



## AVVISO

### Ordine

- ❖ Bacheca: annunci lavoro
- ❖ Quota iscrizione 2024

### Notizie in Rilievo

#### Scienza e Salute

- ❖ SINUSITE: quali sono i sintomi e come curarla
- ❖ Non smetti di fumare per paura di ingrassare? eppure il fumo di sigaretta fa aumentare il grasso addominale.



### Prevenzione e Salute

- ❖ SESSO, a rischio “flop” gli uomini incollati al pc nel tempo libero.
- ❖ Sole in primavera: come proteggere la pelle.



## Proverbio di oggi.....

**Nisciuno è nato 'mparato**

# SESSO, a rischio “flop” gli uomini incollati al pc nel tempo libero: «Ogni ora in più al computer triplica la probabilità di disfunzione erettile»

### I dati dell'ultimo studio dell'urologo cinese Linhui Wang

Uno **studio** condotto dall'urologo cinese Linhui Wang del Changai Hospital Naval Medical University Shanghai ha affermato che utilizzare eccessivamente il pc anche nei momenti di svago aumenta il rischio di disfunzione erettile, portando in sostanza ad un “flop” sotto le lenzuola.



Sesso, gli uomini incollati al Pc rischiano il “flop” sotto le lenzuola: il risultato di uno studio cinese

### Lo studio

Per effettuare lo studio sono stati esaminati i dati di oltre 200 mila uomini e hanno calcolato che

- *ad ogni aumento di 1,2 ore di uso del computer nel tempo libero, corrisponde ad una probabilità di 3,57 volte di disfunzione erettile.*

L'utilizzo del pc non è collegato a depressione, ansia o indicatori che facessero pensare a disturbi della circolazione sanguigna ma al fatto che porta a livelli più bassi di ormone follicolo-stimolante che svolge un ruolo chiave nello sviluppo sessuale e nella riproduzione sia nei maschi sia nelle femmine.

Nonostante questo studio offra prove sostanziali riguardo l'eccessivo utilizzo del Pc collegato alla disfunzione erettile, tuttavia servono ulteriori ricerche per affermare la completa validità in via definitiva.

## SCIENZA E SALUTE

# SINUSITE: quali sono i SINTOMI e come CURARLA

Per **sinusite** (o più correttamente **rinosinusite**) s'intende l'**infiammazione dei seni paranasali**, ovvero le cavità pneumatiche scavate nel nostro volto, ma la definizione è ampia e può comprendere differenti condizioni cliniche.

Il comune raffreddore, ad esempio, è una **rinosinusite virale**, che ha durata di pochi giorni.

La **congestione della mucosa nasale**, tuttavia, l'aumento della produzione di muco e il rallentato trasporto ne favoriscono la colonizzazione **batterica** con la comparsa di una sintomatologia più durevole e importante come senso di peso al volto o dolore facciale, alterazione della percezione di odori e sapori, febbre.

Il rischio è trascurare i sintomi esponendo così ad infezioni le basse vie respiratorie con evoluzione in bronchite o broncopolmonite.

**Virus, batteri** e più raramente **funghi** possono essere gli agenti patogeni della rinosinusite, ma non bisogna trascurare l'ambiente rinosinusale, ove si arriva a produrre fino a due tazzine di caffè di muco al giorno drenato in naso e faringe dal complesso anatomico più complicato del nostro organismo: il **labirinto etmoidale**. Oltre il fatto che la mucosa delle vie respiratorie interagisce di continuo con il mondo esterno ricoprendo un ruolo immunitario estremamente delicato.

Quali sono i sintomi della sinusite e come si cura? Ne parliamo con il dottor **Luca Malvezzi**, specialista in otorinolaringoiatria e chirurgia cervico facciale presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas di Rozzano.

## SINUSITE: I SINTOMI

L'infiammazione dei seni paranasali può presentarsi con diversi **sintomi** quali:

- ❖ ostruzione respiratoria nasale con congestione nasale
- ❖ naso che cola (*rinorrea anteriore e posteriore*)
- ❖ senso di peso al volto o Mal di testa (*cefalea*)
- ❖ perdita dell'olfatto (*iposmia*)
- ❖ perdita del gusto (*disgeusia*)
- ❖ tosse
- ❖ alito cattivo (*alitosi*)
- ❖ percezione di cattivo odore (*cacosmia*)
- ❖ ovattamento auricolare
- ❖ febbre.

