



AVVISO

Ordine

1. Prevenzione Coronavirus
2. ENPAF: iniziative per emergenza Coronavirus da

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Varicocele: cos'è e come si cura?
4. Biopsia prostatica negativa e Psa alto: occorre ripetere l'indagine?
5. Sapore metallico in bocca, ecco le possibili cause.

Prevenzione e Salute

6. L'aria condizionata fa male alla salute?
7. Il fumo invecchia la pelle?
8. Mammografia

Proverbio di oggi.....

Chi pecora se fa, 'o lupo s' 'o magna

L'ARIA CONDIZIONATA FA MALE alla SALUTE?



Quando il caldo comincia a farsi sentire, l'aria condizionata fa la sua comparsa.

Che sia nei mezzi pubblici, in ufficio o nel proprio appartamento, il suo utilizzo può dare un po' di sollievo dalla calura estiva.

Alcune persone, però, la considerano la causa di malesseri scheletrico-muscolari, come il famoso "colpo della strega": viene da domandarsi, quindi, se effettivamente l'aria condizionata faccia male alla salute.

L'aria condizionata non è un pericolo

Di per sé, l'aria condizionata **non rappresenta un pericolo per la nostra salute.**

È importante metterlo in chiaro, anche se questo non significa che stare a contatto diretto col bocchettone dell'aria condizionata sia una scelta per così dire "salutare". Quando fa particolarmente caldo **l'aria condizionata può essere un alleato contro le ondate di calore**, molto pericolose per gli individui più fragili, come i bambini o gli anziani, o ancora per gli adulti con problemi cardio-respiratori.

Ovviamente, l'impianto deve essere correttamente funzionante, così come le sue componenti devono essere in ottime condizioni:

- *questo perché, in caso contrario, il condizionatore può trasformarsi in un'oasi batteriologica dovuta all'umidità.*

Un impianto funzionante, tra le altre cose, può ridurre la penetrazione di inquinanti esterni all'interno dell'abitazione o dell'ufficio, e i filtri presenti possono ridurre la presenza di polveri, pulviscolo atmosferico, microbi trasportati dall'aria, con buoni riscontri in caso di asma o allergia.

C'è poi chi imputa il mal di schiena e il cosiddetto "**colpo della strega**" all'aria condizionata, o meglio, all'abbassamento delle temperature che essa produce. Anche qui, finora non ci sono stati studi a dimostrare che i malesseri muscolari siano collegati all'abbassamento delle temperature. Certo è, infine, che **l'aria condizionata non faccia bene al nostro pianeta.** Infatti aumenta le emissioni di inquinanti atmosferici, peggiorando la qualità dell'aria e consumando troppa energia. (*Salute, Humanitas*)

PREVENZIONE E SALUTE**IL FUMO INVECCHIA LA PELLE?**

Il fumo, lo sappiamo, ha effetti alla salute gravi e fatali, come i tumori e le patologie cardiorespiratorie, ma non solo: il tabagismo causa danni, anche estetici, ai denti, alle unghie, ai capelli e alla pelle.

Ed è proprio la pelle a subire danni più “velocemente” e, soprattutto, maggiormente visibili:

- **rughe, macchie cutanee, segni di espressione.**

Ne parliamo con la dottoressa [Licia Siracusano](#), coordinatrice del Centro Antifumo di Humanitas.

Gli effetti del fumo sulla pelle

Una delle infinite buone ragioni per smettere di fumare può riguardare anche solo il semplice punto di vista estetico. Fumare ci rende più brutti.

Anche se i danni estetici alla nostra pelle sono soltanto il riflesso dei veri problemi che vengono causati all'interno dell'organismo, si tratta certamente del modo più immediato per capire quanto il fumo influisca su tutto il nostro corpo.

Fumare danneggia la pelle, la rende **giallognola e rugosa**, e la fa **invecchiare precocemente**.

La nicotina e le tossine contenute nei prodotti di combustione del tabacco, infatti, esercitano una serie di azioni sfavorevoli alla cute, promuovendo processi di invecchiamento, facilitando la **disidratazione** e la **perdita di luminosità della pelle**, soprattutto a livello del **viso**.

Le sostanze derivanti dalla combustione del tabacco sono particolarmente lesive per le fibre collagene e l'elastina presenti negli strati profondi della cute, indispensabili per garantire tono ed elasticità alla pelle.

