



AVVISO

Ordine

1. Ordine: eventi di Giugno
2. Ordine: Un farmaco per Tutti
3. Enpaf: Iniziative assistenza
4. Ordine: autoformazione e crediti ECM

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

5. l'esercizio fisico può scatenare la cefalea (anche se si è allenati)?
6. FILLER, ecco quello che c'è da sapere sul ritocco estetico.



Prevenzione e Salute

7. Enuresi notturna, che cosa fare se nostro figlio fa la pipì a letto
8. cosa succede se si "rompe" un neo?

Proverbio di oggi.....

Primma 'e guardà' 'nnante, vòtate arèto..

L'ESERCIZIO FISICO PUÒ SCATENARE LA CEFALEA (ANCHE SE SI È ALLENATI)?

La ginnastica scatena il mal di testa ma allo stesso tempo funge da prevenzione

*Ho quasi 38 anni, soffro di emicrania con aura da quando ero ragazzina. Gli attacchi si sono sempre presentati ogni 4-6 mesi: sono decisamente invalidanti e sempre legati a picchi di stress. Questo mese però ho avuto due episodi a 15 giorni di distanza, di media intensità e con aura. Entrambi si sono verificati **dopo la mia ora serale di palestra** e mi è venuto il dubbio che l'esercizio fisico, che ho intensificato negli ultimi mesi, abbia una correlazione con gli episodi ravvicinati. Che cosa mi consigliate?*

L'emicrania, con o senza aura, considerata una patologia dell'adattamento, viene messa in relazione a diverse variazioni dei ritmi dell'organismo e quindi è scatenata da molteplici fattori. Lo stress e le fluttuazioni ormonali hanno un ruolo preponderante, ma anche l'esercizio fisico, pure se eseguito in modo regolare e non estremo, può correlarsi a un attacco emicranico, insorgendo già durante l'esercizio stesso (al punto da costringere a sospendere l'attività sportiva) o nelle 48 ore successive.



I CASI: Le caratteristiche dell'attacco sono analoghe a quelle che si hanno in assenza di attività fisica, ma in una piccola percentuale di soggetti il dolore e i sintomi neurovegetativi (nausea, fastidio per suoni-luci) sono più intensi.

Inoltre tra i criteri diagnostici per soddisfare la diagnosi di emicrania viene indicato "il peggioramento della cefalea con l'attività fisica". D'altra parte l'attività fisica, se svolta in modo regolare, è efficace nella prevenzione. Insomma emicrania e sport hanno possibili relazioni fra di loro, ancora da chiarire e con dati contraddittori. Infine ricordo, tra le **cefalee benigne**, la "cefalea da sforzo primaria", che dura meno di 48 ore e si manifesta solo durante un esercizio fisico sostenuto, in ambiente caldo-umido, in condizioni di scarso allenamento. Le consiglio di fare palestra, ma in modo più "dolce" e di rivolgersi a un Centro Cefalee per un'approfondita anamnesi e un esame clinico che escludano una causa organica dei suoi sintomi. (Salute, Corriere)

PREVENZIONE E SALUTE**ENURESI NOTTURNA, CHE COSA FARE SE NOSTRO FIGLIO FA LA PIPÌ A LETTO**

Le tensioni familiari o la gelosia per la nascita di un fratellino possono influire, ma meno di quanto si pensi. Bevendo di più si aiuta ad allargare la vescica. Il ruolo dei genitori che non devono colpevolizzare

Giorgio ha 7 anni ed è un campioncino di nuoto. Vorrebbe partecipare alle gare in trasferta con tutti i suoi compagni di squadra, ma alla fine ha scelto di non partire: fa ancora la pipì a letto, che direbbero di lui i suoi amici? Giorgio, che di anni ne ha 8, rifiuta categoricamente di dormire fuori casa: mai una notte dagli zii, mai un pigiama party, neppure quello organizzato dal suo migliore amico: si vergogna, perché nonostante si impegni, la notte bagna ancora le lenzuola.



