



AVVISO

Ordine

1. Ordine: eventi di Maggio
2. Ordine: Un farmaco per Tutti
3. Enpaf: Iniziative assistenza

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. Il burro è un buon alimento?
5. Spondilite anchilosante, quel dolore che si confonde con il mal di schiena.



Prevenzione e Salute

6. Perché di sera è più facile abbuffarsi?
7. Regolare la flora intestinale combatte gli effetti dell'ansia
8. Mastectomia, come ridurre il dolore grazie al lipofilling
9. Favismo, quali alimenti evitare?

ZENTIVA
UNA RISPOSTA A DIVERSI BISOGNI.

La linea di prodotti di automedicazione pratici e convenienti.

Chiedi al tuo farmacista

ZENTIVA

www.zentiva.it

Proverbio di oggi.....

'E strunze saglieno sempe a galla

IL BURRO È UN BUON ALIMENTO?



Il burro è un buon alimento? Vero o Falso?

VERO

Spesso sentiamo dire da tutti che il **burro** fa male.

Certamente, il **burro** per il suo alto potere calorico e la presenza di grassi (82%-85%) saturi e colesterolo (250mg per 100 gr di burro) non va utilizzato tutti i giorni in cucina, consiglia la dott.ssa Manuela Pastore, dietista dell'ospedale Humanitas.

In realtà, però, il **burro** è un buon alimento perché non presenta sostanze e additivi chimici e se inserito all'interno di uno stile di vita corretto, non è un rischio per la salute delle persone sane.

E' preferibile consumare il **burro** fresco e non per friggere o soffriggere, oppure usare il **burro** per preparare dolci o per la colazione in abbinamento alla marmellata. (*Salute, Humanitas*)

PERCHÉ di SERA è più FACILE ABBUFFARSI?



Dipende dagli ormoni.

Il nostro metabolismo ha degli orari influenzati dagli ormoni.

E, secondo uno studio, la sera si innestano dei meccanismi che ci spingono a mangiare di più, cedendo alle golosità.

I ricercatori hanno sottoposto ai partecipanti alla ricerca 360 immagini di cibi a basso contenuto calorico o iper-energetici, sia di mattina sia di sera, monitorandoli con una risonanza magnetica funzionale.

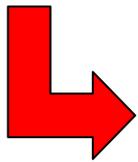
Risultato? **Ai diversi orari, corrispondeva una diversa reazione cerebrale agli stimoli alimentari.** Secondo gli studiosi,

- **la sera si mangia di più perché a quell'orario il cibo dà meno soddisfazione**, ma anche perché di notte il nostro organismo smaltisce meno il cibo e accumula riserve per il giorno successivo. (*Focus*)

PREVENZIONE E SALUTE**REGOLARE LA FLORA INTESTINALE COMBATTE GLI EFFETTI DELL'ANSIA**

Modificare la composizione del microbiota intestinale potrebbe aiutare a ridurre l'ansia.

Lo suggerisce uno studio pubblicato sulla rivista **General Psychiatry** secondo cui per



- **alleviare gli stati ansiosi potrebbe essere utile cambiare dieta e assumere i probiotici.**

Nel corso dell'indagine, gli autori hanno analizzato i risultati di **21 ricerche** che avevano coinvolto complessivamente 1.503 persone e che avevano testato l'efficacia degli interventi diretti a regolare il microbiota intestinale.

In particolare, 14 studi avevano esaminato gli effetti dell'assunzione dei **probiotici**, mentre 7 avevano utilizzato **metodi alternativi**, come la modifica della dieta.

Al termine dell'analisi è emerso che 11 indagini su 21 (il 52%) hanno dimostrato che regolare la flora intestinale ha un effetto positivo sui sintomi dell'ansia.

Più di un terzo (36%) dei 14 studi che avevano esaminato gli effetti dei probiotici ha evidenziato che

- **questi microrganismi aiutano a ridurre l'ansia.**

Mentre 6 delle altre 7 ricerche hanno dimostrato che gli altri approcci non basati sull'impiego dei probiotici avevano un **tasso di efficacia pari all'86%** nell'alleviare gli stati ansiosi.

Gli esperti ritengono che gli interventi alternativi all'assunzione dei probiotici sono apparsi significativamente più efficaci di quelli che ne prevedevano l'uso, perché il cambiamento della dieta avrebbe un **impatto maggiore** sulla crescita dei batteri intestinali rispetto all'introduzione di specifici tipi di microrganismi.

