



## AVVISO

### Ordine

1. Ordine: autoformazione ed ECM
2. Ordine: Un Farmaco per Tutti

### Notizie in Rilievo

#### Scienza e Salute

3. Le donne con il sedere grosso sono più intelligenti e sane.
4. Reflusso gastroesofageo, il latte fa bene o male?
5. Tumori della Bocca, quanto ne sapete? Sesso Orale (e scarsa igiene) fra le Cause.



#### Prevenzione e Salute

6. Morbo di Parkinson, sai leggere i campanelli d'allarme?



## Proverbio di oggi.....

**Pazzo è chi se cunfida cu 'na femmena**

**Non confidarsi mai con una donna**

## LE DONNE CON IL SEDERE GROSSO SONO PIÙ INTELLIGENTI E SANE

*Amato e odiato, il didietro pronunciato è dovuto a un accumulo di Omega 3. Questi grassi contribuiscono allo sviluppo del cervello.*



Il grasso che si accumula proprio lì sul fondoschiena, croce e delizia.

Molte donne cercano di combatterlo con sessioni sfiancanti di step, altre hanno fatto del lato B abbondante un pass per il successo, come **Kim Kardashian** e **Jennifer Lopez**.

A prescindere dai gusti, per gli scienziati della **University of Oxford**

❖ **le donne che hanno la tendenza ad accumulare grasso sul sedere e sulle cosce sono più intelligenti e più sane.**

**Più cervello e più salute** - *Avere il fondoschiena pronunciato richiede un eccesso di grassi Omega 3.*

E' stato provato che questo tipo di lipidi promuovono lo sviluppo del cervello. Ma i vantaggi non si limitano al cervellone.

*Chi ha un sedere più grande ha livelli più bassi di colesterolo ed è più propenso a produrre gli ormoni che metabolizzano lo zucchero.*

La caratteristica forma "a pera" sarebbe, dunque, un'arma in grado di prevenire il diabete. Il grasso sull'addome, invece, fa male alla salute.

(Salute, Tgcom24)

**PREVENZIONE E SALUTE**

## MORBO DI PARKINSON, SAI LEGGERE I CAMPANELLI D'ALLARME?

*Con quasi 300mila persone affette in Italia e circa 6 milioni nel mondo il morbo di Parkinson è tra le malattie neuro-degenerative più diffuse, con una crescita che ha portato al raddoppio dei casi tra il 1990 e il 2015.*

Ma stime attendibili, come quella riportata dal **Journal of Parkinson's disease**, indicano un possibile ulteriore raddoppio entro il 2040, anche a causa dell'invecchiamento della popolazione.

Ne abbiamo parlato con il dottor **Michele Perini**, neurologo in Humanitas Medical Care di Lainate.



### I sintomi più diffusi

«Il morbo di Parkinson si presenta a seguito della progressiva degenerazione delle cellule nervose del cervello, responsabili della produzione della dopamina, il neurotrasmettitore che regola funzioni come il controllo del movimento, il comportamento, l'umore, il ritmo del sonno e una parte della cognitivtà.

**Movimenti rigidi e lenti, tremori a riposo e perdita di equilibrio sono le principali caratteristiche del morbo di Parkinson**, sintomi che si presentano spesso in modo asimmetrico, colpendo più un lato del corpo rispetto all'altro. Non sempre però questa patologia si manifesta in modo chiaro:

❖ *in alcuni casi si presenta senza i classici sintomi di rigidità dei movimenti e tremore, rimanendo in sordina e non consentendo a chi ne soffre di ipotizzare la malattia».*

### I CAMPANELLI DI ALLARME

Tra i piccoli segnali precoci che potrebbero anticipare lo sviluppo del Parkinson ci sono la **perdita di espressività**, per la carenza di dopamina che rende i muscoli del viso più rigidi, e il cambio del tono della voce, che diventa sempre più debole, mentre il linguaggio si fa confuso. In generale la personalità si modifica, l'umore diventa instabile e si alterna a momenti di apatia, fino al sopraggiungere di episodi di depressione.

Anche olfatto e gusto potrebbero essere compromessi, così come può verificarsi un **mutamento nella sudorazione**, visto che il morbo colpisce il sistema nervoso.

