



AVVISO

Ordine

1. Bacheca: annunci lavoro
2. Fondazione Ordine Farmacisti Provincia di Napoli: dona il Tuo 5X1000

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

3. Gli Infarti Mortali sono più frequenti il Lunedì
4. Test Galleri: l'esame del sangue per la Diagnosi precoce di 50 tipi di Cancro
5. MAL DI TESTA durante l'atterraggio dell'AEREO: perché succede?



6. DIABETE: fare SPORT aiuta il controllo della GLICEMIA



+Health & Pharma

Servizi bancari
per il mondo del Pharma

SCOPRI DI PIÙ

Proverbio di oggi.....

L'omm faticator è a ruvin ra cas.

Gli Infarti Mortali sono più frequenti il Lunedì



L'inizio settimana è il momento in cui si registra il maggior numero di infarti mortali: perché? Pare che c'entrino i cambi di routine tipici del fine settimana.

Secondo quanto rilevato da uno studio presentato durante la *British Cardiovascular Society Conference*, le forme più gravi di infarto si verificano più spesso il lunedì: lo studio ha raccolto i dati relativi a 10.528 pazienti irlandesi arrivati in ospedale tra il 2013 e il 2018 con sintomi da STEMI (*infarto miocardico acuto associato a sopraslivellamento del tratto ST*), la forma più grave di un attacco di cuore che avviene quando un'arteria coronarica principale viene completamente bloccata.

RITMI SBALLATI.

Perché proprio il lunedì? Studi precedenti suggeriscono che la colpa sarebbe indirettamente del **rientro al lavoro e del fatto che, dopo il relax del fine settimana, il nostro corpo deve riadattarsi al ritmo sonno-veglia dei giorni feriali.**

«La causa è probabilmente multifattoriale, tuttavia, sulla base anche di quanto sappiamo da ricerche precedenti, è ragionevole presumere che sia coinvolto il nostro ritmo circadiano». Secondo quanto scoperto dall'American Heart Association, sarebbero proprio le vacanze ad essere fatali:

➤ *l'ultima settimana di dicembre è infatti il periodo in cui si registra il maggior numero di casi di attacchi di cuore in confronto a qualunque altro momento dell'anno. I cambiamenti nella routine, nell'esercizio fisico e nella dieta potrebbero esporre le persone a maggiori rischi.*

MALEDETTO LUNEDÌ. «Questo studio conferma le ipotesi di studi precedenti riguardo al periodo in cui si verificano la maggior parte di attacchi di cuore gravi, ma ora dobbiamo capire perché in alcuni giorni della settimana si verificano questi picchi. Così facendo, capiremo meglio questa patologia mortale riuscendo a salvare più vite in futuro», concludono gli autori. (*Salute, Humanitas*)

SCIENZA E SALUTE

Test Galleri: l'esame del sangue per la Diagnosi precoce di 50 tipi di Cancro

Uno studio inglese iniziato nel 2021 con il test Galleri effettuato su circa 5.000 persone ha rilevato la presenza di un cancro in due casi su tre. Ecco come funziona il test, ancora in via sperimentale.

Si chiama [Galleri](#) ed è un esame del sangue che sembra essere in grado di rilevare oltre 50 tipi di cancro:

- sono stati coinvolti oltre 5.400 pazienti inglesi e gallesi, con un'età media di 62 anni, che si erano recati al medico con sintomi di vario tipo riconducibili a diverse patologie.

Il test, utilizzando un sequenziamento di nuova generazione ([NGS](#)) e algoritmi di *machine learning*, **è stato in grado di rilevare la presenza di tumore due volte su tre**, mentre il 2,5% delle volte è risultato negativo nonostante il paziente fosse malato.

I sintomi presentati dai partecipanti erano diversi e alcuni piuttosto generici:

- **i più frequenti erano perdita di peso** (un quarto dei casi),
- **problemi intestinali** (un paziente su cinque)
- **perdite di sangue post-menopausa e sanguinamento rettale** (entrambi circa 16% dei casi).

STRUMENTI TRADIZIONALI VS TEST GALLERI. A 368 dei 5461 pazienti partecipanti allo studio - iniziato nel 2021 e denominato [Simplify](#) - è stato diagnosticato il cancro attraverso procedure di rilevazione standard, come biopsie o ecografie.

