



AVVISO

Ordine

1. Ordine: Caduceo d'Oro 2019
2. Ordine : ENPAF

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Il sorriso è contagioso, vero o falso?
4. Sonniferi, ecco gli effetti collaterali. Dipendenza e sonnolenza.



Prevenzione e Salute

5. Colesterolo alto, a rischiare infarto e ictus sono soprattutto gli under 45
6. Influenza in anticipo: già colpiti quasi 800mila italiani
7. Sapete riconoscere i piatti poco calorici? Attenti agli equivoci.



www.farmaciacentrosalute.it

Proverbio di oggi.....

'A cuntentezza vene da 'o core.

IL SORRISO È CONTAGIOSO, Vero o Falso?

Sbadigli tu, sbadiglio io. Sorridi tu, sorrido anch'io!

Studi recenti, condotti presso l'Ateneo del Wisconsin, negli Stati Uniti d'America, hanno dimostrato che non solo la più nota espressione di noia, ma anche le esternazioni di felicità, sorpresa, tristezza e rabbia, sono **oggetto di imitazione**.



“In situazioni di socialità, ovvero quando si è in compagnia, per rispondere alla necessità di porsi in sintonia con il proprio interlocutore, – spiega lo specialista in psicologia di [Humanitas Medical Care](#)– il nostro corpo attiva dei meccanismi inconsci, grazie ai quali si innesca un gioco di **emulazione**:

❖ *questo si traduce banalmente nell'adottare una espressione corrucciata se ci troviamo a tu per tu con qualcuno che è triste o preoccupato”.*

Fortunatamente, si parla anche di **risata** e **sorriso** contagiosi: la nostra abilità di **immedesimazione** si intensifica e potenzia, tanto più la condizione altrui è piacevole e gradevole.

Vi è in ciascuno di noi, infatti, il desiderio di prender parte a quella gioia, facendola nostra.

“Alla luce di questo – continua il medico – comprendiamo il disagio e l'isolamento di chi, reduce da una paralisi facciale, colpito dalla sindrome di Bell, vittima di un intervento plastico dall'esito negativo o piuttosto affetto da autismo, non è in grado di mimare le espressioni”.

Se non puoi metterti nei panni di una persona, assumine almeno l'espressione!

(Salute, Humanitas)

SCIENZA E SALUTE

COLESTEROLO ALTO, A RISCHIARE INFARTO E ICTUS SONO SOPRATTUTTO GLI UNDER 45

Un ampio studio pubblicato su Lancet stima per la prima volta il pericolo a lungo termine per i più giovani: +29% per gli uomini e +16% per le donne.

Lo stretto legame tra colesterolo alto e rischio di infarto e ictus è ben noto in letteratura scientifica.

Un nuovo studio di ampie dimensioni appena pubblicato su **Lancet** conferma il nesso, ma secondo la ricerca

- **a rischiare di più sono i giovani adulti sotto i 45 anni.**

Di fatto i livelli di colesterolo di una persona sotto i 45 anni possono prevedere il rischio di sviluppare malattie cardiovascolari nel corso della vita.

È stato infatti calcolato il rischio cardiovascolare a lungo termine (**fino a 75 anni di età**).

Fino ad oggi il rischio cardiovascolare era stimabile solo per i 10 anni successivi.

Studiate tutte le forme di colesterolo «cattivo»

Lo studio ha coinvolto quasi 400.000 persone di 38 Paesi, il cui stato di salute è stato monitorato per un tempo medio di ben 43,5 anni tra 1970 e 2013.

È emerso che **gli individui con meno di 45 anni con colesterolo non-HDL elevato** (dove per colesterolo non HDL si intendono tutte le forme di colesterolo «cattivo» e non solo il più noto colesterolo LDL) presentano un rischio di infarto (fatale e non) più elevati che gli over 60.

I DATI: Lo studio ha scoperto che quando le **concentrazioni ematiche di colesterolo non HDL** (appunto noto come colesterolo «cattivo») sono superiori a 145 mg per 100 ml prima dei 45 anni, il rischio relativo di una persona di sviluppare malattie cardiache a un certo punto della vita quasi raddoppia.

Per concentrazioni comprese tra 100 e 145 mg prima dei 45 anni, il rischio relativo aumenta dal 10 al 20%.

