



AVVISO

Ordine

1. Ordine: Webinar Covid-19
2. ENPAF: iniziative
3. Linee indirizzo Regione Campania

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. Maculopatia: dalla prevenzione ai trattamenti
5. A che cosa serve la vitamina B12? ecco dove si trova e che cosa succede se manca.



Prevenzione e Salute

6. Sonno: quali alimenti lo favoriscono?
7. Lo sai che saltare i pasti favorisce l'emicrania?



Proverbio di oggi.....
Chi vo' male a chesta casa ha da crepà' primma ca trase!

LO SAI CHE SALTARE I PASTI FAVORISCE L'EMICRANIA?

Saltare i pasti, mangiare ad orari non regolari, o addirittura digiunare, possono diventare fattori scatenanti l'emicrania.

– Spiega il dr Vincenzo Tullo, specialista neurologo e responsabile dell'ambulatorio sulle cefalee di Humanitas.

Il calo glicemico conseguente a uno stile di vita non regolare, insieme a una **dieta** non bilanciata, favorisce la comparsa dell'emicrania.



Sebbene non ci siano cibi che facciano scomparire il mal di testa, tuttavia associare trattamenti farmacologici a consigli per lo stile di vita e la dieta, aiutano gli emicranici cronici a gestire i sintomi.

Pertanto, per ridurre intensità e frequenza degli **attacchi di emicrania** è preferibile:

1. *non saltare i pasti e non digiunare*
2. *mangiare ad orari regolari*
3. *consumare gli alimenti che si tollerano meglio*
4. *mai farsi mancare cibi freschi*
5. *ridurre alimenti ricchi di conservanti e additivi chimici*
6. *privilegiare frutta e ortaggi di stagione, legumi e cereali*
7. *consumare alimenti "detox" per depurare l'organismo come minestre, zuppe con legumi*

(Salute, Humanitas)

PREVENZIONE E SALUTE**SONNO: QUALI ALIMENTI LO FAVORISCONO?**

Per avere una giornata produttiva, è necessario aver passato una nottata tranquilla, così come un buon sonno si può garantire seguendo stili di vita sani di giorno.

Prestare attenzione a ciò che mangiamo è la prima cosa da fare per assicurarci una buona notte.

Ci sono **alcuni alimenti**, infatti, che **favoriscono un sonno di qualità**: vediamo quali sono insieme alla dottoressa [Lara Fratticci](#), neurologa di Humanitas.

In che modo ciò che mangiamo influenza il sonno?

A determinare un corretto (o scorretto) ritmo sonno/veglia, sono i **nutrienti di cui sono composti gli alimenti**:

- *a seconda del quantitativo di vitamine, carboidrati, lipidi, proteine presenti in ciò che mangiamo, il nostro organismo produrrà sostanze in grado di favorire o meno il sonno.*

Ad esempio, il caffè stimola il sistema nervoso, rendendoci vigili e attivi, andando quindi a inficiare sulla ciclicità del nostro sonno.

Dobbiamo invece preferire quegli alimenti che favoriscono la produzione di ormoni e sostanze che invece conciliano il sonno, come

- la **melatonina**,
- la **vitamina B6** (fondamentale perché concorre all'utilizzo del triptofano, un amminoacido che favorisce a sua volta la sintesi della serotonina, fondamentale per il rilassamento),
- il **magnesio** e il **potassio**.

I cibi da favorire per un sonno migliore

I **carboidrati complessi** come riso, pasta, pane e orzo sono ricchi di triptofano, l'ormone precursore del rilassamento, così come **alcune carni bianche** come il pollo e il tacchino.

Il triptofano si trova anche nel **pesce**, nel **latte**, nelle **uova**, nella **frutta secca**, come noci e mandorle, ricche di magnesio e Omega 3.

Le **vitamine del gruppo B**, in particolare la B1, B6 e B7, sono anch'esse molto importanti per il buon sonno. La B1 si trova nei cereali e nel lievito, la B6 nei cereali integrali, nelle verdure a foglia verde come ad esempio le cime di rapa, la cicoria, ma anche negli spinaci.

La B7 è contenuta, tra gli altri alimenti, nelle carni magre e nel tuorlo d'uovo.

Magnesio e potassio li troviamo in alcuni tipi di frutta, come le albicocche, le banane (un super alimento per dormire, contiene infatti anche vitamina B6 e triptofano, producendo serotonina), ciliegie, kiwi e pesche. Anche una **tazza di latte** o una **tisana** potrebbero favorire il buon sonno:

- *il latte, in particolare, favorisce l'attivazione della serotonina, mentre le tisane, magari alla melissa, al tiglio, o al biancospino, hanno proprietà rilassanti e distensive.*

Attenzione solo a non bere tisane e latte subito prima di coricarsi: lo stimolo a urinare potrebbe arrivare nel pieno del sonno, costringendo ad alzarci. Meglio berle un paio d'ore prima di andare a dormire.