L'**ENURESI NOTTURNA**, ossia l'emissione involontaria di urina nel sonno, è un disturbo comune dell'infanzia. Si stima che colpisca in media il 15 per cento dei bambini (più spesso maschi) in età scolare, creando un grave disagio, fino a suscitare preoccupanti sensi di colpa. Il disturbo compromette seriamente l'autostima dei piccoli ed è spesso motivo di frustrazione in famiglia. Le cause psicologiche c'entrano meno di quanto si pensi:

- *tensioni familiari, un lutto, la nascita di un fratellino possono influire, ma rappresentano più che altro un motivo scatenante di un problema che si sarebbe comunque manifestato.*

Attenzione, il controllo degli sfinteri si raggiunge intorno ai 5-6 anni, quando l'apparato urinario è ormai maturo. Inutile preoccuparsi prima.

Ma se il problema persiste è fondamentale rivolgersi al pediatra per trovare insieme una soluzione. Cosa che, purtroppo, forse per vergogna, non sempre avviene.

COLPA DI UN ORMONE

Da una recente indagine che ha coinvolto 13 mila famiglie, è emerso che il 61% dei pazienti con enuresi non si è mai rivolto al pediatra. Tra questi il 16% ha più di 12 anni.

Tra le cause del disturbo vi sono :

- *la predisposizione familiare,*
- *il mancato risveglio*
- *l'eccessiva produzione di urina di notte a causa del basso livello di un ormone antidiuretico (vasopressina).*

In pratica il bambino ha un sonno così profondo che i segnali che la vescica piena invia al cervello per indurre il risveglio (e quindi la necessità di svuotarla) non sono sufficienti.

A volte i **sintomi** sono presenti anche di giorno, come ad es.

- *minzioni troppo frequenti o rare;*
- *urgenza a urinare;*
- *mutandine bagnate;*
- *saltelli o posizioni forzate per contenere le perdite di pipì e le cause sono quasi sempre legate a un'anomala attività della vescica.*

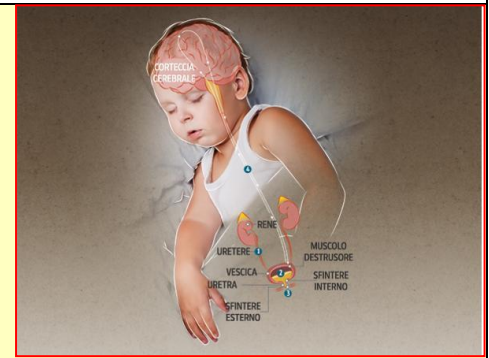
L'enuresi notturna è un fenomeno temporaneo che, in genere, si risolve con la crescita, ma non per questo va trascurata. «Affrontare il problema è cruciale anche per il futuro di questi bambini perché abbiamo visto che l'85% degli incontinenti over 65 sono ex bambini che hanno sofferto di enuresi notturna, ma non sono stati curati».

Come funziona la vescica

L'urina è prodotta dai reni e da questi giunge nella vescica tramite gli ureteri.

La minzione è l'atto sia volontario sia involontario con cui l'urina raccolta nella vescica viene espulsa. Il controllo volontario dello sfintere vescicale inizia intorno ai 2 anni e mezzo. Lo svuotamento è

dovuto alla contrazione del muscolo detrusore, coordinato con il rilasciamento dello sfintere interno e di quello esterno. L'atto della minzione è regolato dal sistema nervoso



BISOGNA BERE DI PIÙ

Un peso rilevante lo ricoprono i genitori, che non devono colpevolizzare o deridere il figlio, ma tranquillizzarlo, spiegandogli che si tratta di una condizione frequente.

«Si pensa erroneamente che questi bambini devono bere poco, ma è vero proprio l'opposto: sei su 10 hanno una vescica piccola e bevendo in media tre bottigliette di acqua povera di calcio (inferiore a 25 mg/l) nell'arco della giornata, smettendo due ore prima di andare a letto, si aiuta ad allargare la vescica, portandola alla massima capacità» chiarisce la pediatra.

