



AVVISO

Ordine

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

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Perché le donne hanno solo due seni, mentre altri animali di più?
4. Cellulari, Radiofrequenze e Salute: che cosa sappiamo?



Prevenzione e Salute

5. Frattura della caviglia: la riabilitazione parte da anca e ginocchio
6. Bere camomilla allunga la vita?



www.farmaciacentrosalute.it

Proverbio di oggi.....

Chi vo' mettere pede a ogni preta, nun arriva a la casa

PERCHÉ LE DONNE HANNO SOLO DUE SENI, MENTRE ALTRI ANIMALI DI PIÙ?

Le donne hanno due seni perché in genere nutrono solo un figlio alla volta.



Nelle altre specie di mammiferi, invece, forma e numero di mammelle variano secondo il numero e le esigenze dei piccoli. In rari casi, alcune donne possiedono un terzo seno. In pratica si tratta di una mammella extra sotto il seno sinistro. *Un tempo era indice di grande bellezza.*

Il terzo seno è presente nello 0,4% delle donne inglesi e nel 5 delle giapponesi. Quale la ragione di questa "intrusione"?

Forse perché in un passato lontano i nostri progenitori avevano più mammelle.

QUESTIONI DI MISURE: Il seno delle donne ha dimensioni molto variabili. Esistono canoni classici cui si riferiscono i chirurghi plastici.

Nel seno ideale le mammelle devono avere pari dimensioni, pari altezza e stesso tipo di attaccatura. Compreso tra la seconda e la settima costola, dovrebbe avere una forma a goccia e un volume compreso tra i 150 e 350 cc.

MAGGIORATE NATURALI: Le mammelle più grosse sono quelle della balenottera azzurra. Sono due (come gli uomini, normalmente partoriscono un figlio alla volta), nascoste sotto uno strato di grasso, misurano 2,4 metri per 50 cm e possono produrre fino a 72 litri di latte al giorno che vengono "sparati" dal capezzolo direttamente nella bocca del piccolo.

Le più numerose sono quelle del **tenrec**, un insettivoro del *Madagascar* che assomiglia a un riccio. Ne ha **12 paia**.

Le più piccole sono quelle del **toporagno**: misurano 2 mm. Le più strane, infine, sono quelle dell'*ornitorinco*: sono ghiandole senza mammella. Il latte esce dai pori e scende lungo peli che i piccoli leccano. (*Salute, Focus*)

SCIENZA E SALUTE**Cellulari, Radiofrequenze e Salute: che cosa sappiamo?**

L'avvento del 5G e i timori per un possibile aumentato rischio di cancro. Ma le prove sono ancora insufficienti per sostenere le «responsabilità» dei campi elettromagnetici

«Con tutta questa **tecnologia**, saremo bombardati da **onde elettromagnetiche** dannose per la salute?». Oppure:

«**Cosa potrà accadere quando saremo circondati da antenne e ripetitori?**».

Le domande sono tra le più frequenti poste da coloro che guardano con preoccupazione all'avvento del **5G**, la tecnologia di nuova generazione per la comunicazione mobile che garantirà una trasmissione del segnale più **veloce** e di migliore **qualità**.

La (sempre) maggiore efficienza dei dispositivi tecnologici è un desiderio di tutti. Ma quello che si vuole evitare è che il progresso intacchi la **tutela della salute**. Quali sono i rischi potenziali a cui andiamo incontro?

Ci sono delle ragioni per cambiare l'orizzonte verso cui siamo - inevitabilmente - diretti? Considerando che il **2020** dovrebbe essere l'anno del lancio della rete 5G su tutto il territorio nazionale, abbiamo provato a sintetizzare le evidenze oggi disponibili.

5G: DI COSA SI TRATTA?

L'acronimo 5G sta per «**quinta generazione**» e indica l'ultimo standard tecnologico disponibile per la comunicazione mobile. Grazie all'impiego di **onde elettromagnetiche ad alta frequenza** differenti da quelle finora utilizzate, i nostri dispositivi si **connetteranno** alla rete in maniera più veloce.

Ma, soprattutto, potranno **dialogare** tra loro. Un aspetto che sintetizza la vera novità del 5G, in un'epoca in cui abbiamo l'esigenza che tutti i **device** - smartphone, tablet, pc, smartwatch, elettrodomestici ed e-reader - siano tra loro sempre connessi indipendentemente dalla distanza che li separa.

La sua introduzione determinerà importanti cambiamenti nell'**architettura della rete**, le cui **ricadute** non sono ancora del tutto immaginabili.

