quale i problemi che investono i laureati in farmacia, nelle sue varie declinazioni, appaiono sempre più attuali. Il servizio è disponibile presso la sede dell'Ordine ogni **Martedì dalle 14.30 alle 16.30.** A tal fine, i Colleghi interessati potranno prenotarsi presso la segreteria dell'Ordine attraverso le seguenti modalità:

1. *Telefonando al numero 081 551 0648;* 2. *Inviare un fax al numero 081 552 0961*
2. *Inviare e-mail all'indirizzo: ordinefa@tin.it o info@ordinefarmacistinapoli.it*



REGIONE CAMPANIA: CONCORSO STRAORDINARIO IN CORSO LA VALUTAZIONE DEI TITOLI

BURC n. 65 del 3 Ottobre 2016, Decreto Presidente Giunta n. 203 del 28/09/2016

Di seguito la composizione della commissione:

Prof. **Vincenzo SANTAGADA**, *Presidente* – Docente Università Federico II Napoli

Dott. **Luigi RICCIO**, *Componente* - Dirigente DG per la Tutela della Salute

Dott. **Vincenzo DEL PIZZO**, *Componente* - Farmacista Dirigente ASL Salerno

Dott.ssa **Aurora CANNAVALE**, *Componente* - Farmacista Titolare

Dott. **Armando CUSANO**, *Componente* - Farmacista esercente in farmacia

Per visualizzare il decreto pubblicato sul BURC, premere il seguente link:

<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/ordineNuovo/news/1547-concorso-straordinario-campania>