Altre possibili spie sono una pressione bassa immotivata e la stitichezza, disturbi dovuti, anche in questo caso, alla **carenza di dopamina**. «Il tipico tremore collegato al morbo di Parkinson, dunque, non è il solo e unico segnale da tenere in considerazione. Il tremore, infatti, non è un sintomo presente dall'inizio della patologia, ma può manifestarsi con il tempo, quando la malattia è già progredita».

### DIAGNOSI E CURA

Se le cause del morbo continuano a non essere chiare, per la sua diagnosi un solo esame clinico non basta. I medici, fermo restando la decisione del neurologo sugli esami da effettuare, ricorrono infatti alla risonanza magnetica nucleare ad alto campo, alla PET cerebrale, alla scintigrafia del miocardio.

La mancanza di chiarezza sulle cause si riflette anche sulle cure: non esiste, infatti, una cura specifica per il Parkinson. Si ricorre al trattamento farmacologico, alla chirurgia e alla gestione multidisciplinare dei casi.

È bene però precisare che i farmaci che stimolano la **ricezione della dopamina (levodopa) agiscono migliorando i sintomi**, senza intervenire sulla causa della malattia, che tende a progredire.

Il risultato è che, con il tempo, i farmaci perdono efficacia e per alcuni pazienti si propongono soluzioni chirurgiche, **infusione continua di dopamina o di dopagonisti sottocute**.

Come contrasto al Parkinson va infine sottolineato il ruolo della fisioterapia e delle stimolazioni motorie e cognitive. (*Salute, Humanitas*)

**SCIENZA E SALUTE****REFLUSSO GASTROESOFAGEO, il LATTE fa Bene o Male?**

*Cosa succede se si soffre di **reflusso gastroesofageo** e si beve **latte**?*

«Molti pensano che il **latte**, essendo alcalino, dovrebbe “**tamponare**” l’azione degli acidi gastrici.

Il beneficio ci potrà essere, benché temporaneo. Tuttavia se il **latte** è intero, dunque più ricco di grassi, rallenta lo svuotamento gastrico. In questo modo i succhi gastrici restano nello stomaco più a lungo potendo così risalire facilmente verso l’esofago».

A spiegarlo è la dottoressa Beatrice Salvioli, gastroenterologa dell’ospedale Humanitas.

Sono gli acidi contenuti nello stomaco che “invadono” l’esofago i responsabili del **reflusso gastroesofageo**, una condizione che interessa milioni di persone sia temporanea che come patologia cronica:

«Le persone che ne soffrono riferiscono fastidio, bruciore, sensazione di rigurgito acido, bruciore al centro del petto. Oltre a questi sintomi tipici ce ne sono di atipici che fanno preoccupare di più chi li accusa poiché spesso vengono confusi con i sintomi di altre patologie, «ad esempio il dolore al petto che viene scambiato per il dolore di un infarto.

In altri casi, in presenza di tosse secca e fastidiosa o dolore alle orecchie, ci si rivolge prima all’otorino o al pneumologo che a loro volta inviano i pazienti allo specialista gastroenterologo per confermare la diagnosi di **reflusso**».

**PER PREVENIRE IL REFLUSSO BENE EVITARE IL SOVRAPPESO**

Inevitabilmente il **reflusso gastroesofageo** ha a che fare con l’alimentazione.

Quali sono i cibi controindicati?

«Precisando che ogni caso è storia a sé, in teoria si cerca di limitare il consumo di cibi aciduli, in particolare nei momenti di stress o comunque quando i sintomi si riacutizzano.

Più che per il loro “potere” acido – il loro consumo è contenuto perché stimolano la produzione di acido: esempi sono il **cioccolato, ma anche la menta e il caffè** che soprattutto a digiuno stimola un’eccessiva acidità gastrica. Meglio non esagerare con le tazzine nell’arco della giornata.

Attenzione al “tamponamento” dell’acidità con pezzi di pane o cracker: sono tutti carboidrati e chi fa di questa azione un’abitudine potrebbe mettere su peso».

