



*Proverbio di oggi.....*

**E' 'na pasta d'ommo** E' una pasta d' uomo – persona buona

## Robert Francis Prevost è il nuovo Papa: Leone XIV “Grazie a Francesco, Costruiamo Ponti”

*L'anziano La missione, il servizio, la Chiesa: tanti i fronti d'impegno di Leone XIV*



# Papa Leone XIV

In Conclave era entrato con la nomea del meno statunitense tra i cardinali Usa. Una definizione quasi paradossale ma che fa capire bene come Robert Francis Prevost sia **lontano dalle divisioni, alimentate dai media, tra conservatori e progressisti**. Il nuovo Pontefice, infatti è comunemente conosciuto come uomo del dialogo, capace di ascolto e di mediazione. (*Avvenire*)

**SCIENZA E SALUTE**

# I CELIACI possono baciare chi mangia GLUTINE?

*Via libera a baci appassionati tra celiaci e persone che hanno appena mangiato pasta o pizza: uno studio conferma che i rischi per la salute sono pressoché nulli.*

La celiachia è una **malattia autoimmune** scatenata dal glutine, un complesso proteico contenuto in molti alimenti e bevande come la pasta, la pizza, il pane e la birra.

Oltre a dover fare attenzione ad eventuali contaminazioni in cucina, secondo ricerche recenti alcuni celiaci avrebbero anche timore di entrare in contatto con il glutine baciando un partner non celiaco.

Secondo quanto rilevato da uno studio presentato alla Digestive Disease Week 2025 di San Diego e non ancora sottoposto a revisione tra pari, questo timore sarebbe però infondato, perché il rischio di trasferimento di "saliva contaminata" sarebbe pressoché nullo.



## **Lunghi baci appassionati...**

La ricerca ha coinvolto 10 coppie, ognuna delle quali composta da una persona sana e una persona affetta da celiachia.

Dopo aver mangiato dieci crackers ciascuno contenenti glutine, i partecipanti sani hanno dato un lungo bacio alla francese di almeno un minuto al proprio partner – una volta dopo aver aspettato cinque minuti, un'altra volta senza attendere ma **bevendo 120 ml di acqua**.

## **... e sicuri.**

Dai risultati è emerso che

- **solo due dei 20 baci scambiati sono risultati in un trasferimento di saliva con una quantità di glutine superiore alle 20 ppm** (parti per milione) – il livello massimo "accettabile" per i celiaci.

Nessuno di questi due baci è stato successivo al consumo di acqua, e solo uno è stato seguito da un test delle urine positivo al glutine la sera stessa.

**Nessuna delle persone celiache ha comunque riportato sintomi nelle sei o dodici ore successive al bacio.**

Analizzando la saliva di chi aveva mangiato i crackers è emerso invece che il contenuto di glutine era ben al di sopra delle 20 ppm anche dopo 30 minuti e dopo aver bevuto 120 ml di acqua.

## **Questione di sensibilità.**

Secondo Mahima Swamy, ricercatrice all'Università di Dundee, in Scozia, i risultati dello studio dovrebbero rassicurare i celiaci:

- tuttavia, ricorda, è importante comunque tenere presente che la sensibilità al glutine varia da persona a persona, perciò **chi è molto sensibile dovrebbe prestare maggior attenzione**.

(Salute, Focus)

## SCIENZA E SALUTE

## IPERMEMORIA: CHE COS'È?

*La maggior parte delle persone ricorda per sempre solo gli eventi che ne hanno davvero segnato l'esistenza, che sia il primo bacio, il matrimonio o la nascita di un figlio.*

Per un numero molto esiguo di individui, invece, è possibile ricordare anche particolari insignificanti e momenti che non sono legati a ricorrenze particolari anche a distanza di molti anni.

**Da cosa dipende la loro incredibile abilità nel ricordare?**

**Come funziona l'ipermemoria?**

Ne abbiamo parlato con la dottoressa **E. Menna**, Humanitas.