La capillarità degli impianti potrebbe aumentare, anche se ogni progresso compiuto nell'ambito delle telecomunicazioni ha sempre fatto registrare un calo dell'**intensità** dei segnali trasmessi.

Lo stesso potrebbe avvenire con il 5G, anche se il fatto che il cellulare sia la maggiore fonte di **radiofrequenze** lascia intendere quanto variabile possa essere l'esposizione da un individuo all'altro. E, di conseguenza, il rischio di ricadute sulla salute.

LE RADIOFREQUENZE SONO CANCEROGENE?

I più preoccupati rispetto a questo tema tengono bene a mente le conclusioni a cui è giunta l'**Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro (Iarc)** nel 2011.

Non potendo escludere qualsivoglia ripercussione sulla salute, gli esperti del centro di Lione hanno concluso che «le **radiofrequenze** sono dei possibili cancerogeni per gli esseri umani» e inserito i campi elettromagnetici da esse derivati nel **gruppo 2B**.

A questo elenco - lo stesso di cui fanno parte le **onde a bassa frequenza** (che fanno funzionare la rete elettrica e dunque tutti i nostri elettrodomestici), l'**aloe vera**, il **bitume**, la **benzina** e il **gasolio** - appartengono gli agenti per i quali vi è una «limitata prova di cancerogenicità negli esseri umani e un insufficiente riscontro negli animali di laboratorio» e che non possono essere iscritte all'elenco delle sostanze non classificabili come cancerogene per l'uomo (**gruppo 3**). Per quanto le evidenze scientifiche circa la capacità di queste onde di indurre la trasformazione delle cellule in chiave neoplastica siano contrastanti, il timore è che un **aumento di esposizione** possa mettere maggiormente a rischio uomini, donne e (soprattutto) bambini.



RADIOFREQUENZE E SALUTE: IL PARERE DELL'ISTITUTO SUPERIORE DI SANITA'

Negli ultimi anni, diversi gruppi di ricerca hanno provato a fare una sintesi delle evidenze disponibili: a livello **epidemiologico** (in questo ambito gli studi di questo tipo sono considerati i più solidi) e **tossicologico** (condotti su modelli animali). Nel caso delle onde ad alta frequenza, le maggiori attenzioni sono puntate sui tumori cerebrali.

Ma per il momento non ci sono conclusioni definitive. Secondo l'**Istituto Superiore di Sanità**, che nei mesi scorsi ha diffuso un parere per chiarire le evidenze scientifiche riguardanti il possibile rischio oncologico determinato dalle radiofrequenze,

«la validità dei risultati degli studi su cellulari e tumori rimane incerta».

Nel documento - firmato anche da ricercatori di Cnr, Enea e Arpa Piemonte - si puntualizza che «alcuni studi riportano notevoli incrementi di rischio per i **neuromi acustici** (tumori cerebrali benigni, *ndr*) e per i **gliomi** (maligni, *ndr*) per modeste durate e intensità cumulative d'uso», con una maggiore probabilità che la malattia si manifesti sullo stesso lato in cui si è registrata l'**esposizione** più elevata alle radiofrequenze. Ma queste osservazioni «non sono coerenti con l'andamento dei tassi d'incidenza dei tumori cerebrali, i cui numeri non sono cresciuti di pari passo con la diffusione dei cellulari».

Sintesi che non è però stata condivisa da una parte della comunità scientifica, più orientata ad applicare il **principio di precauzione**. «Il rapporto dell'Istituto Superiore di Sanità non valuta tutti i rischi sanitari da esposizione a radiofrequenze, sottovaluta evidenze di un verosimile rischio di cancerogenicità e non elabora proposte di prevenzione primaria», ha ribattuto **Agostino Di Ciaula**, presidente del comitato scientifico dell'Associazione Medici per l'Ambiente (Isde).

PRUDENZA DAGLI EPIDEMIOLOGI

Secondo l'Isde, inoltre, il documento «ignora completamente il documentato rischio di malattie non-oncologiche da esposizione a radiofrequenze e l'ipersensibilità a esse».

Sulla base di diversi studi, in effetti, le ripercussioni sulla salute potrebbero essere anche differenti dalla comparsa di un tumore e riguardare la **sfera neurologica**, l'**apparato riproduttore** e il complesso **sistema di regolazione ormonale** interno all'organismo. Anche in questo caso, i riscontri sono ancora incompleti per trarre conclusioni definitive.

