



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.....

Ntiempo'e tempesta, ogni pertuso è puorte'

Usi faccine e cuoricini nei messaggi? Gli emoticon rendono più facili le relazioni

A sostenerlo uno studio pubblicato su Plos One. La comunicazione non verbale rappresenta una componente molto importante nell'interazione tra le persone

Oltre **10 miliardi di emoji vengono inviati ogni giorno**. Ma quello che potrebbe apparire come un gesto banale e quasi automatico, sembra invece nascondere la chiave per relazioni più solide e soddisfacenti. A sostenerlo, uno studio pubblicato sulla rivista scientifica *Plos One*, che ha evidenziato come smile e cuoricini inseriti nei messaggi, facciano apparire l'interlocutore più attento e più coinvolto, e come tutto ciò, di conseguenza, aumenti il senso di vicinanza e la soddisfazione nella propria relazione.



Lo studio Nella ricerca sono state valutate 15 conversazioni, immaginando di essere gli stessi partecipanti ad aver inviato i messaggi e di aver ricevuto risposta da parte di un amico o di un partner.

Il testo dei messaggi era sempre lo stesso, a cambiare, invece, la presenza o meno di emoji.

Risultato? I partecipanti hanno giudicato i partner che rispondevano con faccine o simboli come **più reattivi, attenti e affettuosi**. Interessante, poi, notare che il risultato non è cambiato usando emoji diverse che sembrano avere tutte lo stesso effetto. **A fare la differenza, quindi, non è il tipo, ma la presenza dell'emoji.** Il semplice gesto di aggiungere un simbolo visivo al testo sembra essere sufficiente a comunicare una maggiore vicinanza tra chi parla.

Un cuore vale mille parole “La comunicazione non verbale rappresenta una componente molto importante nell'interazione tra le persone. Alcuni studi hanno addirittura identificato come circa il 70% di ciò che esprimiamo, viene veicolato in modalità non verbale, tramite il linguaggio del corpo con la sua gestualità, le espressioni e il tono della voce -. Se tutto ciò avviene naturalmente quando abbiamo una conversazione faccia a faccia o telefonica, nelle interazioni online, l'utilizzo di immagini, di emoji, gif o stickers, sembra riuscire a colmare questa mancanza”.

Linguaggio del corpo digitale Le emoji svolgono dunque il ruolo di "linguaggio del corpo digitale", potenziando le parole e trasmettendo emozioni e stati d'animo. “Fanno percepire la conversazione come meno formale e più intima o amichevole. Aiutano a far sentire una maggior presenza e vicinanza dell'interlocutore e a rendere la relazione tra le persone più soddisfacente”. (*Salute, Repubblica*)

SCIENZA E SALUTE

No, il sole estivo non fa aumentare la vitamina D

Pensavi che bastasse esporsi al sole in estate per fare il pieno di Vitamina D? Uno studio condotto su 300 britannici smentisce questo falso mito. Ecco i fattori che bloccano la sintesi.

Secondo quanto emerge da uno studio britannico che ha coinvolto quasi 300 partecipanti residenti nel nord del Regno Unito, molte persone potrebbero avere livelli troppo bassi di vitamina D tutto l'anno senza esserne consapevoli, e questo potrebbe influire negativamente sulla salute delle loro ossa, sul benessere generale e sulle condizioni di salute a lungo termine.

La ricerca, pubblicata sullo *European Journal of Clinical Nutrition*, si è concentrata in particolare su anziani e minoranze etniche. Vediamo cos'ha scoperto.

IL SOLE ESTIVO NON BASTA

Una cosa è giusto metterla subito in chiaro: lo studio è stato finanziato da BetterYou Ltd., un'azienda produttrice di integratori di vitamina D. Certamente un potenziale conflitto d'interesse di cui tenere conto, anche se gli autori hanno dichiarato che lo sponsor non ha avuto alcun ruolo nelle analisi.

I test, condotti tra dicembre 2024 e agosto 2025, hanno coinvolto 299 persone – 168 over65 e 147 maggiorenni appartenenti a minoranze etniche.

I risultati mostrano che il 54,8% degli anziani e il 72,1% degli adulti di minoranza etnica presentava livelli insufficienti o carenti di vitamina D.

La cosa più interessante è che durante i mesi estivi queste carenze non venivano colmate:

- tra giugno e agosto, al massimo dell'esposizione solare, oltre la metà degli anziani aveva ancora livelli insufficienti di vitamina D;

nel gruppo di minoranza etnica la situazione era anche peggiore:

- *in nessun mese del trial, nemmeno quelli estivi, la quota di persone con livelli insufficienti è scesa sotto il 64%. Il sole estivo, da solo, non è dunque sufficiente a garantire livelli adeguati di vitamina D.*

L'IMPORTANZA della VITAMINA D

In Italia è prassi integrare la vitamina D nel primo anno di vita dei bambini per evitare il rachitismo. Tuttavia questo micronutriente è essenziale anche durante l'età adulta per mantenere la salute delle ossa, evitando malattie come l'osteoporosi, e per rinforzare le difese immunitarie.