Inoltre, dato che alcuni studi hanno comportato l'introduzione di differenti tipi di probiotici, i ricercatori reputano possibile che i batteri buoni abbiano combattuto **gli uni contro gli altri** e che questo ne abbia ridotto l'effetto benefico.

Infine, osservano che la **durata** di alcuni esperimenti potrebbe essere stata troppo breve per aumentare significativamente la presenza nell'intestino dei batteri buoni.

In ogni caso, gli scienziati sottolineano che la maggior parte degli studi non ha riportato **eventi avversi gravi** e che solo in quattro casi sono stati rinvenute complicanze lievi come la secchezza delle fauci e la diarrea.

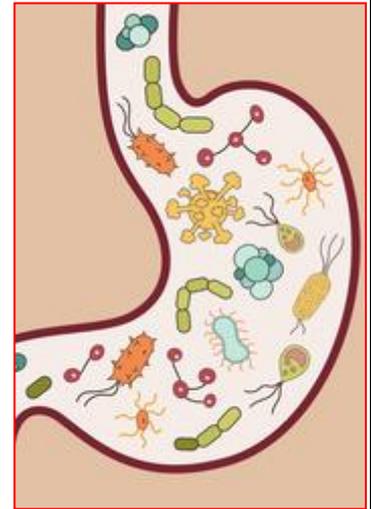
“Più della metà degli studi ha dimostrato che **regolare il microbiota intestinale aiuta ad alleviare i sintomi dell'ansia.**

Esistono due tipi di interventi (con o senza i probiotici) per regolare il microbiota intestinale, e va sottolineato che gli approcci che non prevedono l'uso dei probiotici erano più efficaci degli altri.

Ma sono necessari ulteriori studi per comprendere le cause di questo fenomeno.

Possiamo quindi prendere in considerazione la **regolazione della flora intestinale** come metodo per alleviare i sintomi dell'ansia”.

(Salute, Sole24ore)



PREVENZIONE E SALUTE

MASTECTOMIA, COME RIDURRE IL DOLORE GRAZIE AL LIPOFILLING

*Ne soffre circa il **40% delle donne** che hanno subito una mastectomia, cioè l'asportazione della mammella in seguito ad un tumore al seno.*

La cosiddetta **Post Mastectomy Pain Syndrome (PMPS)** è un dolore che le pazienti localizzano proprio tra l'ascella e il braccio, vicino alla cicatrice lasciata dall'operazione, e che spesso non permette di lenire un trauma già difficile da superare per molte donne e ne compromette la qualità di vita, costringendole ad assumere antidolorifici, anti-infiammatori e antidepressivi.

Il prof. **Marco Klinger**, Responsabile di Unità Operativa di Chirurgia Plastica di Humanitas e autore di uno studio pubblicato sulla rivista "*Plastic and Reconstructive Surgery Journal*" ha spiegato come l'autotrapianto di grasso (**lipofilling**) sia in grado di diminuire di un terzo la sindrome dolorosa che segue la mastectomia.



Lo studio di Humanitas

Lo studio condotto in Humanitas dal prof. Marco Klinger ha interessato 113 pazienti, dimostrando come l'**autotrapianto di grasso** diminuisca di un terzo la sindrome dolorosa che segue la mastectomia. Pubblicato sulla rivista "*Plastic and Reconstructive Surgery Journal*", una delle più prestigiose riviste di chirurgia plastica del mondo, il lavoro del professor Klinger ha mostrato come il dolore nelle pazienti affette da **PMPS** sia diminuito di 3,23 su una scala di 10 e che il **miglioramento rimane costante nel tempo**.

COS'È IL LIPOFILLING

"In questo studio – ha chiarito Klinger – abbiamo utilizzato la stessa tecnica, il lipofilling, che riscuote tanto successo in ambito estetico e ricostruttivo". L'autotrapianto di grasso consiste in un trattamento poco invasivo e non doloroso, indicato quindi e ben tollerato da pazienti che hanno già alle spalle cure e trattamenti impegnativi. Oltre alle sue applicazioni in ambito estetico, la tecnica del lipofilling viene utilizzata anche nella chirurgia ricostruttiva per **migliorare i tessuti cicatriziali** dopo gravi ustioni, e anche, come in questo caso, per riempire i vuoti lasciati da un tumore.

L'INNESTO ADIPOSO RIDUCE L'INFIAMMAZIONE CRONICA

L'operazione viene eseguita con la paziente in anestesia locale.

