



AVVISO

Ordine

1. Ordine: Rinnovo organi Istituzionali
2. Ordine: Web TV e Convenzioni

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Perché capita di piangere dopo il sesso?
4. Cos'è il digiuno intermittente?



Prevenzione e Salute

5. Gli effetti dell'insonnia sulla personalità
6. Che cos'è e a cosa serve l'Indice di Massa Corporea (BMI)
7. Dopo i 40 anni attenti alle radicolopatie: ecco come prevenirle

GUACCI.
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.

Frosinone Barletta
Nola

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

Dicette Ramunno: "Accussì adda ji' 'o munno"

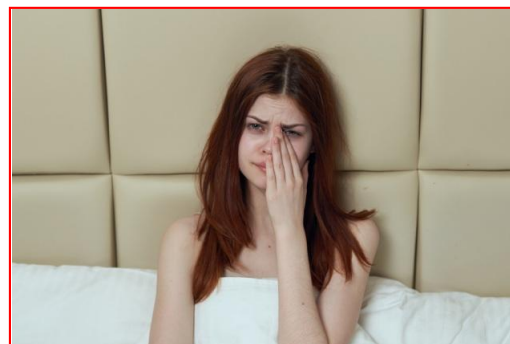
PERCHÉ CAPITA di PIANGERE DOPO il SESSO?

Uno studio spiega perché, dopo l'orgasmo, le donne possono essere colte da una tristezza tanto intensa da sfociare nel pianto.

Ci sono frangenti durante i quali faremmo volentieri a meno delle *lacrime*.

Uno di questi è il sesso, o meglio il momento che viene subito dopo l'orgasmo.

Può però succedere che proprio allora si venga colti dalla *post-coital tristesse (tristezza post coito)*, un'emozione talmente intensa che può sfociare in un *pianto diretto*, e che è più comune di quanto si creda.



LA RICERCA. Uno studio condotto da Robert D. Schweitzer della *Queensland University of Technology* (Australia) ha infatti trovato che il 46% delle donne ha avuto questa esperienza almeno una volta nella vita.

RITORNO ALLA REALTÀ. Le cause del fenomeno, che non affonda le radici in traumi o in frustrazioni sessuali, sono ancora da comprendere appieno, ma sembra che la componente fisiologica giochi un ruolo importante: gli ormoni del benessere, come l'*ossitocina* e le *endorfine*, calano bruscamente dopo l'*orgasmo*, provocando un senso di abbattimento.

Più sfumata e ancora da indagare è la componente psicologica: si ipotizza che la tristezza post coito possa arrivare quando l'esperienza è stata così intensa che "*romperla*" provoca malinconia.

(Focus)

SCIENZA E SALUTE**COS'È IL DIGIUNO INTERMITTENTE?**

Non sempre abbiamo la possibilità di mangiare correttamente, ai giusti orari e con il giusto bilanciamento di nutrienti: spesso, a causa di riunioni, consegne, o orari stancanti, rischiamo di saltare il pasto.



Ci sono però alcune diete che prevedono il digiuno, con effetti (anche) positivi sulla salute.

- ❖ **Ma cosa succede al corpo quando si saltano i pasti?**
- ❖ **Quali benefici e quali perplessità su questa scelta?**

Il digiuno intermittente

Il principio cardine del digiuno intermittente è quello di creare una “finestra” (lasso di tempo) di digiuno con durata tale da incidere sul bilancio calorico complessivo e sul metabolismo ormonale.

Come suggerito dal nome, il digiuno intermittente propone una dieta che **alterni periodi in cui si mangia a periodi di digiuno**. I giorni e gli orari non sono fissi, ma dipendono dal programma seguito. Citiamo ad esempio:

- ✓ **Schema 16/8:** suddivide la giornata in 16 ore in cui non si mangia e 8 in cui mangiare è consentito. Richiede di saltare la colazione, consumando il primo pasto a mezzogiorno e terminare l'ultimo alle 20, oppure di saltare la cena (approfittando della notte), facendo solamente colazione e consumando un pasto più tardi.
- ✓ **Giorni alterni, schema 5:2:** per due giorni a settimana, mai consecutivi, si riducono le calorie a 500/600 massimo. Negli altri giorni non c'è alcun tipo di limitazione.
- ✓ **Eat Stop Eat:** si alternano i giorni in cui si mangia e non si mangia, per un paio di volte a settimana.