Ecco, il peso è proprio uno di quei fattori di rischio per il **reflusso gastroesofageo**.

Prevenirlo si può guardando allo stile di vita: «Il sovrappeso è da evitare perché i chili di troppo aumentano la pressione addominale che comprime lo stomaco e fa risalire gli acidi.

È inoltre indispensabile non fumare, mantenersi attivi, anche se alcune forme di attività fisica come la corsa possono accentuare il **reflusso**, e – cosa più difficile – cercare di gestire lo stress».

**Per l’alimentazione cosa privilegiare, invece?**

«Prodotti con farine raffinate, più digeribili rispetto a quelle integrali, sebbene queste siano ricche di altre virtù; *cibi cucinati alla piastra e al vapore, dalla verdura al pesce; l’insalata a foglia piccola* (quella a foglia larga è difficilmente digeribile) e pochi condimenti. E poi *bere tanta acqua naturale*».

**ACQUA E BICARBONATO CONTRO IL REFLUSSO PRIMA DI ANDARE A LETTO?**

«Il beneficio è immediato ma non è una panacea soprattutto se il **reflusso** diventa cronico. E a proposito di letto – la cosa fondamentale è di far passare almeno due ore dalla cena a quando ci corichiamo. Approfittiamo per fare qualcosa che stimoli la digestione, dal portare il cane a spasso alle pulizie domestiche». (Salute, Humanitas)



**SCIENZA E SALUTE****TUMORI della BOCCA, quanto ne sapete?  
Sesso Orale (e scarsa igiene) fra le CAUSE**

*I tumori testa-collo sono ancora una patologia molto sottovalutata: 6 malati su 10, infatti, arrivano alla diagnosi con una malattia già in stadio avanzato, quando è molto più difficile da curare.*

Per accrescere l'attenzione dell'opinione pubblica e migliorare la conoscenza su questi tumori, viene organizzata la Make Sense Campaign 2019, settimana di educazione alla prevenzione e informazione.

**Tieni la testa sul collo. Un controllo può salvarti la vita**

«Scendi dalle nuvole». «Esci dal guscio». «Non mettere la testa sotto la sabbia». Sono i tre messaggi lanciati quest'anno dalla campagna Tieni la testa sul collo, un invito a non sottovalutare i tumori della testa e del collo e a sottoporsi ai controlli diagnostici necessari. L'iniziativa è promossa dall'Associazione Italiana di Oncologia Cervico-Cefalica (AIOCC), con il patrocinio del Ministero della Salute e realizzata con il contributo non condizionato di Merck, in occasione della Make Sense Campaign 2019, iniziativa europea di sensibilizzazione sui tumori della testa e del collo che dal 16 al 20 settembre metterà in campo numerose iniziative su tutto il territorio nazionale.

**Cosa si intende per «tumori di testa e collo»**

La dicitura comprende i carcinomi che originano dalle cellule epiteliali di organi quali: **cavità nasali e seni paranasali, faringe** (rinofaringe, orofaringe e ipofaringe), **ghiandole salivari, cavo orale e laringe**. L'organo che viene colpito più frequentemente è la laringe, seguito dal cavo orale e dalla faringe.

**10mila nuovi casi ogni anno in Italia**

«Nel nostro Paese ogni anno si registrano circa 10mila nuovi casi. Bisogna agire perché i pazienti non arrivino troppo tardi alla diagnosi, fattore che complica notevolmente il percorso terapeutico. Noi medici siamo chiamati in prima persona a diffondere questi importanti messaggi nel modo più capillare possibile. Un tumore diagnosticato a uno stadio precoce - può raggiungere un tasso di sopravvivenza anche del 90%. Questi numeri cambiano notevolmente se la malattia viene scoperta quando è già ad uno stadio avanzato: purtroppo il 60% di questi pazienti non supera i 5 anni».

