



AVVISO

Ordine

1. Ordine: Vaccinazione
2. Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti di Napoli
3. Ordine: Corsi ECM

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. Che cos' è il Calcio e in quali Alimenti si trova
5. Fibre solubili e insolubili: quali differenze?



Prevenzione e Salute

6. Sono vegetariano: mi salvo dal colesterolo cattivo?
7. Mal di gola, lo sai che aumenta il rischio in ambienti troppo caldi?
8. Fiato corto: quali le cause? Non solo asma, anche anemia o cuore.

GUACCI.
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....
Chi fraveca e sfraveca nun perde maje tempo.

Sono VEGETARIANO: mi salvo dal COLESTEROLO CATTIVO?

Una dieta ricca di frutta e verdura e priva di carni può aiutare a mantenere nella norma il livello del colesterolo nel sangue.



Ma anche i cibi per **vegetariani** possono essere poco sani, quindi attenzione a che cosa mettete nel carrello al supermercato!

Le ricerche evidenziano che i **vegetariani** hanno effettivamente un livello di **colesterolo "cattivo" LDL** nel sangue mediamente più basso e un rischio ridotto di malattie cardiovascolari rispetto a persone che si alimentano anche con **carni** animali. E una ragione c'è: la maggior parte del **colesterolo** circolante nel sangue deriva dai grassi saturi presenti nell'alimentazione. Questi si trovano nelle **carni**, soprattutto se grasse, e nei latticini prodotti con latte intero, come *latte, yogurt, formaggi e gelati*.

Con la dieta vegetariana si assumono sostanze benefiche per la salute delle arterie

La **dieta** di un **vegetariano** è per lo più povera o completamente priva di prodotti animali, quindi dovrebbe essere povera di **colesterolo**.

Migliora il *metabolismo dei trigliceridi*, un altro tipo di grassi, contrastando la formazione o favorendo la riduzione delle dimensioni delle placche aterosclerotiche sulle arterie.

Frutta, verdura, noci, semi e olii vegetali contengono i *fitosteroli*, simili nella struttura e nella funzione al **colesterolo**, ma benefici per le pareti delle arterie. Ma non dimentichiamoci che molti cibi **vegetariani** sono ricchi di zuccheri e di grassi trans, per come sono preparati o conservati: per es. i *cibi fritti, la pasticceria e i prodotti da forno, i latticini* e i loro derivati.

Attenzione: la scelta **vegetariana** non è uno parafulmine contro le malattie cardiovascolari, ma può essere uno scudo se seguita con giudizio. (*Humanitas*)

SCIENZA E SALUTE

Che cos'è il Calcio e in quali ALIMENTI si trova

Il calcio è uno dei minerali più importanti per il nostro organismo, fondamentali per la salute delle ossa e non solo.

Ma a cosa serve il calcio? È vero che si trova solo nel latte e nei suoi derivati?

Approfondiamo l'argomento con la dottoressa [Martina Gozza](#), dietista di Humanitas Rozzano e Humanitas Medical care De Angeli.

Il calcio: cos'è, a cosa serve

Il calcio è il **minerale più abbondante nell'organismo**, ed è accumulato per quasi la sua totalità sotto forma di carbonato all'interno delle ossa.

È essenziale per lo **sviluppo e per la salute dei denti e delle ossa**:

- *infatti le ossa sono sottoposte a un continuo processo di rimodellamento, che prevede il riassorbimento e la deposizione di calcio all'interno del nuovo tessuto osseo.*

Questa è la funzione principale del calcio: **solo l'1% delle scorte totali prende poi parte ad altre funzioni**, come :

- ❖ *la trasmissione nervosa, la secrezione di ormoni, la contrazione dei muscoli, la vasodilatazione e la contrazione dei vasi sanguigni.*

Calcio: non solo nei latticini

Anche se le principali fonti alimentari di calcio sono il **latte e i suoi derivati** – in particolare gli yogurt, i formaggi – il calcio è presente in **alcuni vegetali a foglie verde scuro**, come il *cavolo verde e i broccoli*, nei **legumi secchi** – nei ceci, in particolare – e in molti **pesci e molluschi**, nelle vongole, nelle sardine e nelle cozze.