Il comune raffreddore benché possa avere sintomi intensi è di **breve durata**. L'irrigazione delle fosse nasali con soluzione fisiologica e l'umidificazione dell'ambiente nasale ne favoriscono una più rapida guarigione. Occorre non sottovalutare mai la ripetitività dei sintomi nel corso dell'anno, la presenza di **muco giallo o verde** o una sintomatologia estremamente intesa, ad esempio un **mal di testa pulsante**. E si raccomanda di non trascurare una lenta uscita dai sintomi maggiori, che rischia di trasformarsi nella tolleranza di uno stato di malessere cronico. In questi casi è bene riferirsi a uno **specialista otorinolaringoiatra**.



**Sinusite: come si cura?** All'insorgenza dei primi sintomi la semplice detersione delle fosse nasali con soluzione fisiologica, il fumento con decongestionanti naturali come l'eucalipto, oppure un utilizzo – purché sia sempre limitato – di vasocostrittore può essere sufficiente. Il muco colorato (giallo o verde) è segno di colonizzazione batterica. **Antibiotico** ad ampio spettro – con posologia giornaliera e durata rispondenti allo standard of care – e **steroidi** per via sistemica sono necessari. L'antibiotico agisce bloccando la replicazione batterica; il cortisone riduce il gonfiore della mucosa (effetto anti-edemigeno) favorendo l'evacuazione di muco dai seni paranasali verso naso e faringe al tempo stesso riducendo il dolore facciale da compressione. In caso di azione antalgica insufficiente, il **paracetamolo** può essere un completamento terapeutico.

**Meglio evitare i FANS** (farmaci antinfiammatori non steroidei).

Nelle rinosinusite acute ricorrenti è auspicabile un corretto percorso clinico con **TC del massiccio facciale** in tre proiezioni senza mezzo di contrasto per identificazione delle condizioni anatomiche predisponenti la sinusopatia ed esclusione di comorbilità come **allergia**. La terapia sarà figlia di una strategia multidisciplinare. La **multidisciplinarietà** diventa mandatoria nelle rinosinusiti croniche con o senza poliposi nasale, spesso una vera e propria sfida per i clinici. In questo caso è importante una buona comunicazione con il paziente, infatti, l'adeguato controllo dei sintomi della malattia non può prescindere dall'aderenza al piano terapeutico impostato dal pool di esperti.

Irrigazione nasale con fisiologica e utilizzo di **corticosteroidi topici nasali** (o topici orali se presente asma) rappresentano la base terapeutica nella patologia infiammatoria nasale cronica. Tuttavia, oggi la possibilità di cura di pazienti con sintomi ricorrenti è più ampia, sia grazie alle innovazioni in campo chirurgico che alle innovazioni in campo farmacologico.

**Sinusite: quando serve l'intervento chirurgico?**

In caso di presenza di concrezioni micotiche (funghi), sinusiti odontogene oppure rinosinusiti ricorrenti o croniche condizionate dall'anatomia di drenaggio del muco dai seni paranasali al naso la **chirurgia endoscopica rinosinusale** (*FESS – Functional Endoscopic Sinus Surgery*) non solo rappresenta il gold standard a livello internazionale, ma anche si dimostra terapeutica nel controllo del quadro clinico.

Diversamente la rinosinusite senza o con poliposi nasale associata ad un profilo infiammatorio T2, correlato ovvero ad **alti livelli ematici e mucosali di eosinofili**, può essere caratterizzata da un quadro clinico recalcitrante a terapia steroidea locale o chirurgia. Adeguato e multidisciplinare percorso diagnostico, adeguata chirurgia e opzioni terapeutiche alternative in caso di mancato controllo dei sintomi sono oggi le "armi" a disposizione dei clinici. Devono essere utilizzate nei tempi e nei modi corretti. Adeguata diagnosi significa identificare il **profilo infiammatorio del paziente (endotipo)**, oltre che le caratteristiche di espressione della malattia (fenotipo).

Adeguata chirurgia significa in primo luogo affidare questa opzione a un **chirurgo esperto**. La **chirurgia endoscopica rinosinusale** deve creare spazi adeguati a un'ottimale azione del corticosteroide locale a limitare la ricomparsa dei sintomi. La FESS deve essere FULL, ovvero interessare tutti i seni paranasali.