Dall'addome o dai fianchi viene prelevata una piccola quantità di grasso, che una volta centrifugato e filtrato viene iniettato nella sede da trattare e riempire.

"Nel caso delle donne operate di tumore al seno, **l'infiltrazione di grasso avviene nella zona della cicatrice** – ha spiegato il professore -.

I risultati dello studio, che ha coinvolto 113 donne, sono molto positivi, ma ovviamente c'è ancora molto da indagare", tra cui l'origine del dolore della sindrome post mastectomia.

"Grazie alle **cellule staminali** adulte presenti nel grasso, l'innesto adiposo contribuisce a ridurre lo stato di infiammazione cronico. Inoltre – ha concluso Klinger – come più volte constatato, si verifica un importante rimodellamento della cicatrice, che diventa più morbida e meno visibile".

(Salute, Humanitas)

SCIENZA E SALUTE

SPONDILITE ANCHILOSANTE, QUEL DOLORE CHE SI CONFONDE CON IL MAL DI SCHIENA

Circa 600mila italiani soffrono di questa malattia infiammatoria cronica che si presenta con dolori persistenti e rigidità muscolare e può provocare la curvatura della colonna

Mal di Schiena che persiste, dolore che spesso causa il risveglio durante la notte, **Rigidità Muscolare al Mattino**



Sono alcuni dei sintomi più comuni della *spondilite anchilosante*, malattia infiammatoria cronica che colpisce persone in giovane età, soprattutto uomini.

Nel nostro Paese ne soffrono circa 600mila persone.

Se trascurata, questa patologia reumatica può provocare severe disabilità fino alla formazione di “ponti” ossei con le vertebre che si fondono tra loro, per cui la colonna vertebrale s’incurva in avanti tanto da rendere impossibile alzare la testa verso il cielo.

LA CAMPAGNA DI SENSIBILIZZAZIONE

Per aiutare a riconoscere subito i segnali di questa malattia ancora sottovalutata parte la campagna di sensibilizzazione “**SAi che?**”, promossa da Novartis con il patrocinio di *APMAR onlus - Associazione Nazionale Persone con Malattie Reumatologiche e Rare*.

Il 20 maggio in alcune piazze di Milano, Roma e Bari è stato distribuito materiale informativo ed è stato possibile indossare uno speciale gilet con un gobbo per simulare i sintomi di pesantezza e rigidità alla schiena con cui convivono i pazienti.

Alcuni mimi hanno portato sulle spalle grossi cubi con il logo “**SAi che?**” simulando posture e rigidità muscolare che caratterizzano la malattia. Informazioni sulla campagna, consigli utili e testimonianze di pazienti si possono trovare anche sul sito dedicato e sulla pagina facebook “**SAichelaSA**”.

LA DIAGNOSI PRECOCE FA LA DIFFERENZA

«Anche quello che sembra un banale mal di schiena o un semplice strappo può essere un segnale da non sottovalutare. Un paziente informato, invece, ha gli strumenti utili per riconoscere i campanelli di allarme e rivolgersi tempestivamente allo specialista: la diagnosi precoce fa la differenza soprattutto nelle patologie reumatiche e aiuta i pazienti ad avere una migliore qualità di vita».

FORME PIÙ SEVERE NELLE DONNE

«La *spondilite anchilosante* colpisce soprattutto i maschi, ma spesso è più severa nelle donne che in molti casi ricevono la diagnosi in ritardo anche perché più “resistenti” al dolore - sottolinea Gianfranco Ferraccioli, ordinario di reumatologia dell’Università Cattolica-Policlinico Gemelli di Roma -.

Quando sono presenti **mal di schiena costante, dolore particolarmente acuto durante la notte e rigidità mattutina**, è bene non perdere tempo e rivolgersi al reumatologo.

Oggi, grazie ai progressi della ricerca scientifica, i pazienti possono beneficiare di farmaci di nuova generazione che sono in grado di inibire il processo infiammatorio e migliorare la loro qualità di vita.

Ma per tenere la malattia sotto controllo - è importante anche **eliminare il fumo di sigaretta**, che amplifica la reazione infiammatoria nelle malattie reumatiche, come pure l’eccesso di peso.

