



AVVISO

Ordine

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

Notizie in Rilievo Scienza e Salute

- ❖ Caffaina e Aloe per dimagrire, lo sai che non sono efficaci?
- ❖ Tumori della pelle, chi rischia di più?
10 cose che forse non sapevate



Prevenzione e Salute

- ❖ Melasma, come comportarsi in estate?
- ❖ Vene varicose, con il caldo bisogna stare ancora più attenti



APRIRE UNA FARMACIA
NON È MAI STATO COSÌ
FACILE

maggiori info su
farmavesuvio.it

Proverbio di