



*Proverbio di oggi.....*

**Chi nasce afflitto more scunzulato**

## MACCHIE DELLA PELLE: QUANDO È INDICATO IL LASER?



*Le macchie cutanee sono lesioni cutanee piatte, non rilevate, che presentano un colore più scuro rispetto alla pelle circostante.*

Oggi, in alcuni casi, le macchie cutanee possono essere trattate grazie alle nuove tecnologie laser.

### **QUALI SONO LE CAUSE DELLE MACCHIE CUTANEE?**

L'**esposizione non protetta ai raggi UV**, sia solari, sia derivanti dai lettini abbronzanti, è una delle principali cause delle macchie cutanee. Oltre a causare la comparsa di macchie sulla pelle, i raggi UV accelerano il processo di **fotoinvecchiamento**, che insieme all'invecchiamento cronologico, contribuisce all'invecchiamento generale della pelle. Un'altra causa che ha un ruolo nella formazione delle macchie pigmentate sono i farmaci, tra cui gli estroprogestinici (pillola anticoncezionale).

### **DOVE SI FORMANO LE MACCHIE CUTANEE?**

Le macchie cutanee possono derivare da diverse cause e assumere nomi diversi. Tra le **forme benigne**:

- **Iperpigmentazione post-infiammatoria; Melasma; Lentigo senile o solare; Cheratosi attiniche.**

Tra le **forme maligne**:

- **Lentigo maligna, Melanoma lentiginoso.**

Le macchie tendono a formarsi principalmente nelle aree esposte alla luce solare, come il viso, il collo, il décolleté e le mani.

**LASER: QUANDO È INDICATO?** Esistono diversi tipi di **laser** dedicati all'eliminazione delle iperpigmentazioni cutanee, inclusi i lentigo e i tatuaggi. La scelta del laser e il numero di sedute necessarie devono essere valutati da un dermatologo esperto.

Ad es., il **laser Q-switched a picosecondi**, utilizzato ad es. per la rimozione dei tatuaggi, può eliminare le macchie solari in 1-2 sedute di laserterapia, a distanza di un mese. Questo tipo di laser indirizza un impulso di breve durata verso la macchia, agendo sulla melanina responsabile del suo colore bruno, garantendo al contempo ottimi risultati estetici per qualsiasi tipo e fototipo di pelle.

Le **lesioni ipercromiche** maligne non devono mai essere trattate con il laser. In questi casi, il trattamento di elezione rimane l'asportazione chirurgica seguita dall'esame istocitopatologico, fondamentale per stabilire il percorso oncologico del paziente. Anche **il melasma non si tratta con il laser**, ma si privilegeranno altri tipi di terapie. (*Salute, Humanitas*)

**SCIENZA E SALUTE**

# Pensi di aver bruciato 300 calorie? Occhio perché il tuo smartwatch potrebbe sbagliarsi (di molto)

*Confrontando Apple Watch, Garmin, Samsung e Fitbit con uno strumento medico, un gruppo di ricercatori ha scoperto che la maggior parte sovrastima il consumo energetico. E l'errore cresce con il grasso corporeo.*

Un team di ricerca della Florida International University ha confrontato quattro smartwatch di diversa marca per verificarne la precisione nel calcolo delle calorie: tre su quattro hanno sovrastimato (e di molto) le calorie bruciate, e uno ha restituito risultati irregolari e imprevedibili.

L'aspetto che più ha stupito gli autori è che il margine di errore aumentava all'aumentare il grasso corporeo dell'utente: insomma, chi è **sovrappeso o obeso** e vuole



perdere peso farebbe meglio a non affidarsi a questi dispositivi per tenere traccia delle calorie consumate con l'attività fisica. I dettagli dello studio sono stati pubblicati su *PLOS One*.

