



farma DAY

Il notiziario in tempo reale per il farmacista a cura del Prof. Vincenzo Santagada



FONDAZIONE
Ordine dei Farmacisti
della Provincia di Napoli

Proverbio di oggi.....

Dopp' arrubbate, Pullecenella mettete 'e cancelli 'e fierro

Giubileo della Speranza Farmacisti Cattolici Forum Socio Sanitario insieme per la Pace



Ore 17,00 presso Ipogeo
Ore 18,00 pellegrini di Speranza
Ore 18,30 Santa Messa
presiede

Sua Ecc. Rev. ma Mons. Gaetano Castello

**Domenica
23 Novembre
2025**

**Basilica dell'Incoronata
Madre del Buon Consiglio
Capodimonte (Na)**



SCIENZA E SALUTE

I CIBI ULTRAPROCESSATI SONO IL NUOVO TABACCO? I GIOVANI ADULTI I PIÙ VULNERABILI

Dopo una dieta a base di ultraprocessati, i 20enni inglobano più calorie, anche se non hanno fame. Gli scienziati: si rendano accessibili i cibi sani.

Due settimane di pasti a base di cibi ultraprocessati sono sufficienti a cambiare il modo di alimentarsi dei giovani adulti.

Secondo uno studio che ha indagato **gli effetti di una dieta satura di cibi industriali e iperlavorati**, ricchi di additivi e coloranti, sui ragazzi statunitensi, dopo 15 giorni di questo regime alimentare aumenta, tra i 18-21enni, il desiderio di cibi calorici, **anche quando non si ha davvero fame**.

Una pulsione che può aprire le porte all'obesità, malattia che nel 2050 potrebbe riguardare un giovane americano su tre.

La ricerca, finanziata dai National Institutes of Health statunitensi, è stata pubblicata sulla rivista scientifica *Obesity*.

DIETE A CONFRONTO

Gli scienziati del Virginia Tech hanno reclutato 27 ragazze e ragazzi tra i 18 e i 25 anni che hanno nutrito per due settimane in due modi agli antipodi:

- in un caso, con un'alimentazione basata per l'81% su **cibi ultraprocessati**, come *snack dolci e salati confezionati, cereali, bevande aromatizzate e yogurt alla frutta*, nell'altro con prodotti semplici e non lavorati come *yogurt bianco, verdura, legumi e frutta secca*.

A differenza di altri studi condotti in passato sugli ultraprocessati, in questo le diete sono state attentamente calibrate sul fabbisogno energetico dei ragazzi così da mantenere stabile il loro peso.

Inoltre, i due piani alimentari si equivalevano quanto a fibre, zuccheri aggiunti, densità energetica, e per quanto possibile anche quanto a macronutrienti, vitamine e minerali.

In questo modo **si è potuto misurare l'effetto dell'iperlavorazione industriale del cibo**, che non dipende *strettamente* dagli ingredienti che il cibo contiene, o comunque **non solo**:

c'entrano il packaging, il processo di lavorazione, la texture...

Inoltre, poiché i partecipanti non sono ingrassati nel corso della dieta, durante lo studio non è cambiato il loro fabbisogno energetico.



GLI EFFETTI SUI PIÙ GIOVANI

Ogni partecipante ha seguito entrambe le diete a distanza di un periodo di 4 settimane in cui è tornato ai normali ritmi alimentari, facendo da soggetto di controllo a se stesso.

Dopo due settimane di cibi ultraprocesati, cioè ricchi di aromi e sapori non riproducibili a casa o usciti da processi di lavorazione industriale che snaturano gli ingredienti di partenza,

- i ragazzi del sottogruppo 18-21 anni **hanno consumato più calorie** quando sono stati messi davanti a un buffet "all you can it", liberi di scegliersi la colazione.

Non solo: hanno scelto più spesso di assaggiare vari snack anche se non avevano più fame.

Come spiega Alex DiFeliceantonio, uno degli autori dello studio, esperto di meccanismi di scelta alimentare: «Fare spuntini quando non si ha fame **è un importante fattore predittivo del futuro aumento di peso** nei giovani, e sembra che l'esposizione a cibi ultraprocesati aumenti questa tendenza negli adolescenti».