«Il messaggio è semplice ma importante: se appartieni a un gruppo ad alto rischio, non puoi presumere che passare più tempo all'aria aperta in estate risolva il problema», afferma Bernard Corfe, uno degli autori.

Pur tenendo conto dei limiti della ricerca, come il fatto che si tratti di uno studio basato sull'osservazione e non di un trial controllato che indaga anche l'efficacia di un'eventuale integrazione, gli autori sostengono che per questi gruppi in deficit vitaminico potrebbe essere utile assumere integratori tutto l'anno, non solo stagionalmente, e si ripromettono di indagare in futuro su quali siano le migliori politiche sanitarie per rispondere meglio alle esigenze delle diverse comunità. (*Salute, Focus*)



SCIENZA E SALUTE

TUMORE AL POLMONE: I RISCHI DEL FUMO

Il tumore al polmone rappresenta una delle forme oncologiche più diffuse.

In Italia, secondo i dati AIRTUM – Associazione Italiana Registri Tumori, nel 2025 sono stati registrati 27.100 nuovi casi di tumore del polmone nella popolazione maschile e 16.400 in quella femminile.

Il fumo è il principale fattore di rischio per questa . Approfondiamo l'argomento con il professor Giuseppe Marulli, responsabile dell'Unità Operativa di Chirurgia toracica presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas di Rozzano.

CHE COS'È E COME SI SVILUPPA IL TUMORE AL POLMONE?

Il tumore del polmone ha origine da una proliferazione incontrollata delle cellule che rivestono gli alveoli, le strutture responsabili dello scambio tra ossigeno e anidride carbonica nei polmoni. Quando queste cellule subiscono alterazioni, perdono la loro funzione e iniziano a crescere in maniera disorganizzata, danneggiando il tessuto circostante.

Se nelle prime fasi l'organismo tenta di riparare i danni provocati dalle sostanze tossiche, nel tempo le continue aggressioni rendono inefficaci questi meccanismi di difesa, facilitando la formazione della massa tumorale.

Questa può compromettere il passaggio dell'aria nei bronchi, causare sanguinamenti e ostacolare le normali funzioni respiratorie.

QUALI SONO I SINTOMI DEL TUMORE DEL POLMONE?

Una delle difficoltà principali nel contrastare il tumore polmonare è l'assenza di sintomi nelle fasi iniziali. La malattia tende a manifestarsi in maniera silenziosa, e spesso viene identificata solo quando ha già raggiunto uno stadio avanzato. Per questo è fondamentale prestare attenzione ad alcuni segnali che, sebbene possano sembrare comuni, devono essere indagati soprattutto in presenza di fattori di rischio.

Tra questi:

- ❖ *tosse persistente; difficoltà a respirare*
- ❖ *dolore al torace; perdita di peso non intenzionale*
- ❖ *presenza di sangue nel catarro; episodi di tosse ematica.*

TUMORE DEL POLMONE: FONDAMENTALE LA DIAGNOSI

Nonostante la sua aggressività, il tumore al polmone può essere affrontato con migliori probabilità di successo grazie agli attuali strumenti diagnostici e terapeutici.

La diagnosi precoce gioca un ruolo cruciale, permettendo di intervenire quando la malattia è ancora in fase localizzata. In questo contesto, gli screening rappresentano una risorsa fondamentale, soprattutto per i soggetti a rischio.

Tecniche moderne come la tomografia computerizzata a bassa dose (TAC spirale) consentono di individuare alterazioni polmonari anche di piccole dimensioni, riducendo l'esposizione alle radiazioni e aumentando l'efficacia del controllo.



IL LEGAME TRA FUMO E TUMORE DEL POLMONE

Quando si parla del fumo come principale fattore di rischio del tumore al polmone, è fondamentale sgomberare il campo da un equivoco diffuso:

- ❖ *fumare è una vera e propria dipendenza, attivata dalla nicotina, una sostanza in grado di creare assuefazione sia a livello fisico che psicologico.*

Il corpo sviluppa una tolleranza che rende difficile smettere, innescando sintomi da astinenza come irritabilità, ansia e agitazione.

A livello cerebrale, la nicotina agisce legandosi a specifici recettori che stimolano il rilascio di ormoni associati al benessere, creando un ciclo di gratificazione.

