



## AVVISO

### Ordine

1. Bachecca: annunci lavoro
2. CapriPharma 2023

### Notizie in Rilievo

#### Scienza e Salute

3. Metabolismo lento: può dipendere dalla tiroide?



4. Come eliminare la cellulite con le onde d'urto
5. Mal di testa al risveglio, che relazione c'è con il sonno?



## Proverbio di oggi.....

**Pe' n'aceno 'e sale 'e perzo 'a menesta**

# MAL di TESTA al Risveglio, che relazione c'è con il SONNO?

*Il legame tra disturbi del **sonno** e **mal di testa** è molto saldo ed è a doppio filo.*

Da un lato l'insonnia, ma non solo, può lasciare in eredità questo disturbo, dall'altro chi soffre di mal di testa, ad esempio di **emicrania**, rischia spesso di non godere di un sonno ristoratore.

Chi si sveglia al mattino con un forte dolore al capo, non occasionale, farebbe bene a rivolgersi al medico per individuare la causa di questa condizione e indagare sulla relazione tra riposo notturno e mal di testa. D'altronde il legame non è casuale:

❖ sono le stesse **aree cerebrali** a controllare sonno e mal di testa.

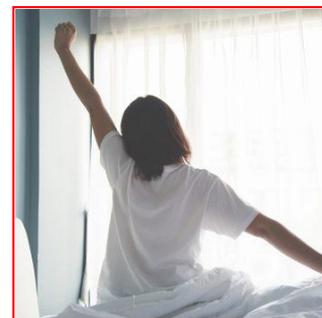
**Cefalee e sonno** La correlazione tra sonno e cefalee è variegata.

Per cominciare, le ore notturne possono essere il periodo in cui si è colpiti da una crisi di mal di testa ed ecco perché, rispetto alla popolazione generale, i pazienti che soffrono di mal di testa hanno un rischio maggiore di soffrire di disturbi del sonno. I pazienti che sono affetti da **cefalea a grappolo**, una delle forme più invalidanti di cefalea, spesso possono dover fare i conti con un attacco notturno di mal di testa, in particolare durante la fase REM del sonno.

Anche chi soffre di emicrania ne sa qualcosa: buona parte delle crisi emicraniche si verifica tra le quattro e le nove del mattino e non è quindi così infrequente che gli emicranici si sveglino con la sensazione di non aver riposato a sufficienza.

La ricerca scientifica ha documentato, poi, una forma particolare di mal di testa notturno, ovvero la cosiddetta **cefalea ipnica**, che sorge esclusivamente durante il sonno ed è causa di risveglio.

«Questo tipo di cefalea, caratterizzata tendenzialmente da un dolore bilaterale nei 2/3 dei casi, è pressoché tipica dell'età avanzata e il dolore è lieve-moderato con una durata fino a 4 ore dopo il risveglio». (*Salute, Humanitas*)



**PREVENZIONE E SALUTE**

# Come ELIMINARE la CELLULITE con le ONDE d'URTO

*L'adiposità localizzata, nota come cellulite, è una condizione estremamente diffusa, che interessa in particolar modo le persone di sesso femminile (il 90% circa) ma che può presentarsi anche nelle persone di sesso maschile, ed è provocata da un complesso evolutivo di alterazioni dello sviluppo del tessuto adiposo sottocutaneo.*

Esteticamente si presenta con quella che viene comunemente chiamata “**pele a buccia d'arancia**”, ossia un insieme di piccoli affossamenti della pelle, di diametro e forma irregolare, situati in particolar modo in alcune zone del corpo, come glutei, cosce, fianchi e addome.

La **terapia con onde d'urto focali** è considerata oggi come uno dei trattamenti migliori per intervenire su questo tipo di inestetismo, grazie alla sua azione orientata su diversi livelli e alla tollerabilità del trattamento.



Approfondiamo l'argomento con la dottoressa **Elisabetta Tibalt**, specialista in riabilitazione ortopedica presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas Rozzano e presso gli ambulatori Humanitas Medical Care.

## Che cos'è la cellulite

Le **alterazioni del metabolismo del tessuto adiposo** alla base della cellulite provocano un aumento delle dimensioni delle cellule adipose, a cui si correla una riduzione della perfusione vascolare e una infiammazione di basso grado cronica che induce la **ritenzione idrica** nello spazio intercellulare. La conseguenza, a livello visibile, è un'alterazione della struttura del tessuto sottocutaneo che dà luogo alla pelle a buccia d'arancia. Tale condizione è peggiorata da:

- ✓ **squilibri ormonali**
- ✓ **dieta non equilibrata**
- ✓ **sedentarietà**.