La ricerca ha coinvolto **58 adulti ispanici con un'età media di 23 anni**, e ha messo alla prova quattro diversi tipi di smartwatch – l'Apple Watch Serie 8, il Garmin Forerunner 955, il Samsung Galaxy Watch 5 e il Fitbit Sense 2. I partecipanti hanno indossato gli smartwatch e un COSMED K5, un dispositivo indossabile utilizzato in ambito sportivo e clinico per analizzare il respiro dell'utente e calcolare diversi parametri (tra cui il consumo calorico durante l'esercizio), e hanno pedalato su una bicicletta reclinata per 10 minuti, con cinque minuti di pausa prima e dopo l'allenamento.

## **FOTOPLETISMOGRAFIA**

Gli smartwatch stimano le calorie bruciate in modo indiretto, combinando diversi segnali su cosa sta facendo il corpo e quanto sta lavorando. Utilizzando una tecnica chiamata fotopletismografia (la stessa dei **saturnimetri** che abbiamo utilizzato durante la covid) un sensore ottico rileva le variazioni del flusso sanguigno sotto la pelle per stimare la frequenza cardiaca; contemporaneamente un accelerometro integrato registra la velocità e l'intensità del movimento del polso.

Questi dati vengono poi elaborati da un algoritmo insieme a informazioni personali come età, sesso, altezza e peso, per produrre una stima del dispendio energetico.

## **CALORIE SOVRASTIMATE**

In media gli smartwatch si sono discostati dai calcoli del COSMED K5 di circa il 15-25%, ma alcuni errori particolarmente ampi hanno fatto salire di molto le medie: **l'Apple Watch ha sovrastimato il consumo energetico di circa 22 calorie in media, il Garmin di circa 69 e il Samsung di circa 57**. Il Fitbit ha riportato errori mediamente contenuti, ma nel 13% delle prove ha prodotto valori estremi, e in una sessione non ha restituito alcuna stima.

## **IL GRASSO AUMENTA L'IMPRECISIONE**

La scoperta più interessante (e inaspettata) è che **l'imprecisione è maggiore all'aumentare del grasso corporeo dell'utente**, in tutti e quattro i marchi analizzati.

Perché? Gli autori ipotizzano che la qualità del segnale ottico peggiori quando deve attraversare il tessuto adiposo, che il movimento dei tessuti molli attorno al polso interferisca con le rilevazioni e che gli algoritmi stessi siano stati sviluppati su popolazioni che probabilmente sottorappresentano le persone con una percentuale di grasso corporeo più alta. (*Salute, Focus*)

## SCIENZA E SALUTE

## ALZHEIMER: c'è un farmaco sperimentale che punta a prevenirlo in persone sane, ma predisposte

*Iniziano i trial di fase 3 di **Trontinemab**: il medicinale sperimentale punta ad "eliminare" le placche amiloidi dal cervello in chi non ha i sintomi dell'Alzheimer ma è predisposto a svilupparlo.*

Un farmaco sperimentale che ha l'ambizioso obiettivo di prevenire l'Alzheimer nelle persone sane, ma ad alto rischio di sviluppare la malattia, entra nel vivo degli studi clinici di fase 3, quelli per determinare la sua efficacia su un numero elevato di soggetti.

Prende il via dal Regno Unito la parte della sperimentazione del **TRONTINEMAB** (un anticorpo monoclonale prodotto dall'azienda farmaceutica svizzera Roche) che si svolgerà nel continente europeo.



L'obiettivo è reclutare **soggetti non ancora raggiunti dai sintomi della demenza**, che siano però predisposti a sviluppare l'*Alzheimer* negli anni futuri.

### COME SARÀ VALUTATO IL RISCHIO DI ALZHEIMER

I circa 1600 partecipanti allo studio saranno sottoposti a un esame del sangue per verificare la presenza di un biomarcatore chiamato **proteina tau fosforilata o p-tau217**, presente nel plasma (*la componente liquida del sangue*).

