



AVVISO

Ordine

1. Ordine: Tampone gratuito
2. Vaccini anti-Covid
3. Enpaf

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. Praticare il digiuno intermittente: fa bene alla salute non solo alla linea
5. Mal di testa: gli alimenti da evitare
6. Che cosa è il microbiota intestinale



Prevenzione e Salute

7. Tentazione pisolino? meno di 30 min. fa bene al Cervello
8. A cosa serve il Pap Test e ogni quanto farlo.

GUACCI.

LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.



Proverbio di oggi.....
E' 'na pasta d'ommo E' una pasta d' uomo – persona buona

TENTAZIONE PISOLINO? meno di 30 minuti fa bene al Cervello

Più memoria, maggiore orientamento e agilità mentale: ecco i benefici di un breve pisolino pomeridiano fatto quattro volte a settimana. Soprattutto per gli over 60.



Il passo dalla sedia al divano per schiacciare un pisolino dopo pranzo è davvero breve. Ma la buona notizia è che non dobbiamo sentirci in colpa: secondo una ricerca pubblicata su [General Psychiatry](#) il pisolino pomeridiano sarebbe associato a un **miglioramento dell'agilità mentale, della consapevolezza di noi stessi nello spazio, della fluenza verbale e della memoria operativa.**

POCO E SPESSO. Lo studio ha rilevato performance cognitive "notevolmente superiori" in coloro che riposavano regolarmente, in confronto a chi dormiva solo di notte. Inoltre, secondo gli esperti, una breve pennica dopo pranzo può aiutare a recuperare una notte in bianco. Tuttavia è bene non esagerare:

«*Riposini lunghi e molto frequenti sono stati associati a scarse funzioni cognitive.*»
«Al contrario, **riposini brevi** (meno di 30 minuti) e **frequenti** (quattro volte a settimana) sono stati associati con una

- *diminuzione dell'84% del rischio di sviluppare la malattia di Alzheimer.*»

Un'altra differenza tra chi riposa e chi no è data dal livello di trigliceridi nel sangue: l'analisi ha infatti rilevato un livello notevolmente più alto (anche se nella norma) di **trigliceridi** negli ultrasessantenni che schiacciavano regolarmente un pisolino, rispetto a chi non dormiva. Questa scoperta va a complementare i risultati di **altri studi** secondo i quali il riposino rientrerebbe nei fattori di rischio di malattie cardiovascolari: per gli autori, i livelli maggiori di trigliceridi potrebbero essere dovuti al fatto che chi riposa regolarmente al pomeriggio tende a essere più sedentario (e sovrappeso). (*Salute, Focus*)

PREVENZIONE E SALUTE

A cosa serve il Pap Test e ogni quanto farlo

*Il **Pap Test** è un esame che permette, tramite l'analisi di cellule prelevate dal collo dell'utero, di rilevare la presenza di un cancro o di lesioni precancerose curabili, oltre che infezioni batteriche, micotiche o virali in atto.*

Il **Pap Test** è un esame **veloce e facile da attuare**: ce ne ha parlato la dottoressa [Barbara Bianchini](#), ginecologa di Humanitas Cancer Center.

Cos'è il pap test

Il pap test è un esame che rappresenta la prima fase di screening per una **diagnosi precoce del tumore del collo dell'utero**.

Le fasi iniziali della patologia, ovvero **le lesioni precancerose, sono asintomatiche**, e il pap test permette di verificarne la presenza.

“Questo prezioso strumento di diagnosi precoce può davvero salvare la vita e a oggi molte donne devono proprio al pap test la loro vita”, sottolinea la dottoressa Bianchini.

Il tumore del collo dell'utero si manifesta principalmente in seguito a un'infezione causata dal **virus dell'HPV** (Papilloma virus), che **si trasmette tramite rapporti sessuali**. Nel caso in cui il risultato del primo pap test mostri la presenza delle alterazioni cellulari, non è detto comunque che sia in corso un tumore, perché circa nel 90% dei casi **l'organismo è capace di eliminare il virus in autonomia**.

