



Proverbio di oggi.....

A matin se scetano nu fess e nu deritt

“PANCETTA, IL GRASSO ADDOMINALE DANNEGGIA IL CUORE”, VERO O FALSO?

Alcuni pensano che il grasso addominale, ovvero la pancetta, danneggi il cuore. Vero o falso?.

VERO

Pancetta prominente e **grasso** addominale, più frequente negli uomini rispetto alle donne a causa della naturale distribuzione del **grasso**, pur rappresentando per alcuni solo un problema estetico può invece risultare dannoso per la salute di organi come **fegato, cuore** e reni.

Oggi sappiamo perché i soggetti con eccesso di **grasso** addominale (*viscerale*) hanno un aumentato rischio di eventi cardiovascolari. Quando il **grasso** sottocutaneo non si espande con l'aumento del numero delle cellule adipose (iperplasia del tessuto adiposo) si ha un eccesso di **grasso** viscerale.

Tra i soggetti che hanno un eccessivo introito calorico, alcuni hanno un'espansione del tessuto sottocutaneo (ipertrofia del tessuto adiposo) che protegge gli organi magri cioè **cuore, fegato**, reni e muscoli scheletrici dall'accumulo di grassi pericolosi – spiega l'esperto.

Altri invece non espandono il loro **grasso** sottocutaneo e hanno il così detto “*Spillover lipidico*” cioè, l'eccesso di calorie si accumula altrove, depositando il **grasso** intorno al **cuore** e nel **fegato** causando *steatoepatite*, aumentato rischio di aterosclerosi e diabete, e infiltra i muscoli e i reni aggravando il rischio d'ipertensione.

Quindi è il **grasso** che si accumula intorno ai visceri nell'addome e non il sovrappeso, il vero pericolo per la malattia cardiovascolare e il **fegato**.

Inoltre, pur in sovrappeso, se si ha un buon fitness cardiorespiratorio si riduce il rischio di malattia cardiovascolare rispetto a chi ha un elevato giro vita.

Per questo motivo, è consigliabile seguire **sani stili di vita**, aumentare l'attività fisica aerobica, evitare l'abitudine al fumo e all'alcol, ridurre l'apporto calorico giornaliero evitando l'assunzione di bevande zuccherate che aumentano anche il rischio di **fegato** grasso e preferire quelle diet o light.”

(Salute, Humanitas)



PREVENZIONE E SALUTE

MELANOMA della CONGIUNTIVA: «Se vedete una macchia scura nell'occhio, fate subito una visita dallo specialista»

E' un tumore raro e aggressivo, ma si può guarire (e salvare la vista) se viene scoperto agli inizi. Bisogna farsi curare in centri con grande esperienza

Sono rari, persino rarissimi. I tumori che interessano gli occhi possono essere di diversi tipi, a cominciare dalla zona interessata, cioè **palpebre, congiuntive o il bulbo oculare** vero e proprio.

C'è però una cosa che li accomuna: guarire, specie se la diagnosi è precoce, è possibile sempre più spesso, salvando anche la vista.

«Per questo è molto importante non trascurare i sintomi e **fare una visita specialistica ogni volta che si notano anomalie** agli occhi - sottolinea **Martina Angi, dir. della Struttura di Chirurgia Oncologica Oculare dell' Istituto Nazionale dei Tumori di Milano** -. In particolare il melanoma della congiuntiva è **visibile a occhio nudo** e, a differenza del più noto melanoma uveale (che si sviluppa all'interno e non può essere osservato o prevenuto) può essere individuato e trattato tempestivamente».

SINTOMI E DIAGNOSI La **congiuntiva** è la membrana trasparente e sottile che riveste la parte bianca del bulbo oculare e l'interno delle palpebre. Una **macchia pigmentata sulla congiuntiva** oppure una lesione chiara (amelanotica), più difficile da notare, possono essere sintomo di un melanoma congiuntivale. Esistono poi delle forme multifocali, che si manifestano con lesioni in più punti della superficie oculare, e che derivano spesso da una condizione precancerosa chiamata PAM (*melanocitosi acquisita primaria*).

Per arrivare alla diagnosi serve una **visita oculistica oncologica** durante la quale alla bio-microscopia con lampada a fessura vengono associati altri **esami specifici ad alta risoluzione**, come OCT o UBM.