Oltre alla **nicotina**, le sigarette contengono un mix estremamente pericoloso di sostanze:

- ❖ *il **catrame**, che racchiude migliaia di agenti tossici e cancerogeni,*
- ❖ *il **monossido di carbonio**, che riduce la quantità di ossigeno trasportata dal sangue, costringendo l'organismo a produrre più globuli rossi e aumentando così la densità ematica, con il conseguente rischio di infarti e ictus.*

Ma i danni non si limitano all'apparato cardiovascolare

- ❖ *le sostanze cancerogene della sigaretta agiscono su tutto l'organismo e sono correlate allo sviluppo di diversi tipi di tumore, non solo ai polmoni ma anche a pancreas, rene, vescica e area testa-collo.*

È importante sottolineare che il rischio non dipende solo dal numero di sigarette fumate ogni giorno, ma soprattutto dagli anni di esposizione:

- ❖ ***più a lungo si fuma, più aumenta il pericolo di sviluppare gravi patologie.***

Anche le sigarette elettroniche non rappresentano una soluzione sicura: pur evitando la combustione, contengono comunque nicotina e altre sostanze potenzialmente dannose.

IN HUMANITAS UN PROTOCOLLO PER LA CURA DEL TUMORE AL POLMONE

Presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas di Rozzano è disponibile un protocollo innovativo di dimissione precoce associata a telemedicina (NEW ERAS), validato nell'ambito di uno studio clinico dell'Unità di Chirurgia Toracica, che consente la dimissione a 48 dall'intervento chirurgico e il monitoraggio al domicilio del paziente.

La **chirurgia mininvasiva** con cui si effettuano gli interventi tumore al polmone, infatti, consente un recupero post-operatorio più veloce rispetto alla chirurgia tradizionale, che, con la telemedicina e il supporto da remoto degli specialisti Humanitas, può svolgersi in tutta la comodità dal domicilio del paziente.

Per accedere a questo programma è necessaria la presenza di un caregiver, che verrà informato insieme alla persona che deve effettuare l'intervento sulla strumentazione per la telemedicina da utilizzare post-intervento e che viene fornita direttamente da Humanitas.

Al momento della dimissione, che avviene in questo caso generalmente a 48 ore dalla chirurgia e con ancora il drenaggio, il paziente torna presso il domicilio con la possibilità di mantenersi in contatto diretto con infermieri, anestesisti e medici grazie al device di telemedicina.

Sia la misurazione dei parametri (come temperatura corporea, saturazione, frequenza cardiaca, pressione arteriosa), sia la gestione del drenaggio, vengono effettuati da paziente e caregiver seguendo le istruzioni in televisita e dopo 3-4 giorni il paziente può tornare in ospedale per la rimozione del drenaggio e l'avvio al normale follow-up in base all'esito istologico.

A disposizione di paziente e caregiver, inoltre, ci sono numeri telefonici dedicati per poter gestire eventuali urgenze e dirimere eventuali dubbi.

(Salute, Humanitas)

PREVENZIONE E SALUTE

L'ESERCIZIO FISICO COMBATTE IL CANCRO. ORA ABBIAMO CAPITO COME

Un prodotto del metabolismo dei batteri intestinali che aumenta quando ci si allena stimola il sistema immunitario ad agire contro il cancro.

L'esercizio fisico è una potente arma di prevenzione contro il cancro e aumenta l'efficacia delle immunoterapie nelle cure oncologiche.

L'esercizio fisico è anche capace di alterare in meglio il microbiota intestinale. Ora una ricerca pubblicata su *Cell* ha messo insieme questi due fatti in precedenza provati per spiegare l'**effetto antitumorale dell'allenamento**.

MERITO DEI BATTERI?

Secondo lo studio dell'Università di Pittsburgh, almeno una parte dei benefici dell'attività fisica contro il cancro sarebbe **attribuibile a un prodotto del metabolismo dei batteri intestinali**, che aumenta la potenza delle cellule immunitarie incaricate di uccidere le cellule tumorali.

Gli scienziati hanno confrontato l'evoluzione di una forma aggressiva di melanoma in due gruppi di topi, uno che aveva completato quattro settimane di esercizio fisico regolare e uno che era rimasto sedentario. Come previsto, **gli animali allenati hanno avuto tumori più piccoli e migliori esiti di sopravvivenza**, benefici che - però - sono del tutto scomparsi quando i roditori sono stati trattati con antibiotici che hanno sterminato il loro microbiota intestinale. Dunque, i batteri dell'intestino dovevano giocare un ruolo importante nell'attività anti-cancro.

UNA SOSTANZA CHE POTENZIA I LINFOCITI

Più che i batteri in sé, hanno dimostrato ulteriori analisi, ad esercitare un'attività anti-cancro **sarebbe un metabolita** (cioè un prodotto metabolico) **dei batteri, il formiato, le cui concentrazioni aumentano con l'esercizio fisico**. Questa sostanza aumenta l'efficacia dei linfociti T citotossici (T CD8+), che esercitano un ruolo cruciale nella sorveglianza immunitaria contro cellule infette o tumorali.

