



AVVISO

Ordine

1. Prevenzione Coronavirus
2. Articolo sul quotidiano **Il Mattino**
3. Web TV: Coronavirus, intervista con il Prof. G. Tarro

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. Perché fa male la milza?



Prevenzione e Salute

5. Cos'è lo smart working?
6. Quali conseguenze se si fuma mentre si assumono farmaci?
7. Biancheria intima, i 6 errori da non fare



Proverbio di oggi.....
'A gallina fa ll'uovo e ò gallo ll'abbruscia 'o culo.

PERCHÉ FA MALE LA MILZA?

Se si accusa una fitta proveniente dalla sinistra dell'addome, localizzata in profondità, mentre si sta compiendo uno sforzo, si è abituati a dire che fa male la milza.



La diagnosi è generalmente corretta, dal momento che il dolore è legato a una particolare funzione della milza che viene messa in atto solo in situazioni di necessità.

Più ossigeno.

Una persona non allenata, per es., mettendosi a correre può trovarsi ad avere bisogno di un maggiore apporto di ossigeno: in questo caso l'organismo reagisce con una contrazione nervosa della milza (*il riflesso che provoca il dolore*) che serve a immettere nei vasi sanguigni nuovi globuli rossi in grado di trasportare ossigeno (anche più di un decilitro di sangue alla volta, contenuto nell'organo).

La milza, posta dietro allo stomaco, è un organo molto vascolarizzato che, in situazione di normalità, mantiene l'equilibrio nella composizione e nella quantità di sangue circolante: produce infatti linfociti, distrugge i globuli rossi che hanno esaurito la loro funzione e "filtra" i batteri.

(Focus)

No al Cibo Solidi ai Neonati troppo presto

Troppe mamme danno ai propri figli cibo solido prima del tempo, spesso quando ancora non sono pronti a digerirlo.



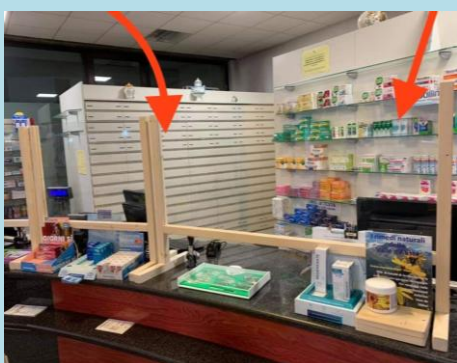
Lo afferma uno studio del pubblicato dalla rivista *Pediatrics*. Secondo gli esperti, *"iniziare troppo presto a somministrare cibo solido può portare a malattie come obesità, celiachia e diabete, oltre a gastroenteriti e diarrea"*. (Sani e Belli)

Indicazioni Operative per i FARMACISTI

*Oltre alle indicazioni operative riportate nella **Tabella a pagina 6**, e le **iniziative intraprese negli ultimi giorni dall'Ordine (Pag. 7, 8 e 9)** di seguito un suggerimento per la tutela personale dei Farmacisti e dei Cittadini.*

Al fine della **TUTELA PERSONALE** di chi opera in Farmacia, invito i **Datori di Lavoro** a rispettare ed adottare tutte le misure, previste dal Dpcm (*Tabella a pagina 6*), che mettono in **sicurezza l'intero personale** e la **POSSIBILITÀ** di :

- ❖ **poter valutare l'allestimento di una semplice barriera in plexiglass** che limita i contatti con i cittadini che si recano in farmacia così come realizzato da alcuni Colleghi di Napoli (Immagini).



PREVENZIONE E SALUTE**COS'È LO SMART WORKING?**

In questi giorni si sta facendo sempre più strada il fenomeno dello smart working.

Il “**lavoro intelligente**” si fonda sulla restituzione della flessibilità e dell'autonomia del lavoratore nella scelta degli spazi, degli orari e degli strumenti da utilizzare, per avere una maggior responsabilità sui risultati. Con lo **smart working** si può lavorare da casa, si può gestire il proprio tempo, organizzare eventuali call con i clienti e i colleghi, si risparmia il tempo che normalmente si spende per andare al lavoro e si fa del bene anche all'ambiente.



Abbiamo approfondito l'argomento con la dottoressa [Paola Parisi](#), psicologa e psicoterapeuta di Humanitas Mater Domini.

