



AVVISO

Ordine

- ❖ Ordine: Corsi ECM
- ❖ Bacheca: annunci lavoro

Notizie in Rilievo

Scienza e Salute

- ❖ Fa bene piangere?
- ❖ Potremmo avere i capelli blu o verdi?
- ❖ Un neurostimolatore impiantato nel cranio ha cambiato la vita di un ragazzo con epilessia grave



Prevenzione e Salute

- ❖ Uova, Gamberetti e Scampi «assolti»: non aumentano il colesterolo «cattivo». Le nuove linee guida
- ❖ Il clima che cambia fa male alla salute, ma possiamo proteggerci. Ecco come



APRIRE UNA FARMACIA
NON È MAI STATO COSÌ
FACILE

maggiori info su
farmavesuvio.it

Proverbio di oggi.....

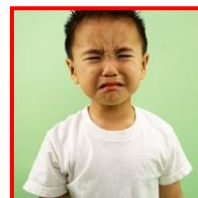
E' tutto casa e chiesa, Persona onesta, che percorre la retta via "

Fa bene piangere?

Sì. Secondo W. Frey, biochimico dell'Univ. del Minnesota (Usa), il pianto serve a espellere le sostanze prodotte quando si accumula tensione emotiva.

Infatti, a differenza delle lacrime che si generano in modo naturale perché ci sono corpi estranei nell'occhio o per irritazioni e allergie, quelle del pianto sono ricche di **corticotropina e prolattina** (ormoni i cui livelli aumentano in stato di stress) e di **manganese** (presente in alte concentrazioni nel cervello dei depressi). Gli studi psicologici, inoltre, riferiscono che l'88,8% delle persone si sente meglio dopo essersi sfogato con un bel pianto liberatorio. Anche se gli uomini lo fanno, in media, solo 7 volte all'anno, contro le 47 delle donne.

Si va a piangere al pub: Che piangere faccia bene lo sanno gli uomini d'affari giapponesi che, per scaricare lo stress, hanno diffuso la moda, arrivata anche in Europa, dei *crying club* (club del pianto): locali in cui si va apposta per piangere assieme a perfetti sconosciuti. Molti di questi locali offrono un "aiuto" a chi non ha la lacrima facile: *da film commoventi a cipolle e peperoncini.*



Potremmo avere i capelli blu o verdi?

No, naturalmente non è possibile.

Il colore dei capelli è dato dalla melanina, di cui esistono due tipi, l'**eumelanina** e la **feomelanina**. La prima è scura, marrone o nera, e la seconda è rossa o gialla (e dà il colore ai biondi e ai rossi). La mancanza o la presenza ridotta di melanina causa l'albinismo, in cui i capelli possono essere bianchi o chiarissimi.

Colori bestiali: Anche negli altri mammiferi il colore del mantello dipende dalla melanina. Ecco perché, pur esistendo tantissime sfumature, non ci sono peli verdi o blu. Esiste l'eccezione dei bradipi, che sono verdastri per la presenza di un'alga nella loro pelliccia. (*Focus*)



SCIENZA E SALUTE

Un neurostimolatore impiantato nel cranio ha cambiato la vita di un ragazzo con epilessia grave

Un teenager britannico con epilessia resistente ai farmaci ha visto ridursi le crisi dell'80% grazie a un dispositivo impiantato nel suo cervello.

Oran Knowlson, un 13enne del Somerset (Regno Unito) è divenuto la **prima persona al mondo** a essere trattata con un **impianto di neurostimolazione profonda** alloggiato direttamente nel cranio. Il ragazzo è affetto da una forma grave e incurabile di epilessia, che il neurostimolatore ha permesso di rendere più gestibile e meno pericolosa:



- ✓ interferendo con l'attività elettrica del cervello, l'impianto ha **ridotto le crisi dell'80%**, e reso quelle che ancora insorgono meno violente.

INFANZIA RUBATA. Dall'età di tre anni Oran è affetto da **sindrome di Lennox-Gastaut**, una forma rara e grave di **epilessia a esordio infantile** che comporta un numero elevatissimo (*dai 20 al centinaio di episodi*) di crisi ogni giorno, oltre a un deficit cognitivo. Per via dell'alto numero di convulsioni, questa condizione ha un effetto negativo sullo sviluppo e sulle capacità relazionali del bambino, ed è associata a un rischio di morte più elevato a causa - anche - delle **lesioni cerebrali** connesse alle crisi.

Durante l'infanzia, Oran non ha vissuto un solo giorno senza un episodio di assenza, e in diversi casi è arrivato a perdere conoscenza, a smettere di respirare e ad avere bisogno di una procedura di rianimazione.

INTERFERENZE UTILI. Il ragazzo è coinvolto nel progetto CADET, una serie di **trial clinici** condotti da neurologi del Great Ormond Street Hospital, dell'University College London con lo scopo di indagare sicurezza ed efficacia di impianti di stimolazione cerebrale profonda destinati a persone con epilessia grave.