Più nel dettaglio a rischiare di più di andare incontro a un infarto o ictus sono gli uomini under 45 (+29%), mentre le donne hanno un rischio di +16%.

Gli over 60 con colesterolo alto presentano un rischio di andare incontro a gravi problematiche cardiovascolari del 12% e del 21% rispettivamente per le donne e per gli uomini.

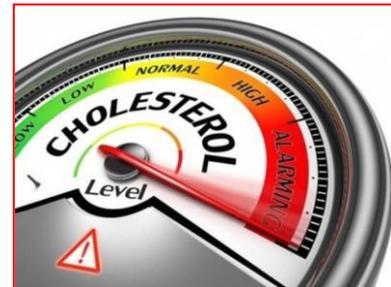
Farmaci e stile di vita

Sappiamo dagli anni Ottanta che il colesterolo alto è collegato all'aterosclerosi, cioè un intasamento delle arterie che alla lunga può provocare malattie cardiovascolari. In età avanzata è raccomandata l'assunzione di statine per abbassare i livelli di colesterolo. Ma allora anche sotto i trent'anni i soggetti con un livello di colesterolo elevato dovrebbero assumere il farmaco? Non necessariamente.

«Gli autori della ricerca consiglia vivamente ai giovani di conoscere i loro livelli di colesterolo e prendere le giuste decisioni da concordare coi medici. Spesso i più giovani neppure conoscono questi dati. Per i giovani adulti il primo rimedio contro il colesterolo cattivo alto è l'attività fisica, la perdita di peso e una dieta sana».

Gli effetti collaterali a lungo termine delle statine

Non per forza vanno assunte statine da giovani, anche perché non esistono studi sui potenziali effetti collaterali causati dall'assunzione del farmaco a lungo termine. Sebbene in genere ben tollerate le statine possono di frequente provocare dolori ai muscoli e alle articolazioni o causare problemi gastrointestinali. Piuttosto, nella maggioranza dei casi, quando il problema non è solo genetico, si può forzare ancora una volta la mano su un corretto stile di vita e un'alimentazione adeguata che tenga conto di una serie di alimenti che possono aiutare a mantenere controllato il colesterolo. (*Salute, Repubblica*)



PREVENZIONE E SALUTE**INFLUENZA in anticipo: già colpiti quasi 800mila italiani**

I numeri della stagione influenzale 2019-2020 dovrebbero però essere inferiori rispetto a quelli dello scorso anno. Vaccinazione: la fiducia cresce a piccoli passi

Il trend è costante, a questo punto dell'anno. Ma rispetto alla scorsa stagione, la curva di crescita viaggia con un leggero anticipo.

Sono infatti già **767mila** gli italiani messi ko dall'**influenza**:

✓ *oltre 150mila in più rispetto al dato rilevabile 12 mesi addietro.*

Nella settimana compresa tra il 25 novembre e l'1 dicembre, sono stati 152mila i connazionali colpiti dal **virus influenzale**:

perlopiù in **Piemonte, Lombardia, Abruzzo** e nella **Provincia autonoma di Trento**.

I numeri, comunque, rientrano nella norma. Il picco dei contagi, infatti, dovrebbe registrarsi a partire dalla seconda metà di **gennaio**.

Secondo le stime di diverse società scientifiche, a essere colpite dall'influenza potrebbero essere oltre 7 milioni di persone: da qui al termine dell'inverno. Un dato inferiore rispetto a quello registrato tra la fine del 2018 e i primi mesi del 2019, quando a finire a letto furono 9 milioni di italiani (con 198 decessi).

CRESCERE LA FIDUCIA NEI CONFRONTI DELLA VACCINAZIONE

La situazione è dunque sotto controllo. Merito anche di una maggiore aderenza alla campagna di **vaccinazione contro l'influenza** che, sebbene partita in leggero ritardo, «sta andando bene:

in tutto il territorio stiamo registrando un incremento della domanda e dell'offerta», afferma **Claudio Cricelli**, presidente della Società Italiana di Medicina Generale e delle Cure Primarie.

Uno scenario che, al pari di quanto rilevato lo scorso anno, lascia immaginare **risultati migliori rispetto al passato**, quando si era fatta molta fatica a fare breccia nei target di riferimento. Le conseguenze della malattia, per anni, sono state poco considerate.