Solo **nel 5% dei casi l'HPV provoca alterazioni alle mucose** che possono poi sfociare in tumori. Dalla comparsa delle lesioni precancerose allo sviluppo del cancro possono passare però fino a dieci anni, un periodo di tempo in cui il pap test rappresenta uno **strumento efficace di prevenzione**.

Quando va fatto il pap test?

Il consiglio per tutte le donne è quello di sottoporsi al primo pap test nel giro di **due anni dall'inizio dell'attività sessuale**. Il momento in cui iniziare a sottoporsi al pap test non è quindi legato a un'età specifica della paziente.

Ai soggetti sani si consiglia poi di **eseguire il pap test ogni tre anni**, con regolarità.

Nel caso in cui la paziente sia sottoposta a fattori di rischio, o in passato sia risultata positiva all'HPV, il pap test andrebbe invece svolto ogni anno.

Il pap test **non si può effettuare durante il periodo del flusso mestruale**, per questo va prenotato tra la comparsa di una mestruazione e un'altra.

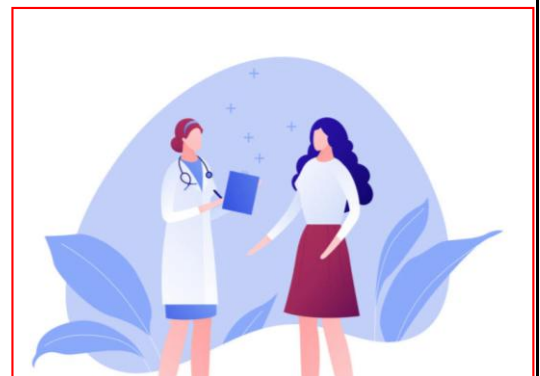
Se si tratta del periodo periovulatorio, solitamente si preleva anche un quantitativo maggiore di cellule da esaminare.

L'esame si può effettuare anche dopo il primo trimestre di gravidanza, poiché il test **non rappresenta un rischio né per la madre né per il feto**.

È inoltre consigliabile **astenersi da rapporti sessuali nei tre giorni precedenti il pap test**, poiché spermatozoi residui potrebbero interferire con l'attendibilità del risultato.

Allo stesso modo è meglio evitare nei giorni precedenti **ovuli e lavande vaginali**, che potrebbero nascondere l'esistenza di alterazioni cellulari.

I contraccettivi orali e la spirale intrauterina invece non sono controindicati per l'esecuzione del pap test.



Come si svolge il Pap Test?

Il pap test è un esame che viene svolto **durante la visita ginecologica** e che dura circa un paio di minuti. Non è un esame doloroso, ma per alcune donne può risultare fastidioso.

Funziona in questo modo: lo specialista, tramite un **apposito divaricatore a becco d'oca** chiamato speculum **preleva delle cellule dal collo dell'utero** con uno strumento apposito, poco invasivo.

Queste vengono fissate su un vetrino per essere inviate ai laboratori che si occupano dell'analisi:

- per ricevere un referto in genere ci vogliono dai **dieci ai quindici giorni**.

L'esito del Pap-Test: Nel caso in cui l'esito del pap test risulti negativo, ciò vuol dire che **non sono state individuate alterazioni cellulari** dal campione prelevato: l'esame andrà ripetuto a una distanza temporale che va dall'uno ai tre anni.

In caso di riscontro positivo della presenza di anomalie cellulari, si può procedere con **l'HPV test**, il quale permette di individuare, se presente nel tratto genitale, il **DNA del virus**.

L'esame si svolge come un tampone vaginale e certifica il contagio da HPV, ma non il fatto che si sia sviluppato un tumore. In Humanitas è possibile eseguire il **Pap Test** anche in **fase liquida**, al posto che su vetrino, una metodologia che **rende l'esame ancora più attendibile**.