«Se si nota **una macchia scura nell'occhio**, meglio rivolgersi subito all'oculista per un controllo - dice l'esperta -. E se viene confermata la presenza di una lesione sospetta, chiedi l'invio in **centri qualificati** per la patologia oncologica oculare».

SERVE UN'ÉQUIPE MULTIDISCIPLINARE Il trattamento è affidato a un'équipe multidisciplinare che lavora in stretta sinergia: **oculisti, oncologi, patologi e radioterapisti, per costruire percorsi terapeutici su misura**. «Il melanoma congiuntivale è una forma rara, ma aggressiva e colpisce circa una persona su un milione all'anno - . E' cruciale **affidarsi fin da subito a centri con competenze specifiche**. Il primo atto chirurgico può fare la differenza e rimuovere lesioni in modo inappropriato può comportare gravi conseguenze. Una gestione errata può portare a interventi radicali, fino alla perdita dell'occhio nei casi avanzati. Mentre tra gli approcci disponibili, ci sono anche soluzioni conservative come la *brachiterapia* che consente, in molti casi, di **evitare l'asportazione del bulbo**. Il confronto fra i vari specialisti è fondamentale per decidere la strategia di cura caso per caso, con un'**attenzione particolare alla salvaguardia dell'organo e alla funzionalità visiva**».

PREVENZIONE: OCCHIALI DA SOLE Come la pelle, anche la congiuntiva è esposta ai **raggi ultravioletti**: indossare **occhiali da sole con filtri UVA/UVB** è una forma di protezione essenziale. Inoltre, scattare fotografie alle eventuali lesioni può essere d'aiuto, specie in attesa della visita specialistica.

«Molti smartphone oggi offrono immagini di ottima qualità che possono fornire un valido supporto diagnostico - Nel caso di lesioni non pigmentate, spesso rimosse pensando ad una patologia degenerativa benigna (come ad es. lo **pterigio**), la diagnosi di melanoma può emergere inaspettata dall'esame istologico. In assenza di immagini o documentazione topografica pre-operatoria, risulta però poi **complicato individuare le aree da trattare** con radioterapia adiuvante». (*Salute, Corriere*)



SCIENZA E SALUTE

INTELLIGENZA ARTIFICIALE IN SANITÀ: per 6 italiani su 10 può migliorare la gestione della Salute e la Cura delle Malattie

Sono alcuni dati della ricerca di Demopolis per Fiaso, Federazione italiana delle Aziende Sanitarie e Ospedaliere. Al via il primo Osservatorio nazionale sull'Intelligenza Artificiale nel settore della Sanità Pubblica

Più di sei italiani su dieci guardano con favore all'uso dell'**Intelligenza Artificiale (IA)** in ambito sanitario e ritengono che **potrà migliorare la gestione della salute e la cura delle malattie nei prossimi dieci anni**, secondo una ricerca di Demopolis, *L'Intelligenza artificiale per il futuro della sanità?*.

Per valorizzare le esperienze concrete già avviate negli ospedali italiani e guidare l'innovazione nel settore, **nasce** - su iniziativa di Fiaso - il primo **Osservatorio nazionale sull'Intelligenza Artificiale nella Sanità Pubblica**.

Forum «Logos & Techne» a Siracusa dal 26 al 28 giugno

L'Osservatorio nazionale sarà presentato ufficialmente al Forum «Logos & Techne», il primo grande evento nazionale sull'uso dell'IA nella sanità pubblica, in programma dal 26 al 28 giugno a Siracusa.

Sarà la **prima struttura permanente in Italia dedicata al monitoraggio e alla valorizzazione delle applicazioni dell'IA nel Servizio sanitario nazionale**. Già oggi sono state **raccolte le prime 40 esperienze pilota**, che mostrano come l'innovazione sia già ai blocchi di partenza in molte realtà sanitarie. La raccolta proseguirà anche dopo il Forum, con l'obiettivo di costruire una banca dati pubblica, aggiornata e condivisa. Tra le altre iniziative che saranno lanciate al Forum di Siracusa: una **nuova piattaforma di innovazione collaborativa «FIASO NextHealth»** - che collega aziende sanitarie, ricerca e imprese tecnologiche - e l'«**Hackathon FIASO**», cuore operativo del Forum, dedicato alla co-progettazione tra team multidisciplinari - composti da startup, imprese, direzioni sanitarie e istituzioni - che collaboreranno per **ideare soluzioni** innovative per il Servizio sanitario nazionale **in grado di migliorare prevenzione, diagnosi e cura**.

