



farma DAY

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



FONDAZIONE
Ordine dei Farmacisti
della Provincia di Napoli

Anno XV – Numero 2992

Mercoledì 11 Marzo 2026 – S. Costantino

Proverbio di oggi.....

A' casa d'o pueriello nun manca maje 'a tuzzella.

CATARATTA: COS'È, I SINTOMI E COME SI SVOLGE L'INTERVENTO

La risposta alle principali domande su questa alterazione che riguarda il 90% delle persone dopo i 75 anni (ma viene anche molto prima). Al mondo è la prima causa di cecità e ipovisione

La **cataratta** è un'alterazione del **crystallino** che influisce sulla visione.

Lo sviluppo della cataratta è di norma correlato all'**invecchiamento** e può verificarsi in uno o in entrambi gli occhi.

Il 90% degli individui di età superiore ai 75 anni ne soffre; altre possibili cause sono l'esposizione prolungata ai raggi ultravioletti, il diabete e il fumo.

CHE COS'È LA CATARATTA Con l'età, il cristallino aumenta di spessore e di peso, le proteine subiscono modifiche, tendono ad aggregarsi e sviluppano una **colorazione da giallo a marrone**, che cambia la **trasparenza** e l'indice di rifrazione del cristallino stesso. Esistono diversi tipi di cataratta, ogni tipo ha la propria posizione anatomica e a volte diversi fattori di rischio per lo sviluppo, ma l'intervento di riduzione è simile. Nel mondo questa patologia oculare è la **prima causa di cecità e ipovisione**.

I SINTOMI DELLA CATARATTA Solitamente la cataratta non provoca alcun sintomo finché non diventa abbastanza seria da compromettere la trasparenza del cristallino: i cambiamenti possono sembrare impercettibili, ma tendono a diventare più evidenti con il passare del tempo.

Il **sintomo iniziale** più comune della cataratta è una visione leggermente **offuscata**, i cambiamenti di colore del cristallino possono anche creare una visione «colorata», con tinte giallastre e poi marroncine.

Altri sintomi sono variabili e dipendono dalle persone: visione doppia, sensibilità alla luce, visione di aloni intorno alle luci, peggiore visione notturna e di alcuni colori. Non sempre il paziente si accorge di tali variazioni se non **all'imbrunire**, riferendo un disturbo soprattutto nella visione durante la **guida notturna**.

QUANDO FARE I PRIMI CONTROLLI È necessario, anche in assenza di particolari sintomi, eseguire almeno **una volta l'anno dopo i 60 anni** una visita oculistica per evitare al pz una chirurgia più complessa.

L'OPERAZIONE PER LA CATARATTA La normale visione si ripristina con un intervento che consiste nell'asportazione della parte opacizzata del cristallino e nell'**impianto di una lente sostitutiva** (cristallino artificiale). L'operazione dura pochi minuti. Dall'anestesia generale di un tempo si è passati alla locale e poi a quella topica, ottenuta con la semplice instillazione di **colliri anestetici**. Il recupero è rapido e già il giorno stesso o il successivo si ha già una buona visione, anche se bisogna proseguire a casa con colliri e proteggere gli occhi dalla luce con occhiali da sole per qualche tempo. (*Salute, Corriere*)



PREVENZIONE E SALUTE

FARMACIA, presidio socio-sanitario sul territorio per quasi 8 italiani su 10. L'indagine del Censis

Tra i servizi più apprezzati: il recapito a domicilio dei farmaci per persone fragili, la distribuzione di medicinali e presidi per pazienti cronici prima consegnati in ospedale, la consulenza sull'uso corretto dei farmaci, la misurazione della pressione

La **farmacia** è un **punto di riferimento** essenziale della sanità **sul territorio** per l'85% degli italiani. Secondo due connazionali su tre non è più solo luogo di dispensazione di farmaci, ma anche un **presidio sociosanitario integrato nel Servizio sanitario nazionale (SSN)**. La stragrande maggioranza (93%) apprezza la **distribuzione in farmacia**, quando possibile, di **medicinali** che prima si potevano ritirare solo in ospedale perché innanzitutto riduce spostamenti e tempi di attesa.



