



Proverbio di oggi.....

A lietto stretto corcate mmiezo

SORDITÀ, quali sono le cause e come prevenirla

Le stime dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) riferiscono che entro il 2050 circa una persona su cinque andrà incontro a una forma di diminuzione della capacità uditiva.

Si tratta di un dato importante che sottolinea quanto sia fondamentale prendersi cura della propria **salute uditiva**. **Quando fare una visita e come prevenire l'insorgenza di sordità?**

QUANDO FARE UN ESAME AUDIOMETRICO?

Per prendersi cura del proprio udito, secondo le stime di incidenza dei casi di sordità in Italia, sarebbe ideale sottoporsi a un **esame audiometrico** a partire **dai 65 anni** di età. Tuttavia, è importante

sottolineare che la sordità può colpire persone di tutte le età, anche i bambini. La sordità neonatale, infatti, è il difetto sensitivo ereditario più comune nei neonati e, se non diagnosticata e trattata tempestivamente, può causare deficit che influiscono negativamente sullo sviluppo neurosensoriale, di apprendimento e di inserimento sociale del bambino. Va notato che con l'avanzare dell'età, c'è un aumento significativo dei casi di sordità, fino a raggiungere il 50% dell'incidenza oltre gli 80 anni.

QUALI SONO LE CAUSE DELLA SORDITÀ? La sordità può essere **neurosensoriale congenita**, oppure causata da malattie infettive come la rosolia, il morbillo o la meningite, o trasmessa determinata da processi infiammatori dall'orecchio medio. In età avanzata, invece, è il risultato del graduale **invecchiamento delle strutture nervose dell'udito**, che causa una progressiva difficoltà uditiva, inizialmente solo per i suoni ad alta frequenza e poi progressivamente anche per i suoni a media e bassa intensità. È importante notare che la causa della sordità può variare a seconda dell'età e dell'individuo, e che il trattamento dovrebbe essere adattato di conseguenza.

COME PREVENIRE LA SORDITÀ? La prevenzione della sordità può iniziare **fin dai primissimi giorni di vita**, attraverso le vaccinazioni contro il morbillo, la meningite, la rosolia e la parotite epidemica, che possono prevenire la sordità nei bambini, e limitando l'esposizione ai rumori. In particolare, i lavoratori esposti a rumori di forte intensità dovrebbero fare uso di sistemi di protezione acustica individuale, che spesso non vengono utilizzati correttamente a causa della loro presunta "scomodità". È importante sensibilizzare sulla corretta utilizzazione di questi strumenti di protezione per **prevenire danni all'udito**.

(Salute, Humanitas)



SCIENZA E SALUTE

COME SI CURA LA SINUSITE CRONICA?

La sinusite è l'infiammazione dei seni paranasali, tra le cause alla sua origine possono esservi infezioni, ma anche condizioni anatomiche, come per esempio la deviazione del setto nasale.

Se l'infezione non si risolve nel giro di poco tempo, è possibile che diventi cronica.

Come si interviene in questo caso?

Ne parliamo con il dr **Federico Leone**, otorinolaringoiatra di *Humanitas San Pio X*.

SINUSITE: QUALI SONO I SINTOMI

Tra i sintomi dell'infiammazione dei seni paranasali **possiamo indicare mal di testa, difficoltà respiratorie, malessere, lacrimazione, diminuzione dell'olfatto e secrezione catarrale.**

«L'infiammazione potrebbe essere scatenata da infezioni virali, batteriche e raramente fungine, anche se in alcuni casi la causa può essere di **tipo anatomico**, come per esempio una deviazione del setto nasale, **l'ipertrofia dei turbinati** e altre varianti anatomiche», spiega il dottor Leone.

Se l'infezione non si risolve nel breve periodo, il rischio è che vada incontro a cronicizzazione. A questo punto il paziente ha a disposizione varie soluzioni per guarire.

«In genere si cerca di preferire la **terapia farmacologica**, che è in grado di risolvere anche le infiammazioni più persistenti. Tuttavia, se questo tipo di cura non dovesse essere efficace, lo specialista e il paziente possono optare per la terapia chirurgica», continua lo specialista.

LA SINUSITE CRONICA E LA CHIRURGIA

La **chirurgia per curare le infiammazioni ai seni paranasali** è di tipo **endoscopico mini-invasivo**. Si tratta di un tipo di chirurgia che utilizza **ottiche endoscopiche con micro-videocamere** e strumenti specifici inseriti nelle narici.

In questo modo, il paziente non solo avverte **meno dolore nel post-operatorio**, ma guarisce con più rapidità, e le possibilità di buona riuscita dell'intervento aumentano.

