



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 3068

Martedì 21 Luglio 2026 – S. Lorenzo da B.

Proverbio di oggi.....

Co 'a vocca chiusa nun traseno mosche

UN PIATTO DI PASTA CI RENDE FELICI: SAPEVAMO, E LO DICE LA SCIENZA

Anche le situazioni più complicate sembrano affrontabili dopo un piatto di spaghetti condiviso.

La pasta ci rassicura e ci riempie di gioia: era intuibile ma ora una ricerca pubblicata sulla rivista scientifica *Food Science & Nutrition* lo conferma. Secondo lo studio, il consumo di pasta è associato a benefici emotivi marcati e in particolare a una maggiore felicità, a una migliore qualità di vita, più bassi livelli di stress, una migliore consapevolezza alimentare e una maggiore capacità di godere del momento presente. Queste sensazioni sono amplificate dall'abitudine di condividere la pasta in momenti conviviali, e non sono altrettanto accentuate quando sulla tavola ci sono riso, pizza o pane.

80 grammi di felicità. Da tempo alla dieta mediterranea, riconosciuta dall'Unesco come Patrimonio culturale immateriale dell'Umanità, sono associati benefici fisici e psicologici. Meno noti sono gli effetti sulla sfera emotiva delle sue singole componenti - oltre alla pasta e ad altri cereali, preferibilmente integrali, verdura e frutta, olio, latte e latticini, frutta a guscio e semi oleosi, pesce, uova, pollame.

Profumo di casa. Gli scienziati hanno analizzato le associazioni spontanee che le persone fanno quando pensano alla pasta, misurato le loro reazioni emotive inconsce attraverso test specifici e monitorato, tramite una app e per due settimane consecutive, le emozioni di un piccolo sottogruppo di 83 partecipanti durante i pasti. La pasta è stata **associata alla famiglia** (41% dei casi), a **emozioni positive come gioia e benessere** (21%), al piacere del gusto (10%) a **sensazioni di comfort e relax** (7%). L'analisi in tempo reale delle emozioni durante i pasti ha invece rivelato un aumento significativo della felicità in chi mangiava pasta rispetto a chi mangiava altri alimenti. Un effetto ancora più marcato quando la pasta veniva consumata con altre persone.

È così anche altrove? Lo studio è stato condotto solo in Italia, dove la pasta ha un significato culturale particolare e dove consumiamo 23 kg di pasta pro capite all'anno. Sarebbe interessante verificare se alimenti tradizionali di altre culture – come il riso in Asia o il mais in Sud America – producano effetti simili nei rispettivi contesti. Una curiosità che apre la strada a nuove ricerche, anche oltre confine.
(Salute, Focus)



SCIENZA E SALUTE

PIÙ MICRO e NANO PLASTICHE NEL SANGUE DI CHI HA AVUTO UN INFARTO

Scoperta una presenza significativamente maggiore di frammenti di plastica nelle coronarie dei pazienti colpiti da un grave attacco cardiaco. Ecco cosa rischiamo e il ruolo del fumo.

Microplastiche e nanoplastiche possono mettere a rischio la salute del cuore? Rispondere è complicato, perché studiare gli effetti diretti dell'inquinamento da plastica sul corpo umano è molto diverso rispetto a farlo nel contesto molto più controllato, di un laboratorio.

Uno studio italiano appena pubblicato sullo *European Heart Journal* ha trovato **una quantità maggiore di micro e nano plastiche nel sangue**

che alimentava il cuore di pazienti reduci da un tipo di attacco di cuore grave - una forma di infarto miocardico detta STEMI ("ST-Elevation Myocardial Infarction") che avviene quando un'arteria coronarica si occlude completamente.

Anche se lo studio non permette di affermare che i frammenti di plastica possono causare un infarto, la scoperta è un'ulteriore prova del fatto che **l'inquinamento ambientale in varie forme** possa influire negativamente sulla salute cardiovascolare. Nel 2024 un gruppo di scienziati dell'Università della Campania Luigi Vanvitelli di Caserta aveva scoperto la *presenza di nanoparticelle di polietilene e pvc*, due tipi di materiali di plastica, nelle placche che possono ostruire le arterie.

PLASTICHE NELLE CORONARIE

I medici hanno seguito 61 pazienti dell'Ospedale Universitario Sant'Andrea di Roma che avevano dovuto sottoporsi a **coronarografia**, un esame radiologico invasivo che permette di valutare la presenza di restringimenti o ostruzioni nelle arterie coronarie, i vasi sanguigni che irrorano il muscolo cardiaco (miocardio). Hanno prelevato campioni di sangue dalle coronarie e da vasi periferici, e hanno ricercato al loro interno la presenza di microplastiche (frammenti di plastica più piccoli di un chicco di riso e di dimensioni fino ai 5 millimetri) e nanoplastiche (*inferiori a 1 micrometro, un milionesimo di metro*).