Nel caso di esito positivo inoltre questo esame permette di eseguire sullo stesso campione la ricerca del DNA del virus, **senza dover procedere a un secondo esame**. (*Salute, Humanitas*)

SCIENZA E SALUTE

Praticare il DIGIUNO INTERMITTENTE: fa bene alla salute non solo alla linea

Un toccasana per il fisico e contrasta anche l'invecchiamento cellulare. Si possono scegliere differenti modalità, sempre con l'aiuto di un medico

Numerose ricerche suggeriscono come praticare il «digiuno intermittente» sia un toccasana:



- ❖ *aiuta il dimagrimento nel contesto di una dieta salutare e il corpo ne trae innumerevoli benefici, il maggiore dei quali è il contrasto all'invecchiamento cellulare.*

Alcune modalità

Si tratta di un digiuno occasionale che può essere fatto secondo differenti modalità: un giorno alla settimana, qualche giorno al mese, un pasto al giorno. Ma attenzione:

- ❖ ***digiunare non significa, in questo caso, un'astensione totale dal cibo, che diventerebbe stressante per l'organismo, ma un'importante restrizione calorica.***

A patto di deciderlo dopo aver contattato uno specialista, il digiuno offre svariati vantaggi salutari:

- ❖ *riduce lo stato di infiammazione,*
- ❖ *diminuisce i fattori di rischio per le malattie croniche tipiche della nostra epoca,*
- ❖ *migliora l'aspettativa di vita, riattiva il metabolismo,*
- ❖ *accreisce energia, lucidità, concentrazione e funzionalità sessuale,*
- ❖ *regola sonno e mobilità dell'intestino e, a livello estetico, rende la pelle più sana e bella.*

Avvertenze: «Non è indicato a tutti: nelle fasi di accrescimento (*minorenni, donne in gravidanza o allattamento*) le cellule hanno bisogno di un apporto energetico stabile e costante, quindi va evitato.

E per chi lotta da anni con il proprio peso è importante valutarne l'impatto psicologico:

- ❖ *i digiuni estremi comportano il rischio di abbuffate successive e chi soffre di anoressia o bulimia non dovrebbe mai farli.*

Qualsiasi forma di restrizione calorica può modificare l'assorbimento e la quantità di principio attivo delle medicine che prendiamo. Infine, è sconsigliato durante convalescenze o malattie». (*Salute, Corriere*)

SCIENZA E SALUTE

Mal di TESTA: gli Alimenti da EVITARE

La relazione tra alimentazione e mal di testa è più stretta di quanto non si creda.

Tra le ragioni che possono trovarsi alla fonte di un attacco di cefalea, oltre a fattori come **stress** e **cambiamenti meteorologici**, possiamo trovare l'assunzione di alcuni alimenti. In questa casistica si parla quindi di **emicrania**, una delle forme di mal di testa più comuni: ne è soggetto infatti tra

- il **10 e il 12% degli individui adulti**,
- circa il **9% dei bambini sotto ai dodici anni**.

L'emicrania, che può durare da qualche ora fino ai tre giorni, si manifesta con un dolore **localizzato e pulsante**, e spesso compare insieme ad altri sintomi come la **nausea**, il **vomito**, e l'**intolleranza all'esposizione a luci e rumori** (risp ettivamente fotofobia e fonofobia).

Come evitare di sviluppare l'emicrania in seguito all'assunzione di cibi e bevande? Lo abbiamo chiesto al dottor [Vincenzo Tullo](#), **neurologo e specialista in medicina del sonno e delle cefalee** di Humanitas.

Gli alimenti da EVITARE

- *cioccolato*
- *caffè*
- *alcolici e superalcolici*
- *carni rosse e insaccati, ricchi di nitriti e nitrati*
- *patatine fritte e cibi fritti in generale*
- *dadi da brodo*
- *alimenti contenenti glutammato*
- *frutta secca*
- *formaggi stagionati*



Non si tratta poi solamente di quali cibi si scelgono, ma anche della **quantità** che viene assunta: «Le quantità sono importanti e non solo per questi alimenti, ma anche per la dieta in generale.

Il mal di testa, infatti, può sorgere perché, ad esempio, **la digestione è faticosa e lenta** e quindi un pranzo o una cena abbondante, indipendentemente dai cibi che scatenano il dolore, può causare un attacco in soggetti emicranici».