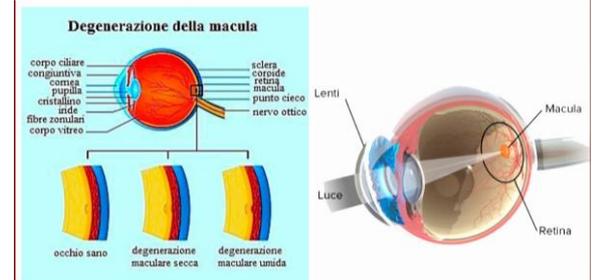
(Salute, Humanitas)



SCIENZA E SALUTE**MACULOPATIA: DALLA PREVENZIONE AI TRATTAMENTI**

Come ogni altra parte del nostro organismo, anche gli occhi invecchiano e si ammalano.

Tra le varie patologie che possono colpirli, la maculopatia è una delle più diffuse.

**Cos'è la maculopatia?**

In generale, per maculopatia si intendono tutte quelle patologie che riguardano la **macula**, l'area centrale della **retina** situata nella parte posteriore del globo oculare.

La maculopatia causa la progressiva perdita della visione centrale, che limita la funzione visiva del paziente fino all'impossibilità di riconoscere i volti, leggere, distinguere i colori.

Quali maculopatie esistono?

Ne esistono di **ereditarie**, come per esempio la distrofia maculare giovanile o la distrofia vitelliforme di Best, e **acquisite**, come la maculopatia miopica, la corioretinopatia sierosa centrale (CRSC), l'edema maculare cistoide, il foro maculare idiopatico e la maculopatia degenerativa senile.

Quest'ultima è senza dubbio la forma più comune nelle persone anziane.

Maculopatia senile: le possibili cause

Tra le patologie all'occhio più comuni dopo i 55 anni, menzioniamo la **maculopatia degenerativa**.

La degenerazione maculare senile si differenzia in una forma non essudativa o "**secca**" e in una forma essudativa o "**umida**".

Nella degenerazione maculare senile "secca" compaiono lesioni caratteristiche chiamate drusen (accumuli di detriti cellulari) e aree di atrofia.

Nella degenerazione maculare "umida" oltre a queste lesioni si sviluppano nuovi vasi sotto la retina, responsabili dell'evoluzione essudativa della degenerazione maculare.

Tra le cause della malattia, possiamo indicare, oltre ovviamente all'età e alla predisposizione genetica, la presenza di fattori di rischio, che inducono la sclerosi dei vasi localizzati sotto la retina (corioide), l'accumulo di lipidi e le alterazioni del metabolismo dell'epitelio pigmentato retinico (strato di cellule sottoretinico). In queste condizioni il fisiologico metabolismo della retina è impedito.

Prevenire la maculopatia degenerativa

La degenerazione maculare senile si previene riducendo i fattori di rischio: dal fumo di sigaretta a una scorretta alimentazione e all'esposizione agli ultravioletti, dall'ipertensione arteriosa all'ipercolesterolemia.

Consigliamo di assumere giuste quantità di **frutta, verdura e pesce azzurro**, particolarmente ricco di acidi grassi omega 3, sono associati a un minor rischio.

Dopo i 50 anni è utile una visita oculistica e, se indicato dal medico, eseguire periodici test di autovalutazione (test di Amsler) per identificare per tempo eventuali cambiamenti visivi.

Trattare la maculopatia

Nelle fasi iniziali/intermedie della malattia si possono assumere **vitamine antiossidanti e integratori minerali** per rallentare la progressione.

La forma umida viene trattata con le **iniezioni intravitreali di farmaci** che inibiscono il VEGF, fattore di crescita che stimola la neovascolarizzazione e favorisce la fuoriuscita di fluido dai nuovi vasi.

L'inizio tempestivo della terapia è in grado di arrestare la crescita dei neovasi, favorire il riassorbimento del fluido e limitare l'allargamento della lesione e quindi la perdita visiva.

Per il successo della terapia è fondamentale la diagnosi precoce e pertanto recarsi dal medico oculista all'insorgenza dei primi sintomi. (*Salute, Humanitas*)

SCIENZA E SALUTE

A CHE COSA SERVE LA VITAMINA B12? ECCO DOVE SI TROVA E CHE COSA SUCCEDDE SE MANCA

Al nostro organismo serve una piccola quantità di vitamina B12 ma questa sostanza è fondamentale per potenziare il sistema immunitario, produrre globuli rossi e proteggere il sistema nervoso e circolatorio.

«La carenza di vitamina B12 può essere legata a una **dieta vegetariana**, ma non solo. Anche gli anziani sono soggetti a rischio» spiega il professor Matteo Della Porta, ematologo e docente di Humanitas University



Che cosa è la vitamina B12?