Nei casi più seri, quando questi accorgimenti non bastano, il pediatra può prendere in considerazione la terapia farmacologica ricorrendo alla **desmopressina**, farmaco che agisce sul rene riducendo la produzione di urina durante la notte.

In passato era utilizzato anche l'allarme notturno, una specie di orologio, collegato al pigiama, che suona o vibra svegliando il bambino quando si bagna (l'obiettivo è spingerlo a svegliarsi quando la vescica è piena). «Oggi questo è un metodo usato solo per quei pazienti che non rispondono alla terapia farmacologica e che si bagnano una sola volta a notte perché più risvegli andrebbero a interferire con il lavoro notturno dell'ormone della crescita».

Le cure

In buona parte dei casi l'enuresi notturna si risolve in modo spontaneo, ma questo non deve spingere a trascurarla

Il primo passo per affrontarla in modo corretto è **tranquillizzare il bambino** e quindi dargli indicazioni utili per prevenire la perdita di urina (si vedano i consigli preventivi).

Se passati i 5-6 anni l'enuresi notturna persiste, si può prendere in considerazione un trattamento mirato.

LA PIGRIZIA NON C'ENTRA

Se il problema è la vescica iperattiva, e con la rieducazione vescicale non si ottengono i risultati sperati, il pediatra potrà prescrivere farmaci antimuscarinici, che attenuano lo stimolo continuo e impellente a urinare.

«I bambini che fanno la pipì all'ultimo momento non sono pigri o troppo presi dai videogiochi» sottolinea l'esperta «questa è solo una interpretazione degli adulti.

L'urgenza non si presenta con squilli di tromba: la contrazione instabile del muscolo detrusore (che regola la minzione, ndr) parte senza preavviso. È un problema, non colpevolizziamo i nostri figli ma aiutiamoli».

(Salute, Il Corriere)

PREVENZIONE E SALUTE**FILLER, ecco quello che c'è da sapere sul ritocco estetico**

*Le possibilità offerte dalla **medicina estetica** sono molte e, ormai, alla portata di un numero considerevole di persone.*

Per questo un ritocco per migliorare l'aspetto e far arretrare di qualche giro la lancetta del tempo non è più una rarità, sia fra le donne sia fra gli uomini, magari soprattutto per il viso, quella parte del corpo che rivela più cose del tempo che passa. Ma prima di operare qualsiasi scelta è buona cosa conoscere quello che ci aspetta ed essere guidati in questo da un professionista.

Noi e abbiamo parlato con i dottori **Stefano Cattabeni**, chirurgo estetico, e **Claudio Lucchini**, oftalmoplastico e oculista, all'Humanitas di Arese.

Il duopolio botulino – acido ialuronico

A giocare un ruolo cardine nella medicina estetica sono il botulino e l'acido ialuronico. Il botulino è una sostanza prodotta dal batterio *Clostridium Botulinum*, che dopo un **processo di produzione e purificazione** è commercializzata per uso estetico.

«È indicato anche per ridurre la contrazione dei muscoli striati come l'orbicolare, il *procero*, il *corrugatore del sopracciglio* e i grandi muscoli frontali.

In oculistica è usato anche per ridurre gli spasmi del facciale, il *blefarospasmo* e l'*entropion spastico* senile; permette di evitare momentaneamente l'operazione al paziente alleviando il fastidio e il dolore dato dalle ciglia della palpebra inferiore che si arrotola su se stessa».

L'acido ialuronico è una molecola già presente nel nostro corpo ed è prodotta dai fibroblasti, cellule che idratano i tessuti, dando loro turgore e plasticità e che perdiamo progressivamente con gli anni.

L'acido ialuronico è prodotto anche industrialmente da colture batteriche e usato come filler per rimediare a inestetismi della pelle, oltre che per altri usi in medicina come nella chirurgia oculistica e in ortopedia. Si tratta di una sostanza riempitiva in forma di gelatina trasparente e la cui densità varia a seconda della parte da trattare.