Il «**caso-Fluad**» - scoppiato nel 2014 dopo il decesso di tre anziani in seguito alla profilassi e al ritiro da parte dell'AIFA di due lotti di vaccino, poi «scagionati» dalle indagini - ha contribuito ad alimentare lo scetticismo nei confronti della profilassi. Sono seguite stagioni caratterizzate da un **calo sensibile dei tassi di copertura**, prima della lenta ripresa iniziata lo scorso anno.

CHI DOVREBBE VACCINARSI?

La profilassi è raccomandata soprattutto per alcune fasce della popolazione: persone alle prese con **malattie croniche, donne incinte e anziani**. Da un paio d'anni il **vaccino** è offerto anche ai **donatori di sangue**, in modo da contenere il calo nell'affluenza ai centri trasfusionali quando l'infezione avrà raggiunto il suo picco. Il **vaccino impiega all'incirca tre settimane** prima di mettere a disposizione dell'organismo la giusta dose di anticorpi. Prima ci si vaccina, dunque, meglio è. Aspettando troppo, infatti, si corre il rischio di farsi trovare sguarniti nel momento di **massima circolazione del virus**.

NON TUTTE SONO INFLUENZE

L'influenza è una malattia provocata da virus che infettano le **vie aeree (naso, gola, polmoni)** e che si diffondono con molta facilità attraverso **goccioline di muco e di saliva (anche soltanto parlando vicino a un'altra persona)**. Spesso vengono impropriamente etichettate come forme influenzali diverse infezioni delle prime vie respiratorie - di natura batterica o virale - che possono presentarsi con sintomi molto simili. Ma l'influenza, a differenza di tutte queste altre forme, si distingue per la presenza di tre caratteristiche: l'insorgenza brusca della **febbre oltre i 38 gradi**, la presenza di almeno un **sintomo sistemico** (dolori muscolari o articolari) e uno **respiratorio** (tosse, mal di gola, naso che cola).

Per la stagione 2019-2020, gli esperti si attendono infezioni più aggressive, date dalla circolazione di **virus di tipo A** (in particolare **A-H3N2**) che, soprattutto negli anziani, possono determinare complicazioni causate da contemporanee **infezioni batteriche da pneumococco** (resp. delle **polmoniti**). (*Fondazione Veronesi*)



PREVENZIONE E SALUTE**SAPETE RICONOSCERE I PIATTI POCO CALORICI?
ATTENTI AGLI EQUIVOCI**

Spesso sostituire un ingrediente con un altro non basta: conta il valore energetico complessivo

La caprese piace alle donne, un bell'hamburger agli uomini.

Le porzioni piccole e ben presentate sono "femminili", quelle grandi "maschili".

Anche i cibi, insomma, sono ancorati a stereotipi di genere che influenzano le nostre scelte.

Questa "fotografia" dei nostri gusti emerge da una recente ricerca condotta dalle università di Modena-Reggio Emilia e di Losanna, pubblicata su *Appetite*.

Dallo studio è anche emerso che di fronte a due piatti diversi per tipologia, ma con pari apporto calorico, quello considerato più "femminile" viene ritenuto tanto da donne quanto da uomini più leggero.

E tra i piatti da "signore" ci sono *verdura, formaggi freschi, pesce, frutta, dolci*.

La **carne rossa** invece viene ritenuta "virile" probabilmente perché riporta alla mente la figura del "maschio cacciatore".

Cibi leggeri (ma non sempre)

Spiega Nicoletta Cavazza, docente di Psicologia sociale e primo autore dello studio:

«Le donne di solito preferiscono mangiare cibi che ritengono leggeri anche per esprimere la propria femminilità e dare una buona immagine di sé, ma la

percezione di leggerezza non sempre rispecchia le caratteristiche nutrizionali oggettive del piatto».

Insomma, non sempre ciò che appare leggero lo è davvero.

E quindi, se siamo alla ricerca di piatti moderati sotto il profilo calorico, è bene fare attenzione anche quando ci si ispira alle sempre più numerose ricette "light" in rete.