I frammenti di plastica sono risultati **presenti nell'84% dei pazienti che avevano avuto un infarto**, nel 40% di coloro che avevano una cardiopatia ischemica e nel 32% dei pazienti che invece avevano arterie sane. I reduci da infarto hanno anche mostrato una maggiore varietà di tipi di plastica nel sangue.

I pazienti che abitavano in aree con livelli più elevati di inquinamento atmosferico (in special modo di particolato fine, **PM2.5**) **avevano probabilità maggiori di presentare micro e nanoplastiche nel sangue**, e i fumatori avevano sei volte più probabilità di presentarle rispetto ai non fumatori.

«I nostri risultati suggeriscono che il fumo potrebbe facilitare l'ingresso di micro e nanoplastiche nel flusso sanguigno attraverso i polmoni. L'inquinamento atmosferico potrebbe agire in modo simile».

QUELLA CHE EMERGE (PER ORA) È SOLO UNA CORRELAZIONE

Secondo gli stessi autori dello studio, i risultati **non provano che le microplastiche causano l'infarto**, ma dimostrano **una correlazione** tra esposizione a inquinanti ambientali, presenza di microplastiche nel sangue e problemi cardiovascolari acuti.

Occorre inoltre ricordare che la ricerca presenta diversi limiti, come il fatto di includere un campione di pazienti di **piccole dimensioni** e di non dare informazioni su **come i pazienti siano stati selezionati** né su possibili fattori confondenti: alcuni, come le abitudini alimentari o le condizioni socioeconomiche, potrebbero essere all'origine *sia* della presenza di microplastiche nei vasi vicini al cuore, *sia* dell'infarto. (Focus)



SCIENZA E SALUTE

DERMATITE SEBORROICA E CUIO CAPELLUTO: COSA FARE?

La dermatite seborroica è un'inflammatione cronica della pelle a carico – soprattutto ma non solo – di viso e cuoio capelluto.



Comporta l'insorgenza di forme di **desquamazione** da lievi, come la forfora, a placche eritematose con squame unte e di colore giallastro. Si tratta di una patologia cronica e recidivante che peggiora con il cambio di stagione e nei periodi di accentuato stress psicofisico. Ne parliamo con il dottor **Mario Valenti**, dermatologo presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas di Rozzano.

DERMATITE SEBORROICA: I SINTOMI E LE CAUSE

La dermatite seborroica è un'inflammatione cutanea caratterizzata da un aumento della desquamazione e da un'**iperproduzione di sebo** (iperseborrea), tipicamente localizzata su cuoio capelluto, zona infrapettorale, zona glabellare, quindi tra fronte e radice del naso, e aree nasogeniene, ai lati del naso. La dermatite seborroica è associata alla proliferazione del lievito *Malassezia furfur*, presente normalmente sulla cute, ma che può proliferare eccessivamente in presenza di determinate condizioni come squilibri ormonali, momenti di stress psicofisico e cambiamenti stagionali.

DERMATITE SEBORROICA E CUIO CAPELLUTO: COSA FARE?

La dermatite seborroica si localizza prevalentemente sul **cuoio capelluto**. Per questo può essere utile intervenire utilizzando farmaci specifici a base di sostanze come ketoconazolo, solfuro di selenio o ciclopirox. Queste sostanze, infatti, hanno un'azione di riduzione della desquamazione e contrastano la proliferazione del lievito *Malassezia furfur*.

Bisogna anche evitare di grattarsi o di staccare manualmente le squame, per evitare l'insorgenza di ulteriore inflammatione e aumento della dermatite.

DERMATITE SEBORROICA E STRESS: C'È UN LEGAME?

Lo **stress** tende a peggiorare diverse patologie infiammatorie della cute, tra cui anche la dermatite seborroica. Un periodo di forte tensione lavorativa, personale o emotiva, infatti, può associarsi a una riacutizzazione della patologia. Lo stress è un fattore da considerare unitamente ai cambi di stagione: in particolare, infatti, il passaggio alla stagione più fredda e secca si associa a una riesacerbazione di malattia. Né lo stress né il cambio di stagione possono però essere considerate le cause scatenanti alla base dell'insorgenza della dermatite seborroica, bensì fattori peggiorativi.