Non è finita: c'è anche un danno meccanico, legato alla ripetitività dei movimenti o all'aspirazione del fumo, che favorisce l'insorgenza delle rughe d'espressione.

Il fumo forma le rughe

Il fumo causa una restrizione dei piccoli vasi sanguigni e una riduzione della concentrazione di ossigeno nel sangue. Meno ossigeno si traduce, a livello estetico, con una pelle più opaca.

Non solo: attaccando il collagene, prodotto dalle cellule della pelle per mantenere tono ed elasticità, il fumo induce il suo invecchiamento e anticipa la formazione delle rughe e la comparsa di macchie cutanee.

Le **rughe tipiche del fumo** sono facili da notare, sono numerose, sottili ed evidenti, e si sviluppano soprattutto **intorno alle labbra e intorno agli occhi**.

Vale la pena ricordarlo: le rughe non si cancellano, una volta che si sono formate.

In quanto tempo la pelle si danneggia?

L'azione intossicante e lesiva del fumo sulla pelle, specie se si continua a fumare giorno dopo giorno, si accumula negli anni con un'intensità proporzionale al numero di sigarette accese.

I primi danni visibili iniziano a comparire dopo circa un decennio:

- *può sembrare un tempo eccessivo, ma se si pensa che si inizia a fumare sempre presto, in adolescenza, è chiaro che i primi inestetismi sul viso del fumatore si noteranno intorno ai 25 anni d'età.*

Il processo di avanzamento dell'invecchiamento nei tabagisti è graduale, e proprio a causa di questa sua caratteristica i danni si accumulano lentamente, e i suoi effetti possono anche manifestarsi in modo particolarmente evidente.

Un motivo in più per smettere immediatamente.

(Salute, Humanitas)



SCIENZA E SALUTE**VARICOCELE: COS'È E COME SI CURA?**

Il varicocele è una patologia che riguarda soprattutto, prevalentemente il sesso maschile, nelle donne è molto più raro, non è visibile.

Riguarda, per motivi anatomici, il testicolo di sinistra molto più che il destro, 95% dei casi. Sono delle **varici venose** che si formano intorno al testicolo, formano proprio come dei gomitoli di vene dilatate. Questo provoca tutta una serie di alterazioni, da alterazioni del calore all'alterazione dell'ossigeno, che può a lungo andare, sfociare in un problema di subfertilità o addirittura di infertilità.

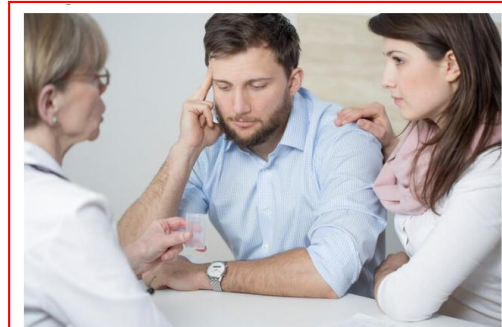
Più del grado del varicocele, quello che conta è il tempo che il varicocele ha per poter agire.

Un tempo, quando il varicocele compariva, come adesso intorno ai 17, 18 anni, cominciava a fare effetto, ma i maschi avevano figli intorno ai 21, 22 anni, avevano meno tempo per sviluppare problemi di fertilità.

Adesso l'età della procreazione si è spostata di almeno un decennio, per cui andiamo ampiamente oltre i 30 anni, è chiaro che chi soffre di varicocele a 18 anni, si ritrova a 32, 34, 35 anni con 15 anni e più di tempo per cui questa patologia ha potuto creare danni.

Quindi l'importante è diagnosticarlo precocemente e l'importante è trattarlo là dove vi sono indicazioni a trattarlo, con uno dei sistemi disponibili che sono sistemi mini invasivi, sclero immunizzazione, dei piccoli interventi chirurgici. Niente di drammatico.

Non è un **trapianto di fegato**, non sono interventi banali perché gli interventi banali non esistono, sono interventi semplici, di routine, che hanno tanto più successo, più probabilità di successo, quanto più precocemente vengono fatte, dai 18 anni in poi.