Sono alcuni risultati del Rapporto «*La farmacia nella sanità di prossimità. La dispensazione del farmaco nel nuovo modello di assistenza territoriale*», realizzato dal Censis col supporto di Federfarma.

FARMACIA DEI SERVIZI

La cosiddetta «**farmacia dei servizi**», introdotta dalla legge n. 69/2009 (e successivi provvedimenti), prevedeva l'erogazione di alcune prestazioni e servizi in farmacia **a carico del Servizio sanitario nazionale** dopo una fase di sperimentazione partita (in ritardo) nelle diverse Regioni: dal controllo di valori - per es. *glicemia o colesterolo* - con un *test di autoanalisi*, alla prenotazione di esami o visite specialistiche, dalle vaccinazioni a esami diagnostici - come l'elettrocardiogramma - effettuati grazie alla telemedicina.

Ebbene, secondo l'indagine del Censis realizzata su un campione di mille persone rappresentativo della popolazione, è positivo il giudizio sui tanti servizi erogati dalle farmacie. In particolare, il 94,4% dei connazionali apprezza il **recapito a domicilio dei farmaci per persone fragili**.

Il 94,1% degli intervistati valuta positivamente la **distribuzione in farmacia di medicinali e presidi per patologie croniche** precedentemente distribuiti da ospedali o Asl. I motivi?

Soprattutto **fa risparmiare tempo ai pazienti** (e ai loro caregiver), **riduce gli spostamenti e i tempi di attesa, rende le procedure più agili** e avvicina la sanità ai cittadini, semplifica la gestione delle cure, facilita la continuità di rapporto tra pazienti cronici e farmacisti, migliorando l'aderenza terapeutica.

Altri **servizi più apprezzati** che si possono trovare in farmacia sono:

- la **consulenza sull'uso corretto** dei farmaci (lo dice il 92,7% degli intervistati),
- la **misurazione della pressione** (91,5%),
- l'**orientamento ai servizi territoriali** del Servizio sanitario nazionale (91,1%),
- la **prenotazione di analisi e visite** (90,5%),
- il **supporto per seguire le terapie** (90,4%).

Seguono

- i **test** per la misurazione di colesterolo, glicemia, emoglobina glicata, creatina, transaminasi, ematocrito (apprezzati dall'89% del campione);
- il **monitoraggio dei pazienti cronici**;
- la possibilità di fare in farmacia **vaccini antinfluenzali e/o anti-Covid** (88,7%),
- lo screening al colon retto (87,6%),
- di utilizzare la telemedicina (86,2%), fare per esempio altri tipi di vaccinazioni come quella contro HPV e lo pneumococco (83,2%).

COSA MIGLIORARE Secondo la ricerca del Censis, **più di un italiano su due** vorrebbe avere **servizi sanitari facilmente accessibili** nei pressi della propria abitazione.

Quanto alla **farmacia del futuro**, i connazionali si aspettano

- **più collaborazione tra farmacisti, medici e altri professionisti della salute** (89,7%),
- l'ampliamento delle tipologie di farmaci ancora oggi distribuiti tramite ospedali o in Asl (89%),
- il potenziamento delle attività di consulenza ai cittadini (88,2%),
- più attività di prevenzione (85,2%)
- un ventaglio ancora più ampio di servizi sanitari agevolmente accessibili (84,3%).

7 ITALIANI SU 10 ANNO IN FARMACIA ALMENO UNA VOLTA AL MESE

Secondo l'indagine, oltre **sette connazionali su dieci si recano in farmacia almeno una volta al mese**, di cui il 21,7% **almeno una volta a settimana**; e il 71,9% ha una farmacia cui si rivolge abitualmente.

Si conferma l'esistenza di un rapporto di fiducia nei confronti del farmacista:

lo ha il 91,3% degli intervistati e il 90,5% del campione ne segue le indicazioni.

(Salute, Corriere)

PREVENZIONE E SALUTE

Bere acqua calda aiuta a perdere peso?