Gli effetti sul gonfiore addominale

Il *gonfiore addominale* è un sintomo di un accumulo di gas nello stomaco e nell'intestino, associato spesso a dolore e senso di pesantezza. Può essere causato da alcuni cibi, da cattive abitudini alimentari (come *l'assunzione di bevande gassate, o pasti consumati troppo in fretta*), dal fumo, dallo stress, dall'ansia.

Il digiuno, in questo senso, può avere effetti positivi:

- *sia più semplicemente per un minor volume di cibo nell'addome,*
- *sia perché l'apparato digerente, non impegnato nella digestione, può concentrarsi sul drenaggio delle scorie metaboliche.*

Perdita di peso: sì, ma temporanea

Il digiuno intermittente ha, in effetti, come conseguenza la perdita di peso.

Se la persona è informata e segue le indicazioni del medico con attenzione, potrà senza dubbio ridurre il proprio peso corporeo.

L'altra faccia della medaglia, tuttavia, non è così rosea: secondo uno studio (1) pubblicato su *Jama*, che ha analizzato i risultati della perdita di peso in relazione alla dieta intermittente, **il digiuno a giorni alterni produce una perdita di peso temporanea e non particolarmente significativa** e non aiuta a mantenere il peso in maniera differentemente rispetto a chi non lo pratica. Inoltre, un altro rischio è quello di creare le basi per l'abbuffata serale, che rischia di vanificare gli sforzi.

Lo stress da fame “notturna”

Nel 2018 i ricercatori del dip. di Psichiatria della Johns Hopkins hanno rilevato che **anche lo stress ha un ruolo importante nell'aumento dei livelli di fame**, divenendo causa di eccessi alimentari.

I partecipanti, obesi con e senza **disturbo da alimentazione incontrollata (BED)**, hanno partecipato a due test identici, ciascuno dopo un digiuno di 8 ore, alcuni di pomeriggio, altri di mattina. Prima del digiuno, tutti hanno ricevuto un *pasto liquido e, dopo le otto ore, i partecipanti sono stati invitati a un buffet*.

RISULTATI: I risultati hanno mostrato che coloro che hanno effettuato il test nelle ore pomeridiane hanno avuto maggiore perdita di controllo davanti al cibo, in particolare se associato all'esposizione allo stress, che causa poi la tendenza all'abbuffata.

Il digiuno intermittente induce uno stimolo che, se dosato in modo corretto, genera una risposta riparativa da parte dell'organismo, proprio come succede nel caso dell'allenamento fisico.

Questo stimolo viene innescato dal deficit calorico, che induce numerosi cambiamenti.

Il corpo adatta i propri livelli ormonali e le cellule avviano i processi di riparazione e autofagia nei confronti di altre cellule danneggiate.

Gli effetti derivanti da tutti questi cambiamenti comprendono un miglioramento dei *livelli di insulino-resistenza*, una diminuzione del quadro dell'infiammazione sistemica e cambiamenti del profilo ormonale, con un aumento di ormoni anabolici che favoriscono la mobilitazione dei grassi.

Tutti questi fattori combinati, inoltre, hanno come risultato una diminuzione del rischio di insorgenza delle malattie di origine metabolica (diabete, ipertensione, malattie cardiovascolari).

(Salute, Humanitas)

PREVENZIONE E SALUTE

GLI EFFETTI DELL'INSONNIA SULLA PERSONALITÀ

La carenza cronica di sonno potrebbe accrescere il rischio di depressione.

Le persone che soffrono d'insonnia potrebbero, infatti, **perdere la capacità di pensare in modo positivo**. È quanto emerge da uno studio pubblicato sulla rivista *Cognitive Therapy and Research*, che spiega:

- ✓ “In generale, abbiamo la tendenza a notare gli **stimoli positivi** presenti nel nostro ambiente.

Noi siamo propensi a concentrarci soprattutto sulle cose positive, ma la privazione del sonno potrebbe invertire questa tendenza”.

Nel corso della ricerca, gli autori hanno coinvolto 40 giovani adulti sani. Li hanno quindi suddivisi in due gruppi: i primi sono stati invitati a restare **svegli per 28 ore** consecutive, mentre gli altri hanno potuto **dormire** per 8 ore durante la notte.