È consigliabile, invece, l’attività fisica che aiuta ad alleviare la rigidità». (*Salute, Corriere*)

SCIENZA E SALUTE**FAVISMO, QUALI ALIMENTI EVITARE?**

*I soggetti colpiti da **favismo** devono stare attenti anche all'ingestione di altri alimenti oltre alle fave?*

L'abbiamo chiesto alla dottoressa [Manuela Pastore](#), dietista di Humanitas.

Il favismo è legato ad un **difetto congenito**, pertanto ereditario, un'intolleranza alimentare trasmessa su base ereditaria che si caratterizza per la

- *carenza di un enzima presente nei globuli rossi, il **G6PD, glucosio-6-fosfato-deidrogenasi**, molto importante per il loro metabolismo perché li protegge dallo stress dai processi ossidativi.*

Questa carenza determina la distruzione dei globuli rossi e, quindi, l'insorgenza di **anemia emolitica** con ittero, emoglobinuria, anemia grave.

Le sue manifestazioni tendenzialmente fanno la loro comparsa qualche ora dopo l'ingestione di fave.

Anche l'assunzione di alcuni farmaci rientra fra i fattori scatenanti delle manifestazioni cliniche.

I sintomi non sono solo quelli legati all'anemia come pallore e debolezza ma anche *ittero, febbre, urine ipercolorate*, fino alla compromissione delle condizioni generali.

Alcune persone affette da favismo non tollerano nemmeno l'esposizione ai pollini delle piantagioni di fave né ai **baccelli di fave fresche**.

Le FAVE sono un alimento che va sempre evitato: cotte, crude o secche

«Le fave, in qualunque forma, sicuramente fungono da fattori scatenanti inibendo completamente l'attività dell'enzima, già carente nelle persone affette da favismo.

Le sostanze ossidanti, alimenti o farmaci, denaturano l'emoglobina dei globuli rossi diminuendo la loro capacità di trasportare ossigeno alle cellule del corpo scatenando la crisi emolitica e le conseguenze ad essa correlate», spiega la specialista.

Oltre a queste, quali alimenti possono scatenare le manifestazioni cliniche del FAVISMO?

«Il favismo è una condizione mista, l'esposizione a sostanze trigger scatenanti, fave prima di tutto ma non solo, riduce ulteriormente i **globuli rossi** che sono già carenti per il **deficit enzimatico**.

Esistono più di 200 varianti del deficit, pertanto le reazioni possono essere differenti a seconda delle condizioni della persona affetta da favismo, soprattutto se più fattori concomitano come stress e agenti ossidativi. Con assoluta certezza le fave ma anche i piselli sono cause dirette ossidative, così come molti **farmaci**».

«In via precauzionale è preferibile evitare anche tutti gli altri legumi compresa la soia e i prodotti da essa derivati, piante come la Verbena Hybrida utilizzata come pianta ornamentale, estratti vegetali spesso utilizzati nella medicina orientale, i mirtilli, il vino rosso ma anche sostanze utilizzate per i tatuaggi e l'Henné diffuso come tintura per i capelli.

Per chi ama mangiare in ristoranti orientali o viaggia è consigliabile informarsi sugli ingredienti contenuti nei cibi e conoscere la traduzione degli alimenti da evitare nelle varie lingue», conclude la specialista. (Salute, Humanitas)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



ORDINE: GLI EVENTI DEL MESE DI MAGGIO

Giovedì 30 Maggio, ore 21.00, Sede Ordine: per i Farmacisti **ASL-Na-1**

Giovedì 6 Giugno, ore 21.00, Sede Ordine: per i Farmacisti **ASL-Na-2 e ASL-Na-3**



Il Farmacista e i Controlli di Legge:

1. l'ASL e il NAS, Ruoli e Competenze.
2. La Ricetta Elettronica Veterinaria



Introduce

Vincenzo Santagada (*Presidente ordine Farmacisti*)

Gennaro Tiano (*Comandante NAS CC di Napoli*)

Ugo Trama (*Resp. U.O.D. "Politica del Farmaco e Dispositivi" – Reg. Campania*)

Francesco Barbato (*Prof. Ordinario di Tecnologia e Legislazione Farmaceutiche*)

Simona Creazzola (*Dirigente ASL- NA 1*)

Mariano Fusco (*Dirigente ASL- NA 2*)

Edoardo Nava (*Dirigente ASL- NA 3*)

Progetto "Una Visita per Tutti"