**La memoria: cos'è, come funziona**

La **memoria**, la funzione psichica che riproduce nella mente un'esperienza passata (attraverso immagini, sensazioni, odori) e che viene poi localizzata in uno spazio e un tempo diverso, è il risultato di un processo riconducibile al **comportamento dei neuroni**, ossia le cellule che compongono il tessuto nervoso, e le **sinapsi**, che formano le reti neurali da cui passano gli impulsi nervosi. A voler semplificare, quando viene in mente un ricordo, si attiva la **rete neurale** che, attraverso una specifica sequenza, invia segnali elettrochimici alle sinapsi: più la rete neurale viene attivata nel corso degli anni, più questo ricordo sarà vivido e radicato nella memoria. Un soggetto con ipermemoria autobiografica (condizione nota anche come ipertimesia) ricorda perfettamente quasi tutto, senza esitazione, con gran precisione.

**Lo studio – tutto italiano – sull'ipermemoria** L'ipermemoria, la **capacità di alcuni individui di ricordare eventi banali**, accaduti magari anni prima, è al centro di uno studio eseguito sfruttando la tecnica della risonanza magnetica funzionale (fMRI) messo a punto per comprenderne il funzionamento. Lo studio (1), realizzato in Italia dalla Fondazione Santa Lucia Irccs di Roma, è stato pubblicato sulla prestigiosa rivista americana PNAS, *Proceedings of the National Academy of Sciences*.

Per comprendere i meccanismi neurobiologici che stanno alla base della straordinaria capacità di ricordare, i ricercatori hanno condotto i loro studi monitorando otto persone dotate di ipermemoria, insieme a 21 soggetti con una memoria normotipica. Gli otto intervistati erano in grado di ricordare dettagli come la data precisa in cui avevano visto un determinato film, o mangiato qualcosa, persino cosa indossavano, senza alcun tipo di sforzo.

**I risultati dello studio** La differenza riscontrata dai ricercatori fra i soggetti dotati di ipermemoria autobiografica e persone normotipiche risiede a livello funzionale nella fase di accesso al ricordo: gli autori hanno chiarito che i risultati ottenuti sono indice della capacità di accedere, attraverso il circuito prefrontale-ippocampale, a ricordi non accessibili alle altre persone. Ma, sull'elaborazione, non si sono notate differenze sostanziali tra i due tipi. In particolare i risultati di questo studio rivelano come i soggetti dotati di ipermemoria autobiografica mostrino un'aumentata attivazione della corteccia prefrontale mediale e dell'ippocampo, soprattutto nel caso di ricordi remoti.

**Studiare soggetti con ipermemoria a cosa può portare in fatto di conoscenza del funzionamento del cervello?**

La possibilità di studiare soggetti dotati di HSAM con tecniche funzionali come fMRI o magari EEG (*elettroencefalogramma*) sia durante il processo di formazione della memoria, sia durante il processo di memory recall, consentirà di **ottenere informazioni importantissime sui meccanismi della memoria**. I risultati di questi studi, oltre ad aumentare le nostre conoscenze di questo processo neurofisiologico, potrebbero essere utili per mettere a punto **trattamenti di stimolazione della memoria** in condizioni di ipofunzionamento. Tuttavia allo stato attuale delle conoscenze è **impossibile prevedere le ricadute di questi studi** in termini pratici. (*Salute, Humanitas*)



## PREVENZIONE E SALUTE

## Dolore alle ginocchia e invecchiamento: i rimedi

*Il dolore al ginocchio è un problema comune, soprattutto con l'avanzare dell'età: attività quotidiane come alzarsi dal letto, camminare o salire le scale possono diventare difficili.*

L'artrosi del ginocchio, ovvero l'usura, è spesso la causa.

**Come proteggere le articolazioni con il passare dell'età e cosa fare in caso di dolore?**

Ne parliamo con il dr Marco Neri, Humanitas Medical Care.



**INVECCHIAMENTO E DOLORE ALLE GINOCCHIA** Il ginocchio è un'articolazione composta da diverse componenti anatomiche, tra cui le ossa (*femore, tibia e rotula*), le quali presentano estremità rivestite da uno strato di cartilagine che permette uno **scorrimento fluido**, e i menischi, muscoli, tendini e legamenti. Questa complessa struttura è essenziale per il nostro movimento e ci consente di svolgere una vasta gamma di attività, come camminare, correre, andare in bicicletta o nuotare. Le ginocchia supportano tutto il nostro peso, sia nel momento in cui camminiamo sia quando siamo fermi.

