



AVVISO

Ordine

1. Fondo assistenziale covid-19 per i farmacisti
2. Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti di Napoli

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Ciclo irregolare e stress: quale legame?
4. C'è un legame tra dermatite atopica e stress?
5. Pancreatite acuta e cronica: quali differenze?



Prevenzione e Salute

6. Stringere troppo la cravatta può provocare problemi
7. MELASMA, cosa fare quando compaiono macchie scure sul viso

GUACCI.
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.

Frosinone Barletta
Nola

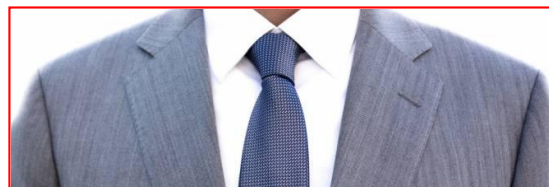
www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

Vivere annascuso d'o Pataterno

STRINGERE TROPPO LA CRAVATTA PUÒ PROVOCARE PROBLEMI

La ricerca degli scienziati tedeschi: il nodo troppo stretto della cravatta provoca una riduzione dell'afflusso di sangue al cervello



Meglio non stringere troppo la **cravatta**. E non solo perché d'estate può davvero dar fastidio, ma anche per motivi di salute.

Portare il nodo (sbagliato) al collo può infatti provocare problemi al cervello. A dirlo sono gli scienziati della Universitätsklinikum Schleswig-Holstein di Kiel, in Germania.

La ricerca degli **studiosi** tedeschi si è fondata su una platea di 30 giovani, cui è stato chiesto di indossare la cravatta per poi sottoporsi ad alcune risonanze magnetiche di 15 minuti.

I ragazzi, tutti di età intorno ai 24 anni e dichiarati sani, sono stati divisi in due gruppi distinti. A 15 di loro è stato chiesto di portare la camicia slacciata, agli altri 15 invece la cravatta ben stretta attorno al collo con il nodo Windsor.

Ebbene, le **persone con la cravatta** - spiega **Libero** - **registrano un calo dell'afflusso di sangue al cervello del 7,5%** in media. Il risultato potrà forse essere atteso e di certo non sarà molto significativo, visto il numero di individui coinvolti nel test. Ma può comunque far riflettere. Portare la cravatta troppo stretta, soprattutto in estate e in ufficio, può stringere le vene del collo, soffocando così l'afflusso di sangue al cervello e provocando una riduzione (sebbene non grave) delle attività del cervello. Lo studio pubblicato sulla rivista *Neuroradiology*, spiega il quotidiano, precisa anche che - sebbene con effetti minori - anche stringendo di meno la cravatta la riduzione di afflusso di sangue si riduce del 5,7%. (*Salute, Il Giornale*)

PREVENZIONE E SALUTE

MELASMA, cosa fare quando compaiono macchie scure sul viso

Dopo l'esposizione al sole tipica dei mesi estivi, molte donne vedono comparire sul viso macchie di colore scuro sulle tonalità del marrone.

Si tratta del melasma, un disturbo estetico della pelle molto diffuso e che riguarda quasi esclusivamente le donne, causato dalla **sovrapproduzione di melanina**.

Come bisogna comportarsi quando si vedono comparire queste macchie?

Ne abbiamo parlato con la dottoressa [Alessandra Narcisi](#), dermatologa di Humanitas.

Il melasma varia in base alla stagione

Il melasma si manifesta in particolare con macchie **sulle guance, sul labbro superiore, sul naso e sulla fronte**.

Non è certo, ma si presume che il melasma sia causato dall'attività ormonale (questo disturbo infatti viene anche chiamato "maschera della gravidanza", poiché colpisce in particolare le donne incinte). Sicuramente però ci sono altre condizioni che lo favoriscono, come **lo stress, l'utilizzo di creme profumate, la predisposizione genetica**, oppure ancora l'assunzione di farmaci foto sensibilizzanti o della pillola anticoncezionale.

Le macchie scure sono provocate dalla **produzione in eccesso di melanina**, un pigmento che oltre a essere responsabile dell'abbronzatura, ha la funzione di protezione della pelle dai raggi ultravioletti provenienti dal sole. Per questa ragione **in inverno le macchie non si notano**, confondendosi con il colorito della pelle, mentre iniziano a manifestarsi già dalla primavera per poi scurirsi ulteriormente in estate, stimolate dai raggi solari.