La frutta a guscio, poi, in particolare mandorle, noci, nocciole, pistacchi, ne contiene un quantitativo non indifferente. Inoltre il calcio si può assumere anche grazie all'idratazione, bevendo delle acque effervescenti naturali che ne sono particolarmente ricche.

Quanto calcio bisognerebbe assumere al giorno

La sua **dose giornaliera raccomandata è pari a 800 mg.**, anche se il fabbisogno individuale muta, ovviamente, in base all'**età, allo stile di vita, allo stato di salute dell'individuo**.

Come per altri nutrienti, nel **corso della gravidanza e dell'allattamento** il fabbisogno quotidiano di calcio aumenta sensibilmente.

Carenza di calcio: le conseguenze

Carenze di calcio possono rimanere asintomatiche nel breve periodo, ma se non vengono trattate adeguatamente possono portare a conseguenze anche gravi.

Un'alimentazione povera di calcio può provocare sintomi come **crampi muscolari, convulsioni, sonnolenza, pizzicore e addormentamento delle dita, scarso appetito e anomalie del battito cardiaco**. Nel lungo periodo si può andare incontro a **osteopenia** e anche all'osteoporosi.

Quali conseguenze può determinare l'eccesso di calcio?

Per quanto importante, il calcio non dovrebbe essere assunto in modo esagerato. L'eccessivo consumo, infatti, può provocare **stitichezza** e interferire con l'assorbimento del **ferro** e dello **zinco**;

Un eccesso di calcio nel sangue può anche condurre a problematiche da non sottovalutare, come **insufficienza renale, aumento del calcio nelle urine e calcoli renali, calcificazione dei vasi sanguigni e dei tessuti molli**.

(Salute, Humanitas)



SCIENZA E SALUTE

Fibre SOLUBILI e INSOLUBILI: quali Differenze?

Le fibre, forse non tutti lo sanno, non sono tutte uguali: famose per l'importante ruolo nel nostro benessere intestinale, hanno anche altre importantissime peculiarità.

Ne parliamo insieme alla dott.ssa Federica Furfaro, gastroenterologa di Humanitas.

Cosa sono le fibre?

Le fibre alimentari sono importantissime per la **regolazione di diverse funzioni fisiologiche dell'organismo**, non solo relative al movimento intestinale.

Quando mangiamo, il nostro organismo scompone il cibo in nutrienti che può utilizzare e assimilare con più facilità: questo non succede con le fibre, che restano per lo più intatte dall'assunzione alla loro eliminazione. **Ne esistono di due tipi: insolubili e solubili.**

Le fibre insolubili

Le fibre insolubili agiscono sul funzionamento del tratto gastrointestinale, ritardano lo svuotamento gastrico, facilitano il transito del bolo alimentare nell'intestino, e la conseguente evacuazione delle feci. Sono contenute soprattutto nei cereali integrali, nelle verdure e negli ortaggi. Sono insolubili, appunto, in acqua e nei liquidi corporei.

Si possono trovare quantità importanti di fibre insolubili in:

- *fagioli, noci, crusca di frumento, farina integrale, cavolfiori, fagiolini, carote, frutti di bosco*

Le fibre insolubili:

- *aiutano il corpo a elaborare meglio i rifiuti*
- *migliorano la salute dell'intestino*
- *prevengono la stitichezza*
- *riducono il rischio di malattie del colon-retto, come emorroidi e diverticolite*

Le fibre solubili

Le fibre solubili in acqua regolano l'assorbimento di alcuni nutrienti (ad esempio zuccheri e grassi) riducendolo e rallentandolo, contribuendo così al controllo del livello di glucosio e di colesterolo nel sangue. Sono presenti soprattutto nei legumi e nella frutta.

Si possono trovare quantità importanti di fibre solubili in:

- *fagioli, ceci, avena, piselli, fave, lupini, orzo, mele, agrumi.*

Le fibre solubili:

- *riducono la capacità del corpo di assorbire i lipidi*
- *contribuiscono ad abbassare i livelli di colesterolo e zucchero nel sangue*
- *possono ridurre il rischio di malattie cardiache*
- *aumentano il n. di batteri intestinali "sani", che riducono l'infiammazione e aiutano a digerire meglio*



L'importanza delle fibre per il benessere non solo intestinale

L'importanza delle fibre per regolare il transito intestinale è rinomata: infatti, facilitando il passaggio e l'evacuazione delle feci, prevengono una serie di problematiche, come la stitichezza.