Fondamentale uno stile di vita sano

La correlazione tra l'alimentazione e la cefalea ci permette di comprendere che **intervenire sul proprio stile di vita** può evitare che si manifesti il dolore.

Non si tratta di eliminare solamente gli alimenti che possono far scaturire il mal di testa, ma anche integrare quei cibi che "fanno bene" al sistema nervoso, come la **frutta di stagione e gli ortaggi**.

In generale uno stile di vita sano più è utile per far sì che diminuiscano **intensità e frequenza** dei mal di testa. Insieme all'alimentazione anche **abitudini di riposo corrette** e **l'attività fisica moderata ma regolare** rappresentano due fattori chiave per la prevenzione delle emicranie.

Prosegue infine l'esperto:

«I medici consigliano ai soggetti emicranici

- ❖ di **mangiare a orari regolari**,
- ❖ di **non saltare i pasti**,
- ❖ di **non digiunare** (anche l'ipoglicemia "costa" a chi soffre di mal di testa),
- ❖ di **bere almeno 1,5 litri di acqua al giorno**
- ❖ di **non abusare di farmaci antidolorifici** che contengono caffeina».

(Salute, Humaitas)

SCIENZA E SALUTE

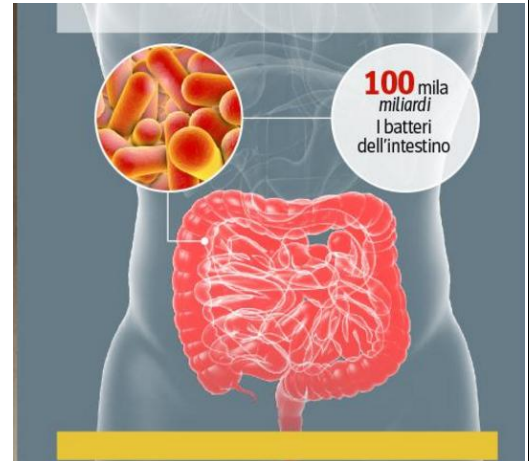
CHE COSA È IL MICROBIOTA INTESTINALE

Il microbiota intestinale è il patrimonio genetico di tutti i «nostri» batteri ed è cento volte maggiore rispetto alla somma del Dna di tutte le cellule dell'organismo

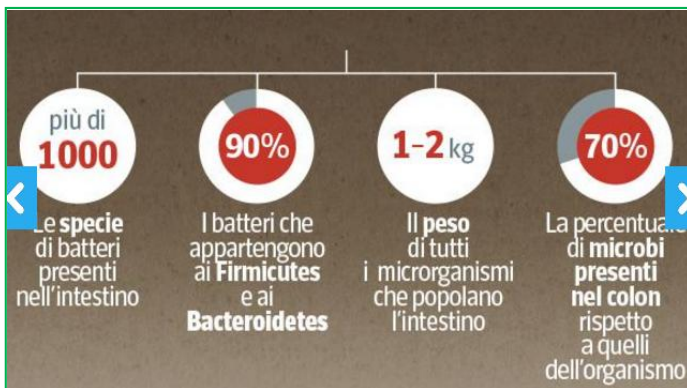
MICROBIOMA E MICROBIOTA:

Il microbiota è l'insieme dei microrganismi (batteri) presenti nell'intestino. L'insieme dei geni dei microrganismi stessi forma il **microbioma**.

Il **microbiota** di un individuo si insedia a partire dalla nascita, nei primi **4-36 mesi di vita**, a seguito del contatto con i genitori e l'ambiente esterno e contemporaneamente allo sviluppo di un sistema immunologico intestinale

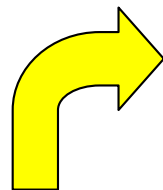


LE TIPOLOGIE DEI MICRORGANISMI



LE FUNZIONI PRINCIPALI

- Barriera contro la proliferazione dei patogeni
- Regolazione della maturazione del sistema immunitario e sua modulazione
- Produzione di vitamine (acido folico, vitamina K, vitamine del gruppo B)
- Regolazione della motilità intestinale
- Parziale recupero di energia dalle fibre alimentari



