



AVVISO

Ordine

1. Bacheca: annunci lavoro
2. Corsi ECM 2023
3. CapriPharma 2023

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

4. Quando e perché si manifesta la miopia: tutto quel che c'è da sapere e i rimedi
5. I disturbi comuni del piede: distorsione



6. Correre fa bene al cervello, la "sgambata" attiva una sostanza che ripara i neuroni
7. Formicolio, sudorazione e dolore: quello che le mani ci dicono

GUACCI.

LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA
AL SERVIZIO DELLE
FARMACIE INDIPENDENTI.



www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

'E figlie sò pezze 'e core (I figli sono una parte del nostro)

CORRERE fa BENE al CERVELLO, la "SGAMBATA" attiva una SOSTANZA che RIPARA i NEURONI

Il "merito" è del cosiddetto fattore di crescita VGF

Lo sforzo fisico legato alla corsa innesca la produzione di una molecola capace di riparare danni al cervello, il cosiddetto **fattore di crescita VGF**.

Ad affermarlo è uno studio pubblicato dalla rivista **Cell Reports**.

I test sono stati effettuati su **animali con deficit di sviluppo del cervello**:

- *gli esemplari che dedicavano parte della loro giornata a correre sulla ruota, la loro longevità aumentava raggiungendo o superando l'aspettativa di vita standard degli individui sani.*

Il "Riparatore" di cellule nervose

La "riparazione" da parte del fattore di crescita **VGF** avviene al livello del

materiale isolante dei nervi, la cosiddetta guaina mielinica.

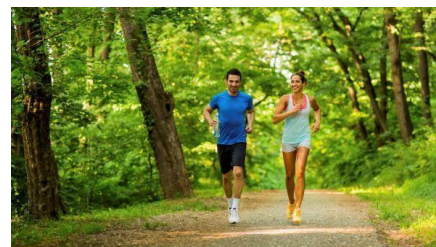
Gli esperti hanno inoltre osservato che l'aumento di concentrazione della molecola, indotto dalla corsa, persiste fin tanto che l'animale continua a correre sulla ruota.

- Come controprova del fatto che sia proprio VGF a "riparare" il cervello degli animali, i ricercatori hanno iniettato il fattore di crescita in altri esemplari con le stesse anomalie del cervello, ai quali però non viene consentito di correre.

Il risultato?

Anche il secondo gruppo trae i medesimi benefici del primo e i danni neurali risultano altrettanto "sanati".

(Salute, Tgcom24)



SCIENZA E SALUTE

QUANDO e PERCHÉ si MANIFESTA la MIOPIA: TUTTO QUEL CHE C'È DA SAPERE E I RIMEDI

È il difetto visivo più frequente al mondo ed è causata da un bulbo oculare più lungo del normale che fa vedere male da lontano.

Il problema può insorgere a tutte le età anche se spesso si sviluppa nell'adolescenza per poi stabilizzarsi intorno ai 20-25 anni. Esiste anche una familiarità per la miopia: quando lo sono entrambi i genitori, i figli hanno alte probabilità di diventarlo. Le cause, i sintomi, la diagnosi e le cure di questa patologia oculare.

Che cos'è

La **miopia** è un difetto visivo legato al fatto che i raggi luminosi provenienti da oggetti lontani cadono su un piano posto davanti alla retina, generando un'immagine retinica confusa.

Il risultato è che gli oggetti lontani appaiono sfuocati.

Le cause

Le cause principali della miopia sono :

- un **bulbo oculare più lungo del normale** (*miopia assiale*)
- una **curvatura maggiore della norma della cornea** (*potrebbe essere spia di cheratocono*) o del **cristallino**;
- un **eccessivo potere refrattivo del cristallino** (*la lente all'interno dell'occhio è più "potente" della norma*). Questo avviene soprattutto nella cataratta, condizione che colpisce il nucleo del cristallino, facendolo addensare e aumentando così il suo indice di rifrazione.