In caso di mancato controllo del quadro clinico, il farmaco biologico, ovvero l'**anticorpo monoclonale**, oggi è un'opzione terapeutica valida, efficace e alternativa alla chirurgia.

Nuove prospettive potrà forse regalarci la **REBOOT endoscopic sinus surgery**.

**Reboot significa rigenerare**: si tratta di un intervento difficile anche in mano a chirurghi esperti, che prevede, infatti, la rimozione del pannello mucoso di rivestimento dei seni paranasali caratterizzato da infiltrato infiammatorio eosinofilo. Diversamente da quanto si possa pensare, tale mucosa viene rigenerata non da cicatrice, ma da mucosa normale. Il controllo dei sintomi sul lungo periodo si dimostra soddisfacente.

**Sinusite: quali rimedi?** I **lavaggi nasali con soluzione fisiologica** in prodotti confezionati o nella siringa senza ago rappresentano una fondamentale misura preventiva. Il lavaggio nasale contrasta i fattori portatori di infiammazione locale, come agenti inquinanti atmosferici, allergeni o l'essudato purulento nelle forme batteriche acute o nelle forme con poliposi nasale.

Occorre poi non sottovalutare i sintomi e rivolgersi in loro presenza allo **specialista otorinolaringoiatra** per una valutazione approfondita. (*Salute, Humanitas*)

## PREVENZIONE E SALUTE

## SOLE in PRIMAVERA: come proteggere la PELLE

La **luce del sole** è molto importante per il nostro organismo e una corretta esposizione solare apporta diversi benefici: aiuta la sintesi della **vitamina D**, contribuisce al rilascio della serotonina (il cosiddetto ormone del buonumore) e aiuta a **riposare bene durante la notte**.

Esporsi al sole però espone anche a seri rischi per la **salute della pelle**, soprattutto se non si utilizzano protezioni adeguate.

E questo vale anche in primavera, quando ci si espone al sole dopo i mesi invernali.

Approfondiamo l'argomento con il professor **Marco Ardigò**, capo della sezione autonoma di Dermatologia Oncologica presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas Rozzano.

## SOLE IN PRIMAVERA E RISCHIO SCOTTATURE

Il sole primaverile non solo **non è innocuo**, ma può essere anche **più dannoso rispetto a quello estivo**, poiché i raggi UV raggiungono la massima intensità a partire da maggio e giugno, e non solo ad agosto, come comunemente si crede.

Inoltre, in primavera, la pelle non è preparata per affrontare esposizioni prolungate ai raggi solari. Le cellule responsabili della produzione di **melanina**, la sostanza che protegge la pelle dai raggi UV e che contribuisce all'abbronzatura, sono poco stimolate durante l'inverno e **impiegano del tempo a riattivare le loro funzioni**. Questo spiega perché **è facile scottarsi al primo sole di primavera**.

Esporsi al sole senza un'adeguata protezione, dunque, può determinare eritemi solari e ustioni, con rischio di infiammazione intensa, dolore ed edema.

## SCOTTATURE SOLARI E TUMORI DELLA PELLE: C'È UN LEGAME?

**Frequenti scottature solari**, soprattutto se si sono verificate durante l'infanzia e la giovinezza, aumentano il **rischio di tumori della pelle**, come:

- ❖ *carcinoma basocellulare*
- ❖ *carcinoma squamocellulare*
- ❖ *melanoma*.

La maggior parte dei casi di melanoma, infatti, **ha origine solare** ed è dunque legato a un'esposizione eccessiva alle radiazioni ultraviolette.

Per proteggere la pelle dal rischio di tumori cutanei, melanoma incluso, è fondamentale **difendere la pelle dai raggi UVA**, responsabili del foto-invecchiamento cutaneo, e **dagli UVB**, responsabili delle scottature.

Per farlo è bene:

- ✓ **utilizzare creme solari in modo adeguato**, sia in termini qualitativi che quantitativi. La protezione solare dovrebbe avere un SPF (*Fattore di Protezione Solare*) minimo 30+ o, ancora meglio, 50+. Un SPF alto garantisce una maggior protezione.
- ✓ **evitare l'esposizione al sole nelle ore centrali della giornata**.
- ✓ **proteggere la pelle dal sole anche in città**, quotidianamente, magari utilizzando creme idratanti con SPF integrato.