Questo però non significa che bisogna stare lontani dal sole, ma che è necessario proteggersi in modo adeguato. "La pelle va protetta con **creme solari non profumate e con un alto fattore protettivo** (fattore 50 o più); non bisogna esporsi durante le ore più calde o, se proprio non si può evitare, bisogna utilizzare in forma precauzionale altri presidi di protezione, come per esempio **occhiali e cappelli**".

Attenzione all'etichetta

In ogni caso è importante **fare attenzione ai prodotti che si acquistano** e che si utilizzano poiché alcuni di questi, comprese alcune protezioni solari, possono peggiorare il melasma.

"Questo accade quando le creme sono profumate o quando contengono delle sostanze foto sensibilizzanti. Va quindi letto con attenzione l'elenco delle sostanze contenute nel prodotto, o ancora meglio **chiedere una prescrizione specifica al dermatologo**".

Cosa fare invece dopo che ci si è esposti al sole? "In inverno si possono attuare **trattamenti per rendere le macchie più chiare**, come il *micropeeling* o l'applicazione di creme schiarenti, oppure affidarsi a centri dermatologici che effettuano trattamenti di dermocosmesi come peeling più profondi o laser", conclude la dottoressa. (*Salute, Humanitas*)



SCIENZA E SALUTE

CICLO IRREGOLARE e STRESS: quale legame?

La pandemia COVID-19 in corso ha contribuito ad aumentare i livelli di stress, già alti in moltissime persone.

Nelle donne lo **stress si può manifestare in diversi modi**, anche a causa di sbalzi ormonali che possono rendere **irregolare il ciclo mestruale**.

Lo stress può causare un vero e proprio “terremoto ormonale” che, insieme all’avanzare dell’età, può sopraffare la donna dal punto di vista psico-fisico.

In questi casi, specie alle prime avvisaglie di alterazioni del ciclo, è essenziale che la donna si rivolga allo specialista per la visita ginecologica, in modo da ritrovare in breve tempo benessere ed equilibrio.

Ciclo mestruale e stress: gli ormoni

«L’equilibrio ormonale e la conseguente **regolarità del ciclo mestruale è un indicatore della salute generale della donna** –.

In situazioni di stress, l’organismo aumenta la produzione di ormoni come l’adrenalina e cortisolo.

Questi ormoni aiutano a gestire lo stress nel breve periodo, tuttavia, quando **la situazione stressante si protrae nel tempo**, l’aumentato livello di questi ormoni nel sangue inizia a **provocare alterazioni a livello dell’ipotalamo** e a cascata a ipofisi, ovaie e utero, che iniziano a lavorare in modo irregolare.

In assenza di fattori come fibromi o polipi uterini, o patologie a carico delle ovaie, la regolarità del ciclo mestruale tende ad alterarsi, e nelle mestruazioni della donna possono esserci cambiamenti, ad esempio in termini di flusso più o meno abbondante.

Come lo stress influenza il ciclo: «Il **cortisolo è l’ormone dello stress**; è prodotto dal surrene e agisce sull’ipotalamo, la ghiandola nel cervello che regola molte funzioni tra cui quelle dell’ovaio. **Aumentati livelli di cortisolo** nel sangue possono arrivare a bloccare l’ovulazione e ridurre la produzione di progesterone che regola il ritmo e le caratteristiche della mestruazione». In questi casi, la donna potrebbe notare:

- *cicli ravvicinati, anche due volte al mese, senza che avvenga l’ovulazione e*
- *perdite scure premestruali (“spotting”) dovute a una ridotta produzione di progesterone e*
- *flusso ridotto (**oligomenorrea**) con sangue di colore più scuro, dovuto alla sua lenta fuoriuscita dall’utero che consente l’ossidazione dell’emoglobina.*

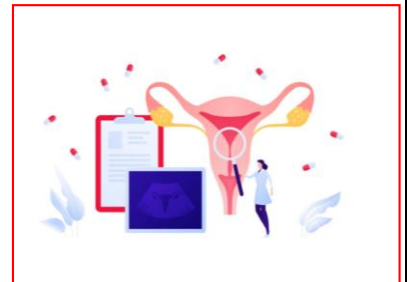
Tra i 40 e 45 anni, un’alterazione del ciclo mestruale potrebbe essere anche indicatore di un esaurimento della funzione ovarica che conduce alla premenopausa.

Consigli contro lo stress che aiutano la regolarità del ciclo

Quando si notano **alterazioni del flusso mestruale**, è bene rivolgersi al proprio ginecologo il quale, sulla base dei sintomi, può valutare con la donna l’uso della pillola o cerotto o anello contraccettivo per mettere a riposo l’ovaio, oppure fornire un progestinico per ridurre l’abbondanza del flusso ematico. Le alterazioni, vale la pena ricordarlo, si possono curare.