Può capitare, infatti, di trovare proposte presentate come leggere perché il burro è stato sostituito con l'**olio** (da preferire per la sua composizione ma, a parità di peso, più calorico del burro) e lo **zucchero bianco** è stato sostituito con quello grezzo (simile apporto calorico), oppure semplicemente perché si è fatto qualche errore nel calcolo delle calorie.

Come nel caso di una ricetta che prevede, fra i vari ingredienti, per 4 persone un etto d'olio - pari a 900 kcal - e poi indica meno di 200 chilocalorie per porzione.

Che fare, dunque? Cercare di conoscere meglio gli alimenti e non solo sotto il profilo calorico, ma anche per le caratteristiche nutrizionali.

A questo scopo si può utilizzare il sito del Centro di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione CRA-NUT. (*Salute, Corriere*)



"Leggeri" in apparenza	Grassi (g)	kcal	"Leggeri" davvero	Grassi (g)	kcal
Mozzarella (g 100) con pomodoro (g 150), olio (g 10)	30	368	Prosciutto crudo (g 50) con melone (g 120)	10	187
Insalata (g 200) con tonno sott'olio (g 50), mozzarella (g 50), olive (g 20), olio (g 20)	40	490	Spiedini di pollo (g 100) con verdure (g 150), olio (g 10)	13	230
Frullato di frutta (g 300) con latte (g 50), un cucchiaino di zucchero	2	197	Frutti di bosco (g 100) con gelato di frutta (g 50)	0	95

Corriere della Sera

SCIENZA E SALUTE**SONNIFERI, ecco gli EFFETTI COLLATERALI.
DIPENDENZA e SONNOLENZA.**

Mai esagerare con questo tipo di medicinali, e prenderli sempre con l'assenso del medico.

I sonniferi possono portare anche allergie, se siete intolleranti ai principi attivi del farmaco. Le migliori alternative dei rimedi naturali.

DANNI DEI SONNIFERI

Il **sonno** aiuta il nostro cervello a mantenersi sano, e protegge tutte le sue funzioni cognitive.

Un essere umano dovrebbe dormire, serenamente, almeno **sette ore a notte**, al fine di scongiurare il declino delle facoltà cerebrali e l'arrivo di alcune forme di demenza che di solito si manifestano durante la terza età.

Molte persone però soffrono di **insonnia**, fanno cioè fatica ad addormentarsi in maniera naturale e perciò ricorrono all'uso dei **sonniferi**, scorciatoie farmacologiche (e quindi chimiche), per poter ritrovare il sonno perduto.

Eppure i sonniferi non rappresentano una soluzione sicuramente valida per il trattamento dell'insonnia cronica, perché gli **effetti collaterali** ad essi associati possono essere davvero gravi e chi ne fa abuso rischia di **danneggiare seriamente il cervello**, di **incappare in malattie gravi come l'Alzheimer** e addirittura di **aumentare il rischio di morte prematura**. I sonniferi vanno assunti sotto stretta prescrizione medica affinché se ne scelga uno adatto alle proprie esigenze.

RISCHI PER LA SALUTE DEI SONNIFERI

Vediamo insieme quali sono i **rischi** legati all'uso, e all'abuso, dei **sonniferi**:

- Tra i sonniferi comunemente prescritti ci sono i **tranquillanti**, a base di **benzodiazepine**, sostanze che servono a combattere l'ansia, le convulsioni, gli spasmi muscolari e che generano sonnolenza. Con il passare del tempo, l'efficacia di tali tranquillanti tende a diminuire e induce chi ne fa uso a volerne incrementare la dose per poter ottenere gli stessi risultati goduti all'inizio del trattamento. La dipendenza è dunque dietro l'angolo e gli effetti collaterali sono gravissimi. Tra questi si rilevano **le depressioni, i disturbi della concentrazione, la nausea e le emicranie**. Aumentano anche gli stati di agitazione e di ansia. Le benzodiazepine non dovrebbero mai essere assunte per periodi prolungati.
- Le benzodiazepine hanno a poco a poco sostituito i **barbiturici**, considerati ormai obsoleti oltre che altamente tossici. I barbiturici sono degli ansiolitici e degli anticonvulsivanti il cui impiego oggi è limitato al campo anestetico, Gli effetti collaterali sono molto gravi:
 - **atassia, nistagmo, eccessiva sedazione, turbe della coscienza.**
- I **Farmaci Z** (Z Drugs) raggruppano alcune tipologie differenti di sonniferi. Le molecole di questi sonniferi hanno in comune solo la lettera iniziale, la "Z" e sono lo **Zolpidem**, lo **Zaleplon** e lo **Zopiclone**. Anche questi sedativi comportano effetti collaterali serissimi, come allucinazioni, aggressività, incubi, amnesia retrograda e anterograde e mal di testa.
- I sonniferi possono provocare anche **manifestazioni allergiche** qualora si sia intolleranti ai principi attivi del farmaco.
Le reazioni più comuni sono: vista offuscata, tachicardia, orticaria, raucedine, dolori al petto e sensazione di soffocamento.

