



AVVISO

Ordine

- ❖ Ordine: Corsi ECM
- ❖ Bacheca: annunci lavoro
- ❖ Quota iscrizione 2024

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

- ❖ Scoperto gene che riduce il rischio di alzheimer fino al 70%.



Prevenzione e Salute

- ❖ Acciughe al posto della carne rossa: così salveremmo 750.000 vite
- ❖ Tumore alla PROSTATA: campagna di sensibilizzazione per spingere a controlli e diagnosi precoci
- ❖ Il giusto reggiseno sportivo aumenta fino al 7% le performance nella corsa



Proverbio di oggi.....

E' stata n' acqua 'e maggio! - un caso fortunato, imprevisto

SCOPERTO GENE che RIDUCE il RISCHIO di ALZHEIMER fino al 70%

Si tratta di una variante coinvolta nella sintesi della fibronectina, un componente della barriera emato-encefalica. Le ricerche per ora sono state condotte solo su animali



Scoperto un gene che riduce il rischio di sviluppare la malattia di Alzheimer fino al 70%. Lo indica una ricerca, pubblicata sulla rivista *Acta Neuropathologica*. La variante protettiva identificata si trova in un gene che produce **fibronectina**, un componente della barriera emato-encefalica, una membrana che circonda i vasi sanguigni del cervello e controlla il movimento delle sostanze dentro e fuori dal cervello.

La scoperta della variante protettiva, che sembra dunque legata alla migliore capacità di ripulire il cervello dalle tossine attraverso la barriera emato-encefalica, supporta le crescenti prove che i vasi sanguigni del cervello giocano un ruolo importante nella malattia di Alzheimer e potrebbero aprire una nuova direzione nello sviluppo terapeutico.

«Potremmo essere in grado di sviluppare nuovi tipi di terapie che imitano l'effetto protettivo del gene per prevenire o trattare la malattia».

La fibronectina è di solito presente nella barriera emato-encefalica in quantità molto limitate, ma è aumentata in grandi quantità nelle persone con Alzheimer. La variante identificata nel gene della fibronectina sembra proteggere dalla malattia impedendo l'accumulo eccessivo di fibronectina alla barriera emato-encefalica. I ricercatori hanno confermato questa ipotesi in un modello di Alzheimer in pesci zebra. Hanno anche scoperto che riducendo la fibronectina negli animali si aumentava la rimozione dell'amiloide, migliorando la malattia. «Questi risultati ci hanno dato l'idea che una terapia mirata alla fibronectina e che imita la variante protettiva potrebbe fornire una forte difesa contro la malattia nelle persone». (*Salute, Corriere*)

PREVENZIONE E SALUTE

ACCIUGHE al posto della CARNE ROSSA: così salveremmo 750.000 vite

Sostituire la carne con i cosiddetti pesci foraggio abbatterebbe le morti per malattie croniche e cardiovascolari, specialmente nei Paesi più poveri.

Rimpiazzare parte della [carne rossa](#) che mangiamo con i pesci alla base della catena alimentare marina come acciughe, sardine e aringhe, porterebbe a salvare 750.000 vite all'anno nel 2050.

Il cambio di alimentazione farebbe guadagnare anni di vita perché migliorerebbe la salute cardiovascolare, specialmente delle popolazioni dei Paesi a medio e basso reddito. Bisognerebbe soltanto imparare a usare meglio una risorsa già presente in abbondanza nei mari e specialmente lungo le coste di molti Paesi in via di sviluppo - come afferma uno studio pubblicato sul [BMJ Global Health](#).



UN LUSSO POCO SALUTARE. Il consumo di carne rossa e processata è associato a un rischio aumentato di malattie non trasmissibili, cioè di patologie croniche e a lungo decorso che derivano da una combinazione di fattori genetici, fisiologici, ambientali e comportamentali come **cancro, diabete, problemi cardiovascolari**. A questa categoria di malattie si deve circa il 70% dei decessi globali, e le patologie coronariche, gli ictus, il diabete e i tumori dell'intestino - tutte condizioni legate a un'alimentazione poco salutare - sono alla base del 44% di queste morti.

UN'OPPORTUNITÀ NEI MARI. I cosiddetti pesci foraggio come acciughe, sardine e aringhe, chiamati così perché vengono predati da pesci più grandi, sono ricchi di omega 3, i grassi polinsaturi che contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue e al buon funzionamento del cuore. Oltretutto, questa fonte proteica ha anche il più basso impatto in termini di emissioni di CO2 rispetto a tutte le altre proteine animali. Tuttavia, tre quarti di questi pesci, inclusa buona parte del pescato delle acque limitrofe a Paesi affetti da malnutrizione, finiscono nella produzione di farina di pesce e olio di pesce, che vengono utilizzati negli allevamenti di pesci di acquacoltura destinati ai Paesi industrializzati.