La **vitamina B12** (o cobalamina) è una vitamina essenziale (che il nostro organismo non è in grado di produrre), solubile in acqua che si trova comunemente in una varietà di alimenti come *pesce, crostacei, carne e prodotti caseari*. «La vitamina B12 (unitamente alle altre vitamine del cosiddetto complesso vitaminico B) fisiologicamente aiuta a **mantenere sane le cellule nervose ed i globuli rossi** - ed è necessaria anche per sintetizzare il DNA, il materiale genetico presente in tutte le cellule.

La vitamina B12 è normalmente legata alle proteine del cibo e l'ambiente acido presente nello stomaco ne permette la separazione dalle stesse durante il processo di digestione».

Una volta rilasciata la vitamina B12 si combina con una sostanza (fattore intrinseco) che favorisce il suo assorbimento nel flusso sanguigno.



Le quantità consigliate

Le linee guida suggeriscono quantità comprese tra 1 e 2 mcg/die come valore medio di fabbisogno per l'adulto normale. Questo fabbisogno, aumenta di almeno il 50%, nel periodo della gravidanza in quanto, oltre al fabbisogno per la madre, c'è quello per il sostenimento della formazione dei globuli rossi del feto in accrescimento, e durante l'allattamento, poiché è attraverso il latte che il neonato assume il suo fabbisogno giornaliero di vitamina B12.

Non esistono studi specifici che abbiano analizzato i valori raccomandati per i bambini, e perciò le indicazioni sono basate su quelli degli adulti e proporzionate al dispendio energetico (*da 0.4 mcg al giorno per i neonati fino a 6 mesi, fino a 1.8 mcg nei soggetti di 9-13 anni*)



Dove si trova la vitamina B12 in natura?

Come la maggior parte delle altre vitamine anche la vitamina B12 o cobalamina non può essere direttamente sintetizzata dall'organismo e deve pertanto essere assunta con la dieta. La vitamina B12 si trova comunemente in una varietà di alimenti come **pesce, crostacei, carne e prodotti caseari**. La vitamina B12 può essere sintetizzata in natura solo da batteri, funghi e alghe. Chiarisce il professor Della Porta: «È presente, seppure in piccolissime quantità, in tutti gli alimenti di origine animale per l'accumulo delle quantità sintetizzate dai batteri (il fegato ne è particolarmente ricco).

Gli **alimenti vegetali non contengono vitamina B12**, salvo nel caso in cui siano stati contaminati da microrganismi».

A che cosa serve la vitamina B12?

Emopoiesi: La funzione principale della vitamina B12 è di partecipare al processo di sintesi (*costruzione*) dei globuli rossi da parte del midollo osseo. In questo contesto la vitamina B12 regola in particolare la sintesi dell'emoglobina (*proteina che lega l'ossigeno*) e del DNA (il materiale genetico presente in tutte le cellule). La sua azione si esercita assieme all'ac. folico (*vitamina B9*).



Protegge il sistema circolatorio: Un'altra importante funzione che svolge la vitamina B12 è quella di agire sul metabolismo dell'omocisteina che va tenuta nell'organismo entro certi livelli poiché il suo eccesso può determinare un aumento del rischio cardiovascolare.

Protegge il sistema nervoso: la vitamina B12 risulta anche necessaria al metabolismo del sistema nervoso centrale in particolare alla costituzione dei manicotti di mielina che avvolgono i nervi (*sui quali la vitamina B12 ha un effetto protettivo nei confronti dell'insorgenza di processi degenerativi*).

La B12 è utile per la salute del cervello contro la demenza senile.

Potenzia il sistema immunitario: la vitamina B12 ha un effetto di potenziamento sul sistema immunitario, in particolare sui globuli bianchi natural killer, cellule del sistema immunitario molto efficaci nella distruzione di batteri, virus e cellule tumorali.

Sviluppa i muscoli: la vitamina B12 aumenta la produzione di globuli rossi che contribuiscono alla crescita muscolare fornendo al muscolo una maggiore quantità di ossigeno e nutrienti.

Per questo motivo viene spesso usata sotto forma di integratori nello sport.

Benefici a cute e capelli: ha un effetto rigenerante delle cellule che formano il cuoio capelluto, e soprattutto su quelle cellule che formano il bulbo pilifero. Agisce anche sulle cellule che formano le unghie, promuovendone la rigenerazione.

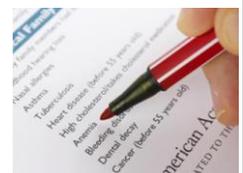
Da che cosa dipende la carenza di vitamina B12?

Il corpo umano deposita la vitamina B12 in quantità che valgono per diversi anni, quindi il **deficit nutrizionale di questa vitamina è estremamente raro** e gli anziani sono i soggetti più a rischio. La carenza di vitamina B12 può essere correlata:

- ❖ ad una dieta vegetariana in quanto la vitamina B12 si trova prevalentemente nei cibi di origine animale
- ❖ ad un problema di celiachia, in quanto questa sostanza viene assorbita a livello dell'ileo (intestino), che nei celiaci può essere danneggiata in seguito ad assunzione di glutine
- ❖ ad un deficit di assorbimento causato dalla non corretta secrezione del fattore intrinseco a livello gastrico

Che cosa succede se manca la vitamina B12?