(Salute, Focus)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



CONCERTO DI NATALE, CADUCEO D'ORO, MEDAGLIE di BENEMERENZA alla PROFESSIONE e GIURAMENTO di GALENO

Lunedì 16 Dicembre, ore 20.00 – Teatro di San Carlo – NA



ORDINE DEI FARMACISTI
DELLA PROVINCIA DI NAPOLI



**MEDAGLIE alla
PROFESSIONE**
Cerimonia di Consegna

Lunedì 16 Dicembre 2019 - ore 20,00
Teatro di San Carlo - Napoli



L'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli consegna ai propri iscritti che hanno conseguito:

✓ **65, 60, 50, 40 e 25 anni di Laurea**

una medaglia che rappresenta un riconoscimento della *Comunità Professionale* all'impegno civile, tecnico e deontologico dei Professionisti. La cerimonia si svolge con la presenza di **250 giovani neo iscritti** che pronunceranno il **GIURAMENTO Professionale di GALENO**.

COME PARTECIPARE

OBBLIGATORIO Prenotarsi e Ritirare il Biglietto Gratuito
presso gli uffici dell'Ordine



Ti aspettiamo per partecipare
Tutti insieme,
al *Concerto di Natale*
e al
Caduceo d'Oro 2019

PROGRAMMA CADUCEO D'ORO 2019

❖ INDIRIZZI DI SALUTO DELLE AUTORITA'

- S.E. Crescenzo SEPE - *Arcivescovo Metropolitana di Napoli*
- On. Mara CARFAGNA - *Vicepresidente Camera dei Deputati*
- On. Luigi DE MAGISTRIS - *Sindaco Città Metropolitana di Napoli*
- On. Vincenzo DE LUCA* - *Presidente Regione Campania*

❖ PROGRAMMA

- **Concerto di Natale: Coro di Voci Bianche del Teatro di San Carlo di Napoli**
- **Granelli di sabbia - Stefania Bruno**

❖ PRESENTAZIONE DELLA CERIMONIA

- **Prof. Vincenzo SANTAGADA - Presidente Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli**

❖ SALUTO DI BENVENUTO

- **On. Andrea MANDELLI - Presidente FOFI**
- **Dr. Marco COSSOLO - Presidente Federfarma Nazionale**
- **Dr. Emilio CROCE - Presidente ENPAF**
- **Prof.ssa Angela ZAMPELLA - Direttore Dipartimento Farmacia - Università di Napoli Federico II**
- **Dr. Michele DI IORIO - Presidente Federfarma Napoli**

❖ PROIEZIONE FILMATO

❖ “PREMIO CULTURA 2019”

- **Prof. Gaetano MANFREDI - Magnifico Rettore Università di Napoli Federico II**

❖ “PREMIO ITALIA 2019”

- **Dr. Massimo SCACCABAROZZI - Presidente Farminindustria**
- **Dr. Pierluigi PETRONE - Presidente Assoram**

❖ “PREMIO SCIENTIFICO 2019”

- **Prof. Gianni MARONE - Università di Napoli Federico II**

❖ “PREMIO SANITA' 2019”

- **Dr. Paolo ASCIERTO - Istituto Nazionale Tumori - Fondazione Pascale**

❖ “PREMIO CADUCEO D'ORO 2019”: Insignito il Dr. Luigi GUACCI

❖ “PREMIO Farmacista sul territorio 2019”: Insignita l'Associazione dei Volontari Progetto “Un Farmaco per tutti”