I sintomi

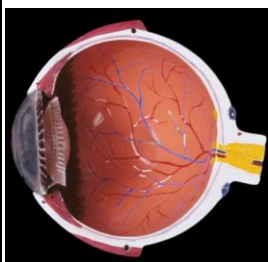
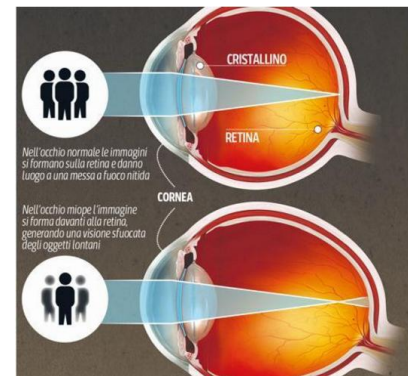
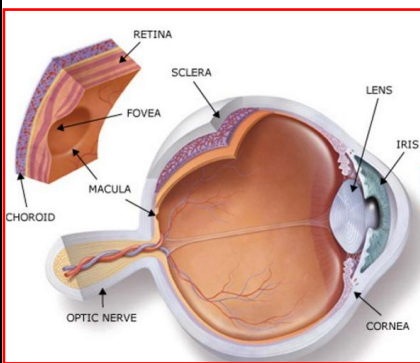
I sintomi tipici della miopia sono:

- **visione sfuocata** quando si guardano gli **oggetti lontani**. Quanto maggiore è il difetto visivo, tanto minore è la distanza alla quale si vede bene
- necessità di **strizzare gli occhi**, socchiudendo le palpebre, per cercare di mettere a fuoco gli oggetti lontani
- **affaticamento della vista e mal di testa** per il continuo sforzo di messa a fuoco.

La diagnosi

La diagnosi di miopia avviene durante la **visita oculistica**, con la quale si misura innanzitutto l'**acutezza visiva**, che esprime la prestazione visiva raggiungibile da ciascun occhio. Si misura in **decimi** facendo leggere sui tabelloni appositi lettere o numeri. Quanto più piccoli sono i simboli riconosciuti tanto maggiore è l'acutezza visiva (*gli occhi sani hanno una capacità visiva di 10 decimi*).

Per determinare con precisione l'entità del difetto visivo si ricorre anche all'instillazione di **gocce cicloplegiche**, che provocano la dilatazione della pupilla e una difficoltà nella messa a fuoco. La miopia si misura in **diottrie**. Per es., se a una persona mancano tre diottrie all'occhio destro, significa che con quell'occhio riesce a vedere da 7 metri una lettera che una persona non miope distingue da 10 metri di distanza. Sulla base dell'entità del difetto, la **miopia** si può distinguere, in **lieve** (fino a 3 diottrie), **media** (da 3 a 6 diottrie), **elevata** (oltre le 6 diottrie).



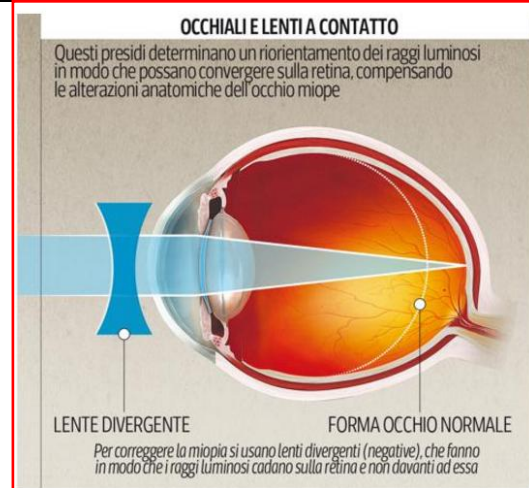
Le cure - Occhiali e lenti a contatto

I metodi più comuni per correggere la miopia sono gli occhiali da vista e le lenti a contatto. Quali sono **le indicazioni**:

nei bambini e negli adolescenti fino ai 14-16 anni è preferibile la correzione con **occhiali**. Nel **bambino** è utile seguire qualche accorgimento pratico:

- preferire modelli in cui il margine superiore della montatura arriva al sopracciglio per evitare che il bambino, quando rivolge lo sguardo verso l'alto, veda fuori dalla lente
- usare lenti infrangibili
- fare in modo che l'occhiale venga portato praticamente sempre (*è importante che al cervello arrivino immagini nitide, per evitare uno stimolo al peggioramento del difetto*).

Le **lenti a contatto**, se ben tollerate e curate con le dovute attenzioni, hanno il pregio di offrire una **visione più completa** di tutto il campo visivo, essendo sferiche e appoggiate direttamente sulla cornea.



Le cure- Chirurgia refrattiva

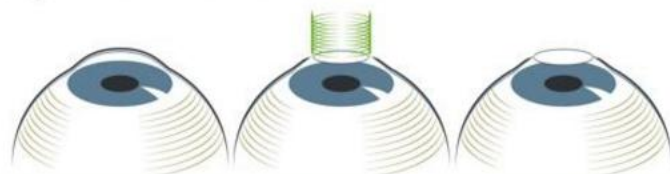
Un'altra opzione di trattamento per correggere la miopia è la **chirurgia refrattiva**. Si avvale dell'uso del **laser a eccimeri** che agisce modificando la curvatura della cornea e, di conseguenza, il suo potere refrattivo (*capacità di ingrandimento*), permettendo la focalizzazione dell'immagine sulla retina.