- **Obesità**
- **Diabete**
- **Malattie infiammatorie cronico intestinali**
- **Sindrome metabolica**
- **Artrite reumatoide**
- **Infezione da Clostridium difficile**
- **Tumori: stomaco, colon, intestino, fegato**
- **Disturbi psichici**

(Salute, Corriere)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



VACCINAZIONI Anti-COVID-19 per i FARMACISTI NAPOLETANI

La richiesta di vaccinazione per i farmacisti Napoletani è stata inoltrata all'Unità di crisi della Regione Campania dall'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli in data **24 Novembre**. Di seguito alcune informazioni sul calendario delle vaccinazioni:

ASL-Napoli 1 Centro e A.S.L. Napoli 3 Sud

a) Richiamo a coloro i quali hanno fatto la prima Vaccinazione

saranno contattati dall'Asl attraverso **messaggio Sms / e-Mail** con invito a presentarsi nel luogo e nell'ora del giorno stabilito per effettuare il richiamo alla vaccinazione allo **scadere del 21° giorno**. Qualora **NON si riceva alcuna comunicazione**, si invita comunque a recarsi presso il sito vaccinale dove si è fatta la prima vaccinazione.

b) Coloro i quali devono fare la prima Vaccinazione

È in corso, per i Colleghi che si sono prenotati per la vaccinazione, l'invito a presentarsi, **previo contatto dall'Asl in ORDINE ALFABETICO** e attraverso **messaggio Sms** nel luogo e nell'ora del giorno stabilito per effettuare la prima vaccinazione.

ASL-Napoli 2 Nord:

a) Richiamo a coloro i quali hanno fatto la prima Vaccinazione

per coloro i quali hanno fatto la prima vaccinazione è in corso il richiamo alla prima vaccinazione nel rispetto della scadenza fissata al

❖ **21° giorno per il vaccino Pfizer** e

❖ **28° giorno nel caso di vaccino Moderna,**

come da promemoria all'uopo rilasciato dal punto vaccinale.

L'appuntamento è fissato presso la stessa sede vaccinale e alla stessa ora del primo appuntamento. L'ASL **non invierà alcuna comunicazione** per fissare l'appuntamento, ciascuno dovrà verificare il giorno del proprio turno sul foglio di ricevuta consegnato dall'equipe vaccinale all'atto della prima somministrazione.

b) Vaccinazione per Farmacisti in Parafarmacia e Informatori Medico Scientifici ricadenti nel territorio ASL-Napoli 2 Nord

Per i Colleghi che espletano l'attività professionale in **PARAFARMACIA** o che svolgono attività come **INFORMATORE MEDICO SCIENTIFICO**, se interessati alla vaccinazione su base volontaria, possono inviare la propria candidatura alla mail istituzionale dell' **A.S.L. Napoli2 Nord:**

informatoriscientifici@aslnapoli2nord.it

Di seguito trovi il link dove potrai trovare le informazioni richieste:

<https://www.aslnapoli2nord.it/vaccinazione-covid19-per-gli-informatori-scientifici/>

COVID a Napoli, Tamponi Rapidi GRATUITI con il CAMPER dell'Ordine dei FARMACISTI

Al via l'unità mobile dell'**Ordine dei Farmacisti di Napoli** che effettuerà tamponi rapidi per diagnosticare il Covid raggiungendo «i punti più remoti e le persone in difficoltà economica».

un tampone PER TUTTI

L'Ordine ringrazia le aziende **Zentiva** e **AlfaPharma** per aver comunicato spontaneamente la volontà di supportare la Nostra iniziativa di prevenzione e screening nell'area di Napoli.

I dati raccolti dal camper confluiranno sulla **piattaforma Covid Sintonia** e rientreranno quindi nel computo dei casi accertati.

«Dopo l'iniziativa **Un Farmaco per Tutti, Una Visita per Tutti**, l'Ordine dei Farmacisti di Napoli si appresta a realizzare anche **Un Tampone per Tutti**.

L'iniziativa consente di dare un ulteriore contributo al territorio e al sistema sanitario.