La maggior parte delle proprietà attribuite all'acqua calda, tra cui la perdita di peso, una pelle più pulita e una riduzione dei dolori mestruali, non sono supportate da prove che vadano oltre i benefici dell'idratazione stessa

Sui famosi **otto bicchieri d'acqua al giorno** (circa 1,5 litri), da bere per restare in salute, gli esperti sono tutti d'accordo, al netto di differenze individuali come peso e altezza.

Ma che dire della «moda» di bere una tazza d'acqua calda (non bollente!) che secondo alcuni sarebbe una specie di elisir dalle mille proprietà? **Aiuterebbe a perdere peso, avere una pelle sana, guarire dal mal di gola e persino far passare i dolori mestruali.**

IDRATAZIONE

The Conversation ha provato a rispondere punto per punto, premettendo che i benefici dell'acqua calda possono derivare semplicemente dal bere più acqua, seguire una routine salutare regolare o dal comfort che il calore procura, piuttosto che dal fatto che l'acqua sia... calda.

In altre parole, contano l'acqua in sé e l'abitudine di fare qualcosa che si ritiene benefico per la salute, non la temperatura di assunzione.

Infatti non ci sono studi che dimostrano che l'acqua calda offra benefici particolari per la salute (*inclusa la perdita di peso*), oltre a quelli derivanti da una buona idratazione.



PERDERE PESO

Al contrario diverse ricerche hanno concluso che bere più liquidi, senza esagerare (può sembrare strano, ma esiste anche l'intossicazione da acqua), **aiuta a controllare il peso dato che agisce sul senso di sazietà prima dei pasti e riduce l'assunzione di bevande zuccherate o ipercaloriche**. Ma non ci sono prove che portino a preferire l'acqua calda rispetto ad altre temperature.

Un solo studio suggerisce che bere acqua calda può stimolare i movimenti intestinali, favorendo la digestione, ma l'effetto è modesto e non si traduce in una perdita di grasso.

Dunque se bere acqua calda aiuta a sostituire le bevande zuccherate o a bere di più in generale, allora può essere una strategia utile (associata ad altre) per perdere peso. Ma la temperatura in sé non «brucia» i grassi.

SE FA MALE LA GOLA Ha più senso bere acqua calda quando si è raffreddati:

- *i liquidi caldi possono lenire il mal di gola e aiutare ad alleviare la congestione nasale.*

Il calore e, in alcuni casi, il vapore aiutano a sciogliere il muco e calmare i tessuti irritati della gola e delle vie respiratorie. Ma l'effetto è del calore, non dell'acqua in sé:

vanno bene anche tè caldo, infusi, tisane, bevande al limone... Il sollievo infatti deriva dall'abbinata di un liquido qualunque con il calore. Non si tratta di una cura, ma il miglioramento dei sintomi può verificarsi realmente.

EFFETTO DETOX?

Altro presunto beneficio: la pelle sana. Non esistono prove scientifiche secondo cui bere acqua calda migliori la luminosità della pelle o la «disintossichi».

Essere ben idratati (*con i suddetti 8 bicchieri al dì*) aiuta a preservare l'elasticità della pelle e ne previene la secchezza. Tuttavia, gli studi non dimostrano che bere acqua calda sia migliore rispetto al consumo di acqua fredda o a temperatura ambiente.

La credenza secondo cui l'acqua calda «disintossica» la pelle è falsa: la disintossicazione viene effettuata da organi come il fegato e i reni.

ALLEVIA I CRAMPI

Per quanto riguarda i dolori mestruali il calore esterno, per esempio derivante da una borsa dell'acqua calda, può aiutare ad alleviare i crampi muscolari, rilassando i tessuti e migliorando la circolazione. Bere acqua calda non allevia i dolori mestruali, ma mantenersi ben idratate durante il ciclo può aiutare a ridurre alcuni disturbi legati alla ritenzione idrica.

Anche in questo caso, la temperatura dell'acqua che si beve non è rilevante.

UNA BUONA ROUTINE

Infine, tenere in mano una bevanda calda può essere rilassante, incoraggiare a bere più liquidi e diventare parte di una routine di benessere.