Le diagnosi più frequenti sono state di cancro del colon-retto, polmonare, uterino, esofago-gastrico e alle ovaie. Il test Galleri ha individuato segnali di cancro in 323 pazienti, 244 dei quali hanno poi ricevuto una diagnosi definitiva, rivelandosi preciso in media nel 66,3% dei casi e sbagliando la diagnosi (restituendo un falso negativo) nel 2,5% dei casi.

La precisione del test aumentava con l'età del paziente e il livello di gravità del tumore, passando da appena un 24,2% di attendibilità per un tumore al primo stadio fino a oltre il 95% di precisione per un tumore al quarto stadio. Tra i casi positivi, il test è riuscito anche a individuare il luogo d'origine del tumore l'85% delle volte.

UNO STRUMENTO IN PIÙ.

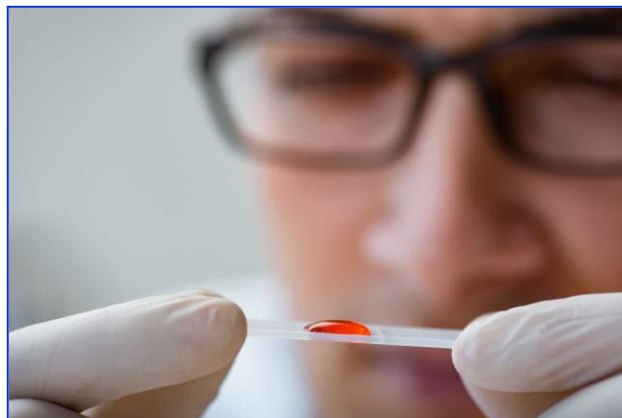
Il Galleri non va preso come un test sostitutivo degli strumenti diagnostici classici ed è ancora un *work in progress*, sottolineano gli stessi ricercatori dell'Università di Oxford.

Tuttavia potrebbe contribuire ad aumentare le diagnosi di cancro tramite metodi non invasivi: «A partire dai risultati del test possiamo decidere se indagare più a fondo», spiega il professor Mark Middleton [alla BBC](#).

I PROSSIMI PASSI.

Il servizio sanitario nazionale britannico (NHS) sta testando il Galleri in migliaia di persone senza sintomi, per verificarne la capacità di rilevare tumori nascosti: i risultati sono attesi per l'anno prossimo e, se saranno positivi, i test verranno estesi a un milione di volontari nel 2024 e 2025.

(Salute, Focus)



SCIENZA E SALUTE

MAL DI TESTA durante l'atterraggio dell'AEREO: perché succede?

Il mal di testa è senza dubbio uno dei fastidi più debilitanti e frustranti, specie quando non se ne capisce immediatamente la causa.

In particolare, c'è un tipo di mal di testa, magari correlato al **dolore alle tempie**, che colpisce alcune persone durante l'**atterraggio dell'aereo**.

Questo mal di testa può essere fastidioso al punto da far desistere alcune persone a viaggiare in aereo.

Perché, quindi, il **mal di testa in aereo** è così frequente? E come contrastarlo?

Ne parliamo con il dottor **Vincenzo Tullo**, specialista neurologo e responsabile dell'ambulatorio sulle cefalee di Humanitas.

Mal di testa in aereo: non solo all'atterraggio

Il **mal di testa in aereo** può svilupparsi in diversi momenti del volo. C'è chi ha emicrania durante il decollo, quando l'aereo sta prendendo quota, chi all'atterraggio, o in generale nella discesa, e chi invece durante il volo. **Non** si tratta di un dolore **costante**: può peggiorare e andare ad acuirsi in diverse occasioni, durante il viaggio in aereo, determinando un momento critico per il paziente con cefalea.

Specifichiamo comunque che, in genere, è l'atterraggio a dare problemi: in questa fase oltre l'85% dei pazienti lamenta fastidiosi sintomi.

Come si manifesta il mal di testa in aereo?