Questo segnale proteico è considerato uno dei più interessanti, per anticipare i segni di un futuro declino cognitivo e della malattia di Alzheimer, perché fortemente associato sia alle placche amiloidi sia ai grovigli di **proteina tau**, due fattori che interagiscono in modo non ancora del tutto chiaro per determinare questa forma di demenza.

Uno studio pubblicato su *JAMA* nel 2026 suggerisce che le **persone cognitivamente integre con livelli molto elevati di p-tau217 nel sangue**

- *presentino un rischio stimato del 78% di sviluppare un deterioramento cognitivo entro 10 anni.*

### QUALE OBIETTIVO SI PONE LO STUDIO

Lo studio clinico di fase 3, ribattezzato **PrevenTRON**, cercherà di capire se la somministrazione del farmaco sperimentale ai partecipanti con elevati livelli di p-tau217 ma ancora senza sintomi possa prevenire lo sviluppo della malattia di Alzheimer.

Gli studi di fase precedente hanno mostrato la capacità del trontinemab di

- **ridurre i livelli di proteina beta-amiloide al di sotto della soglia di positività all'esame PET nel 91% dei partecipanti** con Alzheimer precoce.

**Il risultato è stato raggiunto in 28 settimane.**

Il 72% ha raggiunto invece quella che gli esperti definiscono una "*clearance profonda*", cioè una rimozione ancora più massiccia e quasi totale delle placche amiloidi dal tessuto cerebrale.

Le riduzioni sono state accompagnate da variazioni importanti di diversi biomarcatori dell'Alzheimer nel plasma e nel liquor, il fluido che avvolge e protegge il cervello.

Se però queste importanti pulizie dell'amiloide **si traducano effettivamente in un rallentamento del declino cognitivo**, è un fatto ancora tutto da dimostrare.

## COME FUNZIONA IL FARMACO

Il TRONTINEMAB è un **anticorpo monoclonale**, una proteina prodotta in laboratorio per riconoscere in modo specifico un antigene-bersaglio.

A differenza di altri anticorpi monoclonali usati, con successi alterni, contro l'Alzheimer, come il **Lecanemab** o il **Donanemab**, il farmaco sperimentale è *bispecifico*, ha cioè due "funzioni di riconoscimento":

1. da un lato riconosce la proteina beta-amiloide,
2. dall'altro un recettore che si trova **sulle cellule dei capillari cerebrali** (quello della transferrina 1).

Quest'ultimo bersaglio permette al farmaco di superare più facilmente la barriera ematoencefalica, un filtro che separa il sangue dal tessuto del cervello.

Il sistema di trasporto facilitato permette **a una maggiore quantità di anticorpo monoclonale di raggiungere il cervello**, e fa in modo che basti una quantità più contenuta di farmaco nell'organismo per raggiungere un'elevata concentrazione là dove serve.

Così si evitano eventuali danni ai tessuti sani, e si riducono gli effetti collaterali (come edemi o micro emorragie) visti con altri farmaci anti-Alzheimer.

## PER I RISULTATI BISOGNERÀ ATTENDERE

Il trial del trontinemab come farmaco preventivo **durerà dai 4 ai 6 anni**, con metà dei partecipanti che saranno assegnati all'anticorpo e l'altra metà a un placebo.

Si pensa che l'Alzheimer inizi a intaccare il cervello fino a 10 anni prima dall'insorgenza dei primi sintomi.

La ricerca cercherà di capire se e come si possa agire in questo lasso di tempo.

(Salute, Focus)

## SCIENZA E SALUTE

# PARESTESIA: COS'È E QUALI SONO I SINTOMI

*La parestesia è una sensazione anomala che interessa una parte del corpo, in genere gli arti, e che può manifestarsi come formicolio, intorpidimento, bruciore o prurito.*

Si presenta spesso dopo essere rimasti a lungo seduti o sdraiati in una stessa posizione e tende a risolversi spontaneamente nel giro di pochi minuti. All'origine della parestesia c'è un'interferenza nel normale funzionamento dei nervi, causata da compressione o irritazione. Quando il nervo non riesce a trasmettere correttamente le informazioni al cervello, il corpo avverte una sensazione anomala, in assenza di uno stimolo reale.