Botulino: i diversi usi

Il botulino è indicato per il «trattamento delle rughe cosiddette dinamiche, cioè quelle rughe che si formano a seguito della contrazione di un muscolo o un insieme i muscoli –:

si tratta delle rughe della parte superiore del viso, come *l'arcata sopracciliare, la fronte o la zona perioculare, ad es. le cosiddette zampe di gallina.*

Il filler di acido ialuronico invece serve per le rughe statiche, che si formano durante l'invecchiamento come quelle che dal naso arrivano agli angoli della bocca, le cosiddette rughe della marionetta, che vanno dalla bocca al mento, o quelle delle guance».

Le azioni delle due sostanze sono diverse:

- *il filler con acido ialuronico riempie le rughe,*
- *il botulino rilassa la muscolatura;*

il primo è un gel che crea volume e riempie una depressione della pelle, il secondo ha un'azione di paralisi transitoria della muscolatura, distende i muscoli rallentando il processo di invecchiamento.



Consigli per le infiltrazioni

Le iniezioni, che devono sempre essere eseguite da professionisti in ambulatorio medico (i centri estetici possono soltanto se dispongono di un locale autorizzato), durano 15 minuti al massimo.



Il botulino è iniettato in piccolissime dosi con sottilissimi aghi nelle zone da trattare e subito dopo si possono riprendere le normali attività. L'effetto comincia a vedersi dopo una decina di giorni, il **picco massimo dell'azione è a 30 giorni** per poi degradare fino a svanire in un tempo variabile dai 4 ai 6 mesi.

Alcuni giorni prima è consigliabile **non assumere farmaci antidolorifici**, che rendono il sangue più fluido favorendo l'eventuale formazione di ecchimosi.

I filler a base di acido ialuronico sono iniettati "con *micro cannula* (agocannula) o con aghi finissimi nel derma superficiale o profondo a seconda della parte da ringiovanire. Anche in questo caso il trattamento è indolore e permette di tornare subito alla normalità. Di più lunga durata l'effetto, il trattamento è ripetibile più volte in un anno.

Cattabeni e Lucchini ricordano che è importante non trattare in contemporanea le tre zone del viso, *fronte labbra e occhi*, «perché la muscolatura "è in equilibrio" e trattando nello stesso momento i piccoli muscoli del viso si potrebbe ottenere un effetto sgradevole, con espressioni innaturali».

Il consiglio degli esperti è di eseguire i trattamenti e le infiltrazioni con moderazione, una zona per volta, senza esasperare la pelle per evitare di avere un effetto di levigatezza ma troppo inespressivo e innaturale. (*Salute, Humanitas*)

PREVENZIONE E SALUTE

COSA SUCCEDDE SE SI "ROMPE" UN NEO?

Anche se timore e ansia potrebbero essere le prime reazioni quando si rompe un neo, sia che avvenga a causa di uno sfregamento o per un trauma, non c'è da preoccuparsi che il neo possa trasformarsi in nulla di pericoloso.

Infatti un **neo** non diventa pericoloso quando **si rompe**, ma può diventarlo e cambiare forma da solo senza alcun apparente motivo.

Senza dubbio è decisamente meglio evitare le situazioni che possono favorire più e più volte la rottura di un **neo** o il suo sanguinamento come può accadere, involontariamente, per attrito con le lenzuola durante la notte, per es.



Proteggere il **neo**, soprattutto se si trova in una posizione a rischio di sfregamento contro i tessuti degli abiti o contro accessori come collane e bracciali, può evitare che il **neo** si rompa.

Se nonostante le precauzioni il **neo** si rompesse, è consigliabile applicare subito una crema antibiotica per evitare sovrainfezioni che possono mascherare la vera natura del **neo** traumatizzato.

