



Proverbio di oggi.....

'O sacco vacante allerto nun se mantène. Il sacco vuoto non si regge all'impiedi

SPAZZOLINI ASCIUTTI E COPERTI: COSÌ I BATTERI VANNO VIA

Che gli **spazzolini** siano veicolo di **batteri** è cosa nota. Quello che è importante sapere è l'origine di questi microorganismi: sono propri o di qualcun altro?

Secondo una ricerca, c'è un'altissima probabilità che i **batteri** degli **spazzolini** provengano da altre persone che usano lo stesso bagno.

Entrare a contatto con **batteri** altrui, non presenti nella personale flora batterica e ai quali si è meno immunizzati, fa sì che il rischio di contrarre infezioni sia più elevato.

Almeno il 60% degli **spazzolini** era contaminato da **batteri** coliformi, un dato in linea con quanto già osservato da diversi studi.

Tra i **batteri** che possono annidarsi tra le setole degli spazzolini ci sono gli **enterobatteri** e le **pseudomonas**.

Entrambi si trovano normalmente nella flora dell'intestino mentre i secondi sono comunemente presenti nel terreno, nelle piante, negli animali e anche sulla pelle dell'uomo.

«Tutti convivono con i propri **batteri** che compongono la flora batterica, ma tutti devono stare attenti a non far entrare il proprio **spazzolino** in contatto con **batteri** "estranei" che possono favorire l'insorgenza di patologie».

COME SI PUÒ TENERE PULITO UNO SPAZZOLINO?

«Una regola preliminare è cambiare lo **spazzolino** ogni due mesi, che sia consumato o meno.

Di per sé, un uso frequente, e quindi un risciacquo frequente, aiuta a tenere lontani i **batteri**.

Tuttavia, per evitare che l'umidità possa far proliferare colonie di questi microorganismi, dopo l'uso è bene asciugare lo **spazzolino** e poi coprirlo».

TENERE GLI SPAZZOLINI IN UN BICCHIERE ACCANTO AL RUBINETTO VA BENE?

«Asciutti e coperti, va bene. In ogni caso usare regolarmente lo **spazzolino** e conservarlo in maniera adeguata sono la chiave per abbattere la colonizzazione batterica negli spazzolini stessi». (Salute)



PREVENZIONE E SALUTE

ALLATTAMENTO e TUMORI: scoperto il meccanismo immunitario che protegge le madri

L'allattamento non è solo nutrimento: le cellule T, oltre a favorire la produzione di latte, creano uno scudo contro il tumore al seno e potenziano le difese dei neonati.



L'allattamento al seno non è soltanto una forma di nutrimento: **è un gesto che attiva benefici immunitari duraturi**, sia per il bambino sia per la madre. Anche se questo fatto è noto da tempo - con le ricerche più recenti che mettono in luce un effetto dell'allattamento nel ridurre il rischio di tumore al seno nelle donne - il meccanismo biologico all'origine di questi benefici non è ancora del tutto chiaro. Una revisione degli studi sul tema pubblicata su *Trends in Immunology* individua nelle **cellule T** la chiave di questa protezione "doppia" e protratta nel tempo.

Il ruolo delle cellule T materne

Gli scienziati del Salk Institute for *Biological Studies* (California), che hanno curato l'analisi, sottolineano che, in base agli studi più recenti, i linfociti T o cellule T (*globuli bianchi solitamente incaricati di eliminare le cellule infette o tumorali*) avrebbero anche un ruolo di **supporto nella produzione di latte**.

Sottogruppi di cellule T si espandono durante l'allattamento e vanno a ricoprire diverse funzioni, dalla maturazione delle **ghiandole mammarie** alla produzione di latte; queste stesse cellule esercitano anche una protezione a lungo termine dal **tumore al seno**.

Storicamente, i benefici immunitari associati all'allattamento - in special modo quelli sui neonati - erano stati per lo più associati alle **cellule mieloidi**, leucociti diversi dalle **cellule T** (come macrofagi e granulociti neutrofili) presenti nel latte materno e costituenti circa l'80% del totale dei globuli bianchi all'interno del prezioso nutrimento. A differenza dei linfociti T, le cellule mieloidi non sembrano avere un impatto anche sulla produzione di latte materno.

Per quanto riguarda i **lattanti**, le cellule T sembrerebbero contribuire a **costruire il loro sistema immunitario** e a supportare un microbiota intestinale sano, oltre a fornire una protezione immunitaria.