Esistono **due tipi** principali di interventi (vedi grafica sotto):

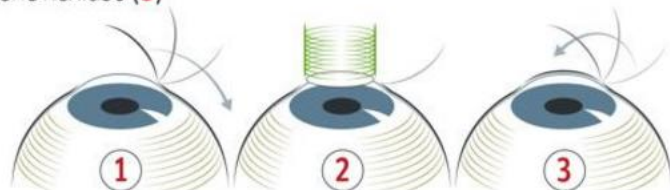
Le indicazioni:

- la chirurgia refrattiva andrebbe eseguita, salvo eccezioni, solo quando la miopia è stabile da almeno un anno
- la scelta del tipo di intervento viene presa dal chirurgo in base a vari fattori, come per esempi o il grado di miopia, lo spessore corneale e le esigenze della singola persona
- una corretta visita preoperatoria che preveda esami specifici, come la misura dello spessore corneale, la mappatura della cornea, la valutazione del diametro pupillare, è fondamentale per selezionare correttamente i candidati all'operazione nonché ridurre al minimo le probabilità di effetti collaterali come aloni e distorsioni visive.

Interventi superficiali, come la **PRK** o fotokeratectomia refrattiva, in cui si assottiglia la superficie della cornea per modificare la forma e lo spessore della lente corneale



Interventi intrastromali, come la **LASIK** o cheratomileusi con laser a eccimeri, in cui si taglia un piccolo lembo di cornea creando una «finestra» (*flap*) (1) al di sotto della quale si opera con il laser a eccimeri per assottigliare la cornea (2). Successivamente il lembo viene richiuso (3)



(Salute, Corriere)

PREVENZIONE E SALUTE

FORMICOLIO, SUDORAZIONE E DOLORE: quello che le MANI ci dicono

Le mani ci parlano. Come? Con formicolii, sudore e dolori alle dita, per esempio. Ma cosa ci dicono?

Ci parlano di disturbi e patologie che possono colpire le **mani**, uno strumento essenziale «non solo per svolgere ogni giorno le diverse funzioni sia nell'ambito personale che professionale.

Con le **mani** comunichiamo: diamo la mano, gesticoliamo e aiutiamo la conversazione».

«Non esiste al mondo una macchina in grado di funzionare così a lungo senza manutenzione come le **mani**.

È difficile trovarne una che sappia svolgere azioni di precisione ma anche più "pesanti" come sanno fare le **mani**», spiega lo specialista.

Ma proprio per i continui movimenti e per lo stress a cui vengono sottoposte, anche le **mani** possono "ammalarsi":



Quali sono i sintomi di questi **disturbi alle mani**?

«Le patologie degenerative arrivano quando la capacità di autoriparazione viene superata dagli effetti dell'usura».

«Chi lavora a lungo con il Pc può sentire dolore, spia di patologie da sovraccarico tendineo. La soluzione può essere semplicemente

abbassare la sedia e cambiare la posizione del polso».

E il **formicolio** invece? «Nella maggior parte dei casi, soprattutto se alle prime tre dita, potrebbe trattarsi di *sindrome del tunnel carpale*, forse la patologia più frequente delle mani che interessa anche pazienti giovani. Ma è necessario cercare ulteriori segni specifici che confermino la diagnosi.

Se il formicolio diventa cronico e se l'elettromiografia è positiva, meglio considerare un approccio di tipo chirurgico».

L'ARTROSI PUÒ COLPIRE LE
MANI ANCHE DA GIOVANI

Anche l'*artrosi* può interessare pazienti in giovane età, «particolarmente esposta è l'articolazione alla base del pollice che lavora molto e che tende a consumarsi prima», continua l'esperto.

E il semplice dito a scatto? «Si tratta di un disturbo molto frequente ma altrettanto lieve.

È causato dall'infiammazione di un tendine che scorre in un canale che diventa stretto. Spesso il dito si blocca spontaneamente in flessione e fa uno scatto se forzato a muoversi».

Le **mani** rivelano infine anche lo stato emotivo della persona, ad esempio attraverso la **sudorazione**:

«Se eccessiva, la **sudorazione** delle **mani** è sintomo di patologie nervose.

Ma si tratta di un disturbo facilmente gestibile con farmaci e piccoli interventi chirurgici».