Inoltre, con questa tecnica il paziente può talvolta essere dimesso anche il giorno stesso dell'intervento e gode fin da subito dei **benefici dell'operazione**.

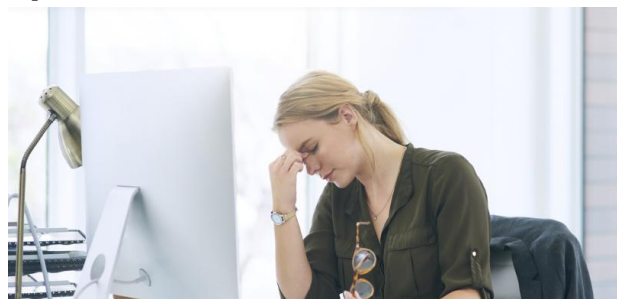
In altre situazioni invece è prevista una notte di ricovero.

«Le procedure chirurgiche sono la polipectomia con microdebrider, l'etmoidectomia, l'antrotomia mascellare, la sfenoidectomia, la senotomia frontale, **la settoplastica associata a turbinoplastica**», continua il dottor Leone.

Le diverse procedure vengono variabilmente combinate in base a ciascun paziente, in un intervento personalizzato e modulabile:

- **Etmoidectomia** – libera i seni paranasali situati tra gli occhi e il ponte del naso.
- **Antrotomia mascellare** – serve a liberare il drenaggio dei seni posti dietro gli zigomi.
- **Sfenoidectomia** – è l'apertura del seno paranasale più posteriore del naso.
- **Senotomia frontale** – serve a ripristinare il drenaggio dei seni situati superiormente, dietro la fronte.
- **Settoplastica associata a turbinoplastica** – in caso di difficoltà respiratorie causate da un setto nasale storto e da un ingrossamento dei turbinati oppure per creare una migliore visuale per l'esecuzione delle altre procedure precedentemente descritte.

(Salute, Humanitas)



SCIENZA E SALUTE

LENTI FOTOCROMATICHE: i Vantaggi e i Benefici

Le lenti fotocromatiche sono progettate per essere trasparenti in condizioni di luce normale, ma tendono a scurirsi progressivamente quando esposte alla luce solare.

Una volta che l'esposizione alla luce cessa, queste lenti ritornano gradualmente alla loro trasparenza.

Realizzate con una miscela di sostanze fotocromatiche, queste lenti rispondono all'esposizione ai raggi ultravioletti A, modificando la loro struttura chimica e diventando scure.

Anche se esistono da diversi decenni, le lenti fotocromatiche hanno beneficiato di innovazioni recenti, come la possibilità di scegliere tra vari colori e una composizione chimica che permette transizioni più rapide.

Infatti, le lenti iniziano a scurirsi entro un minuto dall'esposizione e il ritorno alla trasparenza può richiedere diversi minuti.

Ne parliamo con il dottor Bruno Battaglia, oculista di Humanitas San Pio X.

LENTI FOTOCROMATICHE: PRO E CONTRO

Uno dei principali vantaggi delle lenti fotocromatiche è la comodità di non dover gestire due paia di occhiali, uno da vista e uno da sole.

Questo non solo riduce il rischio di dimenticare di indossare occhiali protettivi dai raggi UV, ma comporta anche un risparmio economico, poiché non è necessario acquistare due montature distinte.

Queste lenti sono particolarmente indicate per chi non ha l'abitudine di usare occhiali da sole o per chi deve passare frequentemente da ambienti chiusi ad attività all'aperto.

In certe situazioni, tuttavia, come in presenza di luce artificiale o quando ci si trova in auto (dove il parabrezza filtra già la luce UV), le lenti potrebbero non scurirsi.

La rapidità di transizione tra scuro e chiaro può variare a seconda del tipo di occhiali, e con il passare del tempo, la qualità delle transizioni può diminuire fino a fermarsi del tutto.

Inoltre, in climi estremamente caldi o freddi, la loro efficacia potrebbe risultare subottimale.

PROTEGGERE GLI OCCHI DAL SOLE

La scelta delle lenti è un fattore personale, legato principalmente alle abitudini individuali e alla comodità.

Quel che è certo è che i raggi UV possono penetrare anche attraverso le nuvole, e le lenti fotocromatiche forniscono una protezione costante dai raggi solari: questa aiuta a diminuire il rischio di insorgenza di malattie oculari come *cataratta*, *maculopatia* e *pterygio*.

(Salute, Humanitas)



SCIENZA E SALUTE

LONGEVITÀ A TAVOLA: I DUE PILASTRI ALIMENTARI PER VIVERE PIÙ A LUNGO IN SALUTE

A dare «più vita agli anni» si comincia da bambini, ma adottare una dieta sana cambia in meglio le cose anche da adulti, persino da anziani. Ecco come

Mangiare «bene», nel senso di sano, è uno dei pilastri fondamentali per la longevità, insieme ad altri fattori come nascere con geni favorevoli, fare esercizio fisico, dormire abbastanza e prevenire le malattie, tenendo presente che la giusta alimentazione, da sola, non basta.