Anemia Perniciosa o Megaloblastica: poiché la vitamina B12 è essenziale per la sintesi dei globuli rossi, una sua carenza si manifesta con una riduzione del numero di globuli rossi maturi in circolo (anemia). A livello del midollo osseo si assiste ad un accumulo di progressivo di progenitori (cellule del sangue di grandi dimensioni), che non completano il proprio percorso di maturazione a globuli rossi. I **sintomi** con cui si manifesta l'anemia sono debolezza, ipotensione, cioè pressione sanguigna bassa, pallore. Disturbi del sistema nervoso: altri sintomi che si manifestano nell'organismo in conseguenza da carenza di vitamina B12 comprendono manifestazioni a carico del sistema nervoso centrale come debolezza a livello di braccia e gambe, difficoltà a parlare e a camminare.



Che cosa succede nei soggetti che hanno un eccesso di vitamina B12?

Ad oggi **non sono riportati in letteratura scientifica** effetti collaterali dovuti ad eccesso di assunzione di vitamina B12. Tuttavia gli studi hanno osservato che in alcuni soggetti, come per es. quelli affetti da nefropatia diabetica, un'eccessiva assunzione di vitamina B12 e acido folico può causare per tossicità un peggioramento della funzionalità renale. Quindi in ogni caso, non è consigliabile assumere grandi quantità di vitamina B12 in assenza di uno stato carenziale. (*Salute, Corriere*)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



Misure Assistenziali a Sostegno della Categoria per Covid 19

In Tabella le misure dell'ENPAF a sostegno dei Farmacisti contagiati da COVID-19



MISURE A SOSTEGNO DELLA CATEGORIA PER COVID 19



È previsto l'intervento della Sezione Assistenza in questi casi:

1. **DECESSO del Farmacista iscritto**,
anche se titolare di pensione, vittima del COVID – 19. Il contributo è pari a **11.000,00 euro**;
2. **RICOVERO del Farmacista iscritto**,
anche se titolare di pensione, presso una struttura ospedaliera a seguito di positività al COVID – 19. Il contributo è pari a **200,00 euro per ogni giornata di ricovero**
3. **ISOLAMENTO OBBLIGATORIO domiciliare o presso struttura dedicata**, disposto con provvedimento dell'Autorità sanitaria competente, del farmacista iscritto, anche se titolare di pensione, a seguito di positività al COVID – 19. Il contributo è pari a **100,00 euro per ogni giornata di isolamento**;
4. **CHIUSURA TEMPORANEA DELLA FARMACIA o della PARAFARMACIA**, in conseguenza del contagio da COVID – 19 del titolare o del socio delegato, è pari a **400,00 euro per ogni giornata di chiusura**.

Domanda di richiesta contributo

Alla domanda diretta ad ottenere il contributo deve essere allegata:

- a. per il **decesso**, una dichiarazione sostitutiva di certificazione;
- b. per il **ricovero**, la documentazione sanitaria da cui emerge il ricovero a causa di positività al COVID – 19 e la durata del ricovero stesso;
- c. per il **isolamento obbligatorio** da COVID - 19, la documentazione amministrativa/sanitaria da cui emerge il periodo di isolamento obbligatorio;
- d. per la **chiusura temporanea** a causa del contagio da COVID -19, la documentazione amministrativa da cui emerge il periodo di chiusura dell'esercizio.

l'inoltro della domanda e dei relativi allegati dovrà avvenire esclusivamente tramite Posta Elettronica Certificata all'indirizzo posta@pec.enpaf.it

ORDINE: ENPAF e WELFARE Integrativo



ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI

Presidente: **Prof. Vincenzo Santagada**



ENPAF e Welfare Integrativo

EMAPI: COPERTURA SANITARIA INTEGRATIVA

Cos'è l'EMAPI

Ente di Mutua Assistenza per i Professionisti Italiani è un'associazione senza finalità di lucro e Fondo sanitario riconosciuto dal Ministero della Salute, costituito da 12 enti di previdenza privati: Cassa Forense, Cassa Geometri, Cassa Nazionale dei Dottori Commercialisti, Cassa Notariato, ENPAB, ENPACL, ENPAF, ENPAM, ENPAP, ENPAPI, EPAP ed EPPI.