Spesso la regolarità intestinale è sinonimo di un corretto funzionamento del nostro colon.

I benefici delle fibre non terminano nell'intestino, ma hanno un ruolo importante anche in altri contesti:

- **Salute del cuore:** le fibre aiutano a ridurre il colesterolo e possono aiutare a prevenire e controllare la pressione alta.
- **Diabete:** le fibre aiutano a ridurre il rischio di diabete promuovendo un controllo della glicemia
- **Controllo del peso:** le fibre permettono di sentirsi pieni prima e più a lungo, cosa che nelle diete e nei regimi alimentari più ristretti può essere di grande aiuto.

Quante fibre bisogna assumere al giorno?

Che siano solubili o insolubili, l'importante è **inserire il giusto apporto di fibre nella propria alimentazione**, a patto che non vi siano quadri clinici che ne debbano limitare l'assunzione.

Ecco le **quantità consigliate**:

Uomini di età pari o inferiore a 50 anni: 38 grammi.

Uomini di età superiore ai 50 anni: 30 grammi.

Donne di età pari o inferiore a 50 anni: 25 grammi.

Donne di età superiore ai 50 anni: 21 grammi.

Infine, optare per una dieta ricca di una varietà di cibi integrali, tra cui frutta, verdura e legumi, è un ottimo punto di partenza per assumere più fibre:

tuttavia, se non si è abituati a mangiarle o se si è abituati a mangiarne pochissime, meglio cominciare per gradi e assumerne poche alla volta, così da evitare problemi di gonfiore. (*Salute, Humanitas*)

PREVENZIONE E SALUTE

MAL DI GOLA, LO SAI CHE AUMENTA IL RISCHIO IN AMBIENTI TROPPO CALDI?

Sono molte le cause di mal di gola, ma chi ama la montagna e la neve deve sapere che gli sbalzi termici possono rovinare una bella vacanza.

Infatti, per evitare il mal di gola è meglio evitare di soggiornare in **ambienti troppo caldi**, affollati, soprattutto se la temperatura esterna è di molto inferiore –.

Questo accade perché gli sbalzi termici, da una parte facilitano la *proliferazione di virus e batteri*, e dall'altra inibiscono i fisiologici meccanismi di difesa della mucosa delle vie aerodigestive superiori.

Per proteggersi dal mal di gola, nei casi più lievi può essere sufficiente effettuare i classici *"fumenti della nonna"* con acqua, bicarbonato di sodio e camomilla, che funzionano benissimo nei casi più lievi, mantenere un'adeguata idratazione corporea assumendo liquidi e umidificando gli ambienti, mentre è sconsigliato affidarsi agli aerosol che contribuiscono solo a peggiorare la situazione.

Infine, evitare il fumo di sigaretta, gli alcolici e aumentare l'assunzione di frutta e verdura, all'interno di una dieta sana e bilanciata, aiuta anche la prevenzione del mal di gola quando la causa è il reflusso gastroesofageo, talvolta peggiorato da abbuffate ed eccessi alimentari.

Se invece il **mal di gola ha cause batteriche**, come nel caso della **tonsillite**, meglio rivolgersi al medico per iniziare un'adeguata terapia antibiotica magari preceduta da un tampone faringeo con esame colturale e antibiogramma per mirare la cura.

(*Salute, Humanitas*)



PREVENZIONE E SALUTE

FIATO CORTO: QUALI LE CAUSE? NON SOLO ASMA, ANCHE ANEMIA O CUORE

La mancanza di fiato deve essere valutata anche pensando a un'origine psicologica. Fondamentale la descrizione dei sintomi al medico che valuta se approfondire

A tutti può capitare di avere il fiato corto dopo un intenso sforzo, ma la sensazione di difficoltà a respirare, in termini medici dispnea, può anche essere la spia di numerose malattie, a **partire dall'asma per arrivare all'anemia**.