UN NUOVO MODO DI RIPENSARE IL LAVORO

Prima di tutto è bene specificare che, per utilizzare lo **smart working**, è necessario formare il personale:

- ❖ *la formazione dovrà riguardare sia aspetti concreti quali la pianificazione del lavoro,*
- ❖ *la gestione degli imprevisti, il problem solving,*
- ❖ *la gestione degli aspetti relazionali.*

Anche l'azienda a sua volta dovrà adeguare la propria cultura aziendale alla nuova modalità lavorativa: bisognerà ripensare alla definizione del monte ore, al monitoraggio delle attività e al processo di feedback.

SMART WORKING: I BENEFICI

Utilizzando le evidenze raccolte dall'**Osservatorio del Politecnico di Milano** si può stimare l'**incremento di produttività** per un lavoratore derivante dall'adozione di un modello “maturo” di smart working nell'ordine del 15%.

Il lavoro agile permette inoltre una migliore conciliazione lavoro-famiglia:

- ❖ *avendo la possibilità di lavorare da casa, ci si può occupare dei figli e svolgere quei servizi che la routine quotidiana non permette di fare.*

Lo smart working garantisce una drastica diminuzione dei tassi di turnover e assenteismo, da anni considerati come i principali indicatori di insoddisfazione lavorativa.

Questo fenomeno, infatti, **agisce sulle dimensioni dell'autonomia e della flessibilità**, permettendo all'individuo di gestire deliberatamente modalità e luogo di lavoro.

Un ulteriore aspetto positivo riguarda l'impatto ambientale: secondo un recente studio¹, infatti, u

- ❖ ***un solo giorno di remote working alla settimana diminuisce la produzione di anidride carbonica nell'aria nell'ordine di 135 kg ogni 12 mesi.***
- ❖ *Parallelamente si ha un grande risparmio in termini di tempo – nell'ordine di circa 60 minuti per ogni giornata di lavoro da remoto – e un risparmio da parte dell'organizzazione dei costi di gestione tipici del lavoro in sede.*

I “RISCHI” DELLO SMART WORKING

Lo **smart working**, specie se è un'esperienza nuova, può essere connesso anche ad alcuni rischi, sia personali, sia contestuali all'ambiente in cui ci si trova a lavorare.

Il più immediato è certamente la tendenza a procrastinare. Stare a casa tutto il giorno può provocare

- ❖ *un'iniziale difficoltà nella gestione del proprio tempo e nella creazione di un ambiente che minimizzi le distrazioni;*
- ❖ *può anche provocare alcuni fraintendimenti da parte di familiari e amici, che possono “non considerare legittimato” il lavoro da casa.*

È quindi fondamentale **selezionare le persone più adatte a svolgere lavoro a distanza**, in grado di elargire quantomeno lo stesso livello di performance di quello abituale. (*Salute, Humanitas*)

PREVENZIONE E SALUTE

QUALI CONSEGUENZE SE SI FUMA MENTRE SI ASSUMONO FARMACI?

Il fumo può compromettere l'efficacia di numerose terapie farmacologiche interferendo con i loro meccanismi di funzionamento o alterandone l'assorbimento e la distribuzione

Il fumo può compromettere l'efficacia di numerose terapie farmacologiche attraverso due meccanismi principali: alterando l'assorbimento, la distribuzione, il metabolismo o l'eliminazione del medicinale (è quella che viene definita farmacocinetica) oppure interferendo direttamente con il suo meccanismo di funzionamento (farmacodinamica).

A oggi non esiste una lista completa delle interazioni tra fumo e farmaci, ma è plausibile che il fumo eserciti il suo effetto su una vasta gamma di medicinali.

Ecco alcune interazioni note:

- ❖ **betabloccanti**: sono farmaci impiegati per innumerevoli malattie cardiovascolari (dall'ipertensione allo scompenso cardiaco). Nei fumatori si sono dimostrati meno efficaci nel ridurre la pressione sanguigna e controllare il battito cardiaco;
- ❖ **corticosteroidi**: usati in molte malattie polmonari. In chi fuma si osserva una minore risposta a quelli assunti per via inalatoria;
- ❖ **contraccettivi ormonali**: le donne che fumano e assumono la pillola vanno incontro a un maggior rischio di effetti avversi cardiovascolari (ictus, infarto, tromboembolia);
- ❖ **oppioidi**: nei fumatori hanno un minor effetto analgesico;
- ❖ **benzodiazepine**: sono impiegati principalmente contro l'ansia. Il fumo riduce l'effetto sedativo e la sonnolenza;
- ❖ **insulina**: nei fumatori è stata osservata una riduzione dell'assorbimento e una minore risposta all'ormone a causa della capacità del fumo di indurre insulinoresistenza;
- ❖ **eparina**: è un anticoagulante. Nei fumatori l'espulsione del farmaco è più rapida che nei non fumatori, in tal modo si ha una minore efficacia.