Successivamente, i partecipanti sono stati incaricati di svolgere un test informatico che misurava la precisione e il tempo impiegato da ciascuno per individuare i volti umani con espressione **felice, triste o neutra**.

Al termine dell'esperimento, è emerso che i partecipanti che non avevano potuto dormire durante la notte precedente avevano **meno probabilità** di concentrarsi sui volti felici.

Ciò non significa che si concentrassero necessariamente su quelli tristi, ma mostravano una tendenza inferiore a notare gli **elementi positivi**.

I risultati dell'indagine, secondo gli esperti, suggeriscono quindi che l'insonnia potrebbe essere associata allo sviluppo della depressione, perché provocherebbe l'incapacità di prestare attenzione agli stimoli positivi. “La *depressione è tipicamente caratterizzata dalla tendenza a pensare e a sentirsi in modo negativo o triste*, ma più di questo, la depressione è associata a sentimenti meno positivi, a una **minore capacità di sentirsi felici**.”

Analogamente, se non si dorme abbastanza, la capacità di occuparsi di cose positive si riduce, e nel tempo potrebbe determinare il rischio di sviluppare la **depressione**”. (Salute, Sole 24Ore)



PREVENZIONE E SALUTE**Che cos'è e a cosa serve l'Indice di Massa Corporea (BMI)?**

L'Indice di massa corporea o BMI è un valore molto importante nella valutazione dei rischi correlati al sovrappeso e all'obesità: i suoi criteri sono forniti dall'OMS



Scopriamo cos'è, a cosa serve e come calcolarlo.

Cos'è il BMI?

L'indice di massa corporea (o BMI) è uno **strumento statistico**, originariamente utilizzato per studi epidemiologici sull'obesità. Con il tempo è diventato un valore universalmente riconosciuto, nonché un semplice strumento che può fornirci qualche informazione importante sullo stato di salute. È molto importante sottolineare che, **da solo, il BMI non dà indicazioni complete e veritiere sullo stato fisico di ogni individuo** in quanto non fornisce indicazioni circa la distribuzione del grasso corporeo e non distingue tra massa grassa e massa magra. Un atleta, per es., potrebbe risultare avere un BMI molto elevato ma in seguito a una massa muscolare sviluppata e non alla presenza di tessuto adiposo in eccesso, ma anche una donna con un BMI nella norma o basso potrebbe non avere una massa muscolare sufficiente.

Come si calcola il BMI

Il BMI è un valore numerico prodotto da un calcolo che ognuno di noi può fare e **mette in relazione il peso e l'altezza di una persona**. La formula per calcolarlo è:

$$\text{BMI} = \text{peso (in kg)} / \text{altezza}^2 \text{ (in metri)}$$

I valori ideali BMI sono leggermente diversi fra uomo e donna e possono variare anche a seconda di diversi fattori, come ad esempio l'età.

Quali sono i valori standard del BMI?

Il rapporto tra il peso e l'altezza al quadrato darà origine a un valore numerico. A seconda del risultato, possiamo così calcolare, a grandi linee, il proprio BMI:

Inferiore a 18,5 = sottopeso; 18,5 – 24,9 = normopeso; 25 – 29,9 = sovrappeso
30 e oltre = obesità; 40 e oltre = obesità estrema

Che cos'è il girovita?

Un altro valore che può essere utile nell'analizzare il proprio status fisico è la **circonferenza vita**.

La circonferenza vita dovrebbe essere misurata in un punto corrispondente a metà della distanza tra l'ultima costa e la spina iliaca anteriore superiore. In pratica, anche per avere un punto di riferimento che non varia, viene misurata all'ombelico.

La misura della circonferenza vita è un parametro molto importante in quanto **correla tantissimo con il rischio di sviluppare malattie cronico degenerative**, come quelle cardiovascolari (*infarto, ipertensione*), metaboliche (diabete) e anche oncologiche.

Un accumulo di grasso sull'addome è sintomo di un aumento del rischio di cardiopatie, ipertensione e diabete. Per misurare il girovita è sufficiente un metro morbido.

I valori del girovita: Nelle donne e nell'uomo i valori, per ovvi motivi, sono diversi. Peso e altezza, tra l'altro, vanno comunque presi in considerazione. Nelle **donne**

- un girovita corretto non supera gli 80 cm.
- Se il girovita oscilla tra gli 81 e gli 87 cm, bisogna cominciare a fare qualcosa per ridurlo;
- se supera gli 88 cm, il risultato è estremamente pericoloso ed è bene diminuirlo il prima possibile.