«È un sintomo che può creare angoscia, dando il via a un circolo vizioso, in cui all'eventuale malattia organica si può aggiungere una componente psicologica - spiega **Sergio Harari, dir. dell'Osp. San Giuseppe di Milano**.

Ecco perché per valutare al meglio la difficoltà respiratoria occorre anche inquadrare il profilo psicologico della persona, a maggior ragione se è presente una disparità tra la situazione clinica e la gravità della mancanza di fiato. Non di rado la dispnea può, infatti, essere ricondotta a fenomeni di ansia o depressione».

Che cosa significa dispnea? «Una difficoltà respiratoria soggettiva che comporta uno sforzo maggiore per respirare. Si tratta di un sintomo avvertito solo dal paziente, che può prescindere, in alcuni casi, da qualsiasi difficoltà respiratoria obiettiva. Può manifestarsi a riposo o essere associata all'esercizio fisico ed essere acuta o cronica».

Quali le possibili cause? «Qualunque malattia cardiopolmonare acuta o cronica può presentarsi con difficoltà respiratoria. Le cause polmonari più spesso sono l'ostruzione bronchiale legata a un attacco di asma, il pneumotorace, le polmoniti e la più grave embolia polmonare.

In gran parte dei casi la dispnea cronica è conseguenza di malattie respiratorie croniche come *broncopneumopatia cronica ostruttiva (Bpco), enfisema polmonare, l'asma, fibrosi o altre malattie interstiziali, le malattie della pleura e anche l'ipertensione polmonare, una malattia dei vasi polmonari*.

Anche problematiche cardiovascolari, come *angina, infarto e scompenso cardiaco*, possono essere accompagnate da dispnea.

Sebbene con minore frequenza, la mancanza di fiato può, essere spia di malattie come *anemia, neuromiopatie* (per es. **miastenia e Sla**), ipertiroidismo, panico e obesità».

Come si fa a scoprirne l'origine? «Bisogna prestare attenzione a come il paziente la descrive. Espressioni come *"mi manca il respiro", "mi sento soffocare", "non posso respirare profondamente" o "il mio respiro è diventato pesante"* possono essere di aiuto per indirizzare la diagnosi.

Il respiro pesante, per es., richiama un senso di costrizione toracica che può far pensare all'asma. Inoltre è importante capire se e quanto l'eventuale componente ansia influenza la mancanza di fiato. Anche la presenza di altri sintomi, come dolore al torace, palpitazioni, febbre, stanchezza, può fornire informazioni preziose. **ESAMI:** una volta visitato il paziente si passa a eventuali esami mirati. Tra questi:

- **esami del sangue** (per capire se ci sono anemia o ipertiroidismo);
- **spirometria** (per diagnosticare asma, Bpco e altre malattie respiratorie);
- **lastra del torace** (documentare una polmonite);
- **elettrocardiogramma e l'ecocardiogramma** (se si sospettano problemi cardiovascolari)».

(Salute, Corriere)

Il fiato corto, in termini medici dispnea, è un sintomo comune che indica una difficoltà soggettiva nella respirazione. La dispnea può essere **acuta** (da pochi istanti ad alcune ore) o **cronica** (almeno un mese) e avere cause cardiopolmonari oppure di altra natura

LE CAUSE DELLA DISPNEA ACUTA	DAI SINTOMI ALLA DIAGNOSI	LE CAUSE DELLA DISPNEA CRONICA
<ul style="list-style-type: none"> • Attacco di asma • Pneumotorace • Polmonite • Pleurite • Embolia polmonare • Infarto • Ansia • Inalazione di corpo estraneo 	<p style="text-align: center;">Per capire l'origine della dispnea è fondamentale</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊕ Un'accurata visita, con inquadramento del profilo clinico e psicologico del paziente per valutare anche l'eventuale presenza d'ansia, soprattutto nei casi in cui è evidente una disparità tra la situazione clinica e la gravità della difficoltà respiratoria ⊕ Eseguire esami mirati a seconda della causa sospettata. Le indagini a cui si ricorre con maggiore frequenza sono: esami del sangue (per valutare, per esempio, possibile anemia o ipertiroidismo), spirometria, lastra del torace, elettrocardiogramma, ecocardiogramma e in casi selezionati Tac. 	<ul style="list-style-type: none"> • Asma • Bpco (broncopneumopatia cronica ostruttiva) • Malattie interstiziali polmonari • Malattie cardiache • Obesità • Anemia • Malattie neuromuscolari (per esempio miastenia e sclerosi laterale amiotrofica) • Ansia, panico • Iperteroidismo

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA



ECM Gratuiti - Corsi FAD FOFI

E.C.M.
Educazione Continua in Medicina

L'accesso ai corsi federali è riservato **senza alcun onere economico** per i partecipanti e prevede un sistema di registrazione con verifica automatica del CF del farmacista.