(Salute, Fondazione Veronesi)



PREVENZIONE E SALUTE**BIANCHERIA INTIMA, I 6 ERRORI DA NON FARE**

Se usare gli stessi slip due giorni di fila è da evitare, lo è pure indossare il tanga o scegliere un detersivo profumato per lavare la lingerie: sembrano dettagli innocui, ma in realtà queste abitudini sbagliate possono provocare infezioni anche gravi.

1. Indossare tanga e perizomi

Saranno anche considerati sexy, ma sono anche portatori di eventuali rischi per la salute, perché possono agevolare il trasferimento dell'*Escherichia coli* alle parti intime.

«Se le mutande tradizionali non vi piacciono oppure trovate che tanga e perizomi siano più comodi, allora è consigliabile usarli a rotazione, avendo però **l'accortezza di sceglierli in cotone e che vestano bene, di cambiarli ogni giorno e di non usarli per dormire**», avverte su Seventeen la dott.ssa Octavia Cannon, vice presidente dell'American College of Osteopathic Obstetricians & Gynecologists. Ma in caso fosse **inclinati alle infezioni vaginali, l'unica soluzione è quella di sostituirli con slip o calzoncini.**



Linea d'alta di biancheria intima a New York (Ag)

2. Scegliere materiali non traspiranti

D'accordo, la lingerie in seta e pizzo è seducente, ma conviene destinarla alle occasioni speciali, optando piuttosto per un **intimo in cotone traspirante da usare ogni giorno**, che sarà magari più banale, ma di certo è più sicuro se si vogliono evitare le infezioni.

«Se volete acquistare comunque della biancheria intima realizzata con altri materiali, assicuratevi però che, ove possibile, ci sia almeno un tassello di cotone», raccomanda ancora la dott.ssa Cannon.



In presenza un modello di Natalia Vodianova (Afp)

3. Non cambiarsi dopo la palestra

Quando si finisce di fare attività fisica, meglio cambiare anche l'intimo, oltre ovviamente a tutto il resto. «Funghi e batteri amano i luoghi caldi, umidi e bui e questa descrizione si adatta perfettamente alla biancheria intima sudata», sottolinea la ginecologa.

4. Usare un detersivo profumato

I prodotti chimici utilizzati per dare al detersivo quel buon profumo di fiori potrebbero in realtà irritare le parti intime, dove la pelle è più sensibile.

«Per non correre rischi, è meglio usare detersivi senza profumazione ed eliminare anche i fogli profumati dall'asciugatrice».

5. Sbagliare la taglia

L'intimo troppo stretto può provocare problemi di salute, quindi conviene sceglierlo in base alla vestibilità e al comfort anziché alla taglia riportata sull'etichetta.

«Se le mutande lasciano dei segni sulla pelle, questo può **umentare il rischio di infezioni vaginali** ed eruzioni cutanee», mette in guardia l'esperta.

6. Usare le stesse mutande per più di un giorno

Vale lo stesso discorso dell'intimo sudato post-palestra:

le mutande sporche sono terreno fertile per batteri e infezioni, quindi è opportuno cambiarle tutti i giorni, come pure resistere alla tentazione di ripescare quelle del giorno prima dal cesto dei panni da lavare, anche se non presentano macchie o si indossano al rovescio. (*Salute, Corriere*)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



**FEDERAZIONE ORDINI
FARMACISTI ITALIANI**



**ORDINE DEI FARMACISTI
DELLA PROVINCIA DI NAPOLI**

Via Toledo n. 156 - 80132 Napoli
Uff. Tel. 081 5510648 - Fax 081 5520961
Email: info@ordinefarmacistinapoli.it Web: www.ordinefarmacistinapoli.it