In ogni caso, è opportuno farsi visitare da un dermatologo che saprà determinare se quel **neo**, indipendentemente dal trauma, è un **neo** pericoloso e a rischio di melanoma, cioè un tumore della pelle invasivo negli stadi avanzati, che si presenta con la forma di un **neo** dai contorni irregolari e frastagliati che può cambiare forma e colore.

Proprio il colore di un **neo** che si presenta o diventa più scuro degli altri nei nella stessa zona del corpo, è anch'esso un indicatore che dovrebbe condurre il paziente dal dermatologo per una valutazione approfondita. I nei non pericolosi invece, molto frequenti e talvolta numerosi sulla superficie cutanea, possono comparire anche dopo i quarant'anni. Nella maggior parte dei casi si tratta di neoformazioni innocue per la salute che si formano a causa di un accumulo di cellule epiteliali che possono formare un **neo** di colore rosa, marrone chiaro o marrone scuro oppure dello stesso colore della pelle, e di dimensione contenuta che spesso non supera i 2-3 mm. (*Salute, Humanitas*)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



ORDINE: GLI EVENTI DEL MESE DI GIUGNO

EVENTI E CORSI ECM Giugno 2019

Martedì 25 Giugno,
ore 21.00, Sede Ordine

**LE INFEZIONI NELLA DONNA:
SINTOMI E TRATTAMENTI TERAPEUTICI**
Relatori: Dott.ssa L. Mazzarella, G. Pignataro, 5 CF

PROGETTO UNA VISITA PER TUTTI

Mese di GIUGNO dedicato alla prevenzione dell'Insufficienza

Sabato 15 Giugno (Dalle 9.00 alle 18.00)	<u>Torre Annunziata</u> : Via Vittorio Veneto, n. 101
Sabato 22 Giugno (Dalle 9.00 alle 18.00)	<u>Torre del Greco</u> : Via Luise, n. 1
Giovedì 27 Giugno (Dalle 9.00 alle 18.00)	<u>Boscotrecase</u> : Via Marchesa, 250
Venerdì 28 Giugno (Dalle 9.00 alle 18.00)	<u>San Giuseppe Vesuviano</u> : Via Roma, 60
Sabato 29 Giugno (Dalle 9.00 alle 18.00)	<u>S. Maria la Carità</u> : Via Petrarco, n. 45

ORDINE: Istituito un Sussidio per i Colleghi Iscritti all'ALBO in Stato di Disoccupazione

Il Consiglio dell'Ordine al fine di offrire un sostegno economico agli iscritti all'Albo che si trovino in stato di disoccupazione involontaria e in difficoltà economica, ha approvato nel uno specifico "Fondo di solidarietà" messo a bilancio nel 2019.

Il Regolamento, consultabile sul sito istituzionale dell'Ordine, prevede per l'anno 2019 l'erogazione di un **sussidio** nella misura massima di **euro 150,00 pro capite** in favore degli iscritti all'Albo che si trovano da almeno 12 mesi inoccupati e che versano in difficoltà economiche.

Nel regolamento pubblicato sul sito sono chiariti i requisiti.

L'istanza potrà essere presentata nel periodo dal **01 giugno al 30 settembre di ogni anno**, corredata da:
1. *Domanda di accesso al Sussidio, in carta libera* (v. allegato - sito istituzionale)

ORDINE di NAPOLI**AUTOFORMAZIONE ed ECM: come Ottenere i Crediti ECM*****Autoformazione e farmaDAY***

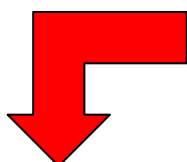
Al fine di incoraggiare le modalità di aggiornamento professionale basate sull'autoapprendimento, si informa che Codesto Ordine ha deciso di **assegnare una percentuale di crediti formativi** per la partecipazione alle seguenti tipologie di attività specifiche della professione di farmacista:



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

*Il notiziario in tempo reale per il farmacista a cura del Prof. Vincenzo Santagada*

1. Lettura della pubblicazione della Rivista Ufficiale dell'Ordine “ **farmaDAY**” in *versione digitale*, consentirà di acquisire un massimo di **30 Crediti ECM** all'anno.
2. La partecipazione ad eventi di volontariato svolti presso l'associazione “**Un Farmaco per Tutti**” e “**Una Visita per Tutti**”, consentirà di acquisire **1 Credito ECM** per ogni ora di attività fino ad un massimale di *30 ore di impegno*.
3. La partecipazione ad attività di **Tirocinio Professionale** pre laurea consentirà di acquisire un massimo di **25 Crediti ECM** all'anno.