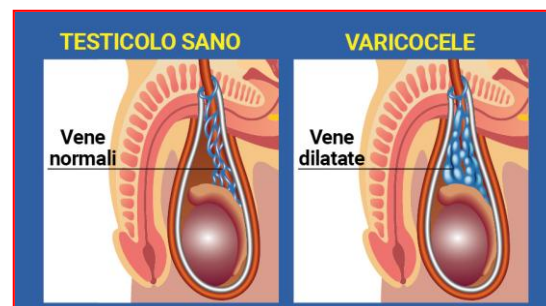
**HO UN VARICOCELE: SARÒ STERILE?**

L'associazione tra varicocele e subfertilità esiste, ma non è scontata. La diagnosi precoce riduce il rischio. La guarigione passa dall'intervento chirurgico o dalla embolizzazione dei vasi dilatati

Il **varicocele** è una dilatazione della vena che drena il sangue proveniente dal testicolo e la sua presenza è frequentemente associata all'alterazione dei parametri seminali. Sebbene i numerosi studi abbiano chiamato in causa molti fattori attraverso i quali il varicocele possa provocare riduzione della qualità del liquido seminale - aumento di temperatura, mancanza di ossigeno locale, stress e danno ossidativo, sostanze tossiche reflue nel testicolo -, la sua connessione con l'**infertilità** ancora non è completamente chiarita.

Ciò che si impone, una volta diagnosticato clinicamente un varicocele tramite una visita, è una valutazione specialistica con l'esecuzione di un **ecocolordoppler** dei vasi spermatici e un'analisi del liquido seminale, per poter rapidamente **intervenire chirurgicamente** o attraverso **tecniche di radiologia interventistica (scleroembolizzazione)** minimamente invasive, qualora fossero presenti alterazioni evidenti del liquido seminale.

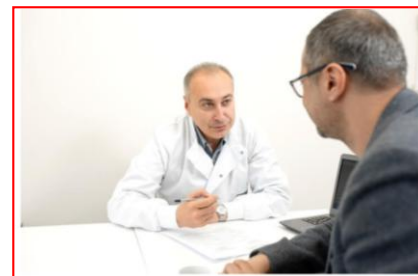
La correzione tempestiva è fondamentale per consentire il miglioramento dei parametri seminali e ripristinare, del tutto o in parte, la fertilità. (Salute, Fondazione Veronesi)



SCIENZA E SALUTE**BIOPSIA PROSTATICA NEGATIVA e Psa ALTO:
OCCORRE RIPETERE L'INDAGINE?**

I «falsi negativi» rappresentano un risultato non così infrequente al termine della biopsia prostatica. Se il Psa è elevato, la ripetizione dell'esame può essere opportuna

La **biopsia** è un esame a cui non si può rinunciare nella diagnosi del **tumore della prostata**. È infatti l'unico test che consente di rilevare la presenza di **cellule tumorali** all'interno della ghiandola. Purtroppo può però accadere che un tumore sfugga alla biopsia. È quel che viene definito **falso negativo**. Nel caso della **biopsia prostatica**, purtroppo, non è un'eventualità rara.



Per ridurre al minimo questo rischio, durante la biopsia si cerca di prelevare un numero elevato di **campioni di tessuto**: in genere 12, ma anche di più se la prostata è particolarmente ingrossata. Nonostante ciò, può accadere che il tumore si trovi in aree non raggiunte dall'**ago** e che quindi non sia rilevato dall'esame. In presenza di livelli di **antigene prostatico specifico (Psa)** elevati, un **secondo prelievo** potrebbe essere giustificato. In circa il 20 % dei pazienti con una prima biopsia prostatica negativa, ma con risultati anomali del Psa, l'esecuzione di una seconda biopsia prostatica porta all'individuazione di un **tumore**. (*Salute, Fondazione Veronesi*)

SCIENZA E SALUTE**SAPORE METALLICO IN BOCCA, ecco le possibili Cause**

Un sapore metallico in bocca può essere la spia di alcune malattie come un'insufficienza renale,

In altri casi quella spiacevole sensazione di bocca amara può essere l'effetto di diverse cause. In alcuni casi il motivo è lampante in altri, invece, può esser necessaria una visita specialistica per risalire all'origine di questo disturbo.