**Attenti a quei sintomi: dalle ulcere in bocca alla raucedine**

«I sintomi dei tumori della testa e del collo sono spesso insidiosi perché confusi con normali manifestazioni quali **gonfiore al collo, deglutizione dolorosa o faticosa, naso chiuso da una narice o sanguinamento dal naso, raucedine persistente, mal di gola e o bruciore alla lingua, lesioni orali o rosse o bianche nel cavo orale**. In presenza di uno di questi sintomi che perdurano per almeno tre settimane, non bisogna perdere tempo e andare subito dal medico per un consulto: un controllo e una diagnosi precoce possono salvare la vita». Negli stadi iniziali infatti le prime avvisaglie sono piuttosto sfumate e spesso simili a quelle di patologie infiammatorie. Tuttavia se persistono, specie nei soggetti con fattori di rischio, è necessario rivolgersi al medico specialista.



### ***I principali fattori di rischio: fumo, alcol e Papillomavirus***

Queste neoplasie si presentano più frequentemente nelle persone sopra i 40 anni.

- ❖ ***Fumo, microtraumi delle mucose, cattiva igiene orale,***
- ❖ ***una dieta povera di frutta e verdura, l'eccessivo consumo di bevande alcoliche e il Papillomavirus***

ne sono i maggiori responsabili.

Il tabacco (*sigarette, sigari, pipa, tabacco da masticare, tabacco da fiuto*) rappresenta il maggiore e più importante fattore di rischio. Si calcola che l'85% dei casi di tumori di questo tipo siano correlati al tabacco. Gli alcolici sono il secondo principale fattore di rischio dopo il fumo.

Consumare più di 3 unità alcoliche al giorno per un uomo e più di 2 al giorno per una donna aumenta in modo significativo il rischio di sviluppare un tumore della testa e del collo.

L'infezione da ***papilloma virus umano*** (o HPV) è attualmente considerata molto importante nella genesi di alcune di queste malattie, specie quelle dell'orofaringe e della bocca. Lo stesso virus è responsabile dei tumori al collo dell'utero e si ritiene che l'infezione si diffonda tramite rapporti sessuali.



### ***I principali fattori di rischio: c'è anche la scarsa igiene orale***

Una scarsa e non corretta igiene orale, soprattutto in chi usa protesi dentarie, favorisce infiammazioni e meccanismi che portano alla formazione del cancro. A far salire le probabilità è anche una ***dieta povera in vitamine del gruppo A e B***, vale a dire frutta e verdura fresca.

Inoltre alcuni tumori dell'area testa e collo sono stati collegati a sostanze cancerogene con le quali si può entrare in contatto sul luogo di lavoro, quali:

- ❖ ***polvere di legno e cuoio, formaldeide, radiazioni ionizzanti, nichel e amianto.***

### ***Come si arriva alla diagnosi***

La diagnosi precoce di queste malattie si basa sul riconoscimento dei sintomi iniziali e su un'approfondita visita medica che deve includere un'endoscopia, con strumento flessibile (***fibroscopio***) o ottiche rigide.

L'identificazione di una lesione neoplastica, seguita da prelievo di tessuto per una biopsia, porta quasi sempre all'esecuzione di indagini che definiscono l'estensione profonda del tumore e l'eventuale interessamento dei linfonodi del collo (***TC, RMN, ecografia***).

### ***Le terapie: serve un team di specialisti***

Per questi tumori esistono diverse terapie che possono essere impiegate singolarmente o insieme.

I malati ricevono spesso una combinazione di modalità differenti di trattamento ed è per questo fondamentale un approccio multidisciplinare (***chirurgo, oncologo medico, radioterapista, radiologo***).

### ***Le terapie: primo, chirurgia conservativa (quando possibile)***

I pazienti con una patologia in stadio iniziale vengono per lo più trattati con la ***rimozione chirurgica del tumore***, senza significative sequele funzionali. Nelle forme avanzate il trattamento chirurgico richiede il ricorso a tecniche più complesse e può essere associato ad alterazioni funzionali. All'operazione possono essere combinate, a seconda dei casi, ***radioterapia, chemioterapia***, altri tipi di farmaci (***target therapies***).