Il **mal di testa in aereo** si manifesta con **cefalea di forte intensità**, ma di breve durata, che abbia almeno due di queste tre caratteristiche:

- ❖ è **unilaterale**, a destra o a sinistra;
- ❖ il dolore è localizzato prevalentemente in **regione orbitaria e frontale**;
- ❖ il dolore si manifesta a stielettate o trafittivo o talvolta **pulsante**.

Il dolore non è associato a **vomito**, o a disturbo alla luce e ai rumori.

Per diagnosticare il tipo di mal di testa causato dall'aereo è importante focalizzarsi sulla **fase di regressione dei sintomi**: bisogna controllare se, nel giro di mezz'ora dal decollo o dalla discesa, la cefalea è migliorata.

Mal di testa in aereo: quali sono le cause?

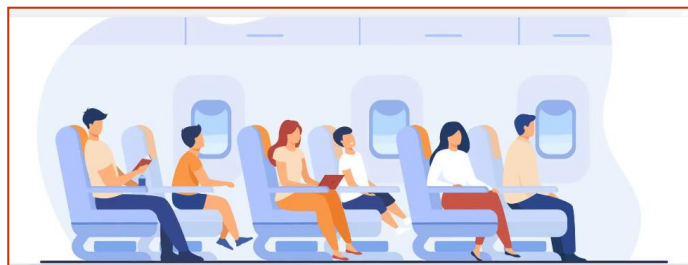
La fisiopatologia è piuttosto complessa: verosimilmente è dovuta a una **variazione della pressione barometrica** a livello dei seni paranasali. Il mal di testa in aereo colpisce anche i viaggiatori privi di patologie a carico dei seni paranasali, che devono essere sempre escluse con una **visita otorinolaringoiatrica**.

Quali sono i rimedi per il mal di testa durante l'atterraggio?

In caso si voglia evitare il mal di testa in aereo, si può assumere preventivamente un **analgesico circa un'ora prima**: in questo modo si può ridurre l'intensità del dolore e, nel migliore dei casi, evitarne la comparsa.

Gli analgesici da prendere per limitare il dolore (che sia mal di testa, che sia dolore alle tempie), possono essere antinfiammatori come **Naprossene** o **Ibuprofene**, il **Paracetamolo** e anche i **triptani**.

(Salute, Humanitas)



PREVENZIONE E SALUTE

DIABETE: fare SPORT aiuta il controllo della GLICEMIA

Quando si parla di diabete, oggi, si parla di una patologia la cui incidenza, in Italia e nel mondo, è in continuo aumento.

Basti pensare che nel nostro paese circa il **5,3% della popolazione** è interessato da diabete. Tra i fattori di rischio del diabete si annovera anche la parallela crescita di patologie come **obesità** e **sindrome metabolica**, causate da **stili di vita**



errati caratterizzati da sedentarietà e alimentazione scorretta. Avere una vita attiva, invece, è fondamentale sia per prevenire il diabete, sia in supporto ai trattamenti di cura nei pazienti diabetici.

Praticare **esercizio fisico regolarmente**, in armonia con il proprio stato di salute è fondamentale perché aiuta a mantenere sotto controllo il peso, ridurre la glicemia e la pressione arteriosa e accrescere la sensibilità insulinica e il colesterolo HDL, il cosiddetto “colesterolo buono”.

Oltre agli allenamenti mirati, è utile cambiare le proprie abitudini quotidiane, per esempio abituandosi a effettuare più tragitti a piedi o in bicicletta, o scegliendo le scale invece dell’ascensore.

Approfondiamo l’argomento con il dottor **Marco Mirani**, Capo Sezione di Diabetologia in Humanitas.

Che cos’è il diabete

Il diabete è una malattia caratterizzata dall’**aumento dei livelli di zucchero nel sangue**. Quando il paziente presenta un difetto nell’azione dell’**insulina**, l’ormone prodotto dal pancreas che mantiene stabili i livelli di glucosio nel sangue, si sviluppa il diabete. Questo può essere di due tipologie:

- ❖ il **diabete di tipo 1**, una forma più rara e molto severa che si associa all’assenza totale di insulina a causa dell’azione di autoanticorpi,
- ❖ il **diabete di tipo 2**, che interessa il 90% circa dei pazienti diabetici. Il diabete di tipo 2 è generalmente provocato da **insulino-resistenza**, dunque da una diminuzione della capacità di azione dell’insulina, che porta a un aumento della produzione epatica di glucosio e, al contempo, a un minor consumo di questo da parte dei muscoli.