Il presidente di Fiaso Giovanni Migliore dialogherà con Al Bano Carrisi e Pietro Vento, a partire dai risultati del sondaggio realizzato da Demopolis per la Federazione italiana delle Aziende Sanitarie e Ospedaliere, che saranno presentati integralmente durante il Forum.

IA, un supporto per i sanitari (e per migliorare le cure)

L'intelligenza artificiale non cura, si sa, ma può avere un ruolo per il futuro della sanità. Dice il presidente di Fiaso: «Non possiamo più permetterci di affrontare i problemi di oggi della sanità italiana con strumenti sorpassati; **l'Intelligenza Artificiale non va considerata una bacchetta magica né una minaccia, ma può rappresentare un supporto straordinario per chi ogni giorno si prende cura delle persone**. Con il Forum di Siracusa – prosegue il dottor Migliore – vogliamo costruire un percorso collettivo, che metta al centro sicurezza, efficacia, sostenibilità e valore etico delle tecnologie. Fiaso intende svolgere un ruolo guida, diventando la cabina di regia di questo cambiamento insieme alle aziende sanitarie, ai professionisti e ai cittadini». Dice ancora il presidente Fiaso: «**L'innovazione funziona solo se risponde ai bisogni reali delle persone ed è radicata nella pratica**. Con l'Osservatorio Fiaso sull'IA, cardine della nostra strategia e l'utilizzo della piattaforma *Next Health* insieme alla *Call for practice* per alimentare la nostra banca dati, vogliamo **mappare, valorizzare e accelerare ciò che già sta accadendo nei territori**, favorendo una transizione digitale sostenibile e capace di **migliorare concretamente la qualità dell'assistenza**».

(*Salute, Corriere*)



PREVENZIONE E SALUTE

Con l'INSULINA SETTIMANALE tanti vantaggi per le persone con diabete (e per l'ambiente)

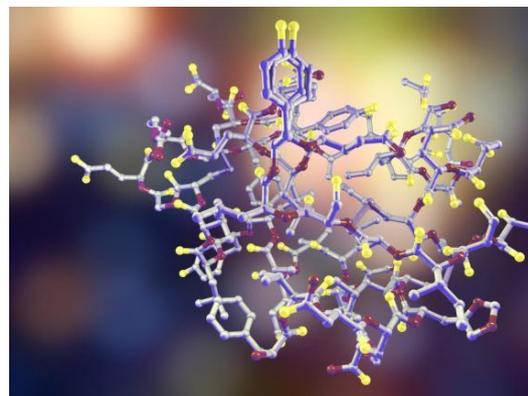
Finalmente disponibile nella maggioranza delle Regioni, riduce da 365 a 52 le iniezioni annuali necessarie per controllare la glicemia in persone adulte in terapia con insulina basale

Una volta alla settimana, anziché sette.

Solo 52 iniezioni all'anno, al posto di 365.

Con l'arrivo dell'insulina basale settimanale cambia in meglio la vita degli adulti con diabete di tipo 1 e di tipo 2 che devono sottoporsi a iniezioni quotidiane dell'insulina che 'copre' un buon controllo della glicemia lungo l'arco di tutta la giornata:

- **il nuovo farmaco, rimborsabile per decisione di Aifa dal marzo scorso, è finalmente disponibile nella maggioranza delle Regioni italiane** e può migliorare molto l'aderenza alla terapia, oltre che la qualità di vita dei pazienti.



Una volta a settimana La nuova insulina basale è infatti particolarmente utile per le persone con diabete di tipo 2 che devono passare alla gestione della malattia con l'iniezione quotidiana di ormone, perché la terapia ipoglicemizzante orale non è più sufficiente: questa 'complicazione' della cura è vissuta male dai pazienti, tanto che **si stima che circa la metà ritardi di oltre due anni l'avvio della terapia insulinica anche se è necessaria.**

Un ritardo che però non è senza conseguenze, perché **aumenta il rischio di complicanze gravi** come infarto, insufficienza cardiaca, ictus, nefropatia, neuropatia e retinopatia.