COVID-19 **INDICAZIONI OPERATIVE PER I FARMACISTI**

1. EVITARE ASSEMBRAMENTI NEI LOCALI, EVENTUALMENTE DISCIPLINANDO GLI ACCESSI CON L'APERTURA REGOLATA DELLE PORTE DI INGRESSO
2. GARANTIRE UNA DISTANZA MINIMA DI ALMENO UN METRO SIA TRA I PAZIENTI PRESENTI SIA TRA QUESTI ULTIMI E I FARMACISTI AL BANCO, NONCHE' IL PERSONALE ADDETTO
3. OVE LA SPECIFICA SITUAZIONE TERRITORIALE SIA VALUTATA A RISCHIO, INDOSSARE DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE (MASCHERINE E GUANTI)
4. RENDERE DISPONIBILI AI CITTADINI NEI LOCALI I PRODOTTI PER LA IGIENIZZAZIONE O DISINFEZIONE DELLE MANI
5. LAVARSI FREQUENTEMENTE LE MANI ED EVITARE DI TOCCARSI OCCHI, NASO E BOCCA
6. EFFETTUARE UNA PULIZIA ACCURATA DEGLI AMBIENTI (IN PARTICOLARE, DEL BANCONE E DELL'AREA PROSPICIENTE AD ESSO) CON DISINFETTANTI A BASE DI ALCOL O CLORO
7. NEBULIZZARE NELL'AMBIENTE SPRAY IGIENIZZANTI
8. ESPORRE L'ULTIMA VERSIONE DEL DECALOGO DELL'ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ, NONCHE' EVENTUALI ALTRE INFORMAZIONI DI PUBBLICA UTILITÀ'
9. SOSPENDERE LE ATTIVITÀ' DEI TIROCINI DEI CORSI DI LAUREA PER TUTTA LA DURATA DI INTERRUZIONE DELLE ATTIVITÀ' DIDATTICHE NEGLI ATENEI
10. GESTIRE I RAPPORTI CON I FORNITORI E CON I LORO INCARICATI IN MODO DA LIMITARE I CONTATTI CON I PAZIENTI

EMERGENZA CORONAVIRUS: Richiesta fornitura Dispositivi di Protezione Individuale per Operatori Sanitari FARMACISTI

Di seguito la richiesta inviata dall'**Ordine** alla Protezione Civile – Regione Campania



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Napoli 9 Marzo 2020

Spett.le
Direzione Generale per i Lavori pubblici
e la Protezione Civile
Regione Campania

Italo Giulivo
Via Alcide de Gasperi n. 28
80133 NAPOLI
dg.5018@regione.campania.it
dg.501800@pec.regione.campania.it

Prot. 855/2020

Oggetto: **Emergenza COVID-19: Richiesta fornitura dispositivi di protezione individuale per Operatori Sanitari Farmacisti.**

Con riferimento all'emergenza sanitaria COVID-19, **si segnalano le criticità nel regolare svolgimento del servizio farmaceutico** nella nostra Provincia.

Onde evitare contagi anche tra i farmacisti che operano **nelle farmacie e nelle parafarmacie aperte al pubblico**, che inevitabilmente ne determinerebbe il conseguente provvedimento di chiusura con inimmaginabili conseguenze sulla salute pubblica in merito al regolare approvvigionamento dei farmaci e prodotti sanitari, **si chiede con assoluta urgenza la disponibilità di mascherine e altri dispositivi di protezione individuale** nel quantitativo idoneo almeno a coprire le esigenze dei suddetti operatori sanitari, che in prima linea e a stretto contatto diretto con migliaia di utenti ogni giorno stanno svolgendo un eccellente e pronto intervento di "avamposto sanitario".

La richiesta è motivata al fine di consentire di "continuare ad operare" in modo corretto e garantendo il servizio in piena sicurezza dei cittadini con i quali i farmacisti entrano costantemente in contatto.

In tale prospettiva, la Federazione Nazionale degli Ordini dei Farmacisti (F.O.F.I) ha già interpellato le Regioni e stilato un decalogo di linee guida destinate in modo mirato ai farmacisti al quale attenersi scrupolosamente.

Sicuri di positivo sollecito riscontro si resta a disposizione per ogni fattiva collaborazione.