Per promuovere l'assolvimento dell'obbligo formativo da parte di tutti i farmacisti (*combinato disposto del D.Lgs. 502/1992, del D.L. 138/2011, convertito con modificazioni dalla L. 148/2011, dell'art. 7, co. 1, del D.P.R. 137/2012, degli Accordi Stato-Regioni in materia, obbligo giuridico recepito nell' art.11 del Codice deontologico del Farmacista*) e supportare tutti gli iscritti, di seguito **l'Elenco dei CORSI Disponibili:**

Titolo Corso FAD	Link del Corso	Attivo da	Sino a	Crediti
"AMR – One Health" ID Evento 305833 - durata di 6 ore	https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=1	30 Settembre 2020	30 Settembre 2021	7,8
"Flora Batterica Intestinale e il Sistema Nervoso Centrale" ID Evento 308348 – durata di 6 ore	https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=2	28 Ottobre 2020	28 Ottobre 2021	9
"Abuso Farmaci e Sostanze Stupefacenti" ID Evento 308346 - durata di 6 ore	https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=3	28 Ottobre 2020	28 Ottobre 2021	9
"Primo Soccorso e Gestione Urgenze: il Ruolo del Farmacista" ID Evento 310908 - durata di 6 ore	https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=4	15 Dicembre 2020	15 Dicembre 2021	9
"Ipertensione Arteriosa e Monitoraggio Pressorio" ID Evento 311304 - durata di 6 ore	https://www.fadfofi.com/web/fadrazionale.asp?courseid=5	23 Dicembre 2020	23 Dicembre 2021	9

VACCINAZIONI in FARMACIA

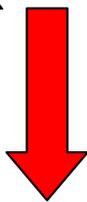
Il ruolo dei Farmacisti come Vaccinatori

Partecipazione al corso FAD dell'Istituto Superiore di Sanità "Campagna Vaccinale COVID-19: la somministrazione in sicurezza del vaccino anti SARS-CoV2/Covid 19" – Partecipazione Farmacisti

Al fine di garantire la possibilità ai **Farmacisti di poter Somministrare il Vaccino anti-Covid**, si informa che possono aderire al **Corso di formazione Obbligatorio** compilando il format riportato sul

1. sito dell'Ordine,
2. Home Page,
3. sez. News

oppure cliccando il seguente link



<http://www.ordinefarmacistinapoli.it/news/2968-campagna-vaccinale-anti-covid-2>

Si precisa che i dati così forniti **volontariamente** dagli iscritti saranno trattati dall'Ordine esclusivamente per le finalità connesse all'iniziativa e saranno trasmessi all'**Unità di Crisi della Regione Campania** che provvederà a comunicare agli interessati eventuali aggiornamenti e/o integrazioni riferiti all'oggetto della presente circolare.



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Napoli 22/03/2021
Prot. 990/21

Oggetto: **Vaccinazione in Farmacia**: Corso FAD Istituto Superiore di Sanità "Campagna vaccinale COVID-19".

Gentile *Collega*,

Ti informo che il Consiglio dei Ministri ha approvato in data 19/03/2021 il *Decreto Sostegni* che introduce la possibilità per i farmacisti di somministrare in farmacia il vaccino anti Covid, escludendo la supervisione del medico.

La misura tiene conto delle recenti iniziative attuate nei paesi appartenenti all'U.E. finalizzate alla valorizzazione del ruolo dei farmacisti nelle azioni di contrasto e di prevenzione delle infezioni da Sars CoV2 ed è ovviamente finalizzata ad allargare la platea dei vaccinatori e, conseguentemente, la possibilità di somministrare il vaccino sul territorio.