L'insulina settimanale 'taglia' il numero di iniezioni, ma senza compromettere il controllo glicemico, anzi migliorandolo. Come commenta **Riccardo Candido, presidente dell'Associazione Medici Diabetologi**, «La riduzione della frequenza delle iniezioni da giornaliera a settimanale, **semplificando il trattamento, permette di migliorare l'aderenza terapeutica**, consentendo in definitiva un **migliore controllo glicemico con un basso rischio di ipoglicemie**. Inoltre, il vantaggio sarà anche per i medici, che più facilmente supereranno la barriera psicologica di iniziare il trattamento insulinico, **riducendo in modo significativo l'inerzia terapeutica**».

Vantaggi per i pazienti (e l'ambiente) L'Italia è il primo Paese in cui la nuova insulina settimanale viene resa rimborsabile dal SSN e come dice **Raffaella Buzzetti, presidente della Società Italiana di Diabetologia** «L'Italia si conferma un Paese d'eccellenza nell'accesso alla ricerca e sviluppo, con un'intera comunità scientifica che ha accolto con entusiasmo questa grande novità nel trattamento del diabete. Ora bisogna **garantire un accesso equo e veloce a vantaggio di tutte le persone con diabete**, garantendo inoltre una piena fiducia nel suo utilizzo da parte dei medici». La gestione più flessibile e semplice della malattia aiuterà i pazienti a ridurre il carico mentale associato al diabete, ma avrà anche **ripercussioni positive sull'ambiente**: con l'insulina basale settimanale è stato dimostrato un impatto positivo consistente grazie alla **riduzione del numero delle 'penne' per la somministrazione** e quindi delle emissioni di anidride carbonica connesse al loro smaltimento. (*Salute, Corriere*)

PREVENZIONE E SALUTE**IPERTENSIONE: via libera al caffè.
Non aumenta (a lungo) la pressione**

Uno studio ha riscontrato un incremento solo temporaneo e non in tutti i soggetti esaminati. Tollerati in un adulto sano fino a 5 caffè espresso

Studio per 10 anni Un nuovo studio pubblicato su *Hypertension*, si è concentrato su un aspetto particolare:

- *l'effetto del consumo quotidiano di caffè sulla pressione, visto che la caffeina è un composto vasoattivo che può far salire transitoriamente la pressione arteriosa.*

I 1.400 partecipanti sono stati suddivisi in base al consumo quotidiano di caffè autoriferito:

- **nessuno, moderato (1-2 tazze) elevato (3 tazze).**

Sono poi state raccolte per ciascun partecipante le misurazioni della pressione in ufficio, a casa, nell'ambulatorio del medico e con il monitoraggio delle 24 ore (il cosiddetto Holter), sia all'inizio dello studio sia dopo 10 anni.

I risultati «Sono emersi **tre risultati inediti**».

1. «Il primo è che la pressione arteriosa misurata nell'ambulatorio del medico, sia all'inizio sia al termine dello studio era leggermente **più bassa** nella sua componente sistolica (**la "massima"**), **ma non** diastolica (**"la minima"**), fra chi beveva caffè rispetto a chi non lo beveva.
2. Il secondo risultato è stato che durante il follow-up (**i controlli nel tempo**), l'insorgenza di **nuovi stati ipertensivi**, valutati con monitoraggio della pressione è risultato **simile nei consumatori e nei non consumatori di caffè**.
3. Il terzo: l'analisi dei dati dimostra che le **variabilità della pressione** arteriosa sistolica e diastolica **nelle 24 ore era sovrapponibile nei non consumatori di caffè e nei consumatori** all'ingresso dello studio e dopo 10 anni di follow-up. Del resto in una revisione sistematica era stato dimostrato come il consumo moderato di caffè fosse associato in modo inverso al rischio di malattie cardiovascolari, determinando quindi un beneficio».

5 caffè anche se ipertesi Se ci si chiede **quanti caffè bere** la risposta è di attenersi, salvo diverse indicazioni mediche, a quanto consiglia l'Efsa, l'Ente europeo per la sicurezza alimentare.