Ripristinare un ciclo mestruale regolare, specie per la donna che non è in periodo premenopausale, significa recuperare benessere e salute. Oltre alla terapia prescritta dal ginecologo, è importante ridurre lo stress e mantenere alcune sane abitudini, come

- **dormire almeno 8 ore a notte**
- **il controllo del peso corporeo**, evitando il sovrappeso o l’eccessiva magrezza
- **un’alimentazione sana**, varia ed equilibrata ricca di ferro (dai legumi e/o dalla carne), di acidi grassi essenziali (pesce, frutta secca, olio d’oliva), magnesio (frutta e verdure fresche)
- **praticare attività fisica** (almeno mezz’ora al giorno a ritmo sostenuto), per scaricare lo stress e ridurre anche il dolore mestruale. (Salute, Humanitas)



PREVENZIONE E SALUTE

C'È un LEGAME tra DERMATITE ATOPICA e STRESS?

L'eczema costituzionale, comunemente chiamato dermatite atopica, è un'inflammatione cronica della cute caratterizzata da un prurito molto intenso, che può influire sulla qualità della vita del paziente, inficiando il riposo notturno e la concentrazione.

La dermatite atopica si localizza anche in zone visibili del corpo, provocando spesso una sensazione di insicurezza sociale in chi ne è interessato.

Approfondiamo l'argomento con il professor [Antonio Costanzo](#), Responsabile dell'Unità di Dermatologia di Humanitas e docente di Humanitas University.

Cosa comporta la dermatite atopica

«La **dermatite atopica** è una malattia piuttosto frequente, che si manifesta con **chiazze sulla pelle pruriginose, eritematose e rossastre**», spiega il professor Costanzo.

«Questa patologia esordisce precocemente nella vita dei pazienti che ne sono interessati, andando a coinvolgere circa il 30% dei bambini nei primi anni di vita. Nel corso dell'adolescenza, la dermatite atopica tende a scomparire, salvo ripresentarsi in alcuni pazienti anche in età adulta».

«I pazienti con **dermatite atopica** presentano una **difesa cutanea ridotta**: gli antigeni e gli allergeni con cui entrano a contatto, quindi, penetrano nella pelle con più facilità, e attivano il sistema immunitario con la conseguente **comparsa di arrossamenti** associati a un forte prurito.

Per dare una stima, basta sapere che più del 60% dei pazienti con dermatite atopica ha cinque notti disturbate su sette. Si tratta di una malattia complessa, che coinvolge principalmente la pelle, ma non solo: in alcuni casi può andare a interessare anche altri organi».

Dermatite atopica: le cure disponibili

«Alla base della terapia per la dermatite atopica c'è la **crema emolliente**, che permette di migliorare la funzionalità della barriera cutanea. La **terapia con crema emolliente** è una terapia che il paziente dovrà portare avanti **per tutta la sua vita**, anche nei periodi in cui **non è presente nessuna infiammazione**.

Oggi esistono anche altre terapie farmacologiche in grado di individuare e bloccare gli specifici fattori che causano la malattia, come gli **anticorpi monoclonali**», continua il professor Costanzo.

«**Spesso l'esposizione alla luce solare migliora la malattia**. I raggi ultravioletti, infatti, sono dei naturali immunosoppressori, in grado di ridurre l'infiammazione cutanea. Bisogna però prestare attenzione al sudore, che può invece peggiorare il prurito e l'infiammazione delle lesioni».

Stress e dermatite atopica

«Nei pazienti predisposti alle malattie infiammatorie cutanee, come la dermatite atopica, **lo stress favorisce sia la comparsa della patologia, sia il suo eventuale aggravamento**.

Si tratta purtroppo di un circolo vizioso, poiché la dermatite atopica ha un profondo impatto sulla **condizione psicologica del paziente**, sia perché il prurito spesso disturba il riposo notturno, sia perché le lesioni compaiono in genere in zone visibili, come il volto e il collo, con conseguente disagio sociale.

I pazienti con dermatite atopica possono però oggi avere una quotidianità tranquilla, poiché esistono **farmaci mirati**, che nella maggior parte dei casi **determinano scarsi effetti collaterali**, e che sono in grado di controllare i sintomi della malattia a lungo termine», conclude il professor Costanzo.

(Salute, Humanitas)



SCIENZA E SALUTE

PANCREATITE ACUTA E CRONICA: QUALI DIFFERENZE?