(Salute, Humanitas)

PREVENZIONE E SALUTE

I DISTURBI COMUNI DEL PIEDE: DISTORSIONE

DESCRIZIONI E
SINTOMI

: La distorsione è una lesione articolare di origine traumatica.

Frequentissima nell'età adulta, colpisce più spesso il ginocchio, il collo del piede, il gomito, le dita e la colonna vertebrale.

E' provocata da un trauma sempre indiretto, cioè che non agisce direttamente sulla parte lesa, ma impone all'articolazione un movimento esagerato e anomalo.

Si manifesta con **dolore e gonfiore della articolazione**. Nei casi gravi, in cui i legamenti siano stati strappati, sono presenti anche movimenti e atteggiamenti non caratteristici di quella articolazione.

CONSIGLI
TERAPEUTICI

Le forme gravi, specie se non trattate in modo tempestivo e adeguato, possono predisporre a futuri cedimenti, ad ulteriori distorsioni o alla comparsa di artrosi.

Le distorsioni lievi guariscono, di solito, senza complicazioni.

Borsa di ghiaccio sull'articolazione colpita e assoluto riposo. Creme e lozioni a base di **farmaci antiinfiammatori** per ridurre il dolore ed il gonfiore.

NOTE :Consultare il medico se si notano movimenti ed atteggiamenti impropri dell'articolazione.

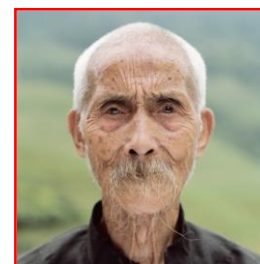


Perché le PERSONE ANZIANE sono così PELOSE?

Peli del naso, delle orecchie e delle sopracciglia che basterebbero a tessere un tappeto. La colpa è forse di una prolungata esposizione al testosterone, ipotizzano gli esperti.

Guardando i vostri nonni o un anziano vicino di casa ve ne sarete accorti: il suo grado di saggezza ed esperienza sarà direttamente proporzionale alla lunghezza della sua peluria. Ma perché, con l'età, i peli si prendono sempre più spazio, invadendo cavità delle orecchie, narici e formando folti ciuffi tra le sopracciglia?

la crescita smisurata di questa "pelliccia" potrebbe avere a che fare con gli ormoni e con il ciclo di vita dei peli.



PERCHÉ LE CIGLIA SONO CORTE, MENTRE I CAPELLI SONO LUNGHİ?

Lo sviluppo di un pelo attraversa tre fasi: *anagena*, *catagena* e *telogena*.

La prima è la fase di crescita che per alcuni peli, come per es. i capelli, può durare anche diversi anni.

La seconda, *catagena*, rappresenta il periodo in cui il pelo cessa di crescere: i peli delle braccia, per es., una volta nati raggiungono la fase *catagena* nell'arco di poche settimane.

Nella fase *telogena*, il pelo che ha cessato di crescere ha anche maggiori probabilità di cadere o essere cambiato.

Alcuni tipi di pelo, svilupperebbero, con l'avanzare dell'età, una sensibilità alla fase *anagena*.

La prolungata esposizione dei follicoli agli ormoni come il testosterone interferirebbe con il loro periodo di crescita allungandolo ad oltranza. E questo accadrebbe solo in alcune parti del corpo (*orecchie, naso, sopracciglia*) mentre non interessa altre zone come lo scalpo, che - tende invece a perdere gran parte dei propri peli, portandoci a sviluppare la "piazza" con l'avanzare dell'età. (*Focus*)

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA



Per segnalare disponibilità di lavoro in Farmacia e/o Parafarmacia basta inviare messaggio whatsapp


Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Pubblicazione Annuncio
Quarto	FT/PT	338 645 9075	20 Febbraio
Acerra	FT/PT	333 597 8080	20 Febbraio
Monte di Procida	FT/PT	333 154 4716	20 Febbraio
Varcaturu-Lago Patria	FT/PT	380 156 4663	7 Febbraio
Portici	FT/PT	338 707 9075	7 Febbraio
Napoli - Mergellina	FT/PT	3396479876	7 Febbraio
Napoli - Centro	Notturmo	347 455 3537	7 Febbraio
Napoli - Fuorigrotta	FT/PT	333 919 5178	7 Febbraio
Napoli	FT/PT	347 240 9629	3 Febbraio
Quarto	FT/PT	farmantomari@libero.it	3 Febbraio
Giugliano	FT/PT	334 3569309	23 Gennaio
Sorrento	FT/PT	349 120 7902	23 Gennaio
Quarto	FT/PT	farmadelsole@gmail.com	23 Gennaio
Napoli Vomero	FT/PT	340 349 3386	23 Gennaio
Napoli - Ponticelli	FT/PT	335 132 7702	23 Gennaio
Casoria	FT/PT	339 525 2872	23 Gennaio
Napoli Centro	FT/PT	349 817 5664	23 Gennaio
Vico Equense	FT/PT	329 785 9490	23 Gennaio
Casoria	FT/PT	Ines.larosa@farmaciameo.com	23 Gennaio

ORDINE: Cronoprogramma sulla formazione ECM 2023

La partecipazione è sia in presenza sia a distanza su piattaforma zoom.