Per la somministrazione sarà ovviamente necessario il possesso di formazione specifica che – chiarisce l'art. 19 del Decreto, è quella indicata dal *comma 465 della Legge di Bilancio 2021*, ovvero quella fornita agli operatori sanitari coinvolti nelle attività di somministrazione dei vaccini contro il Sars CoV2 dall'**Istituto Superiore di Sanità** con i suoi specifici corsi FAD.

La fruizione del corso è possibile tramite accesso alla piattaforma dedicata alla formazione "EDUISS", muniti di **chiave di accesso** rilasciata dai Responsabili Regionali preposti all'organizzazione delle risorse per l'applicazione del piano vaccinale sul territorio.

Pertanto, in data 09/02/2021 con prot. 495/2021 quest'Ordine ha richiesto all'Unità di Crisi Regionale per la gestione dell'emergenza epidemiologica le relative credenziali per partecipare al corso FAD in oggetto.

In data odierna, facendo seguito alla Ns. richiesta, l'Unità di Crisi Regionale con *nota UC/2021/0000228* ci informa che il corso indicato in oggetto è destinato **solo ed esclusivamente a chi dovrà materialmente effettuare le vaccinazioni o far parte delle Equipe vaccinali**.

Pertanto alla luce di quanto sopra esposto e di quanto riscontrato dall'Istituto Superiore di Sanità **si chiede**, al fine di notificare le credenziali necessarie alla fruizione del Corso in oggetto, i nominativi del personale formalmente incaricato per la somministrazione del vaccino Anti-Sars-CoV2/Covid-19.

COME PARTECIPARE

Per entrare a far parte dell'elenco dei nominativi che dovranno effettuare le vaccinazioni Ti invito a compilare sul sito dell'Ordine/Home Page il corrispondente form al seguente link:
http://www.ordinefarmacistinapoli.it/index.php?option=com_chronoforms6&chronofom=farmacisti-covid

Sarà cura dell'Ordine inviare l'elenco dei nominativi all'unità di Crisi deputata a comunicare agli interessati eventuali aggiornamenti e/o integrazioni riferiti all'oggetto della presente.



Il Presidente
(Prof. Vincenzo Santagada)

Vincenzo Santagada

Via Toledo, 156 – 80132 NAPOLI - tel. 081 551 06 48 - Fax 081 552 09 61 – www.ordinefarmacistinapoli.it - ordinefa@tin.it
Ente di Diritto Pubblico (Legge 13.09.1946 n. 233)

Nasce la FONDAZIONE dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di NAPOLI

Lunedì 15 Febbraio una giornata storica presso l'Ordine dei Farmacisti di Napoli.

Si è insediato il primo C.d.A. della neonata **Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli.**

La Fondazione contribuirà a valorizzare la Professione del Farmacista in tutti i suoi aspetti:

dalla formazione continua fino al potenziamento di tutte le iniziative già avviate, come:

Un farmaco per Tutti, Una Visita per Tutti e Un Tampone per Tutti.

La nascita della

Fondazione rimarca anche il ruolo inclusivo dell'Ordine, riunendo intorno ad uno stesso tavolo le varie anime della filiera farmaceutica: *Farmacisti Territoriali, Farmacisti Ospedalieri, Titolari di Farmacia, Collaboratori, Farmacisti Volontari, Giovani Farmacisti, Distribuzione Intermedia, Università.*

Tutti uniti al servizio della Comunità, coordinati e guidati dal

- ✓ **Presidente**: Vincenzo Santagada
- ✓ **Vicepresidente**: Raffaele Marzano
- ✓ **Segretario**: Gennaro Maria Nocera
- ✓ **Tesoriere**: Tommaso Maggiore
- ✓ **Consiglieri del CdA**:
 - ❖ *Lucia Cavalli, Crescenzo Cinquegrana*
 - ❖ *Raffaele Carrano Savino*
 - ❖ *Renato De Falco, Michele Di Iorio*
 - ❖ *Mariano Fusco, Salvatore Giordano*
 - ❖ *Riccardo Maria Iorio, Elisa Magli*
 - ❖ *Micaela Spatarella, Ugo Trama*