Le crisi epilettiche sono innescate da **scariche elettriche anomale** e non controllate nella **corteccia cerebrale**, che interrompono la normale attività neurale. Il neurostimolatore impiantato ad Oran, che si chiama Picostim ed è prodotto dall'azienda britannica *Amber Therapeutics*, produce una **lieve e costante stimolazione elettrica** che blocca i segnali che possono innescare le crisi epilettiche.

L'OPERAZIONE. Durante un intervento chirurgico di 8 ore avvenuto a ottobre 2023 al Great Ormond Street Hospital di Londra, i neurochirurghi hanno sistemato due elettrodi nel **talamo** di Oran, una struttura cerebrale posta sotto la corteccia che funziona come una stazione di elaborazione, trasmissione e smistamento dei segnali nervosi a varie aree della corteccia cerebrale e delle strutture che si trovano al di sotto di essa.

Gli **elettrodi**, posizionati in una zona che consentiva un margine di errore di meno di un millimetro, sono stati collegati attraverso due fili al neurostimolatore, un dispositivo quadrato di 3,5 centimetri per lato e 0,6 di spessore avvitato in uno spazio appositamente ricavato **in un osso cranico** del ragazzo.

UN PACEMAKER PER IL CERVELLO. Non è la prima volta che la **stimolazione cerebrale profonda** (*DBS*, dall'acronimo inglese *Deep Brain Stimulation*), chiamata così perché gli elettrodi vengono inseriti in profondità nel cervello, è usata per trattare forme di epilessia nei bambini. Finora però i dispositivi medici simili a pacemaker abbinati agli elettrodi venivano sistemati vicino alla clavicola o nella regione addominale, con i fili che correvano sottocute fino al cervello. Impianti di questo tipo vengono usati anche per alleviare i sintomi del [Parkinson](#).

ASCOLTA E RICARICA. Il fatto di avere un dispositivo posizionato direttamente nel cranio è visto favorevolmente **per i pazienti in età pediatrica**, perché dovrebbe **ridurre il rischio di complicazioni**, come le infezioni post operatorie o eventuali malfunzionamenti. Oltretutto, l'impianto di Oran si ricarica facilmente attraverso cuffie wireless, che il ragazzo indossa per guardare la TV.

Ora il giovane è più vigile, **senza crisi da assenza durante il giorno** e con crisi convulsive notturne più corte e meno gravi. Ha ripreso a chiacchierare e a contraddire i genitori come un normale 13enne, e si dedica alle lezioni di equitazione, un hobby che solo alcuni mesi fa sarebbe risultato impossibile. (*Salute, Focus*)

PREVENZIONE E SALUTE

UOVA, GAMBERETTI e SCAMPI «assolti»: non aumentano il colesterolo «cattivo». Le nuove linee guida

La rubrica «Smart Tips» parla della revisione dei Larn: i Livelli di assunzione di riferimento di nutrienti ed energia per la popolazione italiana. Non sono tuorli né crostacei la causa dell'ipercolesterolemia, ma i grassi saturi e trans

Uova, gamberetti e scampi non provocano un aumento del colesterolo.

Ad aver liquidato ogni divieto sono le nuove raccomandazioni della Società italiana di nutrizione umana (Sinu):

a distanza di 10 anni dall'ultima edizione e dopo l'esame dei dati della letteratura scientifica da parte di **150 esperti**, è arrivata la **revisione dei Larn**:

- ❖ i Livelli di assunzione di riferimento di nutrienti ed energia per la popolazione italiana, cioè le quantità consigliate di cibi, *carboidrati, proteine, grassi, vitamine e minerali*.

Via i limiti

Si legge che a tavola «è stato eliminato il limite di 300 milligrammi al giorno per il colesterolo, alla luce degli studi e delle relative meta-analisi che hanno evidenziato la scarsa importanza relativa dell'assunzione di colesterolo rispetto a quella dei grassi saturi, cui è strettamente legato». Si traduce: **non sono né i tuorli né i crostacei la causa dell'ipercolesterolemia, ma i grassi saturi e trans**, che stimolano la produzione di colesterolo da parte dell'organismo.

I grassi cattivi

Il colesterolo assimilato attraverso alimenti come le uova e i gamberi concorre per una quota di circa **un quinto** ai livelli totali nel sangue, mentre i quattro quinti sono prodotti dal corpo stesso. Ed è proprio questa **fabbricazione endogena** che viene accresciuta da una dieta carica dei **lipidi** detti «cattivi».

La dieta

Non esagerare con i cibi ricchi di **grassi saturi**, come **carne rossa, formaggi grassi e stagionati, salumi, burro, patatine fritte** e alcuni alimenti **ultra-processati** è il primo consiglio.

