



AVVISO

Ordine

- ❖ Bacheca: annunci lavoro
- ❖ Quota iscrizione 2024

Notizie in Rilievo Scienza e Salute

- ❖ Perché il sudore emana cattivo odore?
- ❖ CAROTIDE: i Sintomi della stenosi carotidea
- ❖ Fegato grasso: si può guarire?



Prevenzione e Salute

- ❖ CISTI SEBACEA: dove si forma e quando andare dal dermatologo

GUACCI.
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE FARMACIE.

Frosinone Barietta
Nola

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

'O munno è munno: chi saglie e chi va a funno

PERCHÉ il SUDORE Emana Cattivo ODORE?



«Possiamo scriverlo: non è vero che il sudore irrita la pelle.

È un mito che va sfatato». «Il sudore è composto per il 99% da acqua più qualche elettrolita. E l'acqua di cui è composto è acqua più che "buona":

è l'acqua che proviene dal nostro stesso organismo, **dai cibi che consumiamo, da ciò che beviamo**. Questo tipo di acqua non può avere dunque alcuna azione negativa sulla nostra **pelle**». Sebbene sia un prodotto importante del nostro organismo e contribuisca in modo rilevante a mantenerci in salute – la sudorazione è un processo fondamentale per mantenere costante la temperatura corporea – il **sudore** è per molte persone un problema perché risulta inestricabilmente connesso, soprattutto in alcuni casi, con un **odore** sgradevole e pungente che nessuno vorrebbe mai sentirsi addosso.

«In realtà – non è il **sudore** di per sé a emanare **cattivo odore**, ma la **flora batterica** presente sulla **pelle** del corpo, in particolare tra le pieghe del corpo come ascelle e inguine, e sui peli. Quando il **sudore** entra in contatto con questa flora batterica questa si attiva ed emette delle sostanze solforate responsabili dello sgradevole odore».

CONSIGLI per RIDURRE L'ODORE del SUDORE

1. provvedere alla **rasatura** delle parti del corpo che presentano **peli**: è soprattutto su questi ultimi, infatti, che si annidano i batteri responsabili del cattivo **odore**. Particolare attenzione deve essere rivolta soprattutto alle pieghe come **inguine e ascelle**, nelle quali l'umidità ristagna più facilmente e i batteri tendono a proliferare maggiormente; utilizzare **sostanze antisudorali** come i **sali di alluminio** (*cloruro di alluminio o l'allume di rocca*) per ridurre la sudorazione a livello locale: «Questi sali sono astringenti e antibatterici e, se applicati ad es. nel cavo ascellare, chiudono temporaneamente gli sbocchi delle ghiandole sudoripare inibendo la sudorazione e riducendo così la problematica del cattivo **odore**». (*Salute, Humanitas*)

PREVENZIONE E SALUTE

CISTI SEBACEA: dove si forma e quando andare dal dermatologo

*La **cisti sebacea** è una neoformazione rigonfia di materiale semisolido che si sviluppa sotto la cute e risulta percepibile alla vista e al tatto.*

Si tratta di un disturbo piuttosto comune e **non pericoloso**, che può interessare qualsiasi area del corpo, provocato dall'occlusione delle **ghiandole sebacee**, deputate alla secrezione del grasso utile alla lubrificazione di pelle e capelli.

Dove si formano le cisti sebacee e quando occorre fare una visita dermatologica?

Ne parliamo con il dottor **Luigi Gargiulo**, dermatologo presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas Rozzano.

CISTI SEBACEA: QUALI SONO LE CAUSE?

Le cisti sebacee si sviluppano a partire dalle ghiandole sebacee.

Le cellule in esse contenute, infatti, nascono nello **stato profondo della cute** per poi risalire gradualmente in superficie, fino alla loro eliminazione dalla superficie della pelle.

Se questo processo si altera, le cellule restano nello strato più profondo e finiscono per moltiplicarsi formando una **borsa ("capsula")** al cui interno si raccoglie il materiale che secernono.

Le cisti sebacee generalmente **non sono ereditarie**, fatta eccezione per quelle che si sviluppano a ridosso dei follicoli dei capelli.

CISTI SEBACEA: DOVE SI FORMA E COME RICONOSCERLA

Le cisti sebacee si formano più comunemente sul **viso**, sul **collo**, sulle **spalle**, sul **torace** e nell'**area perigenitale**.