UNA DIVERSA DESTINAZIONE. Un gruppo di scienziati guidati da Shujuan Xia, del National Institute for Environmental Studies di Tsukuba, Giappone, ha incrociato le proiezioni sul consumo di carne rossa nel 2050 in 137 Paesi con quelli sulla pesca di pesci foraggio in vari habitat marini. Trovando che, se queste risorse venissero usate per aumentare il consumo giornaliero di pesce pro-capite nei Paesi dove questa necessità non viene ovviata, portandosi vicino al livello raccomandato di 40 kcal, allora si riuscirebbero a prevenire da mezzo milione a 750.000 decessi per malattie legate a una cattiva alimentazione, e in particolare per malattie coronariche.

ALMENO PROVIAMOCI! Questa rivoluzione alimentare porterebbe a evitare complessivamente, da 8 a 15 milioni di anni vissuti con una disabilità cronica, la maggior parte dei quali sono oggi concentrati nei Paesi a medio e basso reddito.

I ricercatori sono consapevoli che le riserve comunque limitate di questi pesci, che sono anche molto economici, non basterebbero a sostituire del tutto la carne rossa. Ciò nonostante, nello scenario ipotizzato, i benefici basterebbero a ridurre del 2% le morti globali per malattie coronariche, ictus, diabete e tumori dell'intestino.

GLI OSTACOLI SUL PIATTO. Il percorso non sarebbe privo di sfide, prime tra tutte, le barriere geografiche che tengono lontani Paesi come Mongolia, Turkmenistan, e diversi Stati africani dal mare. In questo caso occorrerebbe intensificare il commercio globale di pesci foraggio, per farli arrivare dove più c'è bisogno.

Resta chiaro, poi, che nonostante il potenziale di questo alimento per la salute, rimarrebbero da superare enormi ostacoli economici, come l'overfishing, lo sviluppo della lavorazione del pesce per farne alimenti per animali, il cambiamento climatico, che assottiglia le riserve ittiche; e culturali, come l'accettazione di una fonte proteica primaria diversa dalla carne. (*Salute, Focus*)

PREVENZIONE E SALUTE

Tumore alla PROSTATA: campagna di sensibilizzazione per spingere a controlli e diagnosi precoci

Gli uomini non sono abituati a farsi visitare, ma il tumore alla prostata è prevenibile in molti modi. Pfizer Italia in collaborazione con Europa Uomo e la Federazione Italiana di Rugby lancia la campagna Men's Pro

In Italia sono 564.000 gli uomini che convivono con una diagnosi di **tumore della prostata** e di questi circa il 5,2percento in forma metastatica.

Nel 2023 sono state stimate 41mila nuove diagnosi con un incremento del 14 % dei casi negli ultimi tre anni.

Oggi, grazie alla diagnosi precoce e ai progressi diagnostici e terapeutici e al lavoro di squadra di specialisti, pazienti e caregiver oltre il 60 % dei pazienti riesce a lasciarsi alle spalle definitivamente la malattia.

La CAMPAGNA

Per superare la malattia è necessario un vero e proprio gioco di squadra come quello promosso da Pfizer Italia in collaborazione con Europa Uomo e la Federazione Italiana di Rugby:

- ❖ è la campagna di comunicazione e informazione «*MEN'S PRO*», il cui obiettivo è **sensibilizzare la cittadinanza** sui rischi di questo tumore e si rivolge ai pazienti e ai loro caregiver per andare oltre le barriere e il senso di isolamento che ancora troppo spesso sono legate a questa patologia.

«Sono la prevenzione e la disponibilità di strumenti diagnostici sempre più precisi a rendere, oggi, il tumore alla prostata **uno dei più curabili** – precisa Sergio Bracarda, oncologo, Presidente nazionale della Società Italiana di Uro-Oncologia (SIURO) – prima si individua il problema, più alte sono le probabilità di guarire, anche attraverso terapie poco invasive.

L'aumento dell'incidenza è legato alla maggiore probabilità di diagnosticare questa neoplasia attraverso controlli periodici di **esami come il PSA**, che vanno effettuati con una frequenza variabile a seconda delle fasce d'età e della storia personale del paziente dopo adeguata informazione sul rischio di diagnosticare anche forme non aggressive di malattia.

Grazie all'analisi molecolare della malattia, inoltre, anche le forme di carcinoma prostatico metastatico hanno cominciato a essere fronteggiate con maggiore successo grazie all'impiego di **terapie mirate** che agiscono sui meccanismi di riparazione cellulare.