Esistono diversi gradi di cellulite: si passa da una condizione di **cellulite leggera**, appena percepibile alla vista, a livelli via via più severi in cui i **noduli adiposi** aumentano di grandezza e spesso risultano **dolorosi** al tatto. Tale evoluzione può essere contenuta seguendo un'**alimentazione equilibrata**, praticando una **vita attiva** ed evitando l'utilizzo di capi d'abbigliamento che bloccano la circolazione linfatica.

## Cosa sono le onde d'urto

Le **onde d'urto** sono degli **impulsi acustici** in grado di attivare i meccanismi di riparazione tissutale e i meccanismi di rigenerazione del tessuto.

Le indicazioni sono molteplici: le onde d'urto vengono infatti utilizzate molto frequentemente in ambito **ortopedico e riabilitativo**, sia in caso di **patologia cronica** sia in caso di **patologia dello sportivo**, per esempio per le tendinopatie della spalla, del tendine di Achille, della fascia plantare e dell'epicondilite.

## Cellulite: i benefici delle onde d'urto

Altre applicazioni delle onde d'urto sono poi quelle in ambito di **medicina estetica**, in particolar modo, come abbiamo detto, nel **trattamento della cellulite**.

L'azione delle onde d'urto è particolarmente **efficace contro la cellulite** poiché **riequilibra il metabolismo** del tessuto adiposo e **diminuisce le dimensioni** dei noduli.

Agisce sulla **stasi linfatica**, riducendola e contribuendo, di conseguenza, alla riduzione dell'edema di cui è responsabile.

Inoltre le onde d'urto contribuiscono al processo di sviluppo di **nuovi vasi sanguigni** incrementando la perfusione ematica dell'**ipoderma**, il tessuto adiposo sottocutaneo.

Viene stimolata la formazione di **nuove fibre di collagene**, che va a migliorare l'aspetto a buccia d'arancia della pelle. Infine, grazie all'effetto **antinfiammatorio** delle onde d'urto, si riduce anche il dolore spesso associato al problema.

Le onde d'urto agiscono grazie all'effetto combinato di tre differenti stimolazioni: planari (ASW), radiali o pressorie (RSW) e vibrazionali:

- ✓ le **onde d'urto planari** hanno un'azione rigenerativa e anti infiammatoria dei tessuti;
- ✓ le **onde d'urto radiali o pressorie** mobilizzano la stasi linfatica e hanno un effetto antinfiammatorio;
- ✓ le **onde d'urto vibrazionali** hanno un'azione linfodrenante e riducono il rilassamento cutaneo.

## Cellulite: quanto dura il trattamento con le onde d'urto

La durata media di un trattamento con le onde d'urto per la cellulite è di circa **60 minuti**, poiché richiede diversi tipi di applicazione e azione sull'insteinetismo.

Per avere un effetto visibile, il trattamento va ripetuto per un ciclo di **cinque sedute settimanali**.

Nei casi più avanzati è opportuno effettuare dei trattamenti di richiamo, in un numero che viene valutato di volta in volta dallo specialista in base alla gravità del problema e alla risposta al trattamento.

## Le onde d'urto sono dolorose?

Non bisogna avere timore di intervenire contro la cellulite con le onde d'urto, perché il trattamento **non è doloroso**. Si tratta infatti di una terapia assolutamente sopportabile e quasi priva di fastidi, poiché il trattamento viene personalizzato in base alla tolleranza e sensibilità del paziente.

È fondamentale che le onde d'urto vengano applicate **secondo le linee guida** e con apparecchiature di ultima generazione.

Le uniche categorie che devono prestare attenzione e indicare la loro condizione al medico sono le **donne in gravidanza** e le persone interessate da **lesioni neoplastiche** nelle aree da trattare.

La valutazione specialistica preliminare è necessaria e permette di verificare se la persona può effettuare in sicurezza ed efficacia il trattamento.

*(Salute, Humanitas)*



## METABOLISMO LENTO: può dipendere dalla TIROIDE?

*Il nostro corpo riceve, immagazzina e utilizza un certo numero di nutrienti a seconda delle esigenze dell'organismo: la nostra forma fisica è determinata da una serie di fattori, tra cui il consumo energetico, l'assunzione di cibo, l'attività fisica, la genetica e l'età.*

Sono molti i fattori che vanno a modificare il **metabolismo**, ovvero quel processo che trasforma in energia ciò che consumiamo, e a rallentarlo.