TIPOLOGIE DI ASSISTENZA CONVENZIONE ENPAF - EMAPI

La Convenzione eroga attualmente agli iscritti dell'ENPAF **tre tipologie** di coperture:

- Assistenza Sanitaria Integrativa (ASI)** che consta di due forme di garanzia:
 - Copertura Base "**Garanzia A**" (Grandi Interventi Chirurgici e Gravi eventi morbosi)
 - Copertura "**Garanzia B**"
 1. Copertura integrativa **B Smart** (Interventi e Ricoveri non compresi nella Garanzia A)
 2. Copertura integrativa **B Plus** (Ricoveri, extraospedaliere, domiciliari)

- LTC - Long Term Care** che in caso di non autosufficienza permanente eroga una rendita mensile vita natural durante. Il singolo iscritto può volontariamente aumentare l'entità della rendita, versando dei contributi ulteriori rispetto a quello pagato direttamente dal proprio Ente di previdenza.

Copertura Infortuni professionali ed extraprofessionali che copre il professionista ed eventualmente il suo nucleo familiare dagli infortuni che possono sopraggiungere durante l'attività lavorativa e non.

OBIETTIVO DELLA PROTEZIONE ASSICURATIVA

Queste coperture offrono l'accesso in tempi brevi alle migliori strutture convenzionate e ai migliori specialisti scelti per qualità ed efficienza da parte dell'EMAPI e a condizioni economiche decisamente vantaggiose rispetto al mercato. L'Assistenza Sanitaria si può **estendere**, con un costo aggiuntivo, anche a **tutti gli appartenenti al proprio nucleo familiare**, compreso il partner indipendentemente dal genere e dallo stato civile.

TIPOLOGIE di ASSISTENZA: ASSISTENZA SANITARIA INTEGRATIVA ❖ COPERTURA BASE "GARANZIA A"

IN COSA CONSISTE LA PROTEZIONE ASSICURATIVA

Questa copertura rimborsa le spese sanitarie affrontate per i ricoveri determinati da gravi patologie indicate **nell'apposito elenco consultabile sul sito**. L'obiettivo è quello di metterti a disposizione strumenti sanitari efficienti e in maniera rapida (*ad es. erogati in regime privato*) per avere un aiuto qualora dovessi affrontare un grave problema sanitario, sollevandoti dalla preoccupazione economica di doverli pagare.

PRINCIPALI CARATTERISTICHE

- ❖ **Massimale: € 400.000 anno/nucleo familiare**
- ❖ **Franchigia e scoperto:**
 - **Struttura sanitaria/personale medico ambedue convenzionati:** in questo caso non è prevista applicazione di costi a carico dell'assistito.
 - **Strutture sanitarie non convenzionate con la Compagnia assicurativa:** è applicata una franchigia di € 300 per sinistro e uno scoperto pari al 15% con un massimo di € 2.000 a carico dell'assicurato; le prestazioni pre e post ricovero effettuate presso strutture/personale medico non convenzionati sono rimborsate con applicazione del solo scoperto.
- ❖ **Indennità sostitutiva:** nel caso in cui non sia stata presentata alcuna richiesta di rimborso per le spese inerenti al ricovero, verrà corrisposta un'indennità sostitutiva di € 155, previa applicazione di franchigia di 1 giorno, per ogni giorno di ricovero. È possibile altresì annessere alla richiesta di indennità sostitutiva anche le spese per accertamenti sostenute prima e dopo il ricovero.
- ❖ **Ricoveri/Day Hospital** (pre e post intervento): indennità prevista di € 50 al giorno
- ❖ **Accessi ambulatoriali per terapie oncologiche:** indennità prevista di € 50 al giorno

- ❖ **Prestazioni Extra Ospedaliere** (per il solo caponucleo): è previsto un massimale di € 600 per anno assicurativo per prestazioni extraospedaliere (alta diagnostica radiologica e terapie)
- ❖ **Interventi chirurgici odontoiatrici extraricovero:** è previsto un massimale di € 10.000 per nucleo familiare/anno assicurativo per le prestazioni odontoiatriche elencate nel contratto.
- ❖ **Accesso a tariffario agevolato:** è previsto un tariffario convenzionato per le prestazioni non rientranti in tale "Garanzia A". Si tratta di prestazioni dentarie, ospedaliere ed extraospedaliere, fisioterapiche e riabilitative.

CHI PUÒ BENEFICIARNE

La "**Garanzia A**" di base è attivata automaticamente in favore degli iscritti e pensionati attivi dell'ENPAF. Per costoro, quindi, è una **copertura senza costi a carico del Professionista** che non prevede la compilazione della modulistica di adesione.

POSSO ESTENDERE LA COPERTURA AI MIEI FAMILIARI?

È possibile ampliare la tua copertura anche al tuo nucleo familiare, da aprile a luglio di ogni anno, compilando semplicemente la modulistica di adesione on-line e versando il relativo contributo.