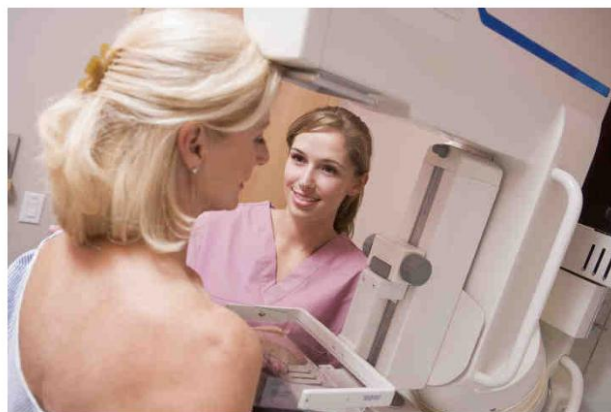
Come si fa a individuare la causa di questo sapore metallico in bocca in una persona in salute?

Chi si sta sottoponendo a dei cicli di chemio o radioterapia può sentire questo **sapore**: la bocca amara è infatti uno dei noti effetti collaterali di questo tipo di terapie. Un'altra correlazione evidente e piuttosto facile da individuare è l'assunzione di determinati farmaci o integratori di vitamine e sali minerali contenenti ad esempio zinco. Nel caso di terapie prolungate è facile sentire questo **sapore metallico in bocca** o anche lamentare la secchezza delle fauci.

Il sapore metallico in bocca può venire anche in gravidanza o per una cattiva igiene orale

Anche la gravidanza è una delle possibili cause per cui è facile individuare una correlazione. In altri casi bisogna procedere con un esame più approfondito e valutare, per esempio, una correlazione tra il **sapore metallico in bocca** e un'infezione delle vie respiratorie che magari può alterare il gusto. Ma in diversi casi può essere la cattiva igiene orale a indurre questa sensazione di bocca amara. Oltre all'igiene orale si valuterà anche lo stato di tutto il cavo orale, la presenza di eventuali protesi un po' vecchie o costruite con leghe nobili come l'oro.

È la saliva il veicolo di questo gusto sgradevole, per questo si potrà fare ricorso a dei semplici rimedi contro il **sapore metallico in bocca**. Si tratta di un disturbo lievissimo e non debilitante, con il quale si può convivere senza grossi problemi. Per far passare un po' questa sensazione di **sapore metallico** si possono fare dei risciacqui con collutori o soluzioni rinfrescanti, usare degli spray al mentolo. (*Salute, Humanitas*)

PREVENZIONE E SALUTE**MAMMOGRAFIA****CHE COS'E'?**

È, insieme all'ecografia mammaria, un esame fondamentale per la diagnosi precoce del **tumore della mammella**. Si tratta di una tecnica diagnostica che studia forma e struttura della ghiandola mammaria permettendo di individuare formazioni anomale anche di piccole dimensioni.

A COSA SERVE?

L'esame viene indicato quando alla **palpazione della mammella** si avverte la presenza di un **nodulo** oppure in presenza di segnali che richiedono un approfondimento diagnostico, ma tutte le donne che abbiano superato i 40 anni di età dovrebbero sottoporsi ad un programma di **screening mammografico**, come anche indicato e promosso dagli organismi sanitari internazionali e nazionali (Ministero della Salute).

Infatti, la maggior parte dei carcinomi mammari si risolve positivamente se vengono diagnosticati in fase precoce, mentre se la scoperta avviene quando la malattia è in una fase più avanzata le possibilità di trattamento e guarigione diventano più limitate.

L'indagine non è invasiva e dura pochi minuti: si esegue con un particolare apparecchio radiologico chiamato mammografo in grado di proiettare un fascio di raggi X sulla mammella, posizionata su un apposito sostegno e compressa leggermente tra due lastre plastificate.

MAMMOGRAFIA CON TOMOSINTESI

Negli ultimi anni alla mammografia tradizionale si è affiancata la **mammografia con tomosintesi**. Tale tecnica permette un studio stratigrafico della mammella che consente di ridurre al minimo i problemi causati dalla sovrapposizione dei tessuti che si possono avere in una mammografia classica. La sensibilità diagnostica della mammografia con tomosintesi aumenta, rispetto alla mammografia classica, del 30-40%. Un risultato non indifferente in termini di diagnosi precoce.

CONTROINDICAZIONI

La **mammografia** non presenta controindicazioni, tuttavia, in genere, nelle donne sotto i 40-45 anni di età può trovare maggiori difficoltà a individuare noduli sospetti rispetto all'**ecografia mammaria**, a causa della maggiore densità della mammella.

Solitamente perciò sotto i 40 anni si preferiscono controlli clinici ed ecografici, che possono tuttavia comunque essere associati alla mammografia in base alla tipologia di seno della donna, che deve quindi seguire le indicazioni del proprio medico.