Negli **uomini**,

- il girovita corretto non supera i 94 cm,
- diventa pericoloso tra i 95 e i 101 cm per diventare estremamente pericoloso dopo questa cifra.

(Humanitas)

PREVENZIONE E SALUTE

DOPO I 40 ANNI ATTENTI ALLE RADICOLOPATIE: ECCO COME PREVENIRLE

Il termine radicolopatie è utilizzato genericamente in medicina per indicare condizioni di sofferenza delle radici nervose.

Dal midollo spinale emergono 31 paia di radici ventrali e dorsali di cui 8 cervicali, 5 lombari, 5 sacrali e 1 coccigea.

Le cause più spesso responsabili di radicolopatie, che rappresentano le patologie più frequenti del sistema nervoso periferico, sono rappresentate dai fenomeni artrosico-degenerativi del rachide direttamente collegati all'età, dalle ernie del disco intervertebrale e dai traumi alla colonna vertebrale.



CATEGORIE A RISCHIO

Secondo i dati disponibili le radicolopatie sono in costante aumento soprattutto, ma non esclusivamente, nelle persone con più di 40 anni. «Questo fenomeno può essere spiegato anche in considerazione di una serie di fattori favorenti, come il sovrappeso, abitudini sedentarie, attività che comportino il ripetersi di microtraumatismi alla colonna vertebrale e di sforzi muscolari asimmetrici come ad esempio, la **guida prolungata di mezzi o il sollevamento di pesi**, che possono aggiungersi ad eventuali predisposizioni ereditarie e a fenomeni degenerativi vertebro-discali legati all'età aggravando la situazione. Alcune categorie di lavoratori, nello specifico, come **impiegati che svolgono attività sedentarie, operai edili impegnati in mansioni particolarmente pesanti, autisti e gli sportivi come i calciatori o i tennisti**, specie se privi di una adeguata preparazione fisica, sono esposti a un rischio maggiore di sviluppare tali patologie».

QUANTO CONTA L'ESSERE IN SOVRAPPESO

Nella genesi di questo tipo di disturbi gioca un ruolo importante il sovrappeso. L'integrità delle radici nervose, infatti, è da porsi in stretta dipendenza dalle condizioni della colonna vertebrale, che risentono del carico che devono sostenere, dalla postura che si assume normalmente e dalla correttezza dei movimenti che si eseguono. A tal proposito interviene ancora il prof. Liguori: «*Diventa intuitivo capire come il sovrappeso o, a maggior ragione l'obesità, costituiscano un importante fattore di rischio per lo sviluppo delle radicolopatie. Va considerato, inoltre, che i risultati di uno studio indicano, che l'obesità, attraverso un'azione negativa sull'apparato muscolo scheletrico, comporta un **potenziamento della sensazione dolorosa**. Il dolore è il sintomo principale delle radicolopatie*».

CONTROLLARE IL DOLORE

Al di là della causa che provoca la radicolopatia il sintomo principale e più invalidante, dunque, è il dolore, che, tra l'altro, una volta entrato in scena è difficile da risolvere. Per il trattamento di tale sintomo sono sicuramente da tenere in considerazione ai fini dell'utilizzo i farmaci antinfiammatori (sia FANS sia steroidi) e **sostanze ad azione neurotrofica**, ma soprattutto va inserito nel piano terapeutico un adeguato **trattamento fisioterapeutico**. Solo i casi più gravi possono richiedere un intervento chirurgico di decompressione della radice spinale interessata.