Saranno effettuati tamponi rapidi antigenici nel pieno rispetto delle modalità operative riportate nel protocollo d'intesa dice il presidente dell'Ordine dei farmacisti di Napoli, **Vincenzo Santagada**.

❖ **Torre del Greco**, | 05 Febbraio, 2021





Calendario *un tampone* PER TUTTI

Ore 8.30-14.30

N.	Data	Località	Indirizzo
<i>Mese di GENNAIO</i>			
1	<i>Giovedì 7</i>	Caivano	Parco Verde
2	<i>Venerdì 8</i>	Caivano	Parco Verde
3	<i>Sabato 9</i>	Napoli	Sagrato Duomo di Napoli, Via Duomo,
4	<i>Domenica 10</i>	Napoli	Via La Certosa di Parma - Secondigliano
5	<i>Martedì 12</i>	Agerola	Via Principe di Piemonte (incrocio Via Casalone)
6	<i>Mercoledì 13</i>	Napoli	Via Arcangelo Ghisleri, (Zona Scampia - antistante Posta)
7	<i>Giovedì 14</i>	Torre Annunziata	P.zza Giovanni XXIII
8	<i>Venerdì 15</i>	Ottaviano	Area Mercatale – Via del Bono
9	<i>Sabato 16</i>	Torre del Greco	Parrocchia Preziosissimo Sangue - Via Carbolillo, 25
10	<i>Domenica 17</i>	Napoli	Chiesa S. Giuseppe e Madonna di Lourdes–P.zza Capri, 1 - S. Giovanni a Teduccio –Rione Villa
11	<i>Martedì 19</i>	Acerra	Chiesa S. Pietro Apostolo – Via Calabria
12	<i>Mercoledì 20</i>	Napoli	Piazza degli Artisti – Zona Vomero
13	<i>Giovedì 21</i>	Calvizzano	Parrocchia San Giacomo Apostolo, Piazza Umberto I
14	<i>Sabato 23</i>	Marano	Piazzetta JoseMaria Escrivà
15	<i>Domenica 24</i>	Napoli	Basilica Maria S.S. del Carmine Maggiore–P.zza Carmine
16	<i>Mercoledì 27</i>	Casola	Via Roma, 4
17	<i>Giovedì 28</i>	Casoria	Parrocchia S. Giustino de Jacobis–Via Mauro Calvanese 19
18	<i>Sabato 30</i>	Castellammare	P.zza Giovanni XXIII – Sede Comune
19	<i>Domenica 31</i>	S. Anastasia	Piazza Lavoro o Via Poggio Verde
<i>Mese di FEBBRAIO</i>			
20	<i>Mercoledì 3</i>	Frattaminore	P.zza S. Maurizio
21	<i>Giovedì 4</i>	Villaricca	Chiesa San Francesco di Assisi – Via San Francesco di Assisi
22	<i>Venerdì 5</i>	Melito	Via Lavinaio, 44 (presso Villa comunale)
23	<i>Sabato 6</i>	Palma Campania	P.zza A. De Martino
24	<i>Domenica 7</i>	Torre del Greco	Parrocchia S. Antonio di Padova – Via Nazionale, 20
25	<i>Martedì 9</i>	Napoli	Piazza Santa Maria della Fede (Zona Vicaria)
26	<i>Mercoledì 10</i>	Pomigliano	Viale Alfa 99-101
27	<i>Sabato 13</i>	S. Antonio Abate	P.zza Don Mose Mascolo
28	<i>Domenica 14</i>	Tufino	Via 4 Novembre - (P.zza Felice Esposito)
29	<i>Mercoledì 17</i>	Sorrento	Piazza Veniero
30	<i>Sabato 20</i>	Torre del Greco	Parrocchia S. Maria del Carmine - P.zza L. Palomba, 18
31	<i>Domenica 21</i>	Pozzuoli	Parrocchia S. Artema Martire – Via Modigliani 3
32	<i>Martedì 23</i>	Napoli	Scuola Secondaria I° grado “Tito Livio”–Largo Ferrandina 3
33	<i>Mercoledì 24</i>	S. Gennaro Ves.	Piazza Margherita
34	<i>Sabato 27</i>	S. Giuseppe Ves.	Santuario S. Giuseppe – P.zza Garibaldi, 1

ENPAF: Ampliamento delle Coperture di Welfare Integrato, tramite l'EMAPI

L'ENPAF, dal 1° gennaio 2021, ha attivato una nuova copertura assistenziale di welfare integrato, tramite il Fondo Sanitario EMAPI.