«Dal momento che lo scenario è in evoluzione e che molte informazioni non sono ancora disponibili, occorre essere cauti», dichiara **Lucia Miligi**, dirigente della struttura complessa di epidemiologia dei fattori di rischio e degli stili di vita dell'Istituto per lo Studio, la Prevenzione e la Rete oncologica (Ispro) di Firenze. Tra i limiti principali di tutte le ricerche finora condotte, ci sono l'impossibilità di prevedere i livelli di **radiofrequenze associate al 5G**, i continui **aggiornamenti tecnologici** e le difficoltà nello studiare l'**esposizione ai telefoni cellulari**. Nel dubbio, dunque, meglio prevenire. Già, ma come? «Usando i cellulari il più possibile con gli **auricolari** o in **vivavoce**». Oltre che evitando di tenerli sul **comodino** durante la notte e di utilizzarli nei luoghi in cui il **segnale** è più basso. Questo perché «nel tentativo di stabilire una connessione con gli altri dispositivi, la frequenza delle emissioni aumenta», aggiunge l'esperta.

I CELLULARI NELLE MANI DEI BAMBINI

C'è poi un altro aspetto da considerare: l'utilizzo degli smartphone da parte dei **bambini**.

Gli studi epidemiologici che hanno indagato le ripercussioni dell'esposizione alle radiofrequenze non hanno finora preso in considerazione i più piccoli. Tre sono in corso: i primi risultati sono attesi già nel 2020.

Al di là di altre ragioni che suggeriscono di non mettere mai uno smartphone tra le mani di un figlio **prima del raggiungimento dei due anni**, «è immaginabile che gli effetti siano diversi, perché tale è la modalità d'uso tra i più piccoli e gli adulti».

Bambini e adolescenti effettuano infatti meno **telefonate**, ma sono ormai abituati a tenere lo smartphone tra le mani fin dai **primi anni di vita** e per **molte più ore** nell'arco della giornata. Presto scopriremo se con delle conseguenze. E con quali. (*Salute, Fondazione Veronesi*)



PREVENZIONE E SALUTE**FRATTURA della CAVIGLIA:
LA RIABILITAZIONE PARTE da ANCA e GINOCCHIO**

*Una **frattura della caviglia** può interessare una o più ossa che compongono l'articolazione: tibia, perone e astragalo. In base a questa eventualità e al grado di severità della frattura si valuterà l'opportunità di intervenire chirurgicamente o meno.*

La forma di trattamento scelta sarà rilevante anche per la definizione del percorso riabilitativo che il paziente dovrà seguire:

«Nella maggior parte dei casi, è necessario l'**intervento** chirurgico, al termine del quale è fondamentale iniziare precocemente un percorso di **riabilitazione** specifico sulla base delle indicazioni iniziali concordate con il chirurgo.

Se invece il trattamento non è chirurgico, è necessario l'utilizzo di tutori per mantenere nella corretta posizione l'articolazione in attesa della guarigione ossea per poi proseguire con la riabilitazione», spiega il dottor **Cristiano Sconza**, specialista in riabilitazione ortopedica di Humanitas.

**LE PRIME FASI**

Un tratto importante, indipendentemente dal tipo di trattamento eseguito, riguarda il coinvolgimento delle altre articolazioni:

«Inizialmente la riabilitazione non lavora direttamente sulla caviglia, che deve essere tutelata, ma sulle altre articolazioni al fine di mantenerne funzione e forza muscolare, sia a livello del **ginocchio**, dell'anca e del **bacino**.

Utile è inoltre l'introduzione di varie tipologie di terapia fisica, ad esempio la magnetoterapia per dare all'**osso** lo stimolo per consolidare più velocemente».

La riabilitazione dovrà seguire inevitabilmente il trattamento del dolore, del gonfiore e dell'infiammazione, quindi un periodo di riposo per il paziente:

«Dopo di che si comincia a far eseguire al paziente degli **esercizi** specifici di **rinforzo muscolare** della caviglia permettendogli, infine, di camminare prima con un deambulatore e poi con le stampelle.

Dopo le prime sedute, il paziente – spiega il dottor Sconza – verrà progressivamente istruito ad apprendere gli esercizi e riprodurli autonomamente al proprio domicilio in base alle indicazioni programmate dal medico fisiatra e applicate sul paziente dal fisioterapista. Importante sarà poi il periodico controllo e monitoraggio dell'evoluzione del quadro clinico e funzionale ad opera del medico fisiatra».

Oltre alla **fisioterapia** si potrà ricorrere ad altre opzioni di trattamento adiuvanti a quanto impostato come «la tecarterapia, la **laserterapia** ed in particolare le **onde d'urto focali**, arma importantissima nei casi di ritardo di consolidamento della frattura».