MEGLIO PREVENIRE: Certamente i trattamenti fin qui elencati alleviano la sintomatologia, ma in ogni caso non risolvono le cause all'origine della radicolopatia. Per questo come conclude il professor Liguori, è necessario tenere ben presente che: «Nella gestione delle radicolopatie assume importanza fondamentale un atteggiamento preventivo, rivolto alla **correzione del sovrappeso e\o l'obesità, al mantenimento di una postura adeguata e allo svolgimento di una attività fisica corretta**. In sintesi, non bisognerebbe essere sedentari né svolgere attività sportiva senza adeguato allenamento e\o riscaldamento. Bisogna adoperarsi per **mantenersi normopeso** e cercare di preparare il fisico allo svolgimento di determinate attività lavorative». (*Salute, Il Secolo XIX*)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



CONVOCAZIONE ASSEMBLEA PER RINNOVO CONSIGLIO DIRETTIVO E COLLEGIO REVISORI DEI CONTI



Le votazioni si svolgeranno presso la sede dell'Ordine, Via Toledo 156-Napoli:

Le **disposizioni**, le **procedure** e le **modalità** per lo svolgimento delle elezioni di rinnovo degli organi istituzionali dell'Ordine sono consultabili sul **sito dell'Ordine** nella sezione Amministrazione Trasparente/Disposizioni Generali.

<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/news/2793-speciale-elezioni>

SI RAMMENTA AGLI ISCRITTI CHE È CONVOCATA **L'ASSEMBLEA ELETTORALE PER IL RINNOVO DEL CONSIGLIO DIRETTIVO E DEL COLLEGIO DEI REVISORI DEI CONTI DELL'ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA** **DI NAPOLI** PER IL QUADRIENNIO 2021 – 2024.

LE VOTAZIONI SI SVOLGERANNO:

Prima convocazione:

❖ *Il seggio non è stato costituito per assenza di elettori*

Seconda convocazione

- ❖ *Sabato 26 Settembre dalle ore 8.00 alle ore 18.00*
- ❖ *Domenica 27 Settembre dalle ore 8.00 alle ore 18.00*
- ❖ *Lunedì 28 Settembre dalle ore 8.00 alle ore 18.00*

QUALORA NON SI RAGGIUNGA IL NUMERO LEGALE, L'ASSEMBLEA ELETTORALE È CONVOCATA IN **TERZA CONVOCAZIONE** NEI GIORNI:

- ❖ **Sabato 3 Ottobre dalle ore 8.00 alle ore 18.00**
- ❖ **Domenica 4 Ottobre 2020 dalle ore 8.00 alle ore 18.00**
- ❖ **Lunedì 5 Ottobre 2020 dalle ore 8.00 alle ore 18.00**



ORDINE
DEI FARMACISTI
DELLA PROVINCIA
DI NAPOLI

CAMPAGNA di PREVENZIONE: INFLUENZA 2020-2021

Nei prossimi giorni sarà consegnata alle Farmacie della Provincia di Napoli la locandina sulla

Campagna Antinfluenzale 2020-2021



ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI

Presidente: Prof. Vincenzo Santagada



Federfarma Napoli

Associazione Sindacale dei Titolari di Farmacia della Provincia di Napoli
Presidente: Dott. Riccardo Maria Iorio

CAMPAGNA ANTINFLUENZALE 2020 - 2021

L'influenza è una malattia infettiva respiratoria acuta causata dai virus dell'influenza appartenenti alla famiglia degli Orthomyxoviridae che infettano le vie aeree. L'influenza costituisce un importante problema di Sanità Pubblica a causa della ubiquità, contagiosità e variabilità antigenica dei virus influenzali, dell'esistenza di serbatoi animali e delle possibili gravi complicanze.

COME SI MANIFESTA

I sintomi dell'influenza includono tipicamente l'insorgenza improvvisa di febbre alta, tosse e dolori muscolari. Altri sintomi comuni includono mal di testa, brividi, perdita di appetito, affaticamento e mal di gola. Possono verificarsi anche nausea, vomito e diarrea, specialmente nei bambini.

COME SI TRASMETTE

L'influenza è trasmessa principalmente dalle goccioline diffuse attraverso la tosse o gli starnuti e può anche essere trasmessa attraverso il contatto diretto o indiretto con le secrezioni respiratorie contaminate.

MISURE PREVENTIVE

Esistono semplici azioni che chiunque può mettere in pratica per proteggere se stesso dall'influenza e per non contribuire alla sua trasmissione:

- **Lavare regolarmente le mani e asciugarle correttamente.** (in assenza di acqua usare gel alcolici);
- **Buona igiene respiratoria: coprire bocca e naso quando si starnutisce o tossisce con fazzoletti monouso da smaltire correttamente e lavarsi le mani.**
- **Isolamento volontario a casa delle persone con malattie respiratorie febbrili specie in fase iniziale.**
- **Evitare il contatto stretto con persone ammalate,** ad es. mantenendo una distanza di almeno un metro da chi presenta sintomi dell'influenza ed evitare posti affollati. Quando non è possibile mantenere la distanza, ridurre il tempo di contatto stretto con persone malate.
- **Evitare di toccarsi occhi, naso o bocca.** I virus possono diffondersi quando una persona tocca qualsiasi superficie contaminata da virus e poi si tocca occhi, naso o bocca.