La cisti sebacea si manifesta con un **rigonfiamento tondeggiantissimo, bianco-giallastro e duro**.

Dal suo centro in alcuni casi viene secreto del **pus**. In condizioni normali la cisti sebacea non comporta una sintomatologia dolorosa, che, invece, si manifesta se la cisti **si infetta**.

In questo caso cambia anche l'aspetto: il rigonfiamento diventa **rossastro e morbido** e il pus è maleodorante e viene espulso in quantità rilevanti.

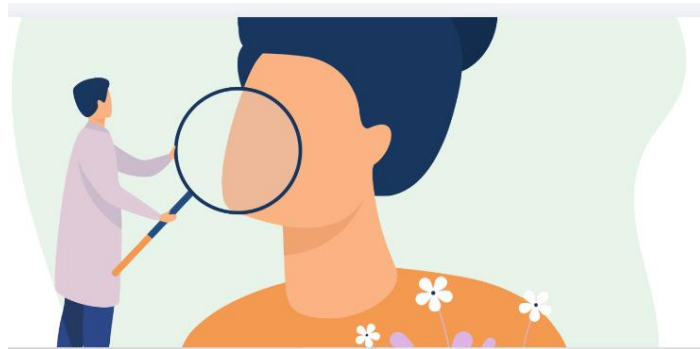
In presenza di un rigonfiamento sospetto, è importante consultare il **dermatologo**.

La cisti sebacea si diagnostica clinicamente **osservando e palpando l'area di cute interessata**. In alcuni casi può venire richiesta anche l'esecuzione di esami (per esempio per escludere un'origine diversa da quella sebacea), tra cui **ecografia** e **biopsia**. Alcune cisti, infatti, possono raggiungere anche dimensioni cospicue (fino a 5-6 cm), ed in tal caso possono essere necessari esami di diagnostica per immagini per escludere un eventuale lipoma.

CISTI SEBACEA: L'INTERVENTO DI RIMOZIONE

Le cisti sebacee non vanno fatte scoppiare perché questo potrebbe provocare lo sviluppo di un'infezione e di una nuova cisti. Quando la cisti si infetta si deve ricorrere a un **trattamento antibiotico**, che a seconda dei casi può essere locale o sistemico. La **rimozione della cisti** avviene con un intervento chirurgico che viene eseguito ambulatorialmente e che prevede una piccola incisione per asportare la cisti. Fondamentale è che la cisti venga estratta intera, insieme alla capsula che la circonda, al fine di evitare che questa si riformi in seguito.

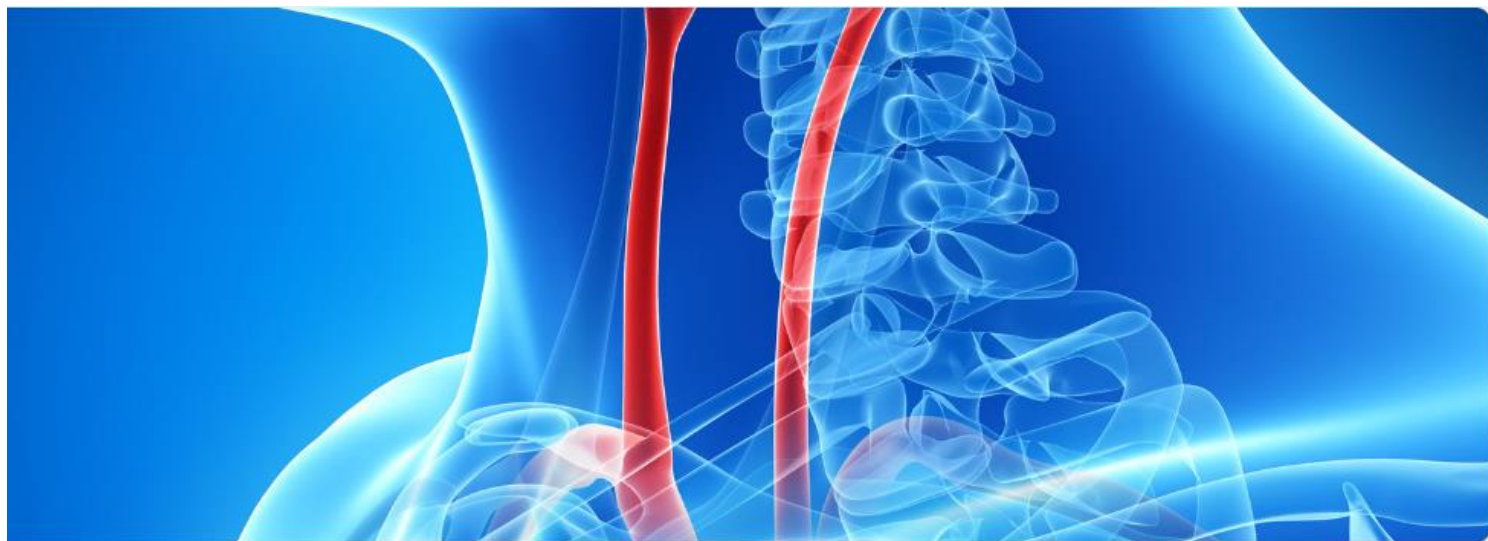
(Salute, Humanitas)