Ne parliamo con il dr **Pietro Doneddu**, specialista di Malattie neuromuscolari e Neuroimmunologia, IRCCS Humanitas di Rozzano.



## PARESTESIA: I SINTOMI

I sintomi possono variare per intensità e durata. A volte si risolvono rapidamente, in altri casi persistono o si ripresentano nel tempo. Le sensazioni più comuni sono:

- *intorpidimento o formicolio a un arto; sensazione di bruciore; prurito*
- *difficoltà nel compiere movimenti, come sollevare un braccio o camminare.*

Quasi sempre la parestesia riguarda **un solo arto alla volta**: quando però la causa è più complessa, possono essere interessati entrambi gli arti superiori o inferiori.

**QUALI SONO LE CAUSE DELLA PARESTESIA?** Spesso la parestesia è legata a una **postura scorretta** che comprime temporaneamente un nervo. Esistono però cause di natura patologica, come:

- *malattie del sistema nervoso centrale, come la sclerosi multipla o l'ictus*
- *polineuropatie, che alterano la funzione dei nervi periferici (es: polineuropatia diabetica)*
- *compressione di un nervo spinale per via di un'ernia del disco*
- *traumi o tensioni che provocano uno stiramento eccessivo del nervo.*

Sono situazioni in cui la parestesia si presenta spesso oppure non passa spontaneamente in breve tempo: in loro presenza è quindi consigliabile far riferimento al medico che indirizzerà allo specialista.

## COME AVVIENE LA DIAGNOSI DI PARESTESIA?

La parestesia si può diagnosticare durante una **visita neurologica**.

Il medico può indicare esami utili ad approfondire il quadro clinico, come:

- **esami del sangue**, che possono escludere carenze o alterazioni metaboliche;
- **elettromiografia** per valutare l'attività elettrica di nervi e muscoli;
- **risonanza magnetica**, per individuare alterazioni nella colonna vertebrale, nel cervello o negli arti;
- **test di conduzione nervosa; radiografie**, in caso di sospetto coinvolgimento osseo.

La scelta degli esami dipende dalla storia clinica e dalla localizzazione dei sintomi. Per esempio, una parestesia a cui si accompagna un **dolore lombare** può far pensare a una compressione nervosa a livello spinale, mentre in una persona con diabete si valuterà l'ipotesi di una neuropatia periferica.

**COME CURARE LA PARESTESIA?** Quando la parestesia è **occasionale** e legata a una postura prolungata, il semplice movimento o un cambio di posizione bastano solitamente a risolvere il problema. Nei casi in cui sia **conseguenza di una patologia del sistema nervoso** o di una compressione nervosa stabile, il trattamento deve essere adattato alla causa. È necessario eseguire una visita neurologica seguita da esami mirati al fine di formulare una diagnosi precisa. Per es., in caso di una polineuropatia o neuropatia periferica bisogna stabilire quale sia la diagnosi e mirare a una terapia che sia rivolta alla rimozione della causa. Esistono poi diversi per alleviare la sintomatologia. (*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 |
|------------------|------------------|-------------------------------|---------------|
| Ercolano         |                  | 335 642 6993                  | 09 Settembre  |
| Ercolano         | FT/PT            | farmaciamazzone@gmail.com     | 09 Settembre  |
| Napoli - Pianura | FT/PT            | 338 720 0072                  | 09 Settembre  |
| Frattaminore     | FT/PT            | 349 250 4921                  | 09 Settembre  |
| Napoli           | FT/PT            | info@farmaciametropolitana.it | 24 Luglio     |
| Napoli - Miano   | FT/PT            | 339 497 2645                  | 24 Luglio     |

## FARMACIA DEI SERVIZI:



**SCOPRI LA FARMACIA DEI SERVIZI**

Nelle farmacie della Campania puoi accedere a numerosi servizi di **PREVENZIONE E ASSISTENZA SANITARIA**.