### ***Le terapie: radioterapia e farmaci***

La ***radioterapia*** può essere un'alternativa alla chirurgia nei tumori in fase iniziale e gioca un ruolo fondamentale nei pazienti con lesione in stadio avanzato in diversa associazione con chirurgia e chemioterapia. Può seguire la ***chirurgia da sola o con chemioterapia concomitante*** o può essere scelta sempre in combinazione con la chemioterapia come trattamento curativo. La chemioterapia può essere usata nei pazienti sottoposti a chirurgia sia prima della procedura chirurgica (quando il tumore è vasto o per ridurre la dimensione o il numero di metastasi), sia dopo la chirurgia con la radioterapia. (*Corriere*)

## Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

### LA BACHECA



## Progetto “Un Farmaco per Tutti”



**Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli** ...

Oggi presso la sede dell'ordine dei farmacisti di Napoli, il Presidente Vincenzo Santagada ha ricevuto in visita ufficiale Sua Eccellenza il Prefetto del Dipartimento dell'Atacora della Repubblica del Bénin Madame Lydie Déré Martine Chabi Nah accompagnato dal Console della Repubblica del Bénin a Napoli Dott. Giuseppe Gambardella. Nel corso dell'incontro istituzionale si è discusso di numerose iniziative volte ad incentivare lo sviluppo autonomo della popolazione beninese.



## **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.

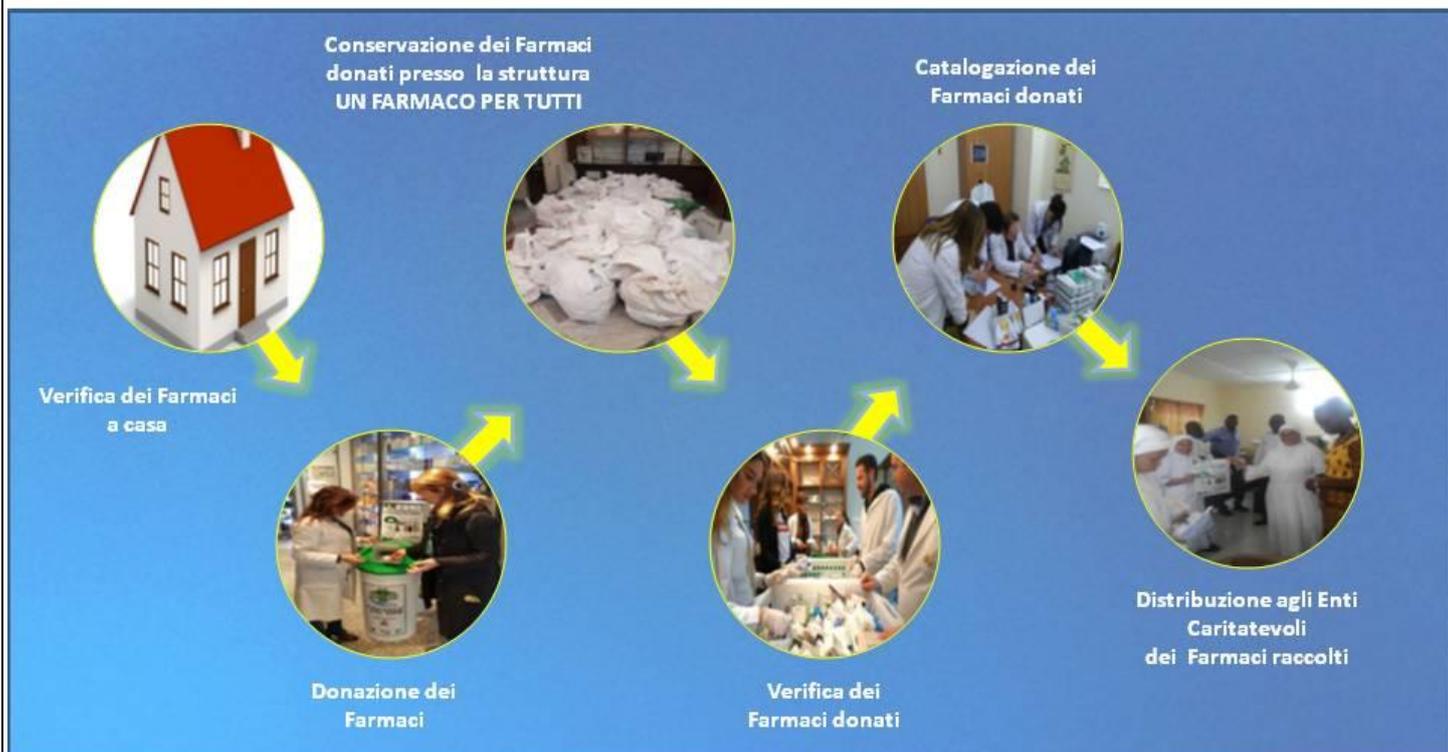
L'istanza potrà essere presentata nel periodo dal **01 giugno al 30 settembre di ogni anno**, corredata da:  
1. *Domanda di accesso al Sussidio, in carta libera* (v. allegato - sito istituzionale)