Il dolore al ginocchio può derivare da lesioni, sovraccarico, patologie o, più comunemente, dall'artrosi, un processo fisiologico legato all'**invecchiamento**.

Con il passare del tempo, i menischi, che agiscono come **ammortizzatori, stabilizzatori** e protettori dell'articolazione del ginocchio, diventano più **sottili e fragili**, così come la cartilagine articolare, che può **deteriorarsi completamente**. Questo causa dolore, difficoltà nei movimenti e, in casi gravi, deformazioni dell'articolazione. Con l'avanzare dell'età, si verifica anche una diminuzione del tono muscolare e della densità ossea, rendendo più impegnativi e difficili anche semplici gesti quotidiani.

Più si invecchia, infatti, più si tende a provare dolore quando si sta in piedi, quando si salgono le scale, o quando si esegue un esercizio, seppur semplice.

### COME PROTEGGERE LE ARTICOLAZIONI CON L'AVANZARE DELL'ETÀ?

Proteggere le ginocchia e ridurre il rischio di dolori articolari e degenerazioni tissutali con l'avanzare dell'età è spesso possibile attraverso l'**adozione di sane abitudini**. Per mantenere le articolazioni in buona salute, può essere utile:

- *Fare esercizio fisico regolare per mantenere il ginocchio attivo e flessibile.*
- *Rafforzare i muscoli delle gambe, in particolare quelli che sostengono il ginocchio, per aumentare la stabilità e ridurre il carico sulle articolazioni.*
- *Smettere di fumare, poiché il fumo può danneggiare i tessuti delle articolazioni.*
- *Mantenere un peso sano, poiché l'eccesso di peso può aumentare lo stress sulle ginocchia.*
- *Praticare sport a basso impatto per proteggere le cartilagini delle ginocchia da traumi e lesioni.*
- *Ascoltare il proprio corpo e fermarsi quando si avvertono segnali di affaticamento o dolore.*

### DOLORE AL GINOCCHIO: COSA FARE?

Quando il ginocchio è caldo, tumefatto e dolente conviene **applicare del ghiaccio**, a cicli di 20-30 minuti ogni 3 ore. Cerotti o pomate difficilmente hanno un effetto benefico, poiché devono superare molti strati di tessuti per raggiungere il punto dolente. Un buon effetto, seppur temporaneo, può essere ottenuto assumendo un **antinfiammatorio** per massimo 7 giorni (sempre con protezione gastrica).

L'applicazione di cerottaggi funzionali sul ginocchio (**taping**) è un'opzione, dato che fornisce maggiore stabilità articolare e riduce il dolore. Terapie fisiche come la **magnetoterapia** e la **tecarterapia** possono apportare miglioramenti a un ginocchio infiammato. Le **infiltrazioni con acido ialuronico** possono ricreare una condizione quasi normale dell'articolazione se eseguite ciclicamente.

Recentemente, le terapie biologiche di ultima generazione, come le infiltrazioni con **PRP** (*plasma arricchito di piastrine*) o con midollo osseo (*Bone Marrow*), sono diventate molto utilizzate. (*Salute, Humanitas*)

**PREVENZIONE E SALUTE****LO SAI CHE LA DEPILAZIONE NON IRRITA SE IDRATI BENE LA PELLE?**

La **depilazione** può essere un fattore di rischio di **irritazione** della **pelle**, detta anche **follicolite**, cioè un'infezione dei follicoli piliferi causata da batteri o altri microrganismi.

L'**irritazione** della **pelle** può essere causata da procedure sbagliate di **depilazione**, sia eseguita con rasoi, a mano o elettrici, sia eseguita con la cera, di zone ricche di follicoli piliferi, i pori da cui si sviluppano i peli, tra cui il torace, l'inguine e le gambe, e colpisce sia gli uomini che le donne.

In particolare nei soggetti predisposti, prima della **depilazione**, per ridurre il rischio di infezione e **irritazione**, è importante idratare bene la **pelle** con detergenti idratanti e creme emollienti, o applicare panni umidi e tiepidi – spiega il prof. Antonio Costanzo, direttore dell'unità di dermatologia dell'ospedale Humanitas –



La **depilazione con rasoi usa e getta**, al fine di prevenire eventuali infezioni batteriche, va seguita dall'applicazione di creme anti-infiammatorie a base di ossido di zinco e sostanze emollienti come l'olio alle mandorle o creme grasse, in grado di ridurre l'ispessimento della **pelle** che contribuisce al nascere di peli "incarniti", che tendono a peggiorare la follicolite e l'**irritazione** della **pelle**.