Se non è possibile prevenire il diabete di tipo 1, il discorso cambia quando si parla di diabete di tipo 2. In questo caso, infatti, lo **stile di vita** gioca un ruolo cruciale in termini di **prevenzione**: un’alimentazione equilibrata e la pratica abituale di attività fisica aiutano a ridurre i livelli di glicemia.

Diabete: terapia, controllo della glicemia e stile di vita

Il diabete, se trascurato, può portare allo sviluppo di **complicanze** a carico del sistema cardiovascolare, dei reni, dell’occhio, dei nervi, che possono condizionare pesantemente la qualità della vita.

Il paziente con diabete deve pertanto adottare uno stile di vita sano e una dieta equilibrata e seguire scrupolosamente le **terapie**, che comprendono farmaci che normalizzano la glicemia e all’occorrenza anche medicine per tenere sotto controllo le altre complicanze della patologia.

Per una gestione ottimale di questa patologia lo specialista diabetologo si può avvalere del supporto di altre figure professionali come dietista, cardiologo, nefrologo, neurologo e oculista.

Infine, un elemento di fondamentale importanza nel trattamento del diabete è l'**autocontrollo della glicemia**, che in base alla tipologia di diabete e alla sua severità, può essere fatto qualche decina di volte in un anno o addirittura quotidianamente.

Una **diagnosi di diabete** cambia quindi l'organizzazione della vita del paziente che ne è interessato. Con questo, però non si deve pensare che i pazienti diabetici non possano condurre una vita normale o debbano seguire diete particolarmente limitanti.

Chi ha il diabete, infatti, può **mangiare tutto** e sarà lo specialista a indicare quali alimenti sono da consumare **con moderazione e in piccole quantità**; in generale è bene **evitare gli eccessi di carboidrati** (riso, dolci) e **grassi** (fritti, carni rosse) e privilegiare verdura e frutta nella giusta quantità.

Diabete: i benefici dell'attività fisica

Anche l'**attività fisica**, come abbiamo detto, contribuisce al controllo del diabete.

Lo sport, infatti, consente di migliorare l'**insulino-sensibilità** e, dunque, i parametri metabolici del paziente. Nonostante l'importanza che l'esercizio fisico riveste nel quadro del trattamento della patologia, i dati non sono incoraggianti:

❖ *è infatti solamente il **20% dei pazienti con diabete a praticare sport regolarmente.***

Ovviamente l'attività sportiva va eseguita in accordo con il proprio medico curante e in base alle proprie condizioni fisiche, ma è necessario cercare di avere una vita quanto possibile attiva.

Diabete: quale sport fare?

Chi non è nelle condizioni di praticare sport può iniziare con esercizi moderati: **camminare**, per esempio, anche senza compiere eccessivi sforzi, è un'ottima attività che si dovrebbe svolgere per circa **30 minuti al giorno 5 volte alla settimana**.

Chi è diabetico, inoltre, può provare il cosiddetto "**interval training**", ossia l'alternanza di camminata lenta e veloce: un tipo di esercizio che aiuta il controllo della glicemia e fa bene al sistema cardiovascolare.

Anche lo **stretching** è utile, perché aiuta a migliorare la **flessibilità muscolare** e ad aumentare il livello della prestazione.

In generale l'**attività aerobica**, come camminata, yoga, pilates o bicicletta, oltre a essere praticabile pressoché da tutti, è anche quella che apporta maggiori benefici al metabolismo.

Indicato a chi può sostenere un esercizio più intenso è invece il **nordic walking**, che prevede l'uso di bacchette da hiking.

In questo modo si attiva la **muscolatura di braccia e torso** e la spinta aumenta anche il dispendio di energia, promuovendo la riduzione del peso corporeo e allenando la **capacità cardiorespiratoria**.