ALLATTAMENTO: UN NUOVO MODELLO INTERPRETATIVO

Gli autori dello studio sperano che gli ultimi sviluppi delle ricerche sul latte materno contribuiscano a diffondere **un nuovo modo di vedere l'allattamento**, da intendersi come «un processo guidato dal sistema immunitario con implicazioni di salute a lungo termine». Comprendere meglio questo secondo aspetto, che va al di là di quello prettamente nutrizionale, permetterà forse di spiegare perché alcune neomamme incontrino **difficoltà nella produzione di latte**, o vadano più facilmente incontro a infiammazioni del tessuto mammario (*mastiti*).

Individuare con precisione le cellule immunitarie coinvolte nell'allattamento permetterebbe di migliorare la salute materna e neonatale, e anche di **estendere alcuni benefici** (come quelli protettivi per il seno) alle donne che, per scelta, per impossibilità di allattare o perché non hanno avuto una gravidanza, non annoverino un'esperienza di allattamento al seno.

Come sottolineano gli autori, restano importanti **domande aperte** sul tema:

- *quali funzioni rivestono, durante l'allattamento, le diverse popolazioni di cellule T?*
- *Quali meccanismi ne permettono il reclutamento fino alle ghiandole mammarie?*

In che modo le loro interazioni con il tessuto epiteliale del seno costruiscono una protezione contro futuri tumori? E grazie a quali meccanismi, le cellule immunitarie trasferite al bambino mediante il latte materno, impattano sul suo futuro sviluppo immunitario? (*Salute, Focus*)

SCIENZA E SALUTE

IPOTIROIDISMO: SINTOMI E CURA

Con il termine ipotiroidismo si definisce una patologia caratterizzata da insufficiente sintesi e azione degli ormoni tiroidei, fondamentali per il corretto funzionamento di organi e tessuti periferici.

Un malfunzionamento della ghiandola tiroidea ha un impatto negativo sulla qualità della vita. Abbiamo parlato con la dott.ssa Nazarena Betella, endocrinologa di Humanitas Medical Care, dei sintomi che possono far sospettare la presenza di ipotiroidismo e della terapia che lo specialista, una volta diagnosticata la patologia, può prescrivere al paziente.



COS'È L'IPOTIROIDISMO

L'ipotiroidismo è un malfunzionamento della tiroide che porta a una ridotta produzione di ormoni da parte della ghiandola e provoca un **rallentamento dei processi fisiologici dell'organismo**.

Gli ormoni prodotti dalla tiroide hanno effetti sull'apparato cardiovascolare, sul ritmo del sonno, sul metabolismo basale e sui processi di accrescimento e sviluppo del sistema nervoso. Per tale motivo è importante diagnosticare tempestivamente un mancato funzionamento della tiroide e affidarsi allo specialista per la terapia adeguata.

QUALI SONO I SINTOMI DELL'IPOTIROIDISMO?

Non esiste un unico sintomo che può condurre a un sospetto di ipotiroidismo ma una combinazione di più di essi. I sintomi dell'ipotiroidismo sono molto variabili e dipendono dall'età di insorgenza, dalla durata e dalla gravità della patologia. Tra questi troviamo **l'eccessiva stanchezza, l'intolleranza al freddo, la debolezza muscolare, l'aumento di peso, la difficoltà di concentrazione, la secchezza della cute, il gonfiore del volto**. A questi possono associarsi il rallentamento della frequenza cardiaca, la stipsi e le irregolarità del ciclo mestruale nella donna. La carenza di ormoni tiroidei può, inoltre, influire sul tono dell'umore favorendo la tendenza a sentirsi depressi.

QUALI SONO LE CAUSE DELL'IPOTIROIDISMO? L'ipotiroidismo può essere **congenito**, ovvero presentarsi fin dalla nascita, oppure **acquisito** in età pediatrica o adulta.

Le cause più frequenti di ipotiroidismo acquisito sono la tiroidite autoimmune, la rimozione chirurgica della tiroide, la terapia con iodio radioattivo e infine l'utilizzo di alcuni farmaci quali per esempio l'**AMIODARONE**.