COME BENEFICIARE DELLA COPERTURA

Le soluzioni possibili sono tre:

1. **rivolgersi ad una struttura e a un medico convenzionati con la Compagnia di assicurazione RBM Salute** (in questo caso non si dovranno sostenere spese). Per questa soluzione occorre prima farsi autorizzare attraverso la centrale operativa EMAPI/RBM da contattare attraverso il numero verde **800991826** raggiungibile tutti i giorni h 24;
2. **rivolgersi a una struttura o un medico non convenzionati con l'assicurazione** (in questo caso si potrà chiedere il rimborso al quale verranno applicati le franchigie/scoperti previsti);
3. **rivolgersi ad una struttura pubblica** (potrà essere corrisposta un'indennità sostitutiva).

TIPOLOGIE di ASSISTENZA: ASSISTENZA SANITARIA INTEGRATIVA
❖ COPERTURA INTEGRATIVA “B SMART”

IN COSA CONSISTE LA PROTEZIONE ASSICURATIVA

L'obiettivo è quello di offrire delle coperture per completare la Garanzia A di base con una serie di prestazioni aggiuntive, diversificate in base al tipo di **Garanzia B prescelta**. Il servizio prevede, ad esempio, il rimborso di spese effettuate per ricoveri per patologie meno gravi e non compresi nella Garanzia A, per interventi chirurgici ambulatoriali, day hospital, per accertamenti diagnostici, visite specialistiche, cure fisioterapiche, check-up, prevenzione dentaria.

PRINCIPALI CARATTERISTICHE

Le **Garanzie B facoltative** escludono dai rimborsi le spese effettuate per patologie o infortuni pregresse, vale a dire diagnosticate o curate anteriormente alla data di prima adesione. Le Garanzie hanno, il **solo primo anno di adesione**, un periodo di carenza assicurativa di 200 giorni. Questo significa che per un nuovo aderente la copertura effettiva inizierà 200 giorni dopo la data di decorrenza che, essendo la Convenzione collettiva e retroattiva, coinciderà sempre con il **16 aprile di ogni anno**. L'adesione può pertanto essere effettuata in un momento qualsiasi compreso **tra il 16 aprile e il 15 luglio** fermo restando che sia la decorrenza che la carenza decorrono dal 16 aprile.

CHI PUÒ BENEFICIARNE

Tutti gli iscritti che hanno in attivo la garanzia di base “A” possono attivare le opzioni B, inoltre, è possibile estendere queste coperture integrative a tutti gli aventi diritto del proprio Nucleo Familiare.

COME E QUANDO ATTIVARE LE COPERTURE B FACOLTATIVE

Ogni anno, nel periodo compreso tra aprile e luglio, puoi aderire volontariamente alle coperture tramite la compilazione della modulistica on-line ed il versamento del relativo contributo.

COSTI PER L'ATTIVAZIONE

Visualizza la Tabella sul Sito EMAPI.

PRINCIPALI CARATTERISTICHE DELLA GARANZIA B SMART

Questa copertura è orientata a garantire **tutti i ricoveri non compresi nel piano di base**, con o senza intervento chirurgico, fatte salve le esclusioni di polizza. Sono inoltre rimborsate le prestazioni correlate al ricovero ed effettuate negli specifici lassi temporali come previsto dalle condizioni contrattuali. È una Garanzia con un costo inferiore e un set di prestazioni ridotto rispetto alla **B Plus**. Di seguito il piano:

- ❖ **Massimale:** € 200.000 anno/nucleo familiare
- ❖ **Franchigia e scoperto:** per tutte le prestazioni inerenti al ricovero, se effettuato presso strutture sanitarie non convenzionate con la Compagnia assicurativa, è prevista una franchigia di € 1.000 per sinistro e scoperto pari al 20% con un massimo di € 3.000 a carico dell'assicurato; le prestazioni pre e post ricovero effettuate presso strutture/personale medico non convenzionati sono rimborsate con applicazione del solo scoperto. In rete (struttura sanitaria e personale medico ambedue convenzionati) opera una franchigia fissa di € 300.
- ❖ **Indennità sostitutiva:** nel caso in cui non sia stata presentata alcuna richiesta di rimborso per le spese inerenti al ricovero, verrà corrisposta un'indennità sostitutiva di € 150 per ogni giorno di ricovero. È possibile altresì anettere alla richiesta di indennità sostitutiva anche le spese per accertamenti sostenute prima e dopo il ricovero.
- ❖ **Check-up B smart:** per il solo iscritto caponucleo.

COME BENEFICIARE DELLA COPERTURA

Valgono le tre soluzioni riportate nella sezione della Garanzia A

MODALITÀ DI ATTIVAZIONE / COSTI

Ulteriori informazioni circa la copertura, la procedura di attivazione e i relativi costi sono consultabili sul sito nella sezione **coperture Integrative B Smart / B Plus**.