In ogni caso, chi è allenato, oggi può dedicarsi allo sport che preferisce, e anche a sport ritenuti un tempo vietati ai pazienti diabetici (es. *l'alpinismo, il paracadutismo, l'immersione subacquea*):

❖ *grazie alle **nuove tecnologie di controllo**, infatti, la gestione della glicemia è più semplice e precisa ed è molto più facile di un tempo prevenire le ipoglicemie e, dunque, ridurre il rischio di perdere coscienza in momenti in cui potrebbe risultare particolarmente pericoloso.*

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
Orta di Atella	PT	349 250 4921	20 Giugno
Napoli – Via Manzoni	PT	339 238 7949	5 Giugno
Casavatore	FT/PT	349 6344 734	5 Giugno
Napoli Vomero	FT/PT	347 597 0251	5 Giugno
Napoli - Centro	FT/PT	danilo.alfano@farmaciameo.com	22 Maggio
Portici	FT/PT	388 752 6483	15 Maggio
Napoli - Ponticelli	FT/PT	339 659 0618	15 Maggio
Napoli - Capodimonte	FT/PT	335 795 8457	15 Maggio
Quarto	FT/PT	333 634 0521	15 Maggio
Forio di Ischia	FT/PT	331 905 5769	15 Maggio
Capri	FT/PT	329 019 4506	15 Maggio
Napoli - Piscinola	FT/PT	331 157 0874	15 Maggio
Napoli - Scampia	FT/PT	335 549 9705	9 Maggio
Pozzuoli	FT/PT	333 674 5300	9 Maggio

ORDINE: Cronoprogramma sulla formazione ECM 2023 Mese di GIUGNO

La partecipazione è sia in presenza sia a distanza su piattaforma zoom e pagina facebook dell'ordine.

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 GIUGNO – Inizio ore 21.00			
Giovedì 8 Giugno	Gestione degli antibiotici: Ruolo del Farmacista <i>Linee di indirizzo e Antibiotico Resistenza</i>	Prof. G. CIRINO Prof.ssa M.R. BUCCI <i>Università Federico II</i>	
Lunedì 12 Giugno	Microbiota: Salute e Benessere . Ruolo del Farmacista	Prof. Gerardo NARDONE <i>Università Federico II</i>	 12 CF
Mercoledì 21 Giugno	Terapie Oncologiche Innovative: la cura del Melanoma	Prof. P. ASCIERTO <i>Istituto dei Tumori Pascale</i>	
Martedì 27 Giugno	Ferite e Ustioni: <i>l'ABC per la corretta gestione in Farmacia</i>		

▶▶▶ COME PARTECIPARE

IN PRESENZA presso la sede dell'Ordine dei Farmacisti, via Toledo 156 - Napoli

A DISTANZA sulla pagina Facebook dell'Ordine e su piattaforma Zoom,
il link sarà inviato tramite WhatsApp e pubblicato sulla pagina di **farmaDAY**



La partecipazione al corso consentirà l'acquisizione di **20 crediti ECM**.

Destinazione del **5 X 1000** alla FONDAZIONE dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di NAPOLI

Anche per l'anno **2023** sarà possibile destinare una quota pari al **5 per mille** dell'Irpef alla Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti della provincia di Napoli, **per valorizzare la professione del farmacista e per sostenerne tutte le attività di carattere sociale promosse dall'Ordine.**

*Devolvi il 5 x 1000 nel 730 o CUD alla Nostra Fondazione inserendo il C.F. **09571771212** sotto lo spazio indicato dalla freccia:*

A Te non costa nulla.

DESTINA IL TUO 5X1000 ALLA FONDAZIONE ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI



COME DEVOLVERE:

1. Compila il Modulo **730**, il **CUD** o il **modello Unico**
2. Firma nel riquadro:
Sostegno del Volontariato e delle altre Organizzazioni **NON** lucrative di Utilità Sociale, delle Associazioni di Promozione Sociale e delle Associazioni e Fondazioni riconosciute che operano nei Settori di cui all'art. 10, C. 1, lett. A, del D.LGS. N. 460 del 1997

3. Indica il Codice Fiscale: 09571771212

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)