Puoi effettuare **ELETTROCARDIOGRAMMA, HOLTER CARDIACO, HOLTER PRESSORIO (con ricetta medica)** ed altri esami di prima istanza.

In farmacia puoi inoltre **VACCINARTI** e aderire ai programmi di **SCREENING ONCOLOGICO**: puoi prenotare **MAMMOGRAFIE, PAP TEST e TEST HPV**, oppure ritirare il kit per lo **SCREENING DEL TUMORE DEL COLON-RETTO**.

Scopri la farmacia a te più vicina sul **PORTALE SALUTE DEL CITTADINO** collegandoti a [sinfonia.regione.campania.it](http://sinfonia.regione.campania.it) e sull'**APP SINFONIA SALUTE**.



# ENPAF: GUIDA RAPIDA PER NEOISCRITTI

*Tutto quello che devi sapere al momento dell'iscrizione*

## ENPAF: GUIDA RAPIDA PER NEOISCRITTI

### Tutto quello che devi sapere al momento dell'iscrizione

Contributi, scadenze, servizi online e tutele: le informazioni essenziali per partire consapevoli.

Iscrizione all'Albo = ingresso immediato nel sistema ENPAF con obbligo di contribuzione

#### PEC

Canale unico per le comunicazioni e avvisi PagoPA: va sempre aggiornata

#### 30 settembre

Per i neoiscritti domanda di riduzione entro il 30 settembre dell'anno successivo all'iscrizione

#### 6 mesi + 1 giorno

Condizione minima per accedere alle riduzioni

#### 1<sup>a</sup> riscossione

Il secondo anno di iscrizione vengono riscossi i contributi del biennio

**01**

### Iscrizione e contributi

Iscrizione all'Enpaf automatica e obbligatoria con l'iscrizione all'Albo.

Contributo annuo infranzionabile, dovuto per l'intera annualità, anche se entri o esci in corso d'anno.

Primo avviso l'anno successivo a quello di iscrizione: copre due annualità.

**02**

### Riduzioni possibili

Riduzioni 33,33%, 50% o 85% per disoccupazione o esercizio di attività professionale con altra copertura previdenziale obbligatoria.

33,33% o 50% se non eserciti.

Requisito: almeno 6 mesi + 1 giorno nell'arco dell'anno solare oppure metà + 1 giorno del periodo di iscrizione.

**03**

### Solidarietà e futuro

Solidarietà (riservata ai neoiscritti dal 2004):

1% per disoccupazione o 3% per esercizio di attività professionale con altra copertura previdenziale obbligatoria, ma senza altri redditi professionali.

Non genera pensione e non è deducibile.

85% e solidarietà per disoccupazione: massimo 5 anni.

Disoccupazione comprovata con DID/NASpl; in mancanza, si applica il 50%.

**04**

### Scadenze ed esclusioni

Domanda entro il 30 settembre dell'anno successivo a quello di iscrizione: termine perentorio.

Se non rispetti la scadenza, contributo intero per due anni. Titolari, soci o associati agli utili della farmacia, sempre a contributo intero. Contributo intero anche se si esercita, in via esclusiva e per almeno la metà più un giorno del periodo di iscrizione, attività professionale priva di ulteriore copertura previdenziale obbligatoria.

**05**

### Servizi online e PEC

Con SPID o CIE puoi entrare in ENPAF Online.

Consulta posizione, stampa attestazioni, aggiorna dati e PEC.

La PEC è il canale unico per avvisi e comunicazioni.

**06**

### Tutele e opportunità

Assistenza, maternità, Welfare EMAPI (ASI, LTC, TCM) spettano a tutti, purché in regola con la contribuzione. Convenzioni riservate.

Ogni scelta contributiva incide sulla pensione futura.