Tra questi, c'è lo stato di **salute della tiroide**.

Approfondiamo l'argomento con il professor **Andrea Lania**, responsabile dell'Unità

operativa di **Endocrinologia, Diabetologia e Andrologia** dell'IRCCS Istituto Clinico Humanitas di Rozzano e specialista in Endocrinologia presso gli ambulatori **Humanitas Medical Care**.



### Che cos'è il metabolismo?

Il metabolismo è l'insieme dei **processi biochimici** che trasformano ciò che introduciamo con l'alimentazione in energia.

Un metabolismo veloce indica che l'organismo elabora il cibo più rapidamente; un **metabolismo lento** indica che l'organismo impiega più tempo per elaborare il cibo assimilato.

La massa muscolare ha un impatto maggiore sul metabolismo rispetto al peso corporeo:

❖ *infatti, **una persona obesa** può consumare meno di una persona normopeso perché spesso ha meno massa muscolare oltre al grasso adiposo.*

### Metabolismo basale

Il **metabolismo basale** è il dispendio energetico necessario per le funzioni metaboliche vitali, come la respirazione, la circolazione, il sistema nervoso o le attività dell'apparato digerente.

Questo tipo di metabolismo viene calcolato **"a riposo"**.

Il metabolismo basale varia da persona a persona e può cambiare nel tempo a seconda dell'attività fisica e della composizione muscolare.

Se si pratica regolarmente un'attività fisica, il tasso metabolico basale è più elevato rispetto a chi non la pratica e si bruciano più calorie.

## Metabolismo: a cosa serve la tiroide?

La **tiroide** è una ghiandola endocrina situata nella regione anteriore del collo, davanti alla trachea, il cui ruolo è quello di **produrre gli ormoni tiroidei**.

Questi ormoni svolgono un ruolo importante nel corretto funzionamento dell'organismo, in particolare nell'ambito delle **funzioni metaboliche**:

- ❖ **regolano la temperatura corporea e il metabolismo dei lipidi**;
- ❖ contribuiscono al corretto funzionamento del sistema cardiovascolare, al tasso metabolico basale e alla regolarità del sonno;
- ❖ **favoriscono la crescita corporea e lo sviluppo del sistema nervoso** del feto e del bambino, consentendo il loro corretto sviluppo psicofisico.

Tra le cause di un **metabolismo lento**, c'è anche l'influenza degli **ormoni tiroidei FT3 e FT4**. Una ridotta azione di ormoni tiroidei provoca un rallentamento di tutti i processi metabolici. Siamo in una condizione di **ipotiroidismo**.

## Ipotiroidismo, i sintomi

L'ipotiroidismo è una disfunzione della tiroide caratterizzata da un'**insufficiente produzione di ormoni tiroidei**. L'ipotiroidismo causa un rallentamento dei processi metabolici dell'organismo che, se non trattata, può portare a serie conseguenze per la salute.

Anche se in genere l'ipotiroidismo è all'inizio asintomatico, i **sintomi** più comuni comprendono:

- ❖ **Stanchezza e sonnolenza**
- ❖ **Stipsi**
- ❖ Aumento di peso
- ❖ Frequenza cardiaca rallentata
- ❖ Secchezza e **pallore** della pelle
- ❖ Intolleranza al freddo
- ❖ Voce rauca
- ❖ **Perdita della memoria** e difficoltà di concentrazione
- ❖ Rallentamento dell'eloquio
- ❖ Debolezza muscolare e **crampi**
- ❖ Ipercolesterolemia
- ❖ **Ciclo mestruale irregolare**
- ❖ Capelli fragili e sottili
- ❖ Volto e **palpebre gonfie**
- ❖ Depressione.



## Quali esami fare per la diagnosi di ipotiroidismo?

Per diagnosticare l'ipotiroidismo, sono sufficienti dei semplici esami del sangue che andranno a valutare i livelli di ormoni tiroidei (**FT4, FT3**) e i livelli di **TSH**.

La diagnosi si avvale anche del dosaggio degli anticorpi anti-tiroide (*anticorpi anti tireoglobulina e anti tireoperossidasi*) per confermare la natura autoimmune del malfunzionamento della tiroide e lo studio ecografico della tiroide.