Tra i 22-25enni, invece, la dieta assegnata non ha avuto impatti né sulle calorie totali assunte al buffet, né sulla prevalenza di cibi ultraprocesati scelti in quella stessa occasione.

ULTRAPROCESSATI: UN PROBLEMA SOCIALE

Futuri studi dovranno appurare se gli stessi meccanismi entrino in gioco anche nei ragazzi di altre fasce di età:

- adolescenti e giovani adulti sono **più vulnerabili ai cambiamenti alimentari** perché si trovano in un momento di vita in cui mutano le abitudini e i contesti in cui ci si nutre. Innescare una dipendenza da ultraprocesati a queste età rischia di porre le basi per un problema di obesità futuro.

In contemporanea allo studio su *Obesity* è comparsa sul *Lancet* una serie di revisioni sugli ultraprocesati che **fa il punto sulla loro diffusione, sui danni che causano e sulle responsabilità dei loro effetti**.

Secondo Carlos Monteiro, professore del Dipartimento di Nutrizione della Scuola di Salute Pubblica dell'Università di San Paolo in Brasile e fondatore degli studi sugli ultra-processati, nonché del sistema di classificazione per distinguerli dagli altri cibi, «gli ultraprocesati stanno rimodellando le diete in tutto il mondo, **sostituendo cibi e pasti freschi** e minimamente trasformati».

Secondo Monteiro e colleghi, questi cibi stanno peggiorando la qualità dell'alimentazione, favorendo l'assunzione di cibo in eccesso e il contatto con **additivi chimici pericolosi**.

Inoltre, contribuiscono alla diffusione di molte **malattie croniche**, come diabete di tipo 2, obesità, problemi cardiovascolari, depressione, oltre ad essere associati in modo sempre più evidente a morte precoce per ogni causa.

NON È UN PROBLEMA DEI SINGOLI

Gli autori sottolineano che la responsabilità di fare scelte alimentari diverse **non può essere addossata alle singole persone**, costrette a mettere nel carrello alimenti economici, altamente pubblicizzati, pensati appositamente per risultare facili da consumare e irrinunciabili, una volta che si è cominciato a mangiarli.

Servono **politiche sanitarie coordinate per ridurre la produzione, il marketing e il consumo dei cibi ultraprocesati**, da segnalare ai consumatori con etichette apposite;

allo stesso tempo è urgente **migliorare l'accesso ad alternative sane**, che devono essere rese economiche e facili da reperire in ogni contesto (a partire dalle scuole, come è stato fatto in Brasile:

- nel Paese, dal 2026, il 90% del cibo nelle mense scolastiche dovrà essere fresco e minimamente lavorato).

(Salute, Focus)

PREVENZIONE E SALUTE**MAL DI GOLA: PERCHÉ PEGGIORA DI NOTTE?**

Il mal di gola, comunemente definito faringite, è un'infezione della faringe, la porzione della gola situata dietro il naso e la bocca, che si estende verso l'esofago e la laringe.



Essendo un punto di passaggio condiviso tra le vie respiratorie e digestive, la faringe può facilmente andare incontro a irritazione o infezione, manifestandosi con sintomi come *dolore, bruciore, raucedine e difficoltà alla deglutizione*.

Le forme di mal di gola possono variare in base alla causa (infettiva o irritativa) e alla gravità del quadro clinico.

Un fenomeno comune è il peggioramento dei sintomi nelle ore notturne. Ma da cosa dipende?

Ne parliamo con il dottor Michele Cerasuolo, Otorinolaringoiatra di Humanitas San Pio X.

QUALI SONO LE CAUSE DEL MAL DI GOLA?

Le cause più frequenti sono di natura infettiva, sostenute da virus o, meno frequentemente, da batteri. Il mal di gola di origine virale è il più comune e si associa spesso a sintomi di raffreddamento come naso chiuso, rinorrea (naso che cola), tosse e congiuntivite.

Generalmente, queste forme si risolvono spontaneamente entro pochi giorni.