COME SI SVOLGE?

La paziente in piedi, a seno nudo, deve appoggiare una mammella per volta su un ripiano ad altezza regolabile. La mammella verrà posizionata dal tecnico di radiologia in modo che sia ben distesa, e sarà lievemente compressa e radiografata in senso orizzontale e verticale.

La compressione della mammella facilita la visibilità e l'esplorazione di tutta l'architettura mammaria e non altera affatto il tessuto della mammella. È un esame semplice, rapido (dura pochi minuti) e arreca poco disagio al paziente.

La dose di raggi X utilizzata è assai bassa e non comporta rischi per la salute, consentendo senza rischi la ripetizione routinaria dell'esame.

(Salute, Fondazione Veronesi)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



ORDINE: Istituito un sussidio per i Colleghi Iscritti all'ALBO in Stato di Disoccupazione

Il Consiglio dell'Ordine al fine di offrire un sostegno economico agli iscritti all'Albo che si trovino in stato di disoccupazione involontaria e in difficoltà economica, ha approvato nel suo specifico "Fondo di solidarietà" messo a bilancio nel 2020.

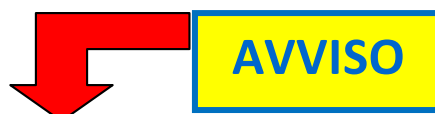
Il Regolamento, consultabile sul sito istituzionale dell'Ordine, prevede per l'anno 2020 l'erogazione di un **sussidio** nella misura massima di **euro 150,00 pro capite** in favore degli iscritti all'Albo che si trovano da almeno 12 mesi inoccupati e che versano in difficoltà economiche.

Nel regolamento pubblicato sul sito sono chiariti i requisiti.

L'istanza potrà essere presentata nel periodo dal **01 giugno al 30 settembre di ogni anno**, corredata da:
1. *Domanda di accesso al Sussidio, in carta libera* (v. allegato - sito istituzionale)

Crediti ECM : farmaDAY AUTOFORMAZIONE 2020

Autoformazione e farmaDAY



Visto il successo di questa iniziativa che consente di acquisire crediti formativi attraverso la lettura quotidiana del **FARMADAY** e di facilitare, di conseguenza, il soddisfacimento dell'obbligo formativo, il Consiglio direttivo dell'Ordine ha deliberato di proseguire con questa iniziativa anche nel triennio **2020-2022**.

COME ADERIRE

Per aderire è sufficiente richiedere la documentazione necessaria alla Segreteria ECM che svolge attività di **supporto GRATUITO** per tutti gli iscritti all'Ordine di Napoli per tutto ciò che riguarda gli ECM al seguente indirizzo mail:

infoecm.ordna@gmail.com



ENPAF, INDENNITÀ COVID DI 600 EURO, CHI PUÒ CHIEDERLA E COME

*Anche per i mesi di **Aprile e Maggio**, i farmacisti iscritti all'Enpaf potranno usufruire dell'indennità per Covid-19 prevista dall'art. 78 del D.L. n. 34/2020, meglio noto come "decreto Rilancio".*

A dettare le disposizioni attuative per l'erogazione dell'indennità per il mese di aprile, dell'importo di **600 euro**, è il decreto interministeriale del 29 maggio 2020

- "Indennità per i **lavoratori autonomi e liberi professionisti** iscritti agli enti di diritto privato di previdenza obbligatoria", subito recepito dall'ente di previdenza di categoria.

Per questa fase di liquidazione dell'indennità, l'Enpaf comunica in una nota di avere optato per la **modalità telematica di presentazione dell'istanza**, che dovrà avvenire attraverso il portale ad accesso riservato *Enpaf online* attivo sul sito internet dell'Ente.

Come richiedere l'indennità:

- Le domande potranno essere presentate a partire dall' **8 giugno** e non oltre le ore 24.00 del giorno **8 luglio** 2020.

I farmacisti che ancora non fossero registrati a *Enpaf online*, se dotati di indirizzo di posta elettronica certificata, potranno farlo rapidamente acquisendo la password di accesso;

chi, invece, fosse sfornito di Pec, dovrà necessariamente dotarsene per presentare la domanda di indennità.