**COME FARE PER PARTECIPARE**

Per usufruire di questo innovativo servizio gratuito è sufficiente contattare la Nostra segreteria ECM all'indirizzo mail:

infoecm.ordna@gmail.com

che provvederà ad inviarVi la documentazione necessaria e tutte le informazioni relative.

Scuola di Specializzazione in VALUTAZIONE E GESTIONE DEL RISCHIO CHIMICO

La **Scuola di Specializzazione in Valutazione e Gestione del Rischio Chimico** è finalizzata alla formazione di figure professionali con specifiche competenze, necessarie per valutare e gestire i rischi derivanti dalla produzione, dall'immissione sul mercato e dall'uso di sostanze chimiche e loro miscele, nonché i rischi legati all'intero ciclo di vita di prodotti destinati ad usi specifici e regolamentati dalle recenti normative sociali, di settore e di prodotto. Il percorso formativo è rivolto a tutti coloro che operano nelle istituzioni (*Università, enti di ricerca, laboratori di prova, studi professionali, società di consulenza, aziende, organi di vigilanza e controllo, enti pubblici o istituzioni*) interessate ad approfondire le tematiche tecnico-scientifiche, legislative e applicative correlate alla gestione delle sostanze chimiche e alla valutazione del rischio chimico, così come previsto dalle normative nazionali e comunitarie.

ALTRE INFORMAZIONI

DIPARTIMENTO DI FARMACIA
Università degli Studi di Napoli Federico II

DIRETTORE

Prof. Angela Zampella
angela.zampella@unina.it • tel. 081.679934

COMITATO ORDINATORE

Il coordinamento e la supervisione delle attività della Scuola sono affidate al Comitato ordinatore. Oltre al Direttore, ne fanno parte:

Prof. Elisa Perissutti
elisa.perissutti@unina.it • tel. 081.678646

Prof. Raffaella Sorrentino
raffaella.sorrentino@unina.it • tel. 081.678437

Prof. Anna Aiello
aiello@unina.it • tel. 081.678501

SEDE AMMINISTRATIVA COMPETENTE PER LA PROCEDURA CONCORSALE

Ufficio Scuola di Specializzazione e Master Università degli Studi di Napoli Federico II

Dott.ssa Iole Salerno
tel. 081.2537871 • fax 081.2534603
orario: 9:00 -14:00 dal lunedì al venerdì
i.salerno@unina.it

SEGRETERIA DIDATTICA

Dipartimento di Farmacia
Università degli Studi di Napoli Federico II

Dott.ssa Michela Russo
tel. 081.2537871 • fax 081.678658
orario: 9:00 -14:00 dal lunedì al venerdì
mirusso@unina.it



Università degli
Studi di Napoli
Federico II
Dipartimento di Farmacia



Università degli
Studi di Napoli
Federico II
Dipartimento di Farmacia

SCUOLA DI
SPECIALIZZAZIONE IN
**VALUTAZIONE
E GESTIONE
DEL RISCHIO
CHIMICO**
ANNO ACCADEMICO
2018/2019
2ª EDIZIONE

www.unina.it
www.farmacia.unina.it

COME FARE PER PARTECIPARE

il **bando** scaricabile dal sito dell'Università degli Studi di Napoli Federico II:

http://www.unina.it/-/12265981-ss_fa_valutazione-e-gestione-del-rischio-chimico

SCADENZA PRESENTAZIONE DOMANDE DI AMMISSIONE: **06 Settembre 2019**