CHI DEVE VACCINARSI

Nella prossima stagione influenzale 2020-2021, non è esclusa una co-circolazione di virus influenzali e SARS-CoV-2, pertanto, si rende necessario ribadire l'importanza della vaccinazione antinfluenzale, in particolare nei soggetti ad alto rischio di tutte le età, per semplificare la diagnosi e la gestione dei casi sospetti, dati i sintomi simili tra Covid-19 e influenza. Vaccinare contro l'influenza, inoltre, si riducono le complicanze da influenza nei soggetti a rischio e gli accessi al pronto soccorso.

Sulla base della Circolare del 4 giugno 2020 del Ministero della Salute, la vaccinazione antinfluenzale è raccomandata per:

Persone ad alto rischio di complicanze o ricoveri correlati all'influenza

- Donne che all'inizio della stagione epidemica si trovano in gravidanza e nel periodo "postpartum".
- Soggetti dai 6 mesi ai 65 anni di età affetti da patologie che aumentano il rischio di complicanze da influenza:

- A. malattie croniche a carico dell'apparato respiratorio (inclusa l'asma grave, la displasia broncopulmonare, la fibrosi cistica e la broncopatia cronico ostruttiva-BPCO);
- B. malattie dell'apparato cardio-circolatorio, comprese le cardiopatie congenite e acquisite;
- C. diabete mellito e altre malattie metaboliche (inclusi gli obesi con indice di massa corporea BMI >30);
- D. insufficienza renale/surrenale cronica;
- E. malattie degli organi emopoietici ed emoglobinopatie;
- F. tumori e in corso di trattamento chemioterapico;
- G. malattie congenite o acquisite che comportino carente produzione di anticorpi, immunosoppressione indotta da farmaci o da HIV;
- H. malattie infiammatorie croniche e sindromi da malassorbimento intestinale;

PER INFORMAZIONI RIVOLGITI AL TUO FARMACISTA DI FIDUCIA



Locandina informativa a cura dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Sede dell'Ordine: Via Toledo, 156 - Napoli
Tel. 081 5510648 - Fax 081 5520961
www.ordinefarmacistinapoli.it
info@ordinefarmacistinapoli.it
ordine@tin.it

- I. patologie per le quali sono programmati importanti interventi chirurgici;
- J. patologie associate a un aumentato rischio di aspirazione delle secrezioni respiratorie;
- K. epatopatie croniche.

- Soggetti di età pari o superiore a 65 anni.
- Bambini e adolescenti in trattamento a lungo termine con acido acetilsalicilico, a rischio di Sindrome di Reye in caso di infezione influenzale.
- Individui di qualunque età ricoverati presso strutture per lungodegenti.
- Familiari e contatti (adulti e bambini) di soggetti ad alto rischio di complicanze (indipendentemente dal fatto che il soggetto a rischio sia stato o meno vaccinato).

Soggetti addetti a servizi pubblici di primario interesse collettivo e categorie di lavoratori (Medici e personale sanitario di assistenza, forze di polizia, vigili del fuoco, etc)

Personale che, per motivi di lavoro, è a contatto con animali che potrebbero costituire fonte di infezione da virus influenzali non umani (Allevatori, addetti all'attività di allevamento, addetti al trasporto di animali vivi, macellatori e vaccinatori, veterinari pubblici e libero-professionisti)

Altre categorie (Donatori di sangue)

Per la stagione 2020-2021, a causa dell'emergenza COVID-19, al fine di facilitare la diagnosi differenziale nelle fasce d'età di maggiore rischio di malattia grave, la vaccinazione antinfluenzale può essere offerta gratuitamente nella fascia d'età 60-64 anni.

Per quanto riguarda gli esercenti le professioni sanitarie e socio-sanitarie che operano a contatto con i pazienti, e gli anziani istituzionalizzati in strutture residenziali o di lungo degenza, la vaccinazione è fortemente raccomandata nella prospettiva di una iniziativa legislativa che la renda obbligatoria.