La longevità è il risultato di molti fattori, che nel loro insieme costituiscono il nostro «stile di vita», espressione tanto ben conosciuta quanto sottovalutata nella sua reale portata. È questa l'unica variabile su cui possiamo davvero intervenire per vivere più a lungo.

È vero infatti che i nostri geni (più o meno favorevoli) sono quelli che abbiamo ereditato alla nascita, però possiamo condizionare (in meglio) la loro «espressione», proprio cambiando le nostre abitudini (e qui parliamo dell'alimentazione). Le ultime ricerche scientifiche sottolineano che a dare «più vita agli anni» si comincia da bambini, ma adottare una dieta sana cambia in meglio le cose anche quando lo si faccia da adulti, persino da anziani.

Che cosa bisogna mangiare, allora, per arrivare a spegnere più candeline possibile (ancora in forma)? Il regime alimentare deve essere personalizzato, ma alcuni punti chiave sono universali e la loro applicazione non richiede studio, fatica, calcoli delle calorie o sacrifici, solo un pizzico di volontà per cambiare.

La prima evidenza scientifica? **Una diretta associazione tra longevità e restrizione calorica**, che però **non significa digiuno**, più o meno intermittente (i cui benefici — lo si sta scoprendo — sono simili a quelli di una comune dieta ipocalorica), ma **mangiare meno**, alzandosi dal tavolo con un po' di appetito.

La seconda pietra miliare (i cui benefici ricevono continue conferme) è la **dieta mediterranea** come la praticavano i nostri antenati, un regime alimentare che «batte» regolarmente le varie proposte alimentari via via di moda, soprattutto perché i cibi su cui si fonda sono noti per abbassare molto i rischi per le tre principali malattie legate all'età (cancro, patologie cardiovascolari e neurodegenerative). I suoi ingredienti vincenti sono quelli che (purtroppo) ci siamo abituati a trascurare: **i cibi vegetali**, quindi frutta e verdura, ma anche legumi (da preferire come principale fonte di proteine, insieme al pesce azzurro); condimento a base di olio di oliva (anziché a base di grassi di origine animale); cereali (pane, pasta, riso) nelle formulazioni integrali.

Tutti ricchi di fibre, che migliorano la nostra salute fisica ma anche quella cognitiva, grazie al **microbiota intestinale e al cosiddetto asse intestino-cervello**.

Il mangiare meno dovrebbe essere, infine, coniugato con la **drastica limitazione di alcol, cibi ultra processati, zuccheri aggiunti, grassi di origine animale**.

È un po' come **tornare alle origini**: un tempo i dolci si mangiavano poche volte l'anno, la carne rossa raramente e si viveva dei prodotti dell'orto (specie legumi). I nostri bisnonni non erano così longevi, ma questo perché non avevano dalla loro parte le moderne conoscenze mediche e il benessere contemporaneo che ha assicurato alla maggior parte della popolazione (nei Paesi Sviluppati) una grande disponibilità di alimenti tra cui scegliere (ma quelli più salutari costano di più). *(Salute, Corriere)*



PREVENZIONE E SALUTE

Il decalogo ANTI-PARKINSON per la giornata mondiale contro la malattia

I 5 segnali premonitori da segnalare al medico e i 5 comportamenti virtuosi per prevenire una condizione che non deve essere più chiamata «morbo»

«Il giorno prima della prossima giornata mondiale del Parkinson dell'11 aprile, con l'aiuto di Giovanni Vanacore, dell'Istituto Superiore di Sanità siamo riusciti a riunire presso il principale ente italiano di ricerca per la salute pubblica chi fa le leggi, chi fa ricerca, chi cura e chi vive ogni giorno con questa malattia –dice Giangi Milesi, Presidente della Confederazione Parkinson Italia che riunisce una trentina di associazioni di volontariato regionali, provinciali e cittadine con oltre 10mila pazienti, familiari e caregiver-.

Ma soprattutto, oltre a noi, ci sono l'associazione italiana Parkinson e quella dei Giovani Parkinsoniani, cioè chi ha sostenuto il tavolo di lavoro avviato l'anno scorso dall'ISS per enucleare le vere necessità clinico-assistenziali, sociali ed economiche dei pazienti, dei loro familiari e caregivers così da programmare gli interventi assistenziali e la formazione degli operatori, facendo attenzione a riabilitazione, domiciliarità e tele-servizi per creare uno strumento operativo concreto da applicare alle varie realtà regionali e locali».