«Le dosi giornaliere fino a 400 mg al giorno di caffeina negli **adulti sani** non costituiscono un problema per la salute con l'eccezione delle donne in gravidanza», precisa il cardiologo. «Dal momento che un espresso contiene circa 80 mg di caffeina si può, secondo l'Efsa, berne **sino a cinque al giorno**. La raccomandazione è valida anche per le persone con ipertensione arteriosa». «L'aumento a breve termine della pressione si verifica soprattutto in chi non beve spesso caffeina —. Tuttavia, la risposta della pressione alla caffeina varia da persona a persona. Non è chiaro perché questa molecola provochi questo aumento, si ipotizza possa dipendere da un effetto mediato da vasocostrizione, oppure da un'azione sulle ghiandole surrenali, con conseguente maggior produzione di adrenalina. Le persone che **bevono con regolarità caffeina sviluppano una tolleranza**, di conseguenza, non c'è un effetto a lungo termine sulla pressione sanguigna».

Assorbimento della caffeina diverso La caffeina inganna il cervello mascherando temporaneamente l'azione di una molecola, l'**adenosina**, che aumenta con il passare delle ore facendoci sentire meno vigili e con il desiderio di dormire. **La caffeina ha, però, effetti diversi in ognuno di noi**. «Quello più comune è legato allo stimolo del SNC con conseguente riduzione della sonnolenza». «Però, come per quasi tutti gli effetti legati ad alimenti e bevande, c'è sempre una variabilità individuale. In alcune persone la caffeina viene eliminata in fretta attraverso le urine e il sistema epatico, perdendo l'effetto energizzante. Al contrario, **chi la metabolizza in maniera lenta ha una quota di caffeina più alta in circolo**, che stimola il sistema nervoso e, soprattutto se assunta di sera, **può provocare insonnia**». (*Salute, Corriere*)

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 Chiaia	FT/PT	081 411 830	9 Giugno
S. Gennaro Vesuviano	FT/PT	338 587 6693	9 Giugno
Napoli Miano	FT/PT	339 497 2645	9 Giugno
Napoli soccavo	FT/PT	335 814 5405	9 Giugno
Casalnuovo	FT/PT	349 634 4734	9 Giugno
Melito	FT/PT	340 146 3646	9 Giugno
Marano	FT/PT	328 752 1018	9 Giugno
Napoli Centro	FT/PT	338 338 3224	28 Maggio
Napoli Centro	FT/PT	393 955 1096	28 Maggio
Napoli Barra	FT/PT	333 538 9212	12 Maggio
Portici	FT/PT	333 704 7022	12 Maggio
Afragola	FT/PT	cvfarmacisti@gmail.com	12 Maggio
Napoli Museo	FT/PT	347 455 3537	12 Maggio
Napoli Rione Alto	FT/PT	347 990 5838	12 Maggio
Napoli Colli Aminei	FT/PT	farmaciatguarino@gmail.com	12 Maggio
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

ORDINE: Assemblea Ordinaria Mercoledì 18 Giugno 2025

E' convocata l'Assemblea Ordinaria degli iscritti all'Albo.

Il giorno **18 Giugno 2016 alle ore 21.00** in seconda convocazione, presso la sede dell'Ordine sita in - Via Toledo n. 156 - Napoli, per procedere alla discussione del seguente Ordine del giorno:

- 1 – **Approvazione Verbale Assemblea Ordinaria 2024;**
- 2 - **Approvazione Bilancio Consuntivo 2024;**
- 3 - **Approvazione Bilancio Preventivo 2025;**
- 4 – **Relazione del Presidente;**
- 5 – **Varie ed Eventuali.**

DELEGA

Delego il Dr. _____ a rappresentarmi all'Assemblea dell'Ordine, di cui alla circolare prot. 202500768/25 del 27.05.2025.

Napoli li _____ Firma del Farmacista _____

E' possibile farsi rappresentare (a mezzo della presente DELEGA) da altro collega, con l'avvertenza che nessun iscritto può essere investito di più di **DUE DELEGHE** (art. 24 D.P.R. 5/4/50 n. 221).