(Salute, Humanitas)

## 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
S Giuseppe Vesuviano	FT/PT	366 307 5712	3 Aprile
Frattaminore	FT/PT	349 250 4921	3 Aprile
Afragola	FT	335 833 6528	3 Aprile
Vico Equense	FT/PT	393 509 4406	27 Marzo
Napoli – Piazza Dante	PT	331 872 8897	27 Marzo
Casalnuovo	PT	349 6344 734	27 Marzo
Casalnuovo	PT	349 6344 733	27 Marzo
Napoli - Posillipo	FT/PT	339 402 9999	20 Marzo
Napoli –Piazza Cavour	FT/PT	333 433 1678	20 Marzo
Napoli – Capodichino	FT/PT	338 609 8038	20 Marzo
Vico Equense	FT/PT	081 879 8041	13 Marzo
Napoli - Vomero	FT/PT	direzione@farmaciacannone.net	13 Marzo
Casoria	FT/PT	339 525 2872	13 Marzo
Somma Vesuviana	FT/PT	farmaciadelcarmelo49@gmail.com	01 Marzo
Napoli - Pianura	FT/PT	339 201 1202	01 Marzo
Portici	FT/PT	081 776 87 76	01 Marzo

# 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

CONTATTARE ENTRO  
E NON OLTRE IL

**5 APRILE 2023**

L'AGENZIA **CAPRIMED**  
AL SEGUENTE  
INDIRIZZO E-MAIL

[INFO@CAPRIMED.COM](mailto:INFO@CAPRIMED.COM)

TEL. **081 837 5841**



Capri MED

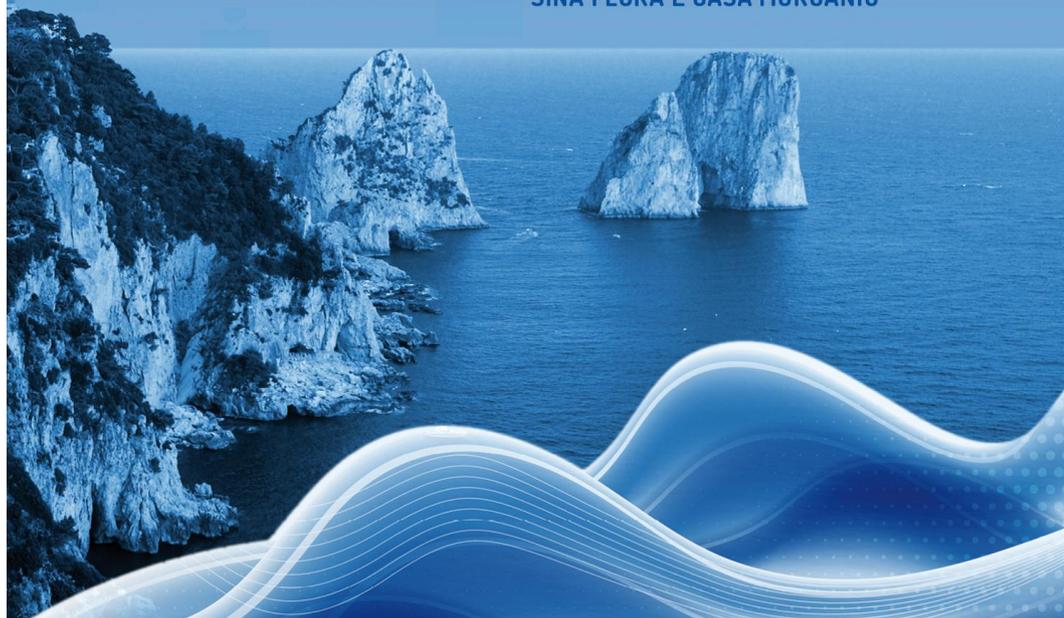
# 2023 CAPRI PHARMA®

TERZA EDIZIONE

**Capri, 14-16 aprile 2023**

**GRAND HOTEL QUISISANA**

Strutture Supplementari  
**SINA FLORA E CASA MORGANIO**





2023  
**CAPRI PHARMA**  
TERZA EDIZIONE

**Capri, 14-16 aprile 2023**  
**GRAND HOTEL QUISISANA**

## RAZIONALE

**CAPRI PHARMA 2023** rappresenta un appuntamento per fotografare l'evoluzione del ruolo della Professione del Farmacista pubblico e privato, che è chiamato ad affrontare in questo nuovo e dinamico scenario di grandi mutamenti, nuove sfide professionali e si propone come stimolo verso un cambiamento che non faccia perdere di vista l'enorme contenuto etico e professionale che da sempre ha contraddistinto il lavoro del farmacista.