DIAGNOSTICARE L'IPOTIROIDISMO Nel sospetto di un ipotiroidismo, la diagnosi può essere confermata con gli **esami di funzionalità tiroidea**, con il **dosaggio di autoanticorpi specifici** e con l'**ecografia tiroidea**. Soltanto il corretto e precoce inquadramento diagnostico e la valutazione dello specialista endocrinologo permettono di impostare la terapia specifica.

CURARE L'IPOTIROIDISMO

Data la natura di questa patologia, **non esistono forme specifiche di prevenzione**.

Un aiuto al funzionamento corretto della tiroide può arrivare dall'alimentazione con un **corretto apporto di iodio**, un oligoelemento contenuto principalmente nel sale iodato, nei crostacei e nel pesce.

Il trattamento dell'ipotiroidismo prevede una **terapia sostitutiva con LEVOTIROXINA**.

Tale terapia a dosaggio adeguato consente di compensare la disfunzione tiroidea con miglioramento dei relativi sintomi. La cura è adattata all'età del paziente e alla presenza di patologie concomitanti, e sarà lo specialista a valutarne il dosaggio adeguato.

Molto spesso questa terapia va proseguita per tutta la vita, per questo è necessario eseguire **controlli periodici con lo specialista** per verificarne l'adeguatezza terapeutica. (Salute, Humanitas)

SCIENZA E SALUTE

DISTURBI DELLA PALPEBRA: SINTOMI E CURE

Il calazio, l'entropion, l'ectropion, la distichiasi e la ptosi sono tra le patologie più comuni che possono interessare le palpebre.

Come riconoscerle e quali trattamenti sono disponibili? Ne parliamo con il dottor Claudio Ernesto Lucchini, oculista presso l'ambulatorio Humanitas Medical Care di Lainate.

CALAZIO: I RIMEDI

Il calazio è una cisti causata dall'infiammazione cronica delle *ghiandole di Meibomio*, situate nel tarso delle palpebre ovvero la parte cartilaginea. Il fastidio e il gonfiore della palpebra possono portare a un dolore localizzato nell'area interessata, che appare rossa e spessa al tatto.

Il calazio può portare, se di grandi dimensioni, ad astigmatismo a causa della compressione sulla cornea. La formazione del calazio può dipendere da vari fattori, tra cui predisposizione costituzionale, disordini alimentari, patologie intestinali (come la *colite spastica*) e stati ansiosi.

Se il gonfiore persiste, è bene rivolgersi al medico che potrebbe valutare la prescrizione di pomate antibiotiche e cortisoniche.

Se il calazio non si risolve o rimane infiammato, potrebbe essere necessaria l'asportazione chirurgica.

ENTROPION: CHE COS'È

L'entropion si verifica quando il margine della palpebra ruota verso l'interno, causando il contatto delle ciglia con la superficie corneale. Questo sfregamento può portare a fastidi lievi o gravi ulcerazioni corneali. A questa condizione si accompagnano spesso sintomi come:

- *lacrimazione*
- *fotofobia*
- *occhi rossi.*

Questa patologia è tipicamente acquisita e colpisce spesso gli anziani a causa del progressivo indebolimento delle strutture palpebrali. Può anche essere associata a blefarospasmo e può migliorare temporaneamente con iniezioni di sostanze miorilassanti. In alcuni casi è causata da traumi chirurgici o malattie autoimmuni.

L'intervento chirurgico, quando necessario, mira a ripristinare la funzionalità della palpebra e prevenire danni corneali.

LE CAUSE DELL'ECTROPION Nell'ectropion il margine della palpebra inferiore è rivolto verso l'esterno e lontano dal bulbo oculare, con compromissione della lubrificazione e protezione della cornea. In questa condizione le ***lacrime non fluiscono più attraverso il dotto lacrimale*** e bagnano invece la pelle della palpebra inferiore, con conseguenti irritazione e macerazione che portano alla contrazione della pelle. Le persone che soffrono di ectropion possono avvertire occhi rossi e lacrimosi, una sensazione di corpo estraneo e cheratite da esposizione.

L'ectropion è spesso legato all'invecchiamento e al progressivo indebolimento delle strutture palpebrali. Altre cause possono includere cicatrici da ustioni, interventi chirurgici precedenti o neoformazioni voluminose. Il trattamento chirurgico ha come obiettivo il ripristino della posizione corretta della palpebra. In alcuni casi, può essere necessario impiantare un lembo di pelle.



I SINTOMI DELLA TRICHIASI La trichiasi si verifica quando le ciglia crescono verso l'interno, dirigendosi verso l'occhio anziché allontanarsene, con il rischio di danni alla cornea.