Il mal di gola batterico, invece, è più tipico dell'età pediatrica ed è spesso dovuto allo *Streptococcus pyogenes* (**streptococco beta-emolitico di gruppo A**). In questo caso, i sintomi più caratteristici sono:

- dolore intenso o bruciore marcato alla gola;
- febbre superiore a 38 °C;
- ingrossamento e dolorabilità dei linfonodi del collo.

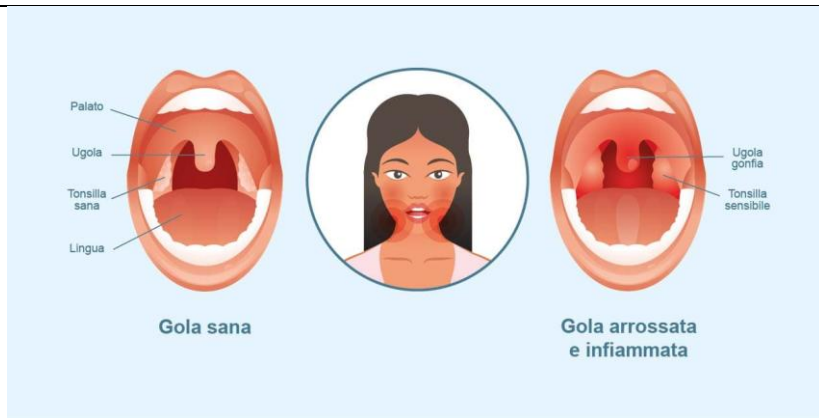
Se il dolore persiste oltre 5-7 giorni, o la febbre rimane elevata, è opportuno consultare uno specialista otorinolaringoiatra.

Durante la visita otorinolaringoiatrica, il medico può valutare direttamente la gola e, se necessario, eseguire una laringoscopia (un esame rapido e indolore che permette di osservare la faringe e la laringe con una sottile telecamera) per identificare con precisione la causa dell'infezione e impostare la terapia più adeguata.

PERCHÉ IL MAL DI GOLA PEGGIORA LA NOTTE?

Durante la notte, diversi fattori possono contribuire a un peggioramento del dolore faringeo.

- **Posizione supina:** dormire sdraiati riduce il drenaggio delle secrezioni e può favorire l'accumulo di muco nelle vie respiratorie superiori, accentuando la tosse e l'irritazione.
- **Respirazione orale:** molte persone respirano con la bocca durante il sonno, soprattutto se il naso è ostruito; ciò provoca secchezza delle mucose e aumenta la sensazione di bruciore.
- **Aria secca ambientale:** il riscaldamento o il condizionatore riducono l'umidità dell'aria, aggravando la secchezza e l'infiammazione della mucosa faringeale.
- **Reflusso gastroesofageo:** in posizione sdraiata, gli acidi gastrici possono risalire verso la gola, irritando ulteriormente la mucosa e amplificando il dolore.
- **Ridotta produzione di saliva:** di notte le ghiandole salivari lavorano meno, riducendo la naturale lubrificazione e protezione della gola.



COME PREVENIRE IL MAL DI GOLA?

La prevenzione passa attraverso semplici abitudini quotidiane.

- **Igiene delle mani:** lavarle spesso, soprattutto prima di mangiare o dopo aver tossito/starnutito, riduce la diffusione di virus e batteri.
- **Evitare ambienti secchi:** utilizzare un umidificatore o tenere una ciotola d'acqua vicino ai termosifoni aiuta a mantenere le mucose idratate.
- **Non fumare:** il fumo, anche passivo, irrita direttamente la mucosa faringeale e riduce le difese locali.
- **Protegersi dai contagi:** coprirsi la bocca quando si tossisce o si starnutisce, o indossare la mascherina in caso di infezione respiratoria, limita la trasmissione ad altri.

QUALI SONO I RIMEDI PER IL MAL DI GOLA?

Il trattamento dipende dalla causa. Nelle forme virali, non è necessaria una terapia antibiotica: i sintomi regrediscono spontaneamente entro pochi giorni. È comunque possibile alleviare il dolore con:

- *farmaci da banco come antinfiammatori o antidolorifici;*
- *spray o pastiglie a base di antisettici, anestetici locali o sostanze lenitive;*
- *un'adeguata idratazione (almeno 1,5–2 litri di acqua al giorno).*

È consigliato inoltre evitare il fumo, le bevande alcoliche e gli ambienti secchi o polverosi.