La disponibilità di queste nuove strategie terapeutiche, infatti, sta cambiando la prognosi di queste patologie soprattutto se resistenti alla castrazione, riuscendo non solo ad allungare sensibilmente l'aspettativa di sopravvivenza dei pazienti, ma anche a garantire una buona qualità di vita».



La QUALITÀ di VITA

E proprio la qualità di vita del paziente è una questione assolutamente personale «Per ognuno è diversa e noi medici dobbiamo abituarci a chiedere quale è **la qualità di vita percepita per il paziente** – spiega il Professor Daniele Santini, UOC Oncologia Medica A, presso Policlinico Umberto I Università la Sapienza, Roma-.

A incidere possono essere dolori da metastasi ossee con fratture e dunque perdita di autonomia, oppure dolore pelvico.

Sono disponibili terapie locoregionali come la radioterapia antalgica che possono migliorare la qualità di vita – e continua –. Le terapie mediche hanno dimostrato di migliorare la qualità di vita nonostante possano avere degli effetti collaterali. Inoltre, spesso viene sottovaluta la qualità di vita di relazione con conseguente ulteriore isolamento della persona».

Gli UOMINI FANNO POCHI CONTROLLI

È una partita da giocare in prima persona e **gli uomini devono superare la ritrosia a sottoporsi ai controlli, agli screening** e avere maggior consapevolezza sulla diagnosi precoce perché, nel caso di tumore, porta a esiti migliori. «Ancora oggi per i ragazzi la visita andrologica non è una tappa come per le ragazze – spiega Simona Donegani Psicologa, psicoterapeuta e consulente in sessuologia, Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori, Milano –.

Anche da adulti la cura di sé non è ancora passata ed è considerata come mettere in discussione la mascolinità».

In generale gli uomini hanno scarsa consapevolezza del ruolo della prevenzione e spesso inoltre il tumore alla prostata nella fase iniziale non dà sintomi o sono aspecifici.

«Proprio perché è così diffuso, il tumore alla prostata non deve essere sottovalutato- spiega Alberto Briganti, Professore Ordinario di Urologia presso l'Università Vita-Salute San Raffaele -. Ha **un'incidenza maggiore nella fascia over 50**, anche se viene considerato da molti come una malattia tipica della terza età.

Circa due terzi dei tumori di questo tipo sono infatti diagnosticati in persone con più di 65 anni:

❖ *un dato molto significativo visto che stiamo assistendo a un invecchiamento generale della popolazione.*

Conoscere i principali fattori di rischio, non solo l'età, ma anche la familiarità, la predisposizione genetica e i cosiddetti fattori ambientali, cioè quelli legati agli stili di vita come **obesità, sedentarietà e fumo**, è quindi fondamentale sia per una corretta prevenzione, sia per affrontare questa neoplasia tempestivamente, grazie al lavoro di team multidisciplinari e a trattamenti sempre più personalizzati».

L'ASSOCIAZIONE

Obiettivi condivisi anche da Europa Uomo «Per i pazienti e per chi se ne prende cura, l'informazione è la prima medicina – precisa Claudio Talmelli, Presidente Nazionale Europa Uomo –.

La nostra Associazione rappresenta la principale rete di informazione su questa neoplasia in Italia e in Europa e, oltre a tutelare i diritti dei pazienti e a organizzare per loro attività di sostegno, promuoviamo iniziative di sensibilizzazione su prevenzione, diagnosi precoce e cure multidisciplinari proprio come «MEN'S PRO».

Grazie al coinvolgimento della Nazionale Italiana di Rugby, sport tradizionalmente legato alla salute urogenitale maschile, vogliamo dimostrare che, anche con una diagnosi di tumore alla prostata, la partita è tutta da giocare».

(Salute, Corriere)

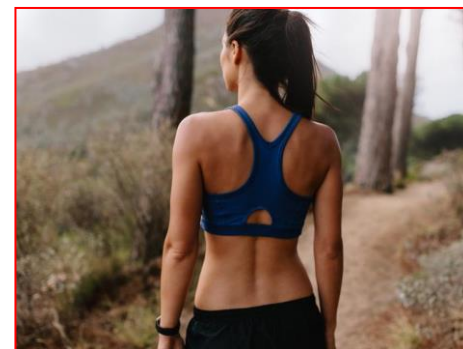
PREVENZIONE E SALUTE

Il giusto REGGISENO SPORTIVO aumenta fino al 7% le Performance nella Corsa

Un reggiseno sportivo performante può aumentare del 7% le prestazioni sportive nella corsa.