	<p>SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO E DELLE ALTRE ORGANIZZAZIONI NON LUCRATIVE DI UTILITA' SOCIALE, DELLE ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE E DELLE ASSOCIAZIONI E FONDAZIONI RICONOSCIUTE CHE OPERANO NEI SETTORI DI CUI ALL'ART. 10, C. 1, LETT A), DEL D.LGS. N. 460 DEL 1997</p> <p>FIRMA SANTAGADA VINCENZO</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) 09571771212</p>	<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SCIENTIFICA E DELLA UNIVERSITA'</p> <p>FIRMA _____</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
	<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SANITARIA</p> <p>FIRMA _____</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	<p>FINANZIAMENTO DELLE ATTIVITA' DI TUTELA, PROMOZIONE E VALORIZZAZIONE DEI BENI CULTURALI E PAESAGGISTICI (SOGETTI DI CUI ALL'ART. 2, COMMA 2, DEL D.P.C.M. 28 LUGLIO 2016)</p> <p>FIRMA _____</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
	<p>SOSTEGNO DELLE ATTIVITA' SOCIALI SVOLTE DAL COMUNE DI RESIDENZA</p> <p>FIRMA _____</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	<p>SOSTEGNO ALLE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE RICONOSCIUTE AI FINI SPORTIVI DAL CONI A NORMA DI LEGGE CHE SVOLGONO UNA RILEVANTE ATTIVITA' DI INTERESSE SOCIALE</p> <p>FIRMA _____</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
	<p>SOSTEGNO DEGLI ENTI GESTORI DELLE AREE PROTETTE</p> <p>FIRMA _____</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	

AVVERTENZE Per esprimere la scelta a favore di una delle finalità destinarie della quota del cinque per mille dell'IRPEF, il contribuente deve apporre la propria firma nel riquadro corrispondente. Il contribuente ha inoltre la facoltà di indicare anche il codice fiscale di un soggetto beneficiario. La scelta deve essere fatta esclusivamente per una sola delle finalità beneficiarie.

CONVOCAZIONE ASSEMBLEA ORDINARIA DEGLI ISCRITTI - 2023



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Napoli 6 Giugno 2023

**A TUTTI GLI ISCRITTI
ALL'ALBO PROFESSIONALE
DI NAPOLI E PROVINCIA**

Prot. 1425/2023

OGGETTO: CONVOCAZIONE ASSEMBLEA ORDINARIA DEGLI ISCRITTI.-

E' convocata L'Assemblea Ordinaria degli iscritti all'Albo, a norma dell'art. 23 del Regolamento sulla ricostituzione degli Ordini delle Professioni sanitarie, e ai sensi dell'art. 73, comma 2, del Decreto Legge 17 marzo 2020 n. 18, convertito nella Legge 24 aprile 2020 n. 27 per il giorno 25 Giugno 2023 alle ore 08,30 e, mancando il numero legale, **in seconda convocazione alle ore 21,00 di Lunedì 26 Giugno 2023**, presso la Sede dell'Ordine, Via Toledo n. 156 – Napoli, per procedere alla discussione del seguente

ORDINE DEL GIORNO

- 1 - Relazione del Presidente.
- 2 - Relazione del Tesoriere e del Presidente del Collegio dei Revisori dei conti per:
Presentazione Bilancio Consuntivo anno 2022.
- 3 - Varie ed eventuali.

La presente convocazione, oltre ad essere inviata agli iscritti all'Albo per posta elettronica e mediante il notiziario dell'ordine FarmaDay, è pubblicata sul sito dell'Ordine all'indirizzo: www.ordinefarmacistinapoli.it.

Cordiali saluti.

IL SEGRETARIO
DR. DAVIDE CARRATIÙRO

IL PRESIDENTE
Prof. VINCENZO SANTAGADA

DELEGA

Delego il Dr. _____ a rappresentarmi all'Assemblea dell'Ordine, di cui alla circolare prot. 1425/23 del 06.06.2023.

Napoli il _____ Firma del Farmacista _____

E' possibile farsi rappresentare (a mezzo della presente DELEGA) da altro collega, con l'avvertenza che nessun iscritto può essere investito di più di **DUE DELEGHE** (art. 24 D.P.R. 5/4/50 n. 221).

Delega da inviare, compilata in ogni sua parte, e trasmessa da un indirizzo di posta elettronica Certificata (PEC) all'indirizzo ordinefarmacistina@pec.fofi.it.



IL PRESIDENTE
(Prof. Vincenzo Santagada)