La follicolite tende a scomparire da sola in qualche giorno se è superficiale, mentre necessita di un adeguato trattamento antibiotico e può risolversi in qualche settimana se è di tipo profondo.

Se, nonostante questi accorgimenti, si sviluppa lo stesso l'infiammazione del follicolo pilifero, è raccomandabile l'uso di detergenti a base di sostanze disinfettanti e pomate antibiotiche.

La **foto-epilazione** invece può rappresentare uno dei rimedi meno dolorosi e più immediati per la cura della follicolite e ha una durata a lungo termine. (*Salute, Humanitas*)

**DA CHE COSA È CAUSATA LA CICLOTIMIA?**

La **ciclotimia** (dal greco: *kuklos* = cerchio e *thumos* = umore) è un disturbo dell'umore che si manifesta con l'alternanza di episodi maniacali ed episodi depressivi.

I primi sono periodi più o meno lunghi in cui l'umore predominante del malato è agitato, espansivo o anche irritabile e manifesta una certa logorrea (impulso a parlare senza controllo), mentre aumenta l'autostima e diminuisce il bisogno di sonno.

**TRISTEZZA**

I secondi sono periodi in cui l'umore predominante è depresso, con perdita di interesse per qualsiasi attività, sentimenti di autocommiserazione o di colpa eccessivi o immotivati, e anche pensieri ricorrenti di morte o di suicidio. Per questa alternanza la ciclotimia si differenzia dagli altri disturbi dell'umore, che sono i disturbi depressivi, nei quali si manifestano solo episodi del secondo tipo.

**Predisposizione.** Caratteristica della ciclotimia è di essere endogena: ha origine cioè dall'individuo stesso ed è indipendente da cause esterne all'organismo. Alcuni studiosi ritengono però che la ciclotimia non sia una vera e propria malattia, ma solo un'acutizzazione di una "personalità ciclotimica", quindi predisposta a queste alternanze. Inoltre, stando ai dati statistici, la ciclotimia sembra marcatamente ereditaria e le donne sembrerebbero maggiormente a rischio. (*Salute, Focus*)

# 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
Torre Annunziata	FT/PT	farmaciabertamino@libero.it	06 Maggio
Napoli Chiaia	FT/PT	338 564 0742	06 Maggio
Vico Equense	FT/PT	329 785 9490	06 Maggio
Licola	FT/PT	giorgiacarrano@gmail.com	06 Maggio
Casalnuovo	FT/PT	349 634 4733	06 Maggio
Napoli	FT/PT	melaniatamborra@libero.it	06 Maggio
Sorrento parafarmacia	FT/PT	dott.fabriziadeangelis@gmail.com	29 Aprile
Varcaturò	FT/PT	340 077 4834	29 Aprile
Napoli Ponticelli	FT/PT	334 618 8048	29 Aprile
Napoli Pianura	FT/PT	333 547 2553	23 Aprile
Boscòreale	FT/PT	340 097 4892	23 Aprile
Napoli Loggetta	FT/PT	333 100 4446	11 Aprile
Pozzuoli	FT/PT	081 218 2443	11 Aprile
Pozzuoli	FT/PT	348 916 7204	11 Aprile
Marano	FT/PT	328 752 1018	11 Aprile
Giugliano	FT/PT	349 426 6271	11 Aprile
Napoli Fuorigrotta	FT/PT	339 450 1105	11 Aprile
Pompei	FT/PT	339 391 3325	7 Aprile
Pomigliano	FT/PT	farmaciealfa@gmail.com	7 Aprile
Napoli Arenella	FT/PT	candidature@cifariello.com	7 Aprile