L'Enpaf precisa al riguardo che il possesso di una Pec è un obbligo imposto dalla legge a tutti i professionisti iscritti e, pertanto, non verranno prese in considerazione domande di indennità presentate con modalità diverse rispetto a quella prevista attraverso il portale *Enpaf online*.

L'indennità per il mese di aprile verrà erogata automaticamente agli stessi soggetti che hanno già percepito l'indennità per il mese di marzo.

Gli iscritti che, pur avendone diritto, non hanno percepito l'indennità per il mese di marzo a causa dell'esaurimento dello stanziamento, la riceveranno automaticamente, oltre che per il mese di marzo, anche per quello di aprile.

Tutti questi soggetti, dunque, non devono presentare alcuna domanda. Il pagamento verrà effettuato sulle coordinate bancarie indicate in occasione della domanda presentata per il mese di marzo.

Tutti gli altri iscritti, in possesso dei requisiti necessari, dovranno invece inoltrare domanda che, laddove regolare e completa, verrà acquisita dal sistema informatico secondo l'ordine cronologico di presentazione; infatti, anche per il mese di aprile, la liquidazione dell'indennità avverrà nell'ambito del fondo statale previsto e nei limiti dello stanziamento riconosciuto a favore degli iscritti all'Enpaf.

È bene ricordare che **l'Ente anticipa il pagamento per conto dello Stato** che, successivamente, provvederà al rimborso degli importi corrisposti agli iscritti.

Chi può beneficiare:

La collettività beneficiaria del reddito di ultima istanza è quella degli iscritti **professionisti lavoratori autonomi**.

Possono presentare la domanda di indennità anche i farmacisti lavoratori autonomi, che si sono iscritti per la prima volta nell'anno 2019 e, per l'anno 2020, entro il 23 febbraio scorso.

È invece **escluso dalla indennità il farmacista**, lavoratore autonomo:

1. titolare di una pensione diretta, anche in regime di cumulo o totalizzazione (pensione di vecchiaia, di anzianità, anticipata o di invalidità);
2. titolare di un rapporto di lavoro subordinato a tempo indeterminato;
3. che ha percepito o percepisce una delle misure a sostegno del reddito connesse all'emergenza Covid-19 o il reddito di cittadinanza;
4. che ha presentato domanda per l'indennità Covid-19 ad altro ente di previdenza ad appartenenza obbligatoria;
5. che si trovi in condizione di disoccupazione temporanea e involontaria;
6. che non eserciti l'attività professionale.

A differenza del mese di marzo, possono presentare domanda anche i farmacisti lavoratori autonomi titolari di pensione indiretta o di reversibilità Enpaf, o titolari di un rapporto di lavoro a tempo determinato. L'Enpaf rammenta che la domanda per il reddito di ultima istanza presuppone determinati limiti reddituali e che l'attività professionale abbia subito limitazioni nel periodo di emergenza epidemiologica; tali circostanze dovranno essere autocertificate dal richiedente, ai sensi del Dpr n. 445/2000.

Le predette autocertificazioni saranno soggette a controllo da parte dell'Agenzia delle Entrate e dell'Inps. Informazioni dettagliate potranno essere acquisite attraverso un documento riepilogativo pubblicato sulla home page del sito internet dell'Enpaf.

Come di consueto, l'Ufficio Relazioni con il Pubblico è a disposizione degli iscritti e potrà essere contattato attraverso la casella di posta elettronica info@enpaf.it.

CURIOSITA'**COME È NATO L'ORDINE ALFABETICO DELLE LETTERE?**

Le lettere dell'alfabeto si succedono secondo un ordine fissato nell'antichità.

Si ritiene che la realizzazione del primo alfabeto risalga alla metà del II millennio avanti Cristo a opera di popoli semitici della Siria e della Palestina, che idearono l'uso delle lettere e associarono a ciascuna di esse un segno grafico derivandolo dai geroglifici egiziani.

LETTERE E NUMERI.

Il criterio con cui le lettere furono originariamente ordinate all'interno dell'alfabeto non è certo. L'ipotesi più attendibile è che *i caratteri grafici delle lettere venissero usati anche per indicare piccoli numeri*, per cui il segno corrispondente all'uno fu collocato nell'alfabeto al primo posto, quello corrispondente al 2 al secondo posto e così via. Con lievi modifiche e aggiunte, dall'alfabeto semitico derivò quello fenicio, da questo quello greco, quindi quello etrusco, poi il latino e infine l'italiano moderno.