LE FASI FINALI: Gli esercizi dell'ultima parte della riabilitazione si concentrano su un aspetto fondamentale: «La **propriocezione**.

Si tratta di una serie di esercizi finalizzati al recupero del controllo del movimento, dell'equilibrio e della coordinazione nel cammino, con l'ausilio di strumenti quali ad esempio delle semplici **tavolette propriocettive** fino ad arrivare all'utilizzo di ben più complesse pedane elettroniche. Il training sarà finalizzato a ridare al paziente la capacità di movimento il più simile possibile a prima dell'infortunio», conclude il dottor Sconza. (*Salute, Humanitas*)

PREVENZIONE E SALUTE**BERE CAMOMILLA ALLUNGA LA VITA?***Camomilla per una vita più lunga?*

Un gruppo di ricercatori dell'Università del Texas, Stati Uniti, ha associato l'abitudine di bere **camomilla** a una riduzione della mortalità generale tra le donne ispano-americane del 29%. Lo studio è stato pubblicato di recente sulla rivista *The Gerontologist*.

Gli scienziati hanno preso in esame un campione di oltre 1600 individui di almeno 65 anni di età provenienti da cinque Stati del Sud Ovest americano, compreso il Texas.

Di questi, il 14% aveva l'abitudine di sorseggiare l'infuso di **camomilla**.

Per definire gli effetti della sua assunzione, questi individui sono stati seguiti per sette anni.

Ebbene,

- ❖ **nelle DONNE CONSUMATRICI DI CAMOMILLA il rischio di morte diminuiva di quasi il 30% rispetto a chi non ne facesse uso.**

Una correlazione che restava valida anche dopo aver aggiustato i dati in base alle condizioni di salute e agli stili di vita.

Tuttavia l'associazione **non è stata rilevata tra gli UOMINI**, una differenza non chiara agli occhi dei ricercatori.

Gli scienziati hanno semplicemente ricondotto il maggior consumo di **camomilla** tra le donne alla divisione dei compiti tra maschi e femmine.

Da sempre, queste ultime sono impegnate nella cura della casa e della famiglia;

tra i loro compiti c'è anche quello di badare alla salute dei familiari, cosa che probabilmente le rende più sensibili ai rimedi tradizionali.

Lo stesso motivo dell'associazione tra **camomilla** e longevità non è stato rilevato dal team di ricercatori:

«Non sono chiari i criteri d'inclusione delle donne prese in esame né sono stati standardizzati altri parametri a parte l'assunzione o meno di camomilla, tanto meno il dosaggio.

Anche la causa di mortalità di cui si parla non è specificata, si parla di rischio in generale.

Per ora, quello che possiamo affermare è che se bere una **tazza di camomilla** può rilassare, questa non può essere considerata un elisir di lunga vita:

- *necessari studi ulteriori per poter confermare o meno l'efficacia reale sul rischio di mortalità».*

Quali sono i benefici della camomilla?

«Ricca di principi attivi, la **camomilla** vanta numerose proprietà.

Tra questi componenti fondamentali che sembrerebbero svolgere un'azione benefica, *flavonoidi*, **cumarine** e **acidi fenolici** che possiedono proprietà sedative e antiossidanti contro i radicali liberi.

Sono presenti inoltre – costituenti lipofili, come **terpeni** e **azuleni**, che svolgono un effetto lenitivo e antinfiammatorio e trovano impiego soprattutto come oli essenziali per la cura di dolori articolari e muscolari». «Questa pianta dalle origini antiche è stato oggetto di numerosi studi che hanno permesso di individuare svariate proprietà benefiche. La **camomilla** è forse la pianta officinale più presente nelle nostre case: *il suo infuso è considerato per antonomasia la bevanda della buonanotte.*

E' infatti universalmente nota la sua funzione sedativa e calmante per il sistema nervoso e ansiolitica per placare l'ansia e conciliare il sonno.

Se assunta in eccesso però, può determinare l'effetto opposto, ovvero insonnia e anche *nausea*. Infine, può essere utile nel *favorire la digestione*, nel *regolare l'azione intestinale* grazie anche al suo effetto calmante e, a livello della muscolatura liscia intestinale portando sollievo nel caso di disturbi gastrici e intestinali». (*salute, Humanitas*)



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



**MEDAGLIE alla
PROFESSIONE**
Cerimonia di Consegna

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

PROGRAMMA

❖ 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



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