LE CURE PER LA DERMATITE SEBORROICA

Le cure per la dermatite seborroica comprendono in genere **trattamenti locali**, da applicare in crema o in shampoo in base alla localizzazione della malattia, a base delle sostanze già indicate:

- **ketoconazolo, solfuro di selenio, ciclopirox** o altri agenti in grado di contrastare la desquamazione e la proliferazione del lievito *Malassezia furfur*.

In presenza di casi più severi di dermatite seborroica potrebbero essere necessari anche **trattamenti antifungini** per via orale o terapie con farmaci steroidei per brevi cicli. Queste terapie vanno assunte seguendo con attenzione le indicazioni del medico e in genere sono limitate nel tempo per evitare effetti di riacutizzazione della patologia al momento della sospensione.

La **dermatite seborroica** è un'inflammatione cronica della pelle a carico – soprattutto ma non solo – di viso e cuoio capelluto. Comporta l'insorgenza di forme di **desquamazione** da lievi, come la forfora, a placche eritematose con squame unte e di colore giallastro. Si tratta di una patologia cronica e recidivante che peggiora con il cambio di stagione e nei periodi di stress psicofisico. (*Humanitas*)

PREVENZIONE E SALUTE

FRATTURA SCOMPOSTA E FRATTURA COMPOSTA: come distinguerle

Le fratture sono delle interruzioni della continuità ossea provocate da eventi traumatici o condizioni patologiche, come l'osteoporosi. Possono essere composte o scomposte e sono in genere accompagnate da un forte dolore ed evidenti limitazioni funzionali dell'area interessata.

Ne parliamo con il dottor **Lorenzo Di Mento**, Responsabile dell'Unità Operativa di Traumatologia presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas di Rozzano.

FRATTURA: CHE COS'È E QUALI SONO LE CAUSE

La frattura comporta l'interruzione di un profilo osseo. Può interessare **ossa lunghe**, come femore, tibia o omero, oppure **ossa brevi**, come clavicola, osso metacarpale e ossa delle mani e dei piedi.

Le fratture si associano quasi sempre a **cause traumatiche**, per esempio incidenti, scontri nel corso di uno sport di contatto, cadute. In generale i **traumi** che causano una frattura prevedono sempre uno scontro ad alta energia che supera la capacità dell'osso di sopportarla.

Le fratture possono inoltre associarsi a una diminuzione della resistenza ossea. Si parla in questo caso di **fratture patologiche** e possono essere causate da patologie come osteoporosi grave, patologie oncologiche o infezioni.

QUALI SONO I DIVERSI TIPI DI FRATTURE?

Le fratture possono essere classificate in composte o scomposte. Le **fratture composte** presentano i due monconi ossei perfettamente allineati nonostante l'interruzione del profilo osseo. Per questo, in alcuni casi il trattamento di una frattura composta può essere conservativo. Nelle **fratture scomposte**, invece, i muscoli che si attaccano ai due differenti distretti ossei spostano i due monconi, che non risultano più allineati.

Le fratture si suddividono inoltre in chiuse ed esposte. Nelle **fratture chiuse**, che sono quelle che si verificano nella maggior parte dei casi, non si assiste a una comunicazione tra osso e ambiente esterno. Nelle **fratture esposte**, invece, l'osso fuoriesce dalla pelle oppure l'interruzione del profilo della cute è tale da poter favorire l'ingresso di germi e il rischio di sviluppare un'infezione.

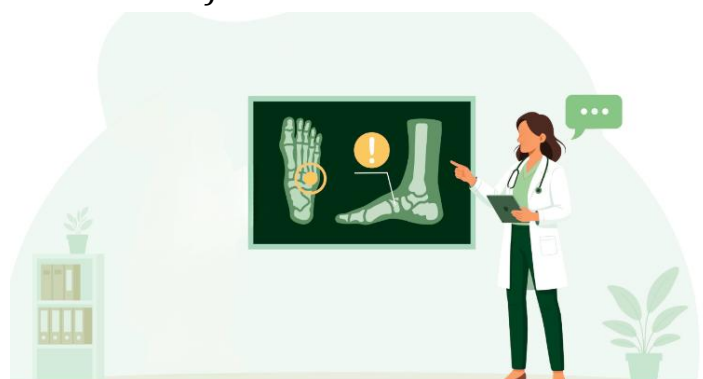
FRATTURA SCOMPOSTA E FRATTURA COMPOSTA: COME DISTINGUERLE

Le fratture, sia composte sia scomposte, sono in genere associate a **dolore**.

Nella **frattura scomposta** in genere l'area interessata, come la caviglia o l'avambraccio, risulta **deforme** e il profilo non è più simmetrico alla controparte sana.

In caso di dubbi, vengono eseguiti specifici esami diagnostici, come la radiografia, che mostra immediatamente se vi sia o meno una scomposizione del focolaio di frattura.