Questi effetti sono reali, anche se i benefici fisici effettivi sono minimi. La maggior parte delle proprietà salutari attribuite all'acqua calda, tra cui la perdita di peso, una pelle più pulita e una riduzione dei dolori mestruali, non sono supportate da prove scientifiche che vadano oltre i benefici fondamentali dell'idratazione stessa. Insomma la temperatura dell'acqua è meno importante del fatto di berne a sufficienza. (*Salute, Corriere*)

SCIENZA E SALUTE

PERCHÉ LA STESSA DIETA PRODUCE RISULTATI DIVERSI DA PERSONA A PERSONA

Uno dei motivi può essere nelle differenze fra i microbiomi individuali: i nostri batteri processano il cibo in modo unico, rendendo ogni organismo differente nella risposta agli stessi alimenti.

In un grammo di suolo sono presenti circa un miliardo di cellule batteriche, un numero superiore all'intera popolazione umana.

Questa straordinaria biodiversità microbica caratterizza anche il corpo umano, dove il **microbioma costituisce un complesso ecosistema che influenza fisiologia, immunità e risposta terapeutica**.

Per studiare questi invisibili abitanti, i ricercatori usano la **metagenomica**, disciplina che consente l'analisi computazionale di intere comunità microbiche attraverso il sequenziamento del DNA

ambientale, fornendo un'istantanea completa dell'ecosistema microbico senza necessità di isolamento e coltura in laboratorio, superando così i limiti in termine di tempo e costi delle metodologie tradizionali.

Nicola Segata, prof. presso il Lab. di Metagenomica Computazionale dell'Università di Trento ha applicato questo approccio allo studio del microbioma del nostro intestino.

La scoperta più sorprendente? Esiste una «**materia oscura microbica**»: **microrganismi che non possono essere classificati tassonomicamente perché non corrispondono a nessuna specie batterica nota** presente nei database di riferimento. Si tratta di un aspetto che vale la pena approfondire.

In uno studio pubblicato su *Cell*, l'analisi di oltre 10 mila metagenomi fecali provenienti da tutto il mondo ha permesso la ricostruzione di oltre 150 mila genomi batterici, di cui circa il 77% rappresentava specie mai descritte prima. Un dato che sottolinea l'enorme gap conoscitivo dei batteri che vivono nel nostro intestino.

Ma c'è di più: **ogni microbioma mantiene una configurazione individuo-specifica: è unico come un'impronta digitale**. Anche persone che condividono lo stesso DNA e lo stesso ambiente hanno microbiomi diversi. Lo studio ZOE PREDICT, pubblicato su *Nature Medicine* e condotto in collaborazione con il King's College London, su coppie di gemelli monozigoti ha dimostrato che solo il 23% della composizione microbica è condivisa. **Questo spiega perché la stessa dieta produce risultati diversi da persona a persona: i nostri batteri processano il cibo in modo unico**, rendendo ogni organismo differente nella risposta agli stessi alimenti.

Inoltre, il microbioma non è un'entità statica, ma una comunità batterica in costante dinamismo. Viene acquisito e rimodellato attivamente dall'ambiente, dall'assunzione di cibo e, significativamente, dalle interazioni interpersonali: «*Le interazioni sociali plasmano il nostro microbioma*».