TIPOLOGIE di ASSISTENZA: ASSISTENZA SANITARIA INTEGRATIVA
❖ COPERTURA INTEGRATIVA “B PLUS”

IN COSA CONSISTE LA PROTEZIONE ASSICURATIVA

Questa è la **garanzia più completa** rispetto alle prestazioni offerte ed è finalizzata a coprire, oltre ai ricoveri (*quelli non compresi nel piano di base*) e alle prestazioni ad essi correlati, anche le **visite specialistiche, le cure fisioterapiche, le cure dentarie da infortunio, un check-up e una visita di prevenzione dentaria annuali**, fatte salve le esclusioni di polizza.

In sintesi le principali caratteristiche:

- ❖ **Massimale:** € 260.000 anno/nucleo familiare
- ❖ **Franchigia e scoperto:** per tutte le prestazioni inerenti al ricovero, se effettuato presso strutture sanitarie non convenzionate con la Compagnia assicurativa, è prevista una franchigia di € 1.000 per sinistro e scoperto pari al 20% con un massimo di € 3.000 a carico dell'assicurato; le prestazioni pre e post ricovero effettuate presso strutture/personale medico non convenzionati sono rimborsate con applicazione del solo scoperto. In rete (struttura sanitaria e personale medico ambedue convenzionati) opera una franchigia fissa di € 400.
- ❖ **Indennità sostitutiva:** nel caso in cui non sia stata presentata alcuna richiesta di rimborso per le spese inerenti al ricovero, verrà corrisposta un'indennità sostitutiva di € 150 per ogni giorno di ricovero. È possibile altresì anettere alla richiesta di indennità sostitutiva anche le spese per accertamenti sostenute prima e dopo il ricovero.
- ❖ **Extraospedaliera e domiciliari:** prestazioni di alta diagnostica radiologica e terapie, visite specialistiche e accertamenti diagnostici, cure fisioterapiche e riabilitative.

- ❖ **Check-up B Plus:** per il solo iscritto caponucleo.
- ❖ **Prevenzione dentaria annuale:** per il solo iscritto caponucleo, è prevista una visita di controllo con ablazione del tartaro da effettuare presso gli studi convenzionati.
- ❖ **Cure e protesi dentarie da infortunio.**

PRINCIPALI CARATTERISTICHE

Le **Garanzie B facoltative** escludono dai rimborsi le spese effettuate per patologie o infortuni pregresse, vale a dire diagnosticate o curate anteriormente alla data di prima adesione.

Le Garanzie hanno, il **solo primo anno di adesione**, un periodo di carenza assicurativa di 200 giorni. Questo significa che per un nuovo aderente la copertura effettiva inizierà 200 giorni dopo la data di decorrenza che, essendo la Convenzione collettiva e retroattiva, coinciderà sempre con il **16 aprile di ogni anno**. L'adesione può pertanto essere effettuata in un momento qualsiasi compreso **tra il 16 aprile e il 15 luglio** fermo restando che sia la decorrenza che la carenza decorrono dal 16 aprile.

CHI PUÒ BENEFICIARNE

Valgono le tre soluzioni riportate nella sezione della **Garanzia A**. ????? verificare

MODALITÀ DI ATTIVAZIONE / COSTI

Ulteriori informazioni circa la copertura, la procedura di attivazione e i relativi costi sono consultabili sul sito nella sezione **coperture Integrative B Smart / B Plus**.



CONTATTI: per maggiori informazioni (*richiesto di supporto e adesioni*) contattare gli Uffici EMAPI al numero **848881166** oppure **06/44250196** dal lunedì al venerdì, dalle ore 9:30 alle ore 12:30 e dalle ore 15:00 alle ore 16:30.

Linee di Indirizzo Regione Campania per la CURA e la presa in carico del Paziente COVID-19 a DOMICILIO

Informazioni utili a comprendere sempre di più cosa fare e a chi rivolgersi, in funzione dello stadio e della eventuale presenza di sintomi.