Lo dimostra il nuovo studio pubblicato su *Frontiers in Sports and Active Living*. La ricerca ha rilevato che al **maggiore sostegno del seno durante la corsa** è associata una maggiore **rigidità dell'articolazione del ginocchio**, alterando la **biomeccanica** della parte inferiore del corpo delle donne che corrono. Un buon sostegno durante la corsa comporta un consumo minore di ossigeno, consentendo alle sportive una migliore gamma di movimenti.

Dolore durante la corsa Secondo le stime **il 72% delle donne prova dolore al seno durante la corsa.**



Un reggiseno sportivo ben progettato protegge dal dolore al seno indotto dall'esercizio fisico, che può rappresentare un ostacolo significativo alla pratica sportiva. Da un recente studio che ha coinvolto circa 2.000 giovani inglesi di età compresa tra gli 11 e i 17 anni è infatti emerso che **metà delle donne evita lo sport per un disagio legato al seno**. Il motivo? Il seno «balla» e fa male a causa delle sollecitazioni a cui è sottoposto correndo; **un terzo delle ragazze abbandona lo sport all'età di 12 anni per l'imbarazzo e il disagio.**

Effetto contenimento Dunque il modo più semplice per evitare che le giovani atlete lascino l'attività sportiva è affidarsi a un reggiseno sportivo. Come ha spiegato al Times la dottoressa Philippa Kaye il seno salta e rimbalza non poco:

❖ *ad es. in un salto verticale allargando le braccia può rimbalzare fino a 20 centimetri.*

Per questo la soluzione è rappresentata dai reggiseni sportivi. La differenza tra un modello e l'altro dipende dall'altezza del top: **ogni centimetro equivale a una diminuzione del rimbalzo dello 0,75%**, quindi più alta sarà la fascia anteriore, maggiore sarà l'effetto contenimento.

Come si è svolto lo studio «Volevamo identificare strategie per ridurre il dolore al seno indotto dall'attività per le donne, un gruppo che rappresenta circa il 50% della popolazione». In particolare, hanno esaminato l'influenza del sostegno del seno sulla rigidità dell'articolazione del ginocchio durante la corsa su tapis roulant. La rigidità dell'articolazione del ginocchio è una misura biomeccanica che indica la resistenza dell'articolazione del ginocchio al movimento quando viene applicata una forza.

A un campione di 12 corridori amatoriali, di età compresa tra i 18 e i 35 anni, con una coppa B, C o D dichiarata da loro stesse, sono stati applicati due diversi reggiseni sportivi:

❖ *uno a sostegno elevato e uno a sostegno ridotto. Per la condizione di controllo, alle partecipanti è stato chiesto di eseguire l'esperimento a petto nudo.*

Ciascuna partecipante ha poi eseguito allenamenti di corsa di tre minuti in ciascuna delle tre condizioni di sostegno del seno randomizzate (alto, basso, nudo/controllo). Per raccogliere i dati, i ricercatori hanno utilizzato un sistema di motion capture a 10 telecamere e un tapis roulant strumentato.

L'esperimento ha dimostrato che **l'aumento dei livelli di sostegno del seno è associato a una maggiore rigidità dell'articolazione del ginocchio dovuta a minori escursioni articolari.**

Rispetto alla condizione di controllo, le condizioni di basso e alto sostegno sono state associate rispettivamente a un aumento del 2% e del 5% della rigidità articolare del ginocchio. Dai risultati emerge che **un reggiseno sportivo ad alto sostegno può migliorare del 7% le prestazioni di corsa di una donna.**

«I reggiseni sportivi dovrebbero essere considerati non solo come capi di abbigliamento, ma anche come attrezzature sportive in grado di migliorare le prestazioni e ridurre il rischio di lesioni. (Salute, Corriere)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA

ORDINE: ELENCO CORSI PIANO FORMATIVO ECM

MESE DI APRILE

| DATA | TITOLO | N. Crediti ECM | RELATORI |
|---------------------------------|--|-------------------|--|
| Lunedì 8 Aprile h. 21.00 | I° Parte BLSD: arresto cardiaco e manovre di rianimazione cardiopolmonare con uso del defibrillatore | 8 | Prof. <i>M. Santomauro</i> Dott.ssa <i>C. Riganti</i> |
| Lunedì 15 Aprile h. 21.00 | II° Parte | | |

COME PARTECIPARE

Non è richiesta la prenotazione;
Basta recarsi presso la sede dell'Ordine
la sera dell'evento.