Mese di MAGGIO
dedicato alla prevenzione
dell'Insufficienza Venosa



Venerdì 24 Maggio

Marano di Napoli



BACHECA ENPAF: INIZIATIVE ASSISTENZIALI 2019

Di seguito l'elenco delle attività assistenziali erogate dall'ENTE



ENPAF 2019 Iniziativa in Corso



TIPOLOGIA DI PRESTAZIONI EROGATE	SCADENZA INIZIATIVA
----------------------------------	---------------------

Borse di Studio in favore dei Figli ed Orfani di Farmacisti	Dalla data di pubblicazione fino al 15 MAGGIO 2019
---	---

CONTRIBUTO una TANTUM in favore di Farmacisti TITOLARI o SOCI di FARMACIE RURALI in comuni o frazioni entro i 5.000 abitanti - ANNO 2019.	Decorrerà dal 10 Giugno e fino al 13 AGOSTO 2019
---	---

CONTRIBUTO per FARMACISTI Iscritti ad una SCUOLA di SPECIALIZZAZIONE del Settore Farmaceutico ANNO 2019	In corso fino ad ESAURIMENTO dello stanziamento
---	--

Interventi per favorire l'OCCUPAZIONE: in favore di Titolari di Farmacia e Parafarmacia che assumono farmacisti di età non superiore a 30 anni o disoccupati con almeno 50 anni di età	Domande a partire da Settembre 2019 fino ad ESAURIMENTO dello stanziamento
--	---

RIDUZIONE CONTRIBUTIVA PENSIONATI ESERCENTI	Consente di chiedere la riduzione del contributo previdenziale nella misura del 33,33% o del 50%. In vigore dal 1 Gennaio 2019 Termine di decadenza il 30 Settembre dell'anno in cui si matura il requisito previsto
---	---



Welfare Integrativo EMAPI : COPERTURA SANITARIA INTEGRATIVA

Garantisce una copertura sanitaria integrativa per

- ✓ gravi interventi chirurgici e gravi eventi morbosi,
- ✓ la copertura in caso di invalidità permanente superiore al 66% da infortunio
- ✓ la copertura in caso di non autosufficienza
- ✓ (LTC – Long Term Care)

Indennità di MATERNITÀ



1. L'indennità spetta alla professionista iscritta all'Enpaf per la tutela dei seguenti eventi:
 - a. periodi di gravidanza e puerperio comprendenti i due mesi antecedenti la data presunta del parto ed i tre mesi successivi la data effettiva del parto
 - b. interruzione della gravidanza per motivi spontanei o terapeutici dopo il compimento del sesto mese
 - c. adozione o affidamento del minore
 - d. aborto spontaneo o terapeutico verificatosi non prima del terzo mese di gravidanza.
2. L'indennità spetta al padre libero professionista iscritto all'Enpaf per la tutela del periodo che sarebbe spettato alla madre libera professionista, comprendente i tre mesi successivi la data effettiva del parto o la parte residua, limitatamente ai seguenti casi:
 - a. morte della madre;
 - b. grave infermità della madre;
 - c. abbandono da parte della madre;
 - d. affidamento esclusivo del minore al padre;