Questo dinamismo è evidente in particolar modo in contesti sociali chiusi, come osservato in uno studio effettuato su tre asili nido a Trento. **L'esposizione prolungata e ravvicinata dei bambini non si è limitata a uno scambio batterico, ma a una vera e propria riprogrammazione del microbioma intestinale e cutaneo**. Questo esperimento rafforza il concetto che il microbioma sia un elemento biologico profondamente ecologico e sensibile alle dinamiche di gruppo. Questa elevata variabilità del microbioma, determinata da fattori genetici e ambientali-sociali, rappresenta la sfida centrale per la medicina di precisione. **Essa spiega perché la stessa dieta o lo stesso farmaco producano effetti eterogenei tra individui: la processazione degli input è mediata da un ecosistema microbico unico.** (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
Frattaminore	FT/PT	349 250 4921	23 Febbraio
Torre Annunziata	FT/PT	347 243 9751	23 Febbraio
S. Maria la Carità	FT/PT	339 155 7509	23 Febbraio
Napoli vomero	FT/PT	direzione@farmaciacannone.net	17 Febbraio
Castellammare	FT/PT	333 833 0707	17 Febbraio
Napoli centro	FT/PT	338 338 3224	17 Febbraio
Napoli Soccavo	FT/PT	335 814 5405	09 Febbraio
Meta di Sorrento	FT/PT	elifani@me.com	09 Febbraio
Capri	FT/PT	329 019 4506	09 Febbraio
Giugliano	FT/PT	farmaciasanluca46@gmail.com	09 Febbraio
Napoli	FT/PT	081 681265	02 Febbraio
Terzigno	FT/PT	393 768 7444	02 Febbraio
S. Giuseppe Vesuviano	FT/PT	329 614 9008	02 Febbraio
Capri	FT/PT	329 019 4506	02 Febbraio
Marano	FT/PT	393 932 8902	19 Gennaio
Napoli - Miano	FT/PT	339 497 2645	19 Gennaio
Pozzuoli	FT/PT	338 410 7957	19 Gennaio
Afragola	FT/PT	333 970 0629	19 Gennaio
Napoli S. Giovanni	FT/PT	farmacia.apice@tiscali.it	19 Gennaio

ORDINE: Calendario Corsi ECM – Sessione Primavera 2026

Di seguito una tabella riepilogativa per i corsi ECM calendarizzati per la sessione Primavera

DATA	ARGOMENTO	RELATORE	CREDITI ECM
Mese di MARZO			
Lunedì 16 Marzo h. 21.00	BLSD: Manovre di primo soccorso in caso di morte cardiaca improvvisa (II° Parte - Pratica)	M. Santomauro C. Riganti	8
Lunedì 23 Marzo h. 21.00	Servizi di Telemedicina in Farmacia: Guida pratica all'interpretazione dei dati ECG in Farmacia e corretta refertazione	M. D'Alto M. Santomauro	4
Mese di APRILE			
Lunedì 13 Aprile h. 21.00	Nuove Prospettive Terapeutiche nel Trattamento dell'Obesità: Modalità Prescrittive e di Dispensazione	A. Maffettone	In accreditamento
Martedì 28 Aprile h. 21.00	Utilizzo degli Integratori nella Cura del Capello: Ruolo del Farmacista	R. Giannatiempo	4
Mese di MAGGIO			
Lunedì 11 Maggio h. 21.00	Ruolo del Farmacista nel trattamento dell'insufficienza venosa	G. Iacono R. Cantone	In accreditamento
Lunedì 25 Maggio h. 21.00	Patologie Dermatologiche: Ruolo e Consigli pratici del Farmacista	G. Argenziano	In accreditamento
Mese di GIUGNO			
Lunedì 8 Giugno h. 21.00	Sintomatologie Gastrointestinali: Ruolo del Farmacista e Consigli Pratici	G. Nardone	In accreditamento
Lunedì 15 Giugno h. 21.00	Igiene per la salute dell'occhio: ruolo del Farmacista		20 Crediti FAD
Lunedì 22 Giugno h. 21.00	Cura e Prevenzione del Melanoma: Terapie Oncologiche Innovative, Ruolo del Farmacista	P. Ascierto	In accreditamento

COME PARTECIPARE:

Si può partecipare secondo le seguenti modalità:

1. **In presenza**
2. **A distanza**

a) Piattaforma zoom; b) Pagina facebook Ordine

ORDINE: III° Edizione progetto ELDERCARE 2026

Giornate geriatriche di prevenzione

L'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli ha organizzato la III Ediz. del progetto **Eldercare**.

L'obiettivo delle giornate geriatriche di prevenzione è di svelare precocemente i prodromi di declino cognitivo, di stratificare il rischio cardiocerebrovascolare e di fornire immediate informazioni su opportune modifiche delle abitudini alimentari e degli stili di vita ha detto il presidente **Vincenzo Santagada** promotore insieme a **Raffaele Marzano**.