MODALITÀ DI SOMMINISTRAZIONE E CONSERVAZIONE

Quest'anno, vista l'attuale situazione epidemiologica relativa alla circolazione di SARS-CoV-2, si raccomanda di anticipare la conduzione delle campagne di vaccinazione antinfluenzale a partire dall'inizio di ottobre e offrire la vaccinazione ai soggetti eleggibili in qualsiasi momento della stagione influenzale, anche se si presentano in ritardo per la vaccinazione. Una sola dose di vaccino antinfluenzale è sufficiente per i soggetti di tutte le età, con esclusione dell'età infantile. Per i bambini al di sotto dei 9 anni di età e mai vaccinati in precedenza, infatti, si raccomandano due dosi di vaccino antinfluenzale stagionale, da somministrare a distanza di almeno 4 settimane. Il vaccino va somministrato per via intramuscolare; è raccomandata l'inoculazione nel muscolo deltoide per tutti i soggetti di età superiore a 2 anni; nei bambini fino a 2 anni e nei lattanti la sede di iniezione raccomandata è la faccia antero-laterale della coscia. È importante conservare il vaccino antinfluenzale in frigo (non in freezer) ad una temperatura compresa tra i +2° e +8° gradi.

CONTROINDICAZIONI E PRECAUZIONI

Il vaccino antinfluenzale non deve essere somministrato a:

- **Lattanti al di sotto dei sei mesi (per mancanza di studi clinici controllati che dimostrino l'innocuità del vaccino in tali fasce d'età).**
- **Soggetti che abbiano manifestato una reazione allergica grave (anafilassi) dopo la somministrazione di una precedente dose o una reazione allergica grave (anafilassi) a un componente del vaccino.**
- **Una malattia acuta di media o grave entità, con o senza febbre, costituisce una controindicazione temporanea alla vaccinazione, che va rimandata a guarigione avvenuta.**

SOMMINISTRAZIONE SIMULTANEA DI PIÙ VACCINI

Il vaccino antinfluenzale non interferisce con la risposta immune ad altri vaccini inattivati o vivi attenuati.

FARMACI ANTIVIRALI

L'OMS ritiene che l'impiego degli antivirali debba essere limitato a casi selezionati (pazienti con patologia cronica di base associata a sospetta o confermata infezione da virus influenzale (ad esempio polmoniti, sepsi o aggravamento di malattie croniche sottostanti). I virus dell'influenza possono acquisire resistenza agli antivirali. Per questo, l'uso profilattico degli antivirali non è raccomandato di routine durante le epidemie stagionali di influenza.

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.

Il consiglio dell'Ordine, nella seduta di Consiglio del 28 Giugno 2016, ha approvato la possibilità di poter **attivare delle convenzioni** con imprese che intendono offrire prodotti e/o servizi agli **iscritti all'Ordine della Provincia di Napoli** a condizioni più vantaggiose rispetto a quelle normalmente praticate al pubblico, con la semplice esibizione del *Tesserino professionale dei Farmacisti (nuovo Tesserino Magnetico)*.

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

AZIENDA E SITO	AZIENDA E SITO
 <p>http://tufano.euronics.it/</p>	 <p>OTOFARMA s.p.a Per le Farmacie italiane http://www.otofarma.it/</p>
 <p>arcangelo.viticchio@libero.it</p>	 <p>http://www.centroflegreo.net/ http://www.centrofutura.net/ http://www.centromanzoni.com/ http://www.therapiccenter.it/</p>
 <p>http://www.centroathenanapoli.it/</p>	 <p>www.backoffice.rent info@backoffice.rent</p>
 <p>www.real-luxury.it/ info@real-luxury.it</p>	 <p>www.elettroconsult.it/ info@elettroconsult.it</p>
 <p>http://www.teatrosancarło.it/ biglietteria@teatrosancarło.it</p>	 <p>www.edilker.it amministrazione@edilker.it</p>
 <p>www.casanovanapoli.it amministrazione@casanovanapoli.it</p>	 <p>http://www.archilegno.eu/</p>
 <p>www.remax.it/ cpalisi@remax.it</p>	 <p>www.tufanogomme.com info@tufanogomme.com</p>
 <p>www.enb.company divisione@enb.company</p>	