Il Convegno rappresenta l'occasione per costruire un percorso vero di cambiamento e di crescita, che deriva dal confronto tra tutti gli attori del mondo della Farmacia Italiana ed Europea. Il meeting sarà anche il luogo dove contribuire a definire gli aspetti scientifici, politici ed istituzionali emergenti, attraverso il contributo delle relazioni che saranno tenute dagli opinion leaders delle diverse declinazioni nelle quali si articola la professione del Farmacista.

Il focus sarà sulle future evoluzioni della farmacia e del mondo farmaceutico. Saranno prese in considerazione tutte le aree di questa nobile professione, sia in ambito privato che in ambito pubblico.

Inoltre saranno illustrate alcune delle best practice, sia in mondi affini come quello clinico, sia in mondi, da molti considerati distanti, come editoria ed elettronica, ma che la recente evoluzione digitale rende più simili e contigui di quanto il pensiero comune porti a considerare. Saranno presenti testimonial ed oratori da tutto il mondo, in quanto oramai i trend sono sempre più globali, con una attenzione particolare al confronto ed alla formazione.

## PROGRAMMA

### Venerdì 14 Aprile

#### Ore 16.30 **Apertura dei lavori e Saluti delle Autorità**

*Saluti:* **Vincenzo Santagada** - Presidente Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli  
**Marino Lembo** - Sindaco di Capri  
**Marta Schifone** - Camera dei Deputati della Repubblica Italiana  
**Riccardo Iorio** - Presidente Federfarma Napoli  
**Angela Zampella** - Direttore Dipartimento di Farmacia Università degli Studi di Napoli Federico II  
**Matteo Lorito** - Magnifico Rettore Università degli Studi di Napoli Federico II  
**Enrico Coscioni** - Presidente Agenzia Nazionale dei Servizi Sanitari Regionali

#### Ore 17.00 **La Farmacogenomica**

*Introduce e modera:* **Raffaele Marzano** - Consigliere Ordine dei Farmacisti di Napoli

*Interventi:* **Amelia Filippelli** - Dipartimento di Medicina, Chirurgia e Odontoiatria "Scuola Medica Salernitana" Università degli Studi di Salerno  
**Ylenia Cisale** - Università di Roma La Sapienza  
**Flavio Garoia** - Founder e Direttore Scientifico Ingeno  
**Piera Maiolino** - Delegato Sifo Campania  
**Giuseppe Cirino** - Presidente Società Italiana Farmacologia  
**Enrico Coscioni** - Presidente Agenzia Nazionale dei Servizi Sanitari Regionali



2023  
**CAPRI  
PHARMA®**  
TERZA EDIZIONE

**Capri, 14-16 aprile 2023**  
**GRAND HOTEL QUISISANA**

## Sabato 15 Aprile

### Ore 10.00 **Servizi e Telemedicina: un futuro per La Farmacia?**

*Introducono:* Vincenzo Santagada e Riccardo Iorio

*Moderà:* Ugo Trama - Direttore Servizio Farmaceutico Regione Campania

*Interventi:* Antonio D'Amore - Direttore Generale Ospedale Cardarelli  
Marco Alessandrini - Responsabile Divisione Health & Pharma - Banca del Fucino  
Giovanni Trombetta - Studio Guendalini  
Anna Rosa Racca - Presidente Federfarma Lombardia  
Lorella Lombardozzi - Dirigente Servizio Farmaceutico Regione Lazio  
Alessandra Mecozzi - Farmacista Regione Lazio  
Luca Sartoretto Verna - AD Sartoretto Verna  
Cinzia Falasco Volpin - AD Zentiva Italia

### Ore 12.00 **L'industria farmaceutica, risorsa ed eccellenza Italiana**

*Introduce e modera:* Raffaele Marzano

*Interventi:* Giovanni Mensorio - Presidente Commissione Industria Regione Campania  
Vincenzo Maglione - AD Farmaceutici Damor  
Giorgio Foresti - AD Techdow Pharma Italy  
Attilio Bianchi - Direttore Generale ICRRS Pascale  
Tommaso Casillo - Presidente So.Re.SA.  
Pierpaolo Baretta - Già Sottosegretario di Stato per l'Economia e Finanza  
Ettore Rosato - Camera dei Deputati della Repubblica Italiana  
Marcello Gemmato - Sottosegretario di Stato per la Salute