Di seguito il calendario

6 Febbraio	Farmacia la Montagna	Acerra
13 Febbraio	Farmacia De Angelisi	Napoli Miano
20 Febbraio	Farmacia Florio	Napoli Vomero
27 Febbraio	Farmacia Monaco	Napoli Ponticelli
6 Marzo	Farmacia delle Grazie	Giugliano
13 Marzo	Farmacia Pezzullo	Qualiano
20 Marzo	Farmacia Comunale	Bacoli
27 Marzo	Farmacia Maggiore	Napoli
10 Aprile	Farmacia Lauri	S. Gennaro Vesuviano
17 Aprile	Farmacia Maluvia	Pozzuoli
24 Aprile	Farmacia Aionfarma	S. Antonio Abate

8 Maggio	Farmacia Procaccini	Napoli
15 Maggio	Farmacia Cirino	Napoli
22 Maggio	Farmacia Dello Iacovo	Napoli Ponticelli
29 Maggio	Farmacia Visconti	Nola
5 Giugno	Farmacia Elifani	Meta di Sorrento
12 Giugno	Farmacia Verdi	Giugliano
19 Giugno	Farmacia Morrica	Marano
26 Giugno	Farmacia Associate	Afragola
3 Luglio	Farmacia Romano	Casalnuovo
10 Luglio	Farmacia Cifariello	Napoli



PREVENZIONE IN FARMACIA

Evento gratuito

Promosso dall'Ordine dei Farmacisti in
collaborazione con Eldercare



A CHI È DEDICATO

- **Persone over 60**
- **Persone con lievi disturbi cognitivi**



PRESTAZIONI DISPONIBILI

- ✓ **Visita geriatrica**
- ✓ **ECG**
- ✓ **Ecocolordoppler TSA**
- ✓ **Valutazione neuropsicologica**



INFORMAZIONI IMPORTANTI

- **Posti limitati**
- **Prenota subito**

Per maggiori informazioni e prenotazioni chiedere al nostro personale direttamente in farmacia oppure telefonare in negozio al numero 06 880 5639, Farmacia Florio Via Radicofani, 147, 00138 Roma RM



LA TUA MEMORIA MERITA ATTENZIONE

Screening cognitivo gratuito per gli Over 60

20 FEBBRAIO | 15:00 – 19:30
Davanti alla Farmacia Florio

Presente il **camper sanitario** di Eldercare insieme
all'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Perché farlo?

Lo screening permette di individuare precocemente eventuali fragilità cognitive e di intervenire per tempo.

Cosa comprende:

- Raccolta anamnestica
 - Visita geriatrica con ECG
 - Ecocolordoppler dei vasi del collo (TSA)
 - Valutazione neuropsicologica
- Al termine riceverai indicazioni per eventuali approfondimenti.**

A chi è rivolto:

- Persone over 60
- Chi nota piccole dimenticanze
- Chi vuole fare prevenzione seria e professionale

Come partecipare:

È obbligatoria la prenotazione in farmacia.

Il giorno porta con te:

- Elenco dei farmaci assunti
- Tessera sanitaria

QUOTA ISCRIZIONE ALL'ORDINE 2026

Pagamento quota iscrizione 2026 : di seguito le modalità ed il link tramite il quale potrà essere scaricato il bollettino PagoPa



AVVISO IMPORTANTE

Gentile **Collega**,

Ti comunico che l'Ordine sta recapitando **tramite PEC** l'avviso di pagamento mediante bollettino **PagoPA** relativo alla Tassa di **iscrizione all'Ordine per l'anno 2026**

Ti ricordo che i bollettini PagoPA vengono recapitati **ESCLUSIVAMENTE** agli indirizzi di posta elettronica certificata (**PEC**) comunicati all'Ordine.

All'interno della email verrà recapitato un [link](#) tramite il quale potrà essere scaricato il bollettino **PagoPa 2026** per il pagamento della tassa annuale di iscrizione all'Ordine

Qualora non avessi ancora ricevuto il bollettino **PagoPA 2026** è possibile **scaricarlo** direttamente accedendo alla propria Scheda Personale Iscritto **effettuando la Registrazione sul portale RUF (Rete Unica Federale)** cliccando sul seguente link:

<https://www.ordinefarmacistinapoli.it/news/3943-registrazione-degliiscritti-su-portale-ruf>