Si tratta della **Copertura TCM** (*Temporanea Caso Morte*) che, in caso di morte da qualsiasi causa originata, garantisce agli **eredi il pagamento di un importo pari a 11.500 euro**.

Sono posti sotto copertura tutti gli iscritti e i titolari di pensione diretta in regola con il versamento dei contributi e che, alla data del **1° gennaio 2021, non abbiano compiuto 75 anni di età**.

Così come per le altre misure di welfare integrato già operative dal 2018 (**ASI** - *Assistenza Sanitaria Integrativa e LTC - Long Term Care*), l'onere della copertura TCM è a carico del bilancio dell'Ente e, pertanto, non è necessaria alcuna iniziativa da parte degli interessati per aderirvi.

Tuttavia, ai soggetti già assicurati con la copertura attivata in forma collettiva è data la possibilità di incrementare, entro il 31 marzo 2021 (*compilando la modulistica disponibile sul sito di EMAPI*), a titolo individuale e volontario con onere aggiuntivo a proprio carico, la somma già garantita dall'ENPAF.

Per le adesioni volontarie sono previsti un periodo di carenza e delle esclusioni e, in relazione agli anni compiuti dall'assicurato, varia l'importo riconosciuto in caso di sinistro.

“Con questo ulteriore tassello, che amplia la sfera di tutele riconosciute ai propri iscritti, – l'Ente garantisce un pacchetto di welfare integrato tra i più completi nel panorama delle Casse di previdenza dei professionisti.” Le coperture, i cui **oneri economici sono integralmente a carico della Fondazione**, sono **assicurate a tutti gli iscritti** a prescindere dalla aliquota contributiva versata, purché gli stessi siano in regola con il pagamento della contribuzione. Tra le coperture di welfare integrato attivate dal 2018, c'è:

- **l'Assistenza Sanitaria Integrativa (Garanzia A copertura base)**, che copre le spese per grandi interventi chirurgici e per gravi eventi morbosi, nonché prestazioni extra ospedaliere di alta diagnostica e di terapia.
- In caso di **invalidità permanente superiore al 66%** derivante da infortunio è prevista, inoltre, la liquidazione di un indennizzo pari a **80 mila euro**.

Per le informazioni sulle strutture sanitarie convenzionate e per prenotazioni di prestazioni in forma diretta, è possibile telefonare alla Centrale operativa **Emapi/Reale Mutua** attiva dal lunedì al venerdì dalle ore 8.30 alle ore 19.30 al numero verde **800 936 633**.

E' garantita poi la **LTC (Long Term Care)**, volta ad alleviare le difficoltà dei professionisti e delle loro famiglie, supportandoli concretamente tramite l'erogazione di una **rendita mensile vita natural durante pari a 1.200 euro al mese**, nella denegata ipotesi in cui l'assicurato si dovesse trovare in condizione di non autosufficienza e necessiti, in modo permanente, dell'assistenza di un'altra persona per svolgere almeno tre su sei attività della normale vita quotidiana, oppure sia affetto da una patologia che abbia determinato la perdita delle capacità cognitive (es. *Parkinson o Alzheimer*).

La copertura è attivata in forma collettiva a favore degli iscritti e titolari di pensione diretta **Enpaf** che, **al momento dell'attivazione, non abbiano compiuto i 70 anni di età** e siano in regola con il versamento dei contributi. Gli **uffici di EMAPI** sono disposizione per qualsiasi chiarimento, dal lunedì al venerdì dalle ore 9.30 alle ore 12.30 e dalle ore 15.00 alle ore 16.30, al numero **848 88 11 66**.