Ore 13.30 LUNCH

**Pomeriggio a disposizione dei partecipanti**

Ore 20.30 CENA DI GALA

## Domenica 16 Aprile

### Ore 10.00 **Previdenza e Lavoro autonomo in Farmacia: luci ed ombre**

*Introduce e modera:* Vincenzo Santagada

*Interventi:* Emilio Croce - Presidente ENPAF  
Marco Lazzaro - Direttore Generale ENPAF  
Pasquale Imperatore - Consigliere ENPAF

### Ore 10.45 **La Distribuzione Farmaceutica: ganglio vitale della filiera**

*Introduce e modera:* Mariano Fusco - Direttore Servizio Farmaceutico ASL NA2

*Interventi:* Ettore Morra - So.Farma.Morra  
Crescenzo Cinquegrana - Guacci Spa  
Pierluigi Petrone - Presidente ASSORAM  
Fabrizio Iacobacci - Presidente Pharmacom Italia  
Mirko De Falco - Farvima Medicinali  
Ciro Verdoliva - Direttore Generale ASL NA1 Centro  
Marcello Gemmato - Sottosegretario di Stato per la Salute

### Ore 11.30 **Per le donne e per l'Iran**

*Interventi:* Pegah Moshir Pour - Attivista per i diritti umani e digitali

### Ore 12.00 **Chiusura lavori**

Vincenzo Santagada

# COME PARTECIPARE: MODULO di ADESIONE

*Di seguito le indicazioni per partecipare*

**CONTATTARE ENTRO E NON OLTRE IL 5 APRILE 2023**  
**L'AGENZIA CAPRIMED AL SEGUENTE INDIRIZZO E-MAIL**

**[INFO@CAPRIMED.COM](mailto:INFO@CAPRIMED.COM)**

**TEL. 081 837 5841**

## QUOTE DI ISCRIZIONE PER ISCRITTI ORDINE FARMACISTI DI NAPOLI

### A - QUOTA PARTECIPANTE CON PERNOTTAMENTO

**Totale € 300,00+ IVA (366,00 IVATO) per persona**

La quota comprende:

- Iscrizione al congresso
- N. 2 Pernottamenti in camera DBL - IN 14 OUT 16 Aprile 2023
- N. 1 Pranzo (15 Aprile)
- N. 1 Cena (15 Aprile)

### B - QUOTA SENZA PERNOTTAMENTO

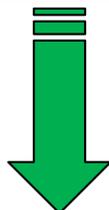
**Totale € 100,00+ IVA (122,00 IVATO) per persona**

La quota comprende:

- N. 1 Pranzo (15 Aprile)
- N. 1 Cena (15 Aprile)

## QUOTE DI ISCRIZIONE

**NON ISCRITTI ALL'ORDINE FARMACISTI DI NAPOLI**



## QUOTE DI ISCRIZIONE

### A - QUOTA PARTECIPANTE CON PERNOTTAMENTO

**Totale € 1.088,00+ IVA (1.327,36 IVATO)**

La quota comprende:

- Iscrizione al congresso
- N. 2 Pernottamenti in camera DBL - IN 14 OUT 16 Aprile 2023
- N. 1 Pranzo (15 Aprile)
- N. 1 Cena (15 Aprile)

### B - QUOTA SENZA PERNOTTAMENTO

**Totale € 195,00+ IVA (237,90 IVATO) per persona**

La quota comprende:

- N. 1 Pranzo (15 Aprile)
- N. 1 Cena (15 Aprile)

## EVENTO ORGANIZZATO DA



## CON IL PATROCINIO DI



DISTRIBUZIONE  
PRIMARIA  
FARMA e  
SALUTE  
Associazione Operatori  
Commerciali e Logistici



**federfarma napoli**  
Associazione Sindacale dei Titolari  
di Farmacia della Provincia di Napoli



## CON IL CONTRIBUTO DI



## SEDE EVENTO

**Grand Hotel Quisisana**  
Via Camerelle, 2 - 80073 Capri (NA)

## SEGRETERIA ORGANIZZATIVA



The pleasure of meeting.

**Capri Event Srl - Provider ECM n. 2174**  
Sede Legale: via Pietrasanta, 12 - 20141 Milano  
Sede Operativa: via Lo Palazzo, 24 - 80073 Capri (Na)  
Tel. +39 081 8375841 - info@caprimed.com  
*CapriMed® è un marchio di Capri Event Srl*