Nelle forme batteriche accertate, può essere indicata una terapia antibiotica prescritta dal medico, in base alla diagnosi.

L'uso improprio o autonomo degli antibiotici è fortemente sconsigliato, poiché favorisce l'insorgenza di antibiotico-resistenza, un fenomeno sempre più diffuso che riduce l'efficacia dei farmaci nel tempo.

Se il dolore è ricorrente, compare senza causa apparente o si associa a raucedine persistente, **disfagia o rigurgito acido**, è importante effettuare una valutazione otorinolaringoiatrica completa, con eventuale laringoscopia diagnostica, per individuare precocemente eventuali patologie croniche o lesioni della *mucosa faringo-laringea*. (*Salute, Humanitas*)

CONCERTO DI NATALE, CADUCEO D'ORO 2025, MEDAGLIE di BENEMERENZA alla PROFESSIONE e GIURAMENTO di GALENO: Lunedì 15 Dicembre

Concerto di Natale e Medaglie alla Professione - Lunedì 15 Dicembre ore 19.30 – Teatro di San Carlo, Napoli – ***I Colleghi tutti sono invitati a partecipare***



**Ordine dei Farmacisti
della Provincia di Napoli**



**MEDAGLIE alla
PROFESSIONE**
Cerimonia di Consegna

*Lunedì 15 Dicembre 2025 - ore 19,30
Teatro di San Carlo - Napoli*



Teatro di San Carlo - Napoli
1737



Teatro di San Carlo - Napoli
1737



Teatro di San Carlo - Napoli
1737

Come Partecipare

**Ritirare il biglietto presso gli Uffici
dell'Ordine a partire dal 13 Novembre**

MEDAGLIE *alla* PROFESSIONE **LAUREATI FARMACISTI CON 60 ANNI DI LAUREA**

(Laureati nell'anno 1965)

DE MARINO *Ciro*
GUACCI *Luigi*
LISANTI *Francesco*
TALARICO *Antonio*

MEDAGLIE *alla* PROFESSIONE **LAUREATI FARMACISTI CON 50 ANNI DI LAUREA**

(Laureati nell'anno 1975)

ARMANO *Paolo*
AMMIRATI *Michele*
BELLI *Domenico*
BOSCIA *Carlo*
CUOMO *Michele*
DELLA CAMERA *Vincenzo*
D'ISOLA *Clementina*
IACONO *Livia*
IOVINO *Anna Maria*
LA MARCA *Paola*
LEONE *Marina*
MAIONE *Domenico*
MASTRONARDI *Giuseppe*
MORMONE *Rosa*
PESOLE *Vincenzo*
PETRARCA *Anna Maria*
PISAPIA *Aurelia*
PORCELLI *Cecilia Maria Speranza*
VERZE *Giovanni*
VINGIANI *Giovanni*
VISONE *Giovanni*

400

MEDAGLIE *alla* PROFESSIONE **LAUREATI FARMACISTI CON 40 ANNI DI LAUREA**

(Laureati nell'anno 1985)

ADDATO Anna
BARBATO Maria
CACCIAPUOTI Clotilde
CARELLA Leda
CARNEVALE Valeria Anna Maria
CIAMPA Simona
CONGEDO Paolo
CONTINO Maria
D'AMELIA Filomena
DE ANGELIS Giuseppina
DEL SORBO Giulia
FICO Raffaella
GIUGLIANO Giuseppina
IACCARINO Caterina
IULIANO Antonio
LANDOLFI Sergio
MAIELLO Massimo
MALANDRINO Mario
MARTINA Tiziana
MORRA Lucio
MUSTO Antonietta
NAPOLITANO Irene
PORPORA Antonia
RICCIARDIELLO Immacolata
RICCIARDIELLO Florinda
RUSSO Maria
SATURNINO Paola
SCALA Daniela
SECCIA Serenella
SICA Lucia
SPAGNOLO Rosa
SPAGNUOLO Loffreda
VALTERONI Antonella
VILLA Giovanni Battista
VILLANO Raimondo