L'altro è comporre pranzo e cena per **tre quarti con fonti vegetali**, dai cereali integrali alle verdure, dai legumi alla frutta. Una loro prerogativa è la **fibra** e quella solubile crea nel nostro apparato digerente una specie di gel, che **intrappola parte del colesterolo** presente nell'intestino e lo trascina come rifiuto verso l'espulsione.

In sintesi

Non c'è relazione tra consumo di uova e incidenza di malattie cardiovascolari. Se l'ipercolesterolemia è in continua crescita a responsabilità è di un'alimentazione povera di fonti vegetali e debordante di grassi saturi.

(Salute, Corriere)



PREVENZIONE E SALUTE

Il clima che cambia fa male alla salute, ma possiamo proteggerci. Ecco come

Dalle influenze fuori stagione alla stanchezza da caldo, dalle allergie senza tregua ai crampi muscolari: gli effetti del cambiamento climatico e le abitudini da modificare per vivere meglio

Sarà l'estate più calda di sempre. Se vi pare di averlo già sentito, è normale: da anni **ogni estate è più bollente di quella prima**.

E la faccenda sta iniziando a preoccuparci non poco: stando a un'indagine condotta da Assosalute, l'Associazione farmaci di automedicazione di Federchimica, otto italiani su dieci si chiedono quanto **impatti sulla salute** il cambiamento climatico e uno su due ritiene che le conseguenze possano essere gravi per tutti, non solo per chi è più fragile.



Lo studio: i decessi dovuti al caldo

La sensazione degli italiani è giusta: l'ultimo *Report europeo di The Lancet Countdown on Health and Climate Change*, ha sottolineato che il cambiamento climatico è già qui, e uccide.

Letteralmente:

- ❖ soprattutto in Europa meridionale, Italia compresa, **i decessi correlati al caldo sono aumentati dell'11%**,
- ❖ con un impatto particolarmente evidente nelle fasce svantaggiate della popolazione.

L'aumento delle temperature, peggiorato dall'inquinamento, sta favorendo inoltre

- la diffusione di **malattie infettive portate da zanzare o zecche**, i cui habitat e periodi di "attività" si stanno allargando, e sta **allungando le stagioni allergiche**;
- il clima che cambia, inoltre, può avere **effetti negativi** perfino su **malattie non trasmissibili** come diabete, obesità o tumori, perché si sono allungate le fasce orarie in cui diventa proibitivo muoversi all'aperto e questo favorisce la **sedentarietà**.

Conseguenze per la salute

L'indagine italiana di Assosalute conferma che il **cambiamento climatico** sta contribuendo a provocare qualche guaio di salute:

- ✓ il **75 %** per esempio dice di sentirsi **più stanco rispetto al passato per colpa del gran caldo**,
- ✓ il **60 %** afferma di **avere più spesso di prima malesseri dovuti a sbalzi di temperatura, influenze fuori stagione, disturbi da disidratazione**.

«Le trasformazioni a cui stiamo assistendo e che portano a conseguenze sulla salute sono tante», spiega Claudio Cricelli, presidente emerito della Società Italiana di Medicina Generale e delle Cure Primarie.

«La fioritura delle piante o la stagionalità dei pollini cambiano, con conseguenze sul **calendario delle allergie**, ma si sta modificando anche l'andamento delle epidemie: a volte i picchi si verificano in periodi anticipati, come accaduto quest'anno con l'influenza che ha avuto il suo massimo a dicembre anziché gennaio/febbraio.

Negli ultimi mesi e anni poi abbiamo osservato **picchi di malattie respiratorie acute** particolarmente evidenti in aprile, con sintomi che persistono per un periodo più prolungato, anche due o tre settimane». Un **legame con il cambiamento climatico** sembra assai plausibile e la ricerca scientifica sta cercando di comprenderlo a fondo, per riuscire anche a trovare i migliori mezzi per contrastarlo.

Come proteggersi

Non si tratta soltanto di **seguire le regole d'oro per resistere al caldo**, come **bere di più**, «**alleggerire**» la **dieta, esporsi meno possibile alle alte temperature e al sole diretto** o magari aiutarsi con prodotti da banco specifici per i piccoli disturbi estivi, dalla stanchezza ai dolori muscolo-scheletrici (per i consigli pratici si può consultare il sito di Assosalute dedicato all'automedicazione):

- ✓ l'obiettivo è «*Diventare consapevoli dell'innalzamento delle temperature e **prepararsi ad affrontare stagioni più lunghe di caldo in modo adeguato**, tenendo conto delle diverse esigenze legate all'età e al proprio quadro clinico di partenza.*

Ogni stimolo esterno suscita una reazione, ma esistono limiti alla nostra capacità di adattamento: possiamo vivere in ambienti estremi, come gli ambienti polari o equatoriali, ma vi è un punto oltre il quale perdiamo il controllo.