IL PRESIDENTE
Prof. Vincenzo Santagada
Vincenzo Santagada

EMERGENZA CORONAVIRUS: Richiesta al Prefetto per l'espletamento del servizio delle Farmacie a BATTENTI CHIUSI

Di seguito la nota inviata dall'**Ordine** a SE Prefetto di Napoli



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Napoli 10 Marzo 2020
Prot. 871/2020

Sua Eccellenza il Prefetto di Napoli
P.E.C.: protocollo.prefna@pec.interno.it

ISTANZA URGENTE

In riferimento al DPCM emanato ieri, 9 Marzo ed in vigore da oggi, al fine di porre in essere misure volte al contenimento del contagio da Covid-19, con la presente si rappresenta:

1. che è di tutta evidenza che la farmacia costituisce un presidio indispensabile per la comunità soprattutto in questo periodo di emergenza;
2. che nulla è disposto in merito alle modalità di dispensazione del farmaco nelle farmacie e parafarmacie;
3. che le direttive fornite dalla Direzione Generale per la Tutela della Salute ed il Coordinamento del Sistema Sanitario Regionale della Regione Campania per limitare l'accesso ambulatoriale e garantire l'assistenza farmaceutica comportano situazioni di permanenza prolungate presso le farmacie;
4. stante la difficoltà per le farmacie a reperire idonee misure di protezione individuali per gli operatori;
5. che è necessario consentire di continuare ad operare in modo corretto e garantendo il servizio in piena sicurezza;
6. che è necessario scongiurare la possibilità che i farmacisti siano contagiati ovvero posti in quarantena, poiché questo comporterebbe la chiusura della farmacia.

Per quanto sopra si richiede un provvedimento con effetto immediato che consenta l'espletamento del servizio a battenti chiusi per tutte le farmacie pubbliche e private operanti sul territorio della Provincia di Napoli per tutto il periodo emergenziale, in attesa della dotazione di idonee misure di protezione individuali per coloro che operano all'interno delle stesse (così come da richiesta nota prot. 855/2020 che ad ogni buon fine si allega).



IL PRESIDENTE
Prof. Vincenzo Santagada
Vincenzo Santagada

All. 1 nota prot. 855/2020

EMERGENZA CORONAVIRUS: Richiesta del Presidente della FOFI al Presidente del Governo, al Ministro della Salute e al Responsabile della Protezione Civile

Di seguito la nota inviata dalla **FOFI**



Il Presidente

Prot. 7020/00007074/POL

10 MAR. 2020
Roma,.....

Illustrissimi,

con riferimento al DPCM 9 marzo 2020, che estende a tutto il territorio nazionale le misure di contenimento e prevenzione del contagio da COVID-19, sottopongo alle urgenti valutazioni delle SS.LL. la necessità di adottare un provvedimento specifico volto ad assicurare lo svolgimento a battenti chiusi del servizio farmaceutico da parte delle farmacie aperte al pubblico.

Tale richiesta rappresenta le numerose e pressanti istanze pervenute alla Federazione degli Ordini dai farmacisti italiani di tutto il territorio nazionale, che lamentano la completa assenza da parte del Governo e delle Autorità preposte dell'adozione di misure mirate ad assicurare la protezione sanitaria individuale, a garanzia della continuità del servizio e della tutela della salute dei cittadini.

Il contagio di alcuni farmacisti impegnati nel servizio, nonché la mancanza di dispositivi di protezione individuale, che non sono stati forniti dai soggetti preposti né sono reperibili sul mercato, rendono l'adozione di tale provvedimento doverosa e indifferibile.

Resto in attesa di un urgente riscontro, al fine di poter fornire le giuste indicazioni a tutti i farmacisti italiani.

Con i migliori saluti.

On. Dott. Andrea Mandelli

Ill.mo Prof.
Giuseppe Conte
Presidente del Consiglio dei Ministri

Ill.mo On. Dr.
Roberto Speranza
Ministro della Salute

Ill.mo Dr.
Angelo Borrelli
Capo Dipartimento Protezione Civile –
Commissario Gestione Emergenza Coronavirus

LORO SEDI

Web TV Ordine dei Farmacisti CORONAVIRUS: I FARMACISTI Napoletani in PRIMA LINEA

Il video per raccontare e informare, attraverso le immagini, delle caratteristiche e delle modalità di prevenzione di questa emergenza epidemiologica da COVID-19.

Di seguito i links dove poter visionare il Filmato realizzato con il Prof. **Giulio TARRO**.



Cliccare il link del filmato



<https://youtu.be/UQL5TLecjEI>



<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/web-tv-ordine-farmacisti-della-provincia-di-napoli>