DECALOGO ANTIPARKINSON

basato su 5 segnali premonitori e 5 comportamenti che riducono il rischio di ammalarsi:

SEGNALI PREMONITORI

1. Disturbi del sonno

Sogni molto vividi, agitati e con continui movimenti che talora compaiono anni prima dei sintomi motori.

2. Perdita dell'olfatto

Una riduzione significativa della capacità di percepire gli odori è un altro sintomo iniziale frequente.

3. Stipsi persistente

Alterazioni gastroenteriche possono comparire molti anni prima dei sintomi motori.

4. Tremore, rigidità o lentezza movimenti

Occorre fare attenzione anche a piccoli cambiamenti dei movimenti di ogni giorno.

5. Scrittura più piccola o voce più debole

La grafia che si fa sempre più piccola e la voce che cala di volume possono essere segnali precoci.

COMPORTEMENTI VIRTUOSI

I 5 comportamenti che possono aiutare a ridurre il rischio sono:

1. *Fare attività fisica regolarmente.*

2. *Seguire una dieta equilibrata con frutta, verdura e dieta mediterranea.*

3. *evitare esposizione a sostanze tossiche ambientali come pesticidi, solventi o inquinanti*

4. *Dormire a sufficienza e con ritmi regolari*

5. *Non sottovalutare mai i 5 segni suindicati e parlarne subito col medico: la diagnosi precoce porta infatti a trattamenti più efficaci e personalizzati.*

(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 Arenella	FT/PT	351 093 4014	01 Aprile
Napoli Chiaia	FT/PT	danilo.alfano@farmaciameo.com	01 Aprile
Napoli - Miano	FT/PT	339 497 2645	16 Marzo
Napoli Pianura	FT/PT	338 772 6303	16 Marzo
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

ORDINE: Calendario Corsi ECM – Sessione Primaveraile 2026

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

DATA	ARGOMENTO	RELATORE	CREDITI ECM
Mese di APRILE			
Lunedì 13 Aprile h. 21.00	Nuove Prospettive Terapeutiche nel Trattamento dell'Obesità: Modalità Prescrittive e di Dispensazione	<i>A. Maffettone</i>	In accreditamento
Martedì 28 Aprile h. 21.00	Utilizzo degli Integratori nella Cura del Capello: Ruolo del Farmacista	<i>R. Giannatiempo</i>	4
Mese di MAGGIO			
Lunedì 11 Maggio h. 21.00	Ruolo del Farmacista nel trattamento dell'insufficienza venosa	<i>G. Iacono R. Cantone</i>	In accreditamento
Lunedì 25 Maggio h. 21.00	Patologie Dermatologiche: Ruolo e Consigli pratici del Farmacista	<i>G. Argenziano</i>	In accreditamento
Mese di GIUGNO			
Lunedì 8 Giugno h. 21.00	Sintomatologie Gastrointestinali: Ruolo del Farmacista e Consigli Pratici	<i>G. Nardone</i>	In accreditamento
Lunedì 15Giugno 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	<i>P. Ascierio</i>	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	<i>Farmacia la Montagna</i>	Acerra	8 Maggio	<i>Farmacia Procaccini</i>	Napoli
13 Febbraio	<i>Farmacia De Angelisi</i>	Napoli Miano	15 Maggio	<i>Farmacia Cirino</i>	Napoli
20 Febbraio	<i>Farmacia Florio</i>	Napoli Vomero	22 Maggio	<i>Farmacia Dello Iacovo</i>	Napoli Ponticelli
27 Febbraio	<i>Farmacia Monaco</i>	Napoli Ponticelli	29 Maggio	<i>Farmacia Visconti</i>	Nola
6 Marzo	<i>Farmacia delle Grazie</i>	Giugliano	5 Giugno	<i>Farmacia Elifani</i>	Meta di Sorrento
13 Marzo	<i>Farmacia Pezzullo</i>	Qualiano	12 Giugno	<i>Farmacia Verdi</i>	Giugliano
20 Marzo	<i>Farmacia Comunale</i>	Bacoli	19 Giugno	<i>Farmacia Morrica</i>	Marano
27 Marzo	<i>Farmacia Maggiore</i>	Napoli	26 Giugno	<i>Farmacia Associate</i>	Afragola
10 Aprile	<i>Farmacia Lauri</i>	S. Gennaro Vesuviano	3 Luglio	<i>Farmacia Romano</i>	Casalnuovo
17 Aprile	<i>Farmacia Maluvia</i>	Pozzuoli	10 Luglio	<i>Farmacia Cifariello</i>	Napoli
24 Aprile	<i>Farmacia Aionfarma</i>	S. Antonio Abate			



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

Perchè 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