Quando il **pancreas** si infiamma le cause possono essere molteplici. La sua infiammazione, la **pancreatite**, può inoltre essere di due tipi differenti: **acuta e cronica**.

Quali sono le differenze e quali i percorsi di cura possibili?

Ne parliamo con il prof. Alessandro Zerbi, Responsabile di Chirurgia Pancreatica in Humanitas.

**PANCREATITE ACUTA:
ESORDIO, SINTOMI E TERAPIA**

Esordisce in maniera improvvisa ed è una malattia molto variabile, che può presentarsi in forma lieve o severa.

“La **pancreatite acuta** si manifesta in genere con un dolore violento che interessa i quadranti più alti dell’addome e che spesso si irradia anche al dorso – ha spiegato Zerbi -.

Possono inoltre aversi episodi di vomito e una compromissione delle condizioni generali a causa del dolore”.

La causa più frequente di pancreatite acuta è la calcolosi della colecisti (o calcoli della cistifellea) e in alcuni casi la pancreatite acuta è il primo segnale di calcolosi.

Un’altra causa, seppur meno rilevante rispetto alla prima, è l’abuso di alcol, inteso come un episodio di consumo eccessivo di alcolici. Come si tratta una pancreatite acuta?

Nella stragrande maggioranza dei casi l’approccio oggi preferito è quello più conservativo.

Laddove possibile il trattamento medico, endoscopico o radiologico è preferito rispetto a quello chirurgico.

“Nei pazienti con pancreatite acuta in forma lieve (circa l’85% dei casi) sono sufficienti 2-3 giorni di digiuno e la somministrazione di flebo per rifornire l’organismo dei liquidi persi – ha precisato lo specialista -. Opzioni di trattamento più complesse sono invece necessarie nei casi più seri.

Può essere necessario anche il **ricovero**, talvolta perfino in terapia intensiva se il danno ha colpito molti altri organi come rene, polmone, sistema circolatorio”.

IL RUOLO DELLA PREVENZIONE NELLA PANCREATITE CRONICA

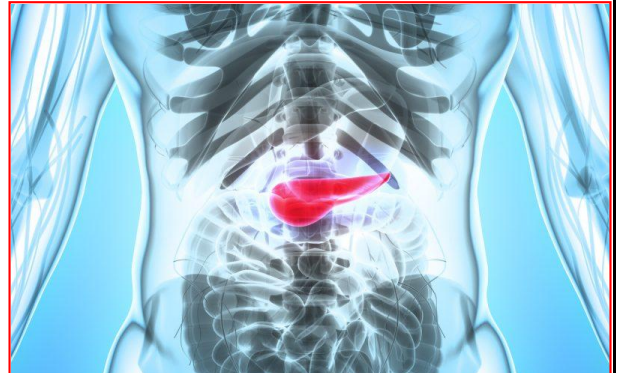
Nei pazienti con **pancreatite cronica** occorre innanzitutto intervenire sullo stile di vita.

Alcol e il fumo, che agiscono spesso da concausa, devono essere ridotti o eliminati drasticamente. Importante anche il ruolo dell’alimentazione: spesso infatti i pazienti con pancreatite cronica non si nutrono in maniera adeguata.

“Potrebbe inoltre essere indicata **l’assunzione di enzimi pancreatici sostitutivi per migliorare l’assorbimento del cibo** – ha spiegato il professor Zerbi -: questi pazienti infatti producendo meno succhi ed enzimi soffrono di un minor assorbimento di ciò che mangiano”.

La **terapia** è dunque dapprima medico-comportamentale e se occorre endoscopica, con l’inserimento di stent all’interno del pancreas per facilitare il deflusso del succo pancreatico.

Nelle forme più avanzate potrebbe rendersi necessario l’**intervento chirurgico**, che può prevedere anche l’asportazione di parte del pancreas. (*Salute, Humanitas*)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



FONDO ASSISTENZIALE COVID-19: stanziati dalla Federazione degli Ordini € 2.000.000,00 per iniziative a sostegno degli iscritti.

Alla luce dei disagi causati ai farmacisti dall'emergenza da Covid-19, si è ritenuto necessario stanziare delle risorse a sostegno degli iscritti.

E' stato istituito un Fondo di importo complessivo pari ad € 2.000.000,00, volto a finanziare iniziative assistenziali in favore di farmacisti colpiti a vario titolo dagli effetti della pandemia da Covid-19.

Di seguito i criteri e le modalità per l'erogazione nonché il **link della circolare**.