Quando gli scienziati hanno somministrato quotidianamente del formiato a topi affetti da melanoma, adenocarcinoma o linfoma, la crescita dei tumori è parsa inibita; la sostanza ha inoltre aumentato l'efficacia di una forma di immunoterapia nei topi con melanoma, un tumore maligno della cute.

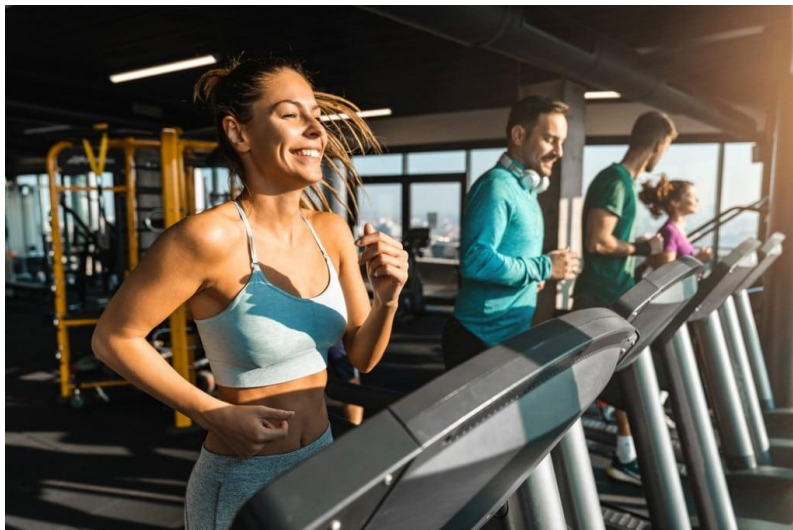
I ricercatori hanno poi seguito 19 pazienti con forme avanzate di melanoma: quelli con i livelli più elevati di formiato nel sangue dimostravano **una più lunga sopravvivenza senza progressione della malattia** rispetto a chi presentava bassi livelli della sostanza.

MIGLIORARE LE IMMUNOTERAPIE

Infine, quando gli scienziati hanno somministrato trapianti fecali di pazienti con vari livelli di formiato a topi con forme aggressive di melanoma, gli animali che hanno ricevuto i livelli più elevati mostravano **un'attività potenziata delle cellule T** e un migliore controllo dei tumori.

«In futuro - spiega Marlies Meisel, principale autrice dello studio - il formiato potrebbe essere potenzialmente studiato come **terapia adiuvante** per migliorare l'efficacia degli inibitori dei checkpoint immunitari (*una forma di immunoterapia, ndr*) nei pazienti che non rispondono alla terapia».

(Salute, Focus)



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	FT/PT	f.mezzacannone@libero.it	8 Luglio
Marano	FT/PT	393 932 8902	8 Luglio
Napoli Vomero	FT/PT	333 630 5675	18 Giugno
Varcaturò	FT/PT	farmaciasanluca46@gmail.com	05 Giugno
Casalnuovo	FT/PT	349 634 4734	05 Giugno
Napoli	FT/PT	338 302 7917	05 Giugno
Napoli	FT/PT	farmacia.carughisrl@gmail.com	05 Giugno
Napoli	FT/PT	direzione@farmaciacannone.net	05 Giugno
S. Giuseppe Vesuviano	FT/PT	366 934 7761	05 Giugno
Napoli	FT/PT	338 772 6303	05 Giugno
Napoli	FT/PT	339 497 2645	19 Maggio
Portici	FT/PT	338 832 1047	19 Maggio
Napoli Bagnoli	FT/PT	347 605 3939	19 Maggio
Torre del Greco	FT/PT	338 260 6974	11 Maggio
Volla	FT/PT	334 338 7634	11 Maggio

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

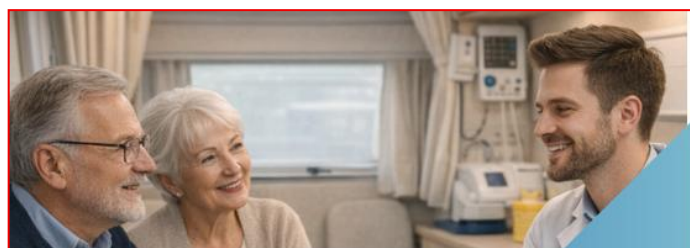
- ✓ **Visita geriatrica**
- ✓ **ECG**
- ✓ **Ecocolordoppler TSA**
- ✓ **Valutazione neuropsicologica**



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

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