(Salute, Humanitas)



**PREVENZIONE E SALUTE**

# NON SMETTI di FUMARE per PAURA di INGRASSARE? Eppure il fumo di sigaretta fa aumentare il GRASSO ADDOMINALE

*Molti fumatori hanno paura di smettere perché temono di ingrassare: in realtà il fumo accresce il grasso viscerale, precursore di molte malattie.*

"Ho paura di ingrassare" è una delle scuse più gettonate per non smettere di fumare. Ma la possiamo mettere da parte, perché anche iniziare a fumare o continuare a farlo per la vita incoraggia l'accumulo di un tipo di grasso molto rischioso per la salute.

Parliamo del [grasso viscerale](#), il tessuto adiposo addominale che aumenta il rischio di malattie cardiache, diabete, ictus e demenze. Lo sostiene uno studio pubblicato sulla rivista scientifica [Addiction](#).

## AL DI LÀ DELLO SPECCHIO.

Anche se i fumatori tendono ad essere più magri dei non fumatori, hanno in genere maggiori quantità di grasso viscerale, un tipo di grasso che si deposita all'interno della cavità addominale intorno agli organi interni.

Si pensa che questo tessuto produca proteine che determinano un livello costante di infiammazione e che favoriscono l'aumento della pressione sanguigna. Pertanto i problemi di salute collegati al grasso viscerale vanno al di là della pura questione estetica.

## QUALE RELAZIONE?

Un team di scienziati dell'Università di Copenhagen (Danimarca) ha usato un metodo statistico chiamato *randomizzazione mendeliana* per cercare di capire se esista una relazione di causa-effetto tra l'abitudine al fumo di sigaretta e l'aumento di grasso viscerale.

Gli scienziati hanno individuato grazie a precedenti studi quali geni sono collegati al fumo e quali alla distribuzione dei vari tipi di grasso corporeo. Poi hanno cercato di capire se le persone con geni che "favoriscono" l'abitudine al fumo tendano ad avere il grasso distribuito in certe parti del corpo, e infine hanno tenuto conto di altri fattori che possono influenzare questi accumuli, come il [consumo di alcol](#) o il background socioeconomico.

## CAUSA DIRETTA.

Lo studio ha permesso di capire che «l'influenza del fumo sul grasso della pancia sembra avvenire indipendentemente da altri fattori come lo stato socioeconomico, il **consumo di alcol**, l'**ADHD** o la propensione ad assumersi rischi» spiega Germán D. Carrasquilla, primo autore dello studio.

Che aggiunge: «iniziare a fumare e farlo per tutta la vita potrebbe causare un aumento di grasso addominale. Abbiamo trovato anche che il tipo di grasso che aumenta è più probabilmente quello viscerale e non soltanto quello sottocutaneo, meno pericoloso per la salute».

## DUPLICE VANTAGGIO.


La buona notizia è che con interventi di supporto a chi desidera smettere di fumare si otterrebbero benefici... doppi: non solo ne guadagnerebbe l'apparato respiratorio, ma si ridurrebbe l'accumulo di un tipo di grasso che facilita l'insorgere di molte patologie croniche.

*(Salute, Focus)*




## 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



**[Quota sociale 2024 \(ordinefarmacistinapoli.it\)](https://ordinefarmacistinapoli.it)**

## 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
Napoli	FT/PT	392 947 1908	22 Marzo
Nola	FT/PT	349 129 2020	22 Marzo
Torre del Greco	FT/PT	333 431 9437	22 Marzo
Napoli Est	FT/PT	333 547 0671	12 Marzo
Napoli Fuorigrotta	FT/PT	339 450 1105	12 Marzo
San Giorgio a Cremano	FT/PT	farmaciestefanolauro@gmail.com	12 Marzo
S. Anastasia	FT/PT	338 922 7703	07 Marzo
Nola	FT/PT	335 670 0618	07 Marzo
Marano	FT/PT	393 932 8902	07 Marzo
Pomigliano	FT/PT	333 260 6197	07 Marzo
S. Giorgio a Cremano	FT/PT	scaramellinostaffbanco@gmail.com	07 Marzo
Napoli Scampia	FT/PT	349 652 6925	07 Marzo
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