<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/servizi/circolari-fofi/3055-circolare-13082-del-24-06-2021-fondo-assistenziale-covid-19-iniziativa-in-favore-degli-iscritti>

Il Fondo è articolato in **tre diverse Sezioni**, finalizzate ad attribuire un sussidio per alcune specifiche situazioni di fragilità in cui possono essere incorsi i farmacisti.

Pur essendo dotata ciascuna sezione di uno specifico stanziamento economico, è stato ipotizzato un sistema di compensazione con gli eventuali fondi residui delle altre sezioni.

L'erogazione dei contributi avverrà fino al completo utilizzo delle risorse disponibili, sulla base di una graduatoria di assegnazione elaborata in funzione crescente dell'Indicatore della **Situazione Economica Equivalente-ISEE** del richiedente, ferma restando l'utilizzazione delle eventuali risorse provenienti dalle altre sezioni.

COME PARTECIPARE

La domanda dovrà essere presentata dall'interessato **all'Ordine territoriale** presso il quale è iscritto entro la data del **30 SETTEMBRE p.v.** al seguente indirizzo pec:

ordinefarmacistina@pec.fofi.it

previa verifica della relativa regolarità e completezza, sarà trasmessa entro il 31 ottobre p.v. dall'Ordine stesso alla Federazione per la validazione finale e l'erogazione.

1. **CONTRIBUTO AI FARMACISTI RICOVERATI PER COVID-19**

<http://www.fofi.it/Scheda%201.pdf>

2. **CONTRIBUTO AI FARMACISTI CHE HANNO PERSO LAVORO E CONTRIBUTO AI FARMACISTI IN CASSA INTEGRAZIONE CAUSA COVID-19**

<http://www.fofi.it/Scheda%202.pdf>

3. **SOSTEGNO ALLA GENITORIALITÀ**

<http://www.fofi.it/Scheda%203.pdf>

Destinazione del **5 X 1000** alla **FONDAZIONE** dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di **NAPOLI**

Destinazione 5 x 1000 alla Fondazione. A Te non costa nulla.

DESTINA IL TUO 5X1000 ALLA FONDAZIONE ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI



COME DEVOLVERE:

- 1. Compila il Modulo **730**, il **CUD** o il **modello Unico**
- 2. Firma nel riquadro:

Sostegno del Volontariato e delle altre Organizzazioni **NON** lucrative di Utilità Sociale, delle Associazioni di Promozione Sociale e delle Associazioni e Fondazioni riconosciute che operano nei Settori di cui all'art. 10, C. 1, lett. A, del D.L.GS. N. 460 del 1997

3. Indica il Codice Fiscale: **09571771212**

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta **FIRMARE** in **UNO** degli spazi sottostanti)

<p>SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO E DELLE ALTRE ORGANIZZAZIONI NON LUCRATIVE DI UTILITA' SOCIALE, DELLE ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE E DELLE ASSOCIAZIONI E FONDAZIONI RICONOSCIUTE CHE OPERANO NEI SETTORI DI CUI ALL'ART. 10, C. 1, LETT A), DEL D.L.GS. N. 460 DEL 1997</p> <p>FIRMA <u>SANTAGADA VINCENZO</u> Codice fiscale del beneficiario (eventuale) <u>09571771212</u></p>	<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SCIENTIFICA E DELLA UNIVERSITA'</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SANITARIA</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	<p>FINANZIAMENTO DELLE ATTIVITA' DI TUTELA, PROMOZIONE E VALORIZZAZIONE DEI BENI CULTURALI E PAESAGGISTICI (SOGETTI DI CUI ALL'ART. 2, COMMA 2, DEL D.P.C.M. 23 LUGLIO 2016)</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>SOSTEGNO DELLE ATTIVITA' SOCIALI SVOLTE DAL COMUNE DI RESIDENZA</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	<p>SOSTEGNO ALLE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE RICONOSCIUTE AI FINI SPORTIVI DAL CONI A NORMA DI LEGGE CHE SVOLGONO UNA RILEVANTE ATTIVITA' DI INTERESSE SOCIALE</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>SOSTEGNO DEGLI ENTI GESTORI DELLE AREE PROTETTE</p> <p>FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	

9/01/2021 - ITWorking S.r.l. - www.itworking.it

AVVERTENZE Per esprimere la scelta a favore di una delle finalità destinarie della quota del cinque per mille dell'IRPEF, il contribuente deve apporre la propria firma nel riquadro corrispondente. Il contribuente ha inoltre la facoltà di indicare anche il codice fiscale di un soggetto beneficiario. La scelta deve essere fatta esclusivamente per una delle finalità beneficiarie.