Delega da inviare, compilata in ogni sua parte, e trasmessa da un indirizzo di posta elettronica Certificata (PEC) all'indirizzo ordinefarmacista@pec.fofi.it.



IL PRESIDENTE
(Prof. Vincenzo Santagada)
Vincenzo Santagada

Federfarma Napoli: assemblea elettorale per il rinnovo delle cariche sociali 2025/2029



FEDERFARMA NAPOLI

Associazione Sindacale dei Titolari di Farmacia della Provincia di Napoli

Napoli, 9 giugno 2025

AI TITOLARI DI FARMACIA DI NAPOLI E PROVINCIA

Prot.377/2025

Oggetto: ASSEMBLEA ELETTORALE per il rinnovo delle cariche sociali – quadriennio 2025-2029

Care Colleghe, Cari Colleghi,

si ricorda che nei giorni sabato 21, domenica 22 e lunedì 23 giugno p.v., si svolgeranno le operazioni di voto per il rinnovo delle cariche sociali di Federfarma Napoli, per il quadriennio 2025–2029.

Come già comunicato con *Prot. 325/2025* del 19 maggio 2025, le votazioni si terranno presso la sede di Federfarma Napoli, in Via Toledo n. 156, secondo i seguenti orari:

Sabato 21 giugno 2025: dalle ore 09:30 alle ore 20:00

Domenica 22 giugno 2025: dalle ore 09:30 alle ore 20:00

Lunedì 23 giugno 2025: dalle ore 08:00 alle ore 15:30

Si informa che, alla scadenza dei termini previsti dall'art. 6 del Regolamento vigente, è stata presentata una sola lista (LISTA A). Ciò nonostante, è fondamentale una partecipazione numerosa al voto, quale concreta dimostrazione della vicinanza dell'intera Categoria nei confronti della propria Associazione.

Pertanto, ogni Associato potrà esprimere il proprio voto, apponendo un segno di croce sulla lettera distintiva della LISTA A (nel caso intenda votare l'intera lista), oppure selezionando singoli candidati, apponendo un segno di croce accanto al nome.

Di seguito si allega il fac-simile della scheda elettorale.

Si riporta, inoltre, l'art. 7 del Regolamento, che definisce chi può esercitare il diritto di voto per ogni farmacia.

L'elezione del Consiglio Direttivo, del Collegio Sindacale e del Collegio dei Probiviri viene fatta di persona dagli Associati in regola con l'iscrizione, con votazione segreta presso la sede indicata nella convocazione elettorale.

Nelle Assemblee elettorali è esclusa la possibilità di conferire delega ad altro Associato.

Ogni Associato alla Federfarma Napoli esprime un singolo voto per singola sede farmaceutica.

Il Titolare di ditta individuale esercita il diritto di voto di persona o, qualora impossibilitato avesse nominato un Direttore tecnico nei casi previsti dalla legge (art.11 L. n. 362 del 1991), può cedere a quest'ultimo il diritto al voto se già in carica al momento della convocazione elettorale.

Le società titolari o gestrici di farmacia esercitano il diritto di voto attraverso un Farmacista iscritto all'albo.

Quando il Rappresentante Legale è un farmacista iscritto all'albo, le società esprimono il loro voto attraverso:

1. Il Rappresentante Legale;

in caso di società di persone con più Rappresentanti Legali, da quello munito di delega dell'altro o della maggioranza degli altri Rappresentanti Legali

2. Il Direttore tecnico di ogni singola sede con la delega del o dei Rappresentanti Legali;
3. Un socio farmacista iscritto all'albo con opportuna documentazione idonea a dimostrarne la partecipazione alla compagine sociale, da conservare agli atti, e con la delega del o dei Rappresentanti Legali.

Le società titolari o gestrici di Farmacia il cui Rappresentante Legale non è un farmacista iscritto all'albo esprimono il loro voto attraverso:

1. Direttore tecnico di ogni singola sede;
2. Un socio farmacista iscritto all'albo con opportuna documentazione idonea a dimostrarne la partecipazione alla compagine sociale, da conservare agli atti, e con la delega del o dei Rappresentanti Legali.

Si allega, pertanto, il modello di autorizzazione/delega ex art. 7 del Regolamento.