MEDAGLIE *alla* PROFESSIONE

LAUREATI FARMACISTI CON 25 ANNI DI LAUREA

(Laureati nell'anno 2000)

ALFANO Amalia
AMATO Alessandra
AMBROSIO Grazia
BUONONATO Maria
CAPUOZZO Maurizio
CARRATURO Laura
CASILLO Mariateresa
CATAPANO Giuseppina
CATAPANO Corinna Maria
CHIANTESE Carmine
CINQUE Claudia
CINQUEGRANA Crescenzo
CONTE Guglielmo
COPPOLA Assunta
CREDENDINO Antonietta
CUCCURULLO Raffaella
D'AMBROSIO Leonardo
D'AMBROSIO Francesco
DAMIANO Serena
D'ANIELLO Giuseppe
DE ROSA Francesco
DE SANCTIS Fabrizio
DEL VECCHIO Maria Cristina
DI IORIO Pasquale
DI PAOLA Olga
DOTTORINI Marcella
EHLARDO Marina
ESPOSITO Emanuela
FICO Maria Antonella
GIANGRECO Francesca
GIORDANO Lorella Valentina Amore
IACONO Rosa
IANNELLI Maria Rosaria
IOSSA Giuditta Giuseppa
LANZA Roberta
MANNA Paola

MANNA Sonia
MARTINELLI Marco
MASCIELLO Valeria
MONACO Maria
NAPOLITANO Anna
NIGRO Valeria
OREFICE Roberto
PADOVANI Marco
PAGANO Lucia
PAGLIARO Paolo
PARTE Dario
PERILLO Valentina
PERRELLA Federica
PERRICCIOLI Armando
PETRELLA Gina
PICCOLO Giovanna
PIROZZI Francesco
PIROZZI Daniela
POPPI Guido
PORZIO Giovanna Maria
RUGGIERO Rosaria
RUSSO ANTONELLA
SCARPELLINO Carla
SCHETTINI Lorenzo
SCOTTO DI SANTOLO Antonella
SPAGNUOLO Sergio
TALARICO Simona
TIGANI Giannetto
TRIMARCO Valentina
TURCIO Paola
VECCHIONE Speranza
VINGIANI Carlo Felice

MEDAGLIE *alla* PROFESSIONE

GIURAMENTO DI GALENO

(Iscritti nell'anno 2025)

ADDEVICO Maria Grazia	CORCIONE Alessandra
ALAIA Concetta	COTTICELLI Maria
ALFANO Federica	COVINO Flavia
ALFIERI Carmen	COVITO Dalila
ALLOCCA Annarita	CRESCENZO Alessia
AMATO Grazia	CRETELLA Celine
AMBRA Maria Gabriella	CRISPO Geraldine
ANGELINO Laura	CUSENZA Raffaella
ANNUNZIATA Davide	D'ACUNZO Annunziata
ARCELLO Giuseppina	DALESSIO Isabella
ARPAIA Maria	D'ALESSIO Simone
ASSANTE Carmela	D'AMORE Amanda Loredana
AURICCHIO Consilia	D'APICE Bianca Agnese
AVVISATI Aldo	D'ATRI Benito
BALZANO Adriana	DE FUSCO Raffaele
BARILE Martina	DE PALMA Pasqualina
BARILOTTI Salvatore	DE VIVO Giovanni
BARONE Concetta	DEL GIUDICE Maria Teresa
BARRA Amalia	DEL MASTRO Arianna
BELLAFESTA Salvatore	DELIZIA Alessia
BELMONTE Letizia	DI CARLUCCIO Annachiara
BEVILACQUA Mariana	DI GIACOMO Alessandra
BINDI Carla Lucrezia	DUBBIOSO Nunzia
BORRELLI Veronica	ESPOSITO Aureliana
BORRELLI Barbara	ESPOSITO Assunta
BRANCACCIO Francesca	ESPOSITO Fabiana
BRUNO Alessia	ESPOSITO Gaia
CAPASSO Vincenza	FERRANTE Emilia
CAROTENUTO Luciano	FERRARO Annavaleria
CASTALDO Giovanni Maria	FERRIGNO Federica
CATERINO Immacolata	FOMEZ Morena
CAVALLO Antonio	FRASCA Mario
CECE Anna	FRAU Simona
CERCIELLO Claudia	FRUGGIERO Maddalena
CERCIELLO Monica	GALANO Eugenia
CHIUMMARIELLO Gabriella	GARGIULO Alessandra
CIARAMELLA Rosa Pia	GARGIULO Vincenzo
CIOTOLA Chiara	GENUA Viviana
CIPRO Nunzia Giada	GERLANDO Maddalena
COCOZZA Nancy	GIFFONI Domenico
COPPOLA Assunta	GIGLIO Vittoria