Cronoprogramma Formazione 2023 – I° Semestre

Coordinamento: B. Balestrieri, M. Spatarella, E. Magli, R. Cantone, F. Di Ruocco

DATA	TITOLO	RELATORE	n. C.F.
Mese di MARZO – Inizio ore 21.00			
I° Sessione			
Giovedì 2 Marzo	BLSD: Arresto Cardiaco e Manovre di Rianimazione Cardiopulmonare con uso del Defibrillatore (Parte TEORICA)	Prof. M. Santomauro Dott.ssa C. Riganti	 8 CF
Giovedì 9 Marzo	BLSD: Arresto cardiaco e manovre di rianimazione Cardiopulmonare con uso del Defibrillatore (Parte PRATICA)	Prof. M. Santomauro Dott.ssa C. Riganti	
II° Sessione			
Giovedì 16 Marzo	Primo soccorso nel soffocamento da corpo estraneo: <i>Manovra di Heimlich</i>	Prof. M. Santomauro Dott.ssa C. Riganti	 12 CF
Giovedì 23 Marzo	Primo Soccorso in Farmacia nelle emergenze mediche. <i>Reazioni allergiche – Shock Anafilattico</i>	Prof. M. Santomauro Dott.ssa C. Riganti	
Giovedì 30 Marzo	Manovre di Primo intervento in caso di traumi e di incidenti domestici. Il Ruolo del Farmacista	Prof. M. Santomauro Dott.ssa C. Riganti	
Mese di APRILE – Inizio ore 21.00			
III° Sessione			
Giovedì 20 Aprile	Come riconoscere il disagio giovanile e le strategie di Intervento: Classificazione delle Dipendenze -	Prof. Fabio Curcio	in corso di accreditamento
Giovedì 27 Aprile	Dipendenze Giovanili: le nuove droghe – queste sconosciute	Prof. A. Miccichè	
Mese di MAGGIO – Inizio ore 21.00			
Giovedì 4 Maggio	Dipendenze da Sostanze: meccanismi psicopatologici Dipendenze da Alcol, Farmaci, Fumo	Prof. G. Di Petta	in corso di accreditamento
Giovedì 11 Maggio	Dipendenze Comportamentali: <i>Internet Addiction Disorder, Ludopatie, Pronografie, Dipendenze Affettive, Dipendenze da Lavoro</i>	Prof. A. Miccichè Prof.ssa A. Grandinetti Prof. L. Carnile	
Giovedì 18 Maggio	Cannabinoidi: non solo dipendenza!	Prof.ssa A. Miro	
Giovedì 25 Maggio	Dipendenze da Cibo: disturbi della sfera alimentare: Aspetti Psicologici e Clinici	Prof. Alessandro Raggi Prof.ssa A. De Rosa	
Mese di GIUGNO – Inizio ore 21.00			
8 Giugno	Gestione degli antibiotici: ruolo del Farmacista Linee di indirizzo e Antibiotico Resistenza	Prof. G. Cirino Prof.ssa M.R. Bucci	in corso di accreditamento
15 Giugno	Terapie Oncologiche Innovative: le <i>Immunoterapie</i>	Prof. G. Marone	
21 Giugno	Terapie Oncologiche Innovative: la cura del Melanoma	Prof. P. Ascierto	

CONVEGNO CAPRI PHARMA 2023

Capri 14 – 16 Aprile

L'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli ha organizzato il Congresso "CAPRI PHARMA 2023 – Terza Edizione"

l'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli ha organizzato il Congresso "CAPRI PHARMA 2023 – III° Edizione" che si terrà a Capri – dal 14 al 16 Aprile 2023 presso la sede **Hotel Quisisana**.



COME
PARTECIPARE

Nei Prossimi
giorni saranno
pubblicate le
Informazioni
necessarie per
la
Partecipazione

Capri
MED

2023
**CAPRI
PHARMA**[®]
TERZA EDIZIONE

Capri, 14-16 aprile 2023