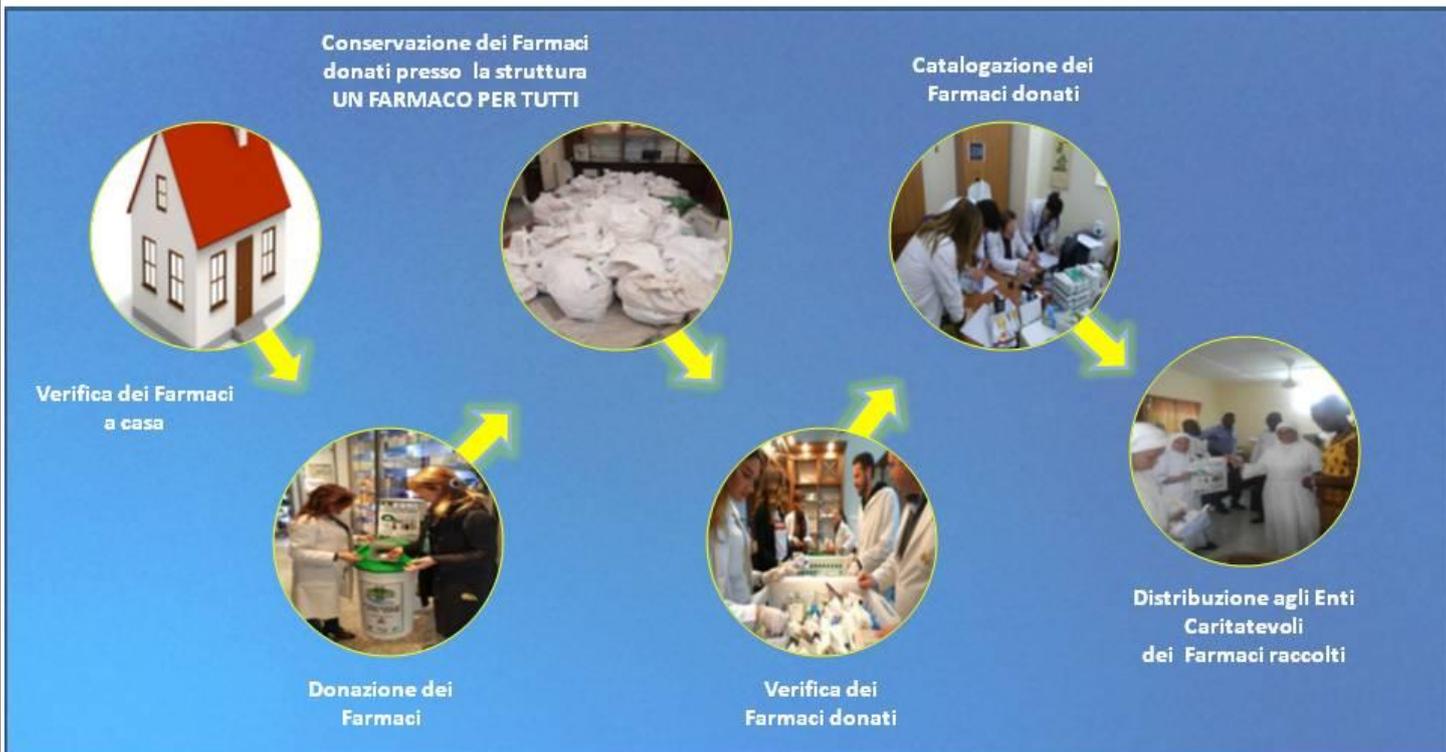
Per maggiori dettagli si invita a consultare il Sito Istituzionale: www.enpaf.it

ORDINE: Progetto “Un Farmaco per tutti”

Il progetto ha come finalità l'utilizzo di farmaci, le cui **confezioni siano integre**, ma anche 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 privati a seguito di cambio/fine terapia o decesso di un congiunto malato.



COME FUNZIONA



Sono esclusi:

- i farmaci che appartengono alle tabelle delle sostanze stupefacenti e psicotrope
- i farmaci da conservare a temperature controllate (catena del freddo)
- i farmaci ospedalieri (fascia H).

Sono altresì esclusi i flaconi e tubetti non sigillati.



RICETTA VETERINARIA ELETTRONICA: Divieto di Utilizzo della REV per i Medicinali Stupefacenti o Psicotropi

Si ricorda che la **Ricetta Veterinaria Elettronica (R.E.V.) NON è utilizzabile per la prescrizione di medicinali veterinari contenenti sostanze stupefacenti e psicotrope** ai sensi del D.P.R. 309/1990.

Per tale tipologia di medicinali, la prescrizione continua ad essere cartacea.

A ben vedere, il Decreto Ministeriale, recante le modalità applicative in materia di tracciabilità dei medicinali veterinari comprendente anche il sistema per la prescrizione medico-veterinaria elettronica, si applica ai medicinali veterinari autorizzati ad essere immessi in commercio sul mercato italiano contenenti sostanze stupefacenti e psicotrope ai sensi del DPR 309/1990 limitatamente alla fase distributiva.

Inoltre, come chiarito dal Ministero della salute, con nota dello scorso 11 gennaio 2019,

- *restano invariate anche le disposizioni relative all'approvvigionamento dei medicinali ad uso veterinario contenenti stupefacenti* che avviene, per i medicinali stupefacenti di cui alla **Tabella dei medicinali, sezione A, del DPR 309/1990**, mediante ricetta speciale stupefacenti **“a ricalco”** e, per tutti gli altri, mediante ricetta veterinaria non ripetibile in triplice copia.

ORDINE: IN RISCOSSIONE LA QUOTA SOCIALE 2019

E' in riscossione la quota sociale 2019 di EURO 150,00 di cui Euro 108,20 per l'Ordine e Euro 41,80 per la FOFI.

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/news/1381-quota-sociale-2018>