GIRONE Francesca
GRIMALDI Natale
GUANGI Rosaria Cristiana
IADARESTA Roberta
IERVOLINO Giuseppe
IMPERATORE Riccardo
IOVENE Mariapia
LACERENZA Lucio
LISBONA Fabiana
MAISTO Alessandra
MANCUSI Teresa
MANGANIELLO Mariapia
MARIANIELLO Elisa
MARINO Maria
MARRONE Agnese
MARZANO Ilaria
MAZZARO Njetta
MENTONE Luisa
MEZZA Marcella
MIELE Rebecca
MOCCIA Daniela
MOLLO Maria Vittoria
MONTICELLI Mario
MONTINI Giacomo
MOSCARINO Azzurra
NAPOLI Roberta
NAPPO Mariarosaria
NEGRI Gaetano
NOTA Grazia
NUCIFERO Chiara
ONDEGGIA Viviana
PACIELLO Assunta
PAGLIARULO Euplio
PALUMBO Anna
PATRIZIO Martina
PETRONI Emanuela
PINELLI Donato
PINTO Federica
PIRELLI Alessandra
PIROZZI Sabrina
PORZIO Rosa

POSTIGLIONE Benedetta
PUCA Raffaella
PULPITO Rossella
RAGNO Ludovica
REA Giuseppina
RESCIGNO Serena
ROMANINI ESPOSITO Anna
ROMANO Marianna
ROMANO Domenico
ROMANO Elvira
RUSSO Sabrina
SABATANO Salvatore Junior
SACCO Martina
SALVI Antonio
SANSONE Mariagrazia
SAVIO Carmine
SCAFA Alessia
SCALA Nicol
SCARFOGLIERO Rosa
SCHIAVONE Mario
SCIALÒ Stefania
SCIARRA Simona
SEPE Alessandro
SEPE Vincenza
SETTEMBRE Antonio
SITO Angelica
SMILZO Mariagrazia
SOLE Camilla
SORRENTINO Grazia
SORRENTINO Giuseppina
SPERANZA Sabrina
STABILE Vincenzo
STAIANO Luisa
STRAZZULLO Assunta
SULLO Arturo
TEDESCO Pasquale
TORTORA Luigi
VENTRELLA Alessandra
VIRGILIO Carmen Anna
VIVALDI Viola
ZIMBARDI Romina

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
Aversa Parafarmacia	FT/PT	377 097 9397	19 Novembre
Torre Annunziata	FT/PT	347 243 9751	19 Novembre
Marano	FT/PT	393 932 8902	14 Novembre
Mariglianella	FT/PT	339 533 0933	14 Novembre
Somma Vesuviana	FT/PT	393 106 8364	4 Novembre
Capri	FT/PT	329 019 4506	4 Novembre
Giugliano	FT/PT	farmacialombardo@gmail.com	29 Ottobre
Napoli Secondigliano	FT/PT	333 586 3690	29 Ottobre
Napoli Soccavo	FT/PT	335 814 5405	21 Ottobre
Quarto	FT/PT	333 634 0521	21 Ottobre
Ottaviano	FT/PT	335 150 7290	21 Ottobre
Somma vesuviana	FT/PT	349 775 5820	15 Ottobre
Varcaturò	FT/PT	farmaciasanluca@gmail.com	15 Ottobre
Pozzuoli	FT/PT	338 410 7957	15 Ottobre
Napoli Porta Capuana	FT/PT	339 659 0618	2 Ottobre