| | | | |
|----------------------------------|---|---|---|
| Lunedì 22 Aprile h. 21.00 | Ispezioni in Farmacia: Adempimenti e Consigli Pratici ASL. NA-1 Centro | 3 | <i>Dott.ssa S. Creazzola</i> <i>Dott.ssa E. Granata</i> <i>Dott.ssa A. Venturelli</i> |
| Martedì 23 Aprile h. 21.00 | Ispezioni in Farmacia: Adempimenti e Consigli Pratici ASL. NA-2 Nord | 3 | <i>Dott. M. Fusco</i> <i>Dott. V. D'Ambrosio</i> |
| Lunedì 29 Aprile h. 21.00 | Ispezioni in Farmacia: Adempimenti e Consigli Pratici ASL. NA-3 Sud | 3 | <i>Dott. E. Nava</i> <i>Dott.ssa C. Mancaniello</i> <i>Dott.ssa R. Menna</i> |

Elenco Corsi FAD inseriti nel Piano formativo 2024 di FOFI Provider ECM.

Schema riepilogativo di alcuni degli eventi formativi fruibili sulla Piattaforma

WWW.FADFOFI.COM

CORSI su WWW.FADFOFI.COM

| ID EVENTO | TITOLO | DATA INIZIO | DATA FINE | ORE | CREDITI |
|-----------|---|-------------|------------|-----|---------|
| 388195 | HERPES ZOSTER, HPV, PNEUMOCOCCO: NUOVE STRATEGIE PER CURA E PREVENZIONE | 15/06/2023 | 14/06/2024 | 3 | 5,4 |
| 405931 | RICOGNIZIONE E RICONCILIAZIONE DELLA TERAPIA FARMACOLOGICA | 15/01/2024 | 14/01/2025 | 3 | 5,4 |
| 405967 | MONITORAGGIO DELL'ADERENZA ALLA TERAPIA FARMACOLOGICA NEI PAZIENTI CON DIABETE TIPO 2 E SCREENING | 15/01/2024 | 14/01/2025 | 3 | 5,4 |
| 405972 | MONITORAGGIO DELL'ADERENZA ALLA TERAPIA FARMACOLOGICA NEI PAZIENTI CON IPERTENSIONE | 15/01/2024 | 14/01/2025 | 3 | 5,4 |
| 405985 | MONITORAGGIO DELL'ADERENZA ALLA TERAPIA FARMACOLOGICA NEI PAZIENTI CON BPCO | 15/01/2024 | 14/01/2025 | 3 | 5,4 |
| 405997 | SERVIZI DI TELEMEDICINA: AUTO-SPIROMETRIA | 15/01/2024 | 14/01/2025 | 3 | 5,4 |
| 406009 | SERVIZI DI TELEMEDICINA: MONITORAGGIO AMBULATORIO DELLA PRESSIONE ARTERIOSA | 15/01/2024 | 14/01/2025 | 3 | 5,4 |
| 406030 | SERVIZI DI TELEMEDICINA: HOLTER CARDIACO | 15/01/2024 | 14/01/2025 | 3 | 5,4 |
| 406039 | SERVIZI DI TELEMEDICINA: ECG | 15/01/2024 | 14/01/2025 | 3 | 5,4 |
| 406051 | SUPPORTO ALLO SCREENING DEL SANGUE OCCULTO NELLE FECI | 01/03/2024 | 28/02/2025 | 3 | 5,4 |
| 406055 | SERVIZI DI FRONT-OFFICE SERVIZIO FASCICOLO SANITARIO ELETTRONICO (FSE): ATTIVAZIONE, ARRICCHIMENTO, CONSULTAZIONE | 01/03/2024 | 28/02/2025 | 3 | 5,4 |

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 |
|------------------------|---------------------|---|---------------|
| Marcianise/Caserta sud | FT/PT | rmclassic@gmail.com | 11 Aprile |
| Napoli Pianura | FT/PT | 339 201 1202 | 11 Aprile |
| Afragola | FT/PT | 331 399 2136 | 11 Aprile |
| Mugnano di Napoli | FT/PT | 377 452 3967 | 11 Aprile |
| Pozzuoli | FT/PT | 348 916 7204 | 11 Aprile |
| Sorrento | FT/PT | 344 108 8220 | 11 Aprile |
| Pompei | FT/PT | 340 266 8569 | 27 Marzo |
| Portici | FT/PT | carmy2683@gmail.com | 27 Marzo |
| Ercolano | FT/PT | amministrazione.farmalombardi@gmail.com | 27 Marzo |
| Napoli Chiaia | FT/PT | 339 469 6321 | 27 Marzo |
| 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 | farmaciastefanolauro@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 |

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 prorogata al **prossimo 30 APRILE**.

 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)