## ORDINE: 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.



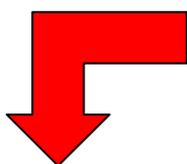
**ORDINE di NAPOLI****AUTOFORMAZIONE ed ECM: come Ottenere i Crediti ECM*****Autoformazione e farmaDAY***

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:



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](mailto:infoecm.ordna@gmail.com)

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

# CONVENZIONI: SERVIZI e AGEVOLAZIONI per gli ISCRITTI all'Ordine

*Stipula di convenzioni con soggetti terzi con la finalità di apportare concreti vantaggi a tutti gli Iscritti all'Ordine.*

La Convenzione realizza simultaneamente la seguente finalità:

**Attribuisce immediatamente dei vantaggi agli Iscritti nell'espletamento delle finalità dell'Ordine;**



L'elenco delle imprese sarà aggiornato man mano che saranno attivate le convenzioni.

**PER VISIONARE LE IMPRESE CONVENZIONATE BASTA CLICCARE IL SEGUENTE LINK:**

[http://www.ordinefarmacistinapoli.it/ordineNuovo/?option=com\\_content&view=article&layout=edit&id=1493](http://www.ordinefarmacistinapoli.it/ordineNuovo/?option=com_content&view=article&layout=edit&id=1493)

AZIENDA E SITO	AZIENDA E SITO
 <a href="http://tufano.euronics.it/">http://tufano.euronics.it/</a>	 <a href="http://www.otofarma.it/">http://www.otofarma.it/</a>
 <a href="mailto:arcangelo.viticchio@libero.it">arcangelo.viticchio@libero.it</a>	 <a href="http://www.centroflegreo.net/">http://www.centroflegreo.net/</a> <a href="http://www.centrofutura.net/">http://www.centrofutura.net/</a> <a href="http://www.centromanzoni.com/">http://www.centromanzoni.com/</a> <a href="http://www.therapiccenter.it/">http://www.therapiccenter.it/</a>
 <a href="http://www.centroathenanapoli.it/">http://www.centroathenanapoli.it/</a>	 <a href="http://www.backoffice.rent">www.backoffice.rent</a> <a href="mailto:info@backoffice.rent">info@backoffice.rent</a>
 <a href="http://www.real-luxury.it/">www.real-luxury.it/</a> <a href="mailto:info@real-luxury.it">info@real-luxury.it</a>	 <a href="http://www.elettroconsult.it/">www.elettroconsult.it/</a> <a href="mailto:info@elettroconsult.it">info@elettroconsult.it</a>
 <a href="http://www.teatrosancarło.it/">http://www.teatrosancarło.it/</a> <a href="mailto:biglietteria@teatrosancarło.it">biglietteria@teatrosancarło.it</a>	 <a href="http://www.edilker.it">www.edilker.it</a> <a href="mailto:amministrazione@edilker.it">amministrazione@edilker.it</a>
 <a href="http://www.casanovanapoli.it">www.casanovanapoli.it</a> <a href="mailto:amministrazione@casanovanapoli.it">amministrazione@casanovanapoli.it</a>	 <a href="http://www.archilegno.eu/">http://www.archilegno.eu/</a>
 <a href="http://www.tufanogomme.com">www.tufanogomme.com</a> <a href="mailto:info@tufanogomme.com">info@tufanogomme.com</a>	 <a href="http://www.enb.company">www.enb.company</a> <a href="mailto:divisione@enb.company">divisione@enb.company</a>