## ORDINE: Calendario Corsi ECM – Sessione PRIMAVERILE

Data	Argomento	Relatore	Crediti ECM
<b>Mese di MAGGIO</b>			
<i>Lunedì 12 Maggio</i> <i>h. 21.00</i>	<b>Medicazioni avanzate in Farmacia: Ruolo del Farmacista</b>	<i>Edi Mattera</i>	<b>In accreditamento</b>
<i>Lunedì</i> <i>19 Maggio</i> <i>h. 21.00</i>	<b>Medicina di Precisione e di Genere: Ruolo del Farmacista</b>	<i>A. Maffettone</i> <i>B. Politi</i>	<b>In accreditamento</b>
<i>Giovedì 22</i> <i>Maggio</i> <i>h. 21.00</i>	<b>Sintomatologie Gastrointestinali Consigli Pratici – Ruolo del Farmacista</b>	<i>G. Nardone</i>	<b>In accreditamento</b>
<i>Lunedì 26 Maggio</i> <i>h. 21.00</i>	<b>Ispezioni in Farmacia</b> <b>ASL-NA-1</b>	<i>S. Serao Creazzola</i> <i>E. Granata;</i> <i>A. Venturelli</i>	<b>3</b>
<i>Martedì 27</i> <i>Maggio h.21.00</i>	<b>Ispezioni in Farmacia</b> <b>ASL-NA 2 Nord</b>	<i>M. Fusco</i> <i>E. D'Ambrosio</i>	<b>3</b>
<i>Mercoledì 28</i> <i>Maggio h. 21.00</i>	<b>Ispezioni in Farmacia</b> <b>ASL-NA 3 Sud</b>	<i>E. Nava</i> <i>C. Mancaniello;</i> <i>R.Menna</i>	<b>3</b>

# Fondazione VERONESI: evento raccolta fondi

*Evento di raccolta fondi, Venerdì 9 Maggio 2025, palazzo San Teodoro, Napoli*

Delegazione di Napoli



Responsabile delegazione  
Marina Ciaravolo

## **La delegazione di Napoli di Fondazione Umberto Veronesi ETS organizza un evento di raccolta fondi a sostegno dell'oncologia femminile**

*Palazzo San Teodoro, venerdì 9 maggio 2025*

La Responsabile della delegazione di Napoli di Fondazione Umberto Veronesi ETS, Marina Ciaravolo, mostra subito il suo grande impegno a sostegno della ricerca scientifica oncologica organizzando la prima cena di raccolta fondi che si terrà nelle bellissime sale di Palazzo San Teodoro, residenza nobiliare dei primi anni del XIX secolo, situato a pochi metri dal lungomare di Napoli e da Castel dell'Ovo (Riviera di Chiaia, 281, Napoli). L'evento, patrocinato dall'Ordine dei Farmacisti di Napoli e da Federfarma Napoli, è fissato per venerdì 9 maggio a partire dalle ore 19.00, e contribuirà al finanziamento di un ricercatore o una ricercatrice impegnato a trovare soluzioni di cura sempre più efficaci per le patologie oncologiche tipicamente femminili.

*“Sono onorata di poter rappresentare nella mia città l'impegno che Fondazione Veronesi profonde a favore della ricerca scientifica in campo oncologico. Grazie alla ricerca scientifica e alle nuove cure potremo offrire un mondo migliore a chi verrà dopo di noi – dichiara Marina Ciaravolo, Responsabile della delegazione di Napoli.*

È previsto un intrattenimento musicale che accompagnerà i vari momenti della serata e un momento istituzionale dove il Professor Paolo Veronesi, Presidente di Fondazione Umberto Veronesi ETS, esplicherà l'impegno di Fondazione nel finanziamento alla ricerca d'eccellenza per migliorare la qualità e la prospettiva di vita delle persone.

**Un ringraziamento speciale alle aziende sponsor della serata: Banca di Credito Popolare, Espressomat, Gruppo Piccola Industria, Farmaceutici SVIMA, Guacci Spa, Michele Bottiglieri Armatore, Oxy Live, Pastificio Gentile, Samocar e Unicredit. Per gli esclusivi cadeaux che saranno distribuiti ai partecipanti, si ringraziano il brand di cosmetica funzionale Miamo, Pastificio Gentile e ChocoZero.**

**Un ringraziamento speciale anche a Palazzo San Teodoro per l'ospitalità, alla MEC Academy per aver omaggiato l'intrattenimento musicale curato dalla DJ Mariangela Iannotta e al fotografo Nando Spiezia.**