FRATTURA: QUALI ESAMI PER LA DIAGNOSI? L'esame più importante è quello **clinico**, che permette allo specialista di valutare la possibilità che l'osso sia fratturato. Successivamente l'esame che viene eseguito per confermare la diagnosi è la **radiografia**. In alcuni casi specifici, può essere prescritta anche una **TAC**, utile per esempio per valutare la possibilità di intervenire chirurgicamente ed eventualmente pianificare nel dettaglio l'intervento. Se radiografia e TAC non dovessero risultare dirimenti per la diagnosi può essere indicata una risonanza magnetica. (*Salute, Humanitas*)



PREVENZIONE E SALUTE**GAMBE GONFIE: LE CAUSE E I RIMEDI**

Indolenzimento, gonfiore, formicolio e crampi notturni alle gambe, uniti alla sensazione di gambe pesanti e stanche, possono segnalare un disturbo circolatorio.

Quali sono le cause alla base di questi sintomi e quali i rimedi più immediati?

Ne parliamo con la dottoressa Elisa Casabianca, angiologa e chirurga vascolare presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas Rozzano e Humanitas San Pio X.

GAMBE GONFIE, QUALI SONO LE CAUSE VASCOLARI?

Il gonfiore delle gambe, spesso concentrato intorno alle caviglie, soprattutto se associato a presenza di vene prominenti e bluastre, può indicare la presenza di un disturbo circolatorio.

Se non gestito adeguatamente, questo problema può diventare cronico o peggiorare con il passare degli anni, soprattutto durante un'eventuale gravidanza o con la menopausa, determinando conseguenze e complicanze che possono influire negativamente sulla qualità di vita.

Quando la circolazione degli arti inferiori è fisiologica, il sangue risale verso il cuore e i polmoni per ossigenarsi, tornando poi in circolo come sangue arterioso che distribuisce ossigeno e nutrienti a organi e tessuti. Tuttavia, fattori come:

- ❖ *familiarità; obesità e sovrappeso*
- ❖ *gravidanza; terapie farmacologiche; stile di vita sedentario*
- ❖ *attività lavorativa che prevede molte ore in piedi ed al caldo*

possono alterare questo processo di ritorno venoso, provocando la cosiddetta stasi flebo-linfatica, ovvero il ristagno di sangue e liquidi nelle gambe. Spesso, l'insufficienza venosa, ovvero l'incapacità del sangue di tornare efficacemente al cuore, si accompagna a un'alterazione del sistema linfatico, con conseguente accumulo di liquidi agli arti inferiori. Questo causa gonfiore a gambe e caviglie, dolore alle gambe, crampi notturni, formicolii e dolore al polpaccio.

QUALI SONO I RIMEDI IN CASO DI GAMBE GONFIE?

Per stimolare il circolo venoso e alleviare la sensazione di pesantezza e disagio dovuta a gambe e caviglie gonfie, talvolta è sufficiente una piacevole passeggiata, evitando gli orari più caldi della giornata.

Oltre all'attività fisica, l'uso di calze elastiche (*elastocompressive*) è altamente raccomandato; queste comprimono le vene dall'esterno, riducendo così il ristagno di sangue ed incrementando il drenaggio dei fluidi. È inoltre importante adottare stili di vita sani, inclusa una dieta ricca di frutta, verdura, vitamine e sali minerali, utili per mantenere una buona diuresi ed un peso equilibrato.

Per qualsiasi dubbio è utile una valutazione con ecocolordoppler, che associato alla visita angiologica consentirà di ricevere le più corrette e specifiche indicazioni terapeutiche.

(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 <i>centro storico</i>	FT/PT	393 955 1096	15 Luglio
Portici	FT/PT	333 704 7022	15 Luglio
Lago Patria <i>(Farmacia veterinaria)</i>	FT/PT	vetershop@virgilio.it	15 Luglio
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

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

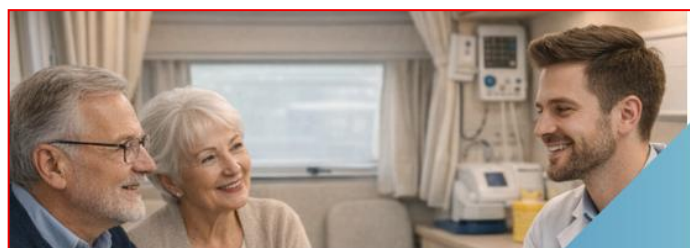
- ✓ Visita geriatrica
- ✓ ECG
- ✓ Ecocolordoppler TSA
- ✓ Valutazione neuropsicologica



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