È cruciale, dunque, lavorare sulle circostanze ambientali per impedire il superamento di tali limiti e per **aiutare il nostro organismo a gestire meglio i cambiamenti, tenendo conto dell'età e delle fragilità individuali**».

Dobbiamo insomma **adattare i comportamenti** e le scelte della vita quotidiana **alle nuove condizioni climatiche**: da un **uso differente del condizionamento e riscaldamento** alla **rivalutazione della siesta**, tanti possono essere i piccoli e grandi cambiamenti che dovremo fare.

Con un occhio di riguardo a chi è **più fragile, come gli anziani, i bambini o chi ha numerose malattie**, perché la loro **capacità di adattamento è inferiore**: «I più vulnerabili dovrebbero cercare ambienti freschi e ombreggiati, evitando di esporsi al sole durante le ore più calde e prestando particolare attenzione all'alimentazione e all'idratazione, che è fondamentale per tutti.

Occhio infine ai farmaci che si assumono, consultando il medico per ottenere indicazioni specifiche su come gestirli in relazione alle variazioni climatiche», conclude Cricelli. (*Salute, Corriere*)

SCIENZA E SALUTE

Perché si dice che il GATTO NERO porti sfortuna?

Cosa c'è di peggio di un gatto nero il giorno 17? Superstiziosi?

Per i piccoli felini però non è solo una questione di decoro, ogni anno 60 mila gatti neri vengono uccisi a causa di una sciocca credenza. La diceria che il gatto nero porti sfortuna ha origine nel Medioevo quando i gatti in genere erano considerati i diabolici compagni delle streghe, per la loro abitudine a uscire di notte. Quelli di colore nero, non molto visibili nell'oscurità, facevano imbizzarrire i cavalli e i cavalieri cadevano di sella. Da qui l'idea che portino sfortuna quando ci attraversano la strada. In realtà gli unici a rischiare sono i mici, che facilmente possono finire sotto. (*Focus*)



Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

LA BACHECA

ORDINE: BACHECA CERCO LAVORO

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

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Annuncio
Casoria	FT/PT	339 525 2888	1 Luglio
Acerra	FT/PT	331 237 3021	1 Luglio
Napoli Chiaia	FT/PT	335 682 2728	1 Luglio
Napoli Via Toledo	FT/PT	338 391 0821	1 Luglio
San Giuseppe Vesuviano	FT/PT	339 804 1799	17 Giugno
Mariglianella	FT/PT	339 533 0933	17 Giugno
Napoli Posillipo	FT/PT	333 446 7726	17 Giugno
Napoli Vomero	FT/PT	335 407 373	17 Giugno
Marigliano	FT/PT	328 745 0354	17 Giugno
Torre Annunziata	FT/PT	340 266 8569	17 Giugno
Napoli Chiaia	FT/PT	danilo.alfano@farmaciameo.com	17 Giugno
Bacoli	FT/PT	mari.boccia87@gmail.com	03 Giugno
Miano Parafarmacia	FT/PT	340 300 3405	03 Giugno
Napoli centro storico	FT/PT	339 659 0618	03 Giugno
Afragola	FT/PT	338 206 3159	27 Maggio
Qualiano	FT/PT	338 206 3159	27 Maggio
Ercolano	FT/PT	farmaciasantadele@gmail.com	27 Maggio
Napoli Via Manzoni	FT/PT	351 117 5560	27 Maggio
Marano	FT/PT	329 022 5271	27 Maggio
Quarto	FT/PT	338 858 2655	27 Maggio

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

Anche per l'anno **2024** 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

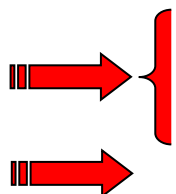
DESTINA IL TUO 5X1000 ALLA FONDAZIONE ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI



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.L.GS. 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.L.GS. N. 460 DEL 1997</p> <p>FIRMA SANTAGADA VINCENZO Codice fiscale del beneficiario (eventuale) 09571771212</p>	<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SCIENTIFICA E DELLA UNIVERSITA'</p> <p>FIRMA Codice fiscale del beneficiario (eventuale)</p>
<p>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SANITARIA</p> <p>FIRMA 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 Codice fiscale del beneficiario (eventuale)</p>
<p>SOSTEGNO DELLE ATTIVITA' SOCIALI SVOLTE DAL COMUNE DI RESIDENZA</p> <p>FIRMA</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 Codice fiscale del beneficiario (eventuale)</p>
<p>SOSTEGNO DEGLI ENTI GESTORI DELLE AREE PROTETTE</p> <p>FIRMA Codice fiscale del beneficiario (eventuale)</p>	

AVVERTENZE Per esprimere la scelta a favore di una delle finalità destinatarie 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 delle finalità beneficiarie.