❖ Cerimonia di Consegna delle Medaglie d'oro al Merito

Professionale per i Laureati Farmacisti con 65, 60 e 50 ANNI DI LAUREA

❖ Cerimonia di Consegna delle Medaglie d'argento al Merito

Professionale per i Laureati Farmacisti con 40 e 25 ANNI DI LAUREA

❖ GIURAMENTO SOLENNE DI GALENO

Saluto ai nuovi Iscritti che prestano giuramento ai principi etici del Farmacista

* *Invitato a partecipare e in attesa di conferma.*

CADUCEO D'ORO 2019 - PANEL DEGLI SPONSOR

Lunedì 16 Dicembre, ore 20.00 – Teatro San Carlo di Napoli

Si ringraziano tutte le aziende per la sensibilità avuta nel patrocinare questa cerimonia rivolta alla valorizzazione dell'intera Categoria e rendendo lo sforzo dell'Ordine per nulla oneroso.

CONTRIBUZIONI VOLONTARIE A FAVORE della MANIFESTAZIONE

Ad oggi hanno già contribuito con **PATROCINIO VOLONTARIO** le aziende riportate nel *panel*.

Man mano che aderiranno altre Aziende il Panel sarà aggiornato.

in collaborazione con

The image displays a collection of logos for various sponsors and partners, arranged in a grid. The logos include:

- Archilegno**: ARREDAMENTI PER FARMACIE
- ASSORAM**: DISTRIBUZIONE PRIMARIA FARMA e SALUTE, Associazione Operatori Commerciali e Logistici
- BACKOFFICE RENT**
- Banca di Credito Popolare**: Gruppo Bancario Banca di Credito Popolare
- BCC NAPOLI**: BANCA DI CREDITO COOPERATIVO DI NAPOLI
- BD Rowa™**
- CIVA**: CENTRO SERVIZI FARMACIE
- DUAL SANITALY®**
- EURONICS**: GRUPPO TUFANO CAFARELLI
- FARMED S.R.L.**
- FARVIMA MEDICINALI**: IN FARMACIA, UN PARTNER TANTE RISPOSTE
- Federfar.Na**
- Federfarma Napoli**
- GUACCI**: Distribuzione Farmaceutica dal 1946, Qualità e trasparenza al servizio del farmacista
- GUNA**: Omeopatia d'avanguardia
- HERING LABORATORI**
- HERON SOFTWARE S.r.l.**
- ISTRUMED S.r.l.**
- Kàmila**
- MYTO GROUP**: Hospitality Management
- otofarma**
- PETRONE GROUP**: experts in pharmaceuticals and more
- Pharmaidea**
- PHARMEXPO®**: 6° SALONE DELL'INDUSTRIA FARMACEUTICA
- RE/MAX ADVISOR**
- SARTORETTO VERRA**: A NEW PHARMACY VISION
- STUDIO MIGLIARDI**: Commercialisti & Avvocati
- TUFANO GOMME**: L'UNICA SEDE STORICA DAL 1961 | ARZANO
- ZENTIVA GRUPPO SANOFI**

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.

FARMACIE - COME ADERIRE:

Clicca sul *Link* sottostante e compila il *Form* in modo da avere le informazioni utili riguardo il **Luogo di Consegna** del **Contenitore** per la **Raccolta dei Farmaci**.

<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/ordineNuovo/news/1097-un-farmaco-per-tutti>



RACCOLTI FINORA PIÙ DI **250.000 CONFEZIONI** DI FARMACI E DISPOSITIVI DONATI AI SEGUENTI ENTI ASSISTENZIALI:

La Tenda, La Casa di Tonia, Emergency, Ordine di Malta, UNITALSI Campania, Stelle in Strada, Suore della Carità di Madre Teresa di Calcutta, Elemosiniere del Santo Padre, Croce Rossa, Enti Internazionali operanti in Benin, Burkina Faso, Venezuela, Columbia, Guatemala

Progetto “Una Visita per Tutti”

Camper della Salute per la prevenzione dell'Insufficienza Venosa

Camper della SALUTE Visite Mediche Gratuite
Insufficienza VENOSA



Lunedì 25 e Mercoledì 27 Novembre

Il Camper della Salute dell'Ordine ha fatto sosta a **Monte di Procida** e **Pozzuoli**
Oltre 170 visite con Ecocolor Doppler