I sintomi associati alla trichiasi comprendono fastidio, dolore, arrossamento dell'occhio e lacrimazione. La trichiasi colpisce prevalentemente la palpebra inferiore, ma può interessare anche quella superiore. Il trattamento prevede un intervento chirurgico delicato, che può risultare complicato da eventuali coagulazioni delle ciglia avvenute in precedenza.

COME SI CURA LA PTOSI PALPEBRALE La ptosi è una condizione in cui una o entrambe le palpebre superiori si abbassano, riducendo l'apertura oculare e limitando il campo visivo.

Può essere congenita, presente fin dalla nascita, oppure acquisita, manifestandosi in età adulta.

La ptosi congenita è spesso dovuta a uno sviluppo insufficiente del muscolo elevatore o ad altre patologie correlate. In questi casi, è solitamente necessario un intervento chirurgico per consentire al bambino di sviluppare una visione normale ed evitare l'ambliopia (**occhio pigro**), che, se non trattata prontamente, può portare a una riduzione permanente della vista.

La ptosi acquisita è generalmente causata dal distacco o dall'indebolimento dell'aponeurosi del muscolo elevatore. Le **cause** includono:

- *traumi oculari*
- *interventi oculari tipo cataratta (traumatismo da blefarostato)*
- *tumori oculari che ostacolano la funzione del muscolo elevatore*
- *lenti a contatto rigide o semirigide; diabete o altre malattie.*

La ptosi si tratta con l'intervento chirurgico, che varia in base alle cause sottostanti e può comportare una plicatura del tendine, una resezione o un reinserimento. (*Salute, Humanitas*)

SCIENZA E SALUTE

LA GOMMA DA MASTICARE NON ELIMINA I BATTERI NELLA BOCCA

La sensazione di freschezza che generano le gomme da masticare non è in alcun modo connessa alla pulizia del cavo orale e non può sostituire lo spazzolino da denti.

Sfatiamo un mito: le **gomme da masticare** non eliminano i **batteri** dalla bocca e, quindi, non si possono in nessun modo sostituire allo **spazzolino da denti**. Che siano allo **xilitolo**, con o senza aspartame, non c'è composizione che tenga: «*Pur conferendo una piacevole sensazione di freschezza, soprattutto nella formulazione alla menta, il chewing gum non elimina i batteri dalla bocca*» e non può essere considerato un sostituto dello spazzolino».

«L'effetto è sì rinfrescante, ma dall'uso delle gomme da masticare non deriva un reale beneficio a livello dentale perché sono comunque ricche di **zuccheri** e, spesso, vengono utilizzate troppo nel corso della giornata soprattutto quando si è fuori casa per molte ore e non si ha la possibilità di lavarsi i **denti**».

GOMME DA MASTICARE: IL PROBLEMA SONO GLI ZUCCHERI:

Due effetti benefici sulla pulizia della bocca provocati dall'uso della **gomma da masticare** vanno riconosciuti: «*Masticando la gomma aumenta la produzione di saliva all'interno della bocca* e questo può aumentare la detersione dei **denti**. La masticazione, inoltre, *favorisce l'eliminazione dei detriti di cibo più grandi che vengono lavati via dalla saliva stessa*». Per quanto riguarda lo **xilitolo**, ormai molto conosciuto per il suo ampio impiego come ingrediente nella composizione delle gomme da masticare, «è pur sempre uno zucchero. Ha un'azione rinfrescante e provoca ai denti meno danno degli altri zuccheri, ma non fa comunque bene alla salute dei denti». (*Salute, Humanitas*)

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

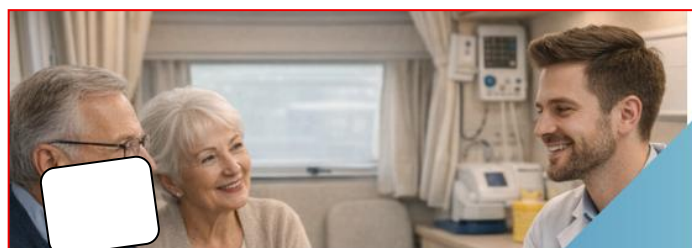
- ✓ **Visita geriatrica**
- ✓ **ECG**
- ✓ **Ecocolordoppler TSA**
- ✓ **Valutazione neuropsicologica**



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>