LINEE DI INDIRIZZO REGIONE CAMPANIA PER LA CURA E LA PRESA IN CARICO DEL PAZIENTE COVID-19 A DOMICILIO				
TIPOLOGIA PAZIENTE	SINTOMATOLOGIA CLINICA	MONITORAGGIO	TERAPIA FARMACOLOGICA	AZIONI
ASINTOMATICO	Assenza di sintomi	Isolamento presso il proprio domicilio per 10 giorni e final al tampone negativo	Nessuna terapia specifica. Utile: Vitamina C 1gr/die	Il paziente asintomatico deve rimanere in contatto con il proprio MMG tramite <i>App e-Covid</i>
PAUCISINTOMATICO	<ul style="list-style-type: none"> Raffreddamento Alterazione olfatto/gusto (<i>Anosmia, Ageusia</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> Controllo Temperatura corporea due volte al dì 	Nessuna terapia specifica • Utile: Vitamina C 1gr/die e Complesso Vitamina B due volte al die (bid)	<ul style="list-style-type: none"> In caso di peggioramento clinico (<i>e-Covid</i>) operare come nei pazienti con stato Clinico Successivo
SINTOMI LIEVI IN ASSENZA DI FATTORI DI RISCHIO	<ul style="list-style-type: none"> Febbre Raffreddamento Tosse secca stizzosa Eupnoico Anosmia, ageusia Nessuna alterazione della coscienza 	Monitoraggio clinico telefonico/ telemedicina 2 volte al dì <ul style="list-style-type: none"> Controllo temperatura corporea e atti respiratori Controllo saturazione ossiemoglobinica di base e dopo cammino per almeno 6 min. Controllo idratazione Controllo Alimentazione 	<ul style="list-style-type: none"> Paracetamolo 1g x 3/die Ibuprofene 400mg bid + gastroprotezione Azitromicina 500 mg: 1cp/die per 6 gg. 	<ul style="list-style-type: none"> Segnalazione al coordinatore AFT per l'attivazione delle USCA per l'esecuzione del Tampone Nasofaringeo (TNF); Se la saturazione è inferiore a 94 in assenza di comorbidità contattare MMG o USCA <p>(N.B. : in caso di peggioramento clinico importante (Febbre persistente non responsiva a sintomatici, tosse con difficoltà respiratoria) contattare 118</p>
SINTOMI LIEVI IN PRESENZA DI FATTORI DI RISCHIO* *In presenza di almeno 1 dei fattori indicati: <ul style="list-style-type: none"> Età 65 anni Comorbidità (ipertensione, BPCO, Patologia cardiovascolare, diabete, obesità, insufficienza renale cronica) Gravidanza Immunodepressione 	<ul style="list-style-type: none"> Febbre >37,5° e < 38,6° Raffreddamento Tosse secca stizzosa Eupnoico Anosmia, ageusia Nessuna alterazione della coscienza 	Valutazione Clinica Domiciliare (USCA) Monitoraggio Clinico Telefonico/Telemedicina 2 volte al dì <ul style="list-style-type: none"> Controllo temperatura corporea e atti respiratori Eventuali ECG (vedi fattori di Rischio) Idratazione e cura dell'alimentazione Controllo saturazione ossiemoglobinica di base e dopo cammino per almeno 6 min. EGA (emogasanalisi arteriosa) ed Ecografia polmonare se saturazione < a 92% 	<ul style="list-style-type: none"> Paracetamolo (Valutare per comorbidità dal MMG) Ibuprofene 400mg: 1 cp ogni 8 ore per 2 giorni poi 1 cp ogni 12 ore + gastroprotezione Azitromicina 500 mg: 1cp/die per 6 gg. Valutare la possibilità terapeutica di aggiungere Desametasone (6mg/die) ed Eparina bpm dopo consulto specialistico (vedi Fattori di rischio)	<ul style="list-style-type: none"> Segnalazione al coordinatore AFT per l'attivazione delle USCA/118 /UOPC distrettuale per l'esecuzione del Tampone Nasofaringeo (TNF); Se la saturazione è inferiore a 94 in presenza di comorbidità contattare MMG o USCA <p>(N.B. : in caso di peggioramento clinico importante (Febbre persistente non responsiva a sintomatici, tosse con difficoltà respiratoria) contattare 118</p>
SINTOMI MODERATI CON O SENZA FATTORI DI RISCHIO *	Tutti i seguenti segni: <ul style="list-style-type: none"> Tosse secca continua e stizzosa Dispnea Almeno uno tra i seguenti: 1. Frequenza cardiaca >100 bpm 2. Astenia marcata con Febbre > 37,5° 	Necessaria Valutazione clinica domiciliare del paziente con: <ul style="list-style-type: none"> Approfondimento anamnestico dei fattori di rischio cardiovascolare ed eventuale ECG Controllo temperatura due volte al dì Valutazione 4 volte al dì della saturazione (SpO₂ < 95 avvisa il MMG) Esami di laboratorio prescritti dal MMG Emogasanalisi se saturazione < a 92% Ecografia polmonare Controllo saturazione ossiemoglobinica di base e dopo cammino per almeno 6 minuti. 	<ul style="list-style-type: none"> Paracetamolo : 1g per 3 volte/die (se richiesto dalla clinica) Ibuprofene 400mg: 1 cp ogni 8 ore per 2 giorni poi 1 cp ogni 12 ore + gastroprotezione Azitromicina 500 mg: 1cp/die per 6 gg. Utilizzo Corticosteroide (Desametasone 6mg/die) Nei pazienti allettati o a mobilità ridotta va prevista la profilassi con Eparina a basso peso molecolare almeno (4000UI/die) * Valutare con lo specialista infettivologo ulteriori necessità quali terapia antivirale da praticare in ambiente ospedaliero	<ul style="list-style-type: none"> Segnalazione al coordinatore AFT per l'attivazione delle USCA/118/UOPC distrettuale per esecuzione del Tampone Nasofaringeo (TNF); <p>(N.B. : in caso di peggioramento clinico importante (Febbre persistente non responsiva asintomatici, tosse con difficoltà respiratoria) contattare 118</p>