SCIENZA E SALUTE

CAROTIDE: i Sintomi della STENOSI CAROTIDEA

La **carotide** è una delle arterie principali del corpo umano, deputata a rifornire di sangue la testa e il collo.



Si parla di **stenosi carotidea** in presenza di un **restringimento della carotide** causato da **ispessimenti della parete** (le cosiddette placche), che ostruiscono i vasi sanguigni e che inficiano il corretto apporto di sangue al cervello.

La stenosi carotidea può essere **asintomatica** e pertanto non essere individuata finché la situazione non è già grave, come accade per esempio in caso di ictus cerebrale (in cui una zona del cervello non riceve più ossigeno) o di attacco ischemico transitorio (o TIA – una temporanea mancanza di sangue al cervello).

Parliamo di stenosi carotidea con la professoressa **Mariagrazia Bordoni**, responsabile della Chirurgia Venosa Complessa e degli Accessi presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas Rozzano e specialista in chirurgia vascolare presso i centri medici Humanitas Medical Care.

STENOSI CAROTIDEA: I SINTOMI

La stenosi carotidea è molto spesso **asintomatica**. Quando i sintomi si manifestano, possono essere già piuttosto severi e **non sempre sono reversibili**.

Sono disturbi legati a uno **scarso flusso di sangue in alcune aree cerebrali**, che si presentano in forma anche molto differente tra loro: possono aversi sintomi come **difficoltà a parlare**, difficoltà a **muovere un braccio**, a muovere **una gamba** o entrambe, fino ad arrivare a quadri di manifestazione molto complessi.

I disturbi possono anche risolversi nel giro di pochi minuti (come nel caso di *attacco ischemico transitorio* – TIA), ma spesso provocano un **danno permanente**.

CAROTIDE: LE CAUSE DEL RESTRINGIMENTO

La principale **causa** della stenosi carotidea è l'**aterosclerosi**, una malattia della parete delle arterie causata dall'accumulo di **colesterolo, grassi e altri depositi di materiale**, con la conseguente **formazione di placche** e minor elasticità della parete.

In alcuni casi la placca cresce a tal punto da **chiudere completamente l'arteria**, impedendo in questo modo il flusso del sangue; in altri, la placca è formata da materiale piuttosto **friabile** dal quale possono staccarsi alcuni frammenti che finiscono nel sangue e raggiungono il cervello, andando a **chiudere le arterie più piccole**. In entrambi i casi il risultato è una riduzione di flusso di sangue al cervello e l'origine di un'ischemia.

I principali **fattori di rischio** che favoriscono l'aterosclerosi e dunque espongono a un maggior rischio di stenosi carotidea sono:

- ❖ *fumo*
- ❖ *ipertensione*
- ❖ *colesterolo alto*
- ❖ *obesità*
- ❖ *sedentarietà*
- ❖ *età*
- ❖ *familiarità*
- ❖ *diabete.*

Le persone adulte che presentano importanti fattori di rischio o che hanno avuto già problemi cardiovascolari devono essere indirizzati a uno **screening anche del distretto arterioso delle carotide**.

Cardiologo, chirurgo vascolare e diabetologo nel corso della visita valuteranno la possibilità che ci sia un interessamento delle carotidi in base alla storia clinica e alla presenza dei fattori di rischio.

In assenza di precedenti significativi e nel caso in cui il paziente abbia superato i 45-50 anni di età, si potrà sottoporre a una visita di valutazione iniziale da parte del chirurgo vascolare.

In caso sia seguito periodicamente dal cardiologo o dal diabetologo, saranno questi specialisti a indicare se e quando un controllo sarà opportuno.

ECOCOLORDOPPLER DEI TRONCHI SOVRAORTICI: COME FUNZIONA L'ESAME

L'esame che consente una diagnosi precisa sulla presenza e sull'entità di una stenosi della carotide è l'**ecocolordoppler dei tronchi sovraortici**.

L'ecocolordoppler è un esame ecografico che studia la **struttura della parete delle arterie** e controlla il flusso di sangue al suo interno.

Consente di riconoscere la presenza di placche, la loro caratteristica, la percentuale di stenosi che causano e l'eventuale variazione al flusso di sangue.

Questi dati, associati alla visita del paziente, permettono di indirizzare verso la corretta terapia e i controlli necessari.

Un approfondimento, generalmente con una **angio TC dei vasi del collo**, è necessario solo in casi particolari o di dubbio diagnostico.

COME CURARE LA STENOSI CAROTIDEA?

In caso di stenosi asintomatica occorre innanzitutto tenere **sotto controllo i fattori rischio**. Pertanto è necessario:

- ❖ *tenere sotto controllo la pressione, il colesterolo e la glicemia*
- ❖ *mantenere un buon livello di attività fisica*
- ❖ *controllare il peso corporeo*
- ❖ *smettere di fumare.*

Se la **stenosi supera il 70%**, le linee guida suggeriscono un **trattamento chirurgico** oppure **endovascolare** (*usando cateteri e stent, come per le arterie coronarie*), a seconda delle caratteristiche del paziente, della sua storia clinica e delle caratteristiche della placca e dell'arteria da trattare.

Il trattamento di stenosi che hanno provocato sintomi è più complesso: in presenza di attacco ischemico transitorio o ictus la decisione per un eventuale trattamento nasce dal **confronto multidisciplinare tra neurologi**, che in genere per primi vedono il paziente, chirurghi vascolari e neuroradiologi.

SCIENZA E SALUTE

FEGATO GRASSO: SI PUÒ GUARIRE?

La **steatosi epatica**, comunemente detta **fegato grasso**, è una patologia molto diffusa nei paesi occidentali. Tuttavia, circa nel 30-40% dei casi, può essere associata allo sviluppo anche di patologie gravi.

Ma si può guarire da questa patologia? E come?

Cos'è il fegato grasso?

Il fegato grasso è un eccessivo **accumulo di lipidi** (grassi) all'interno delle cellule epatiche. Di norma, la quantità di lipidi presente nel fegato raggiunge circa il 5-10% del suo peso; quando questa percentuale aumenta, parliamo di fegato grasso.

La steatosi epatica è quasi sempre **asintomatica**, al punto da venire scoperta spesso per caso, eseguendo una semplice **ecografia dell'addome completo**; in alternativa attraverso **esami del sangue** di routine che indicano alti valori di **gamma-GT e transaminasi**.

Le **transaminasi alte**, in ogni caso, non sono automaticamente segno di steatosi: per questo, **rivolgersi allo specialista** è fondamentale per approfondire lo stato di salute del fegato. Sarà lui a richiedere, se lo riterrà necessario, l'esecuzione di altri esami, come l'ecografia dell'addome, o **indagini radiologiche** di secondo livello, come la **risonanza magnetica**.

Quali sono le cause del fegato grasso?

Il fegato grasso compare principalmente a causa di una **dieta squilibrata** e troppo ricca di grassi, abuso di alcol. A questo, spesso si accompagna uno stile di vita sedentario, obesità o sovrappeso.

Il fegato grasso può anche dipendere o associarsi ad altre patologie, come:

- **diabete di tipo II o insulino-resistenza**
- **ipertensione arteriosa**
- **alto livello di colesterolo e di lipidi nel sangue**
- **abuso di alcolici**
- **carezza di vitamina B12 e di carnitina**.

A volte, però, il fegato grasso può anche dipendere da **squilibri ormonali** o da malnutrizione, magari provocata da digiuni troppo prolungati.

Il fegato grasso non va sottovalutato: infatti, può causare la **NASH**, ovvero la **steatoepatite non alcolica**. Questa malattia causa un'inflammatione e un "indurimento" del fegato che può portare a fibrosi, **cirrosi epatica** ed **epatocarcinoma**.

Come si cura il fegato grasso? Non esistono farmaci specifici per la cura del fegato grasso. Il miglior modo di prevenirlo e curarlo è **correggere il proprio stile di vita**, che deve essere sano ed equilibrato, e che preveda un'alimentazione bilanciata, regolare attività fisica e un controllo del peso corporeo.

Nella dieta bisogna privilegiare frutta, verdura e cereali, evitare gli alcolici e le bevande e gli alimenti che contengono un elevato contenuto di fruttosio e glucosio.

I **cibi grassi**, in particolare quelli di origine animale, come la carne rossa e i salumi, vanno ridotti, così come i grassi di origine vegetale, dall'olio di semi, alla margarina, all'olio d'oliva.

È importante ridurre anche il consumo di latticini e di burro, e limitare il più possibile gli zuccheri e gli alimenti che contengono fruttosio, a partire dalle merendine, le bevande e i succhi di frutta confezionati.

Sì invece a verdure crude e cotte, cereali integrali, frutta, pesce e legumi.


Per quanto riguarda l'**attività fisica**, ricordiamo che permette di diminuire la quantità di grassi presenti nel fegato.

A tal scopo, vanno privilegiati gli sport aerobici, come la marcia e il ciclismo, ma anche il camminare a passo svelto per almeno un'ora al giorno, con regolarità. (*Salute, Humanitas*)




ORDINE: IN RISCOSSIONE LA QUOTA SOCIALE 2024


 **In riscossione la quota sociale anno 2024**

-  E' in riscossione la quota sociale 2024 di EURO **155,00** di cui
- Euro 113,20 per l'Ordine
 - Euro **41,80** per la **FOFI**.

 La scadenza del pagamento è prevista per il **prossimo 31 Marzo**.

 Il pagamento della quota annuale è **obbligatorio per conservare l'iscrizione all'Albo**, condizione necessaria nei casi previsti dalla Legge per svolgere l'attività professionale.

 Quest'anno presso gli Uffici dell'Ordine Professionale sono disponibili in formato digitale copia dei PagoPA.

 Pertanto gli iscritti che **non avessero ancora ricevuto tale avviso**, anche dopo la scadenza del 29/02/2024 possono scaricarlo inserendo il proprio **Codice Fiscale** al seguente link



https://ordinefarmacistinapoli.it/news/3943-quota-sociale-2024?acm=4705_2262

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA

ORDINE: BACHECA CERCO LAVORO

Per segnalare disponibilità di lavoro in Farmacia e/o Parafarmacia basta inviare messaggio whatsapp

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Annuncio
Melito	FT/PT	360 664 819	01 Marzo
Napoli Arenella	FT/PT	081 560 7209	01 Marzo
Napoli Fuorigrotta	FT/PT	345 070 9730	01 Marzo
Casoria	FT/PT	338 800 8379	01 Marzo
Napoli – Piazza Dante	FT/PT	331 872 8897	01 Marzo
Pozzuoli	FT/PT	331 333 9991	13 Febbraio
Giugliano – Iago Patria	FT/PT	380 156 4663	13 Febbraio
Ercolano	FT/PT	farmaciasantadele@gmail.com	13 Febbraio
Napoli Ponticelli	FT/PT	info@farmaciaciardiello.it	13 Febbraio
Torre del Greco	FT/PT	333 431 9437	06 Febbraio
Napoli – centro	Notturmo	347 455 3537	06 Febbraio
S. Antimo	FT/PT	338 888 2543	06 Febbraio
Boscoreale	FT/PT	081 350 7443	06 Febbraio
Castellammare di Stabia	FT/PT	333 833 0707	23 Gennaio
Portici	FT/PT	333 704 7022	23 Gennaio
Acerra	FT/PT	333 597 8080	18 Gennaio
Napoli Chiaia	FT/PT	338 302 7917	18 Gennaio
Pozzuoli	FT/PT	334 940 4296	18 Gennaio
S. Antimo	FT/PT	347 729 4381	15 Gennaio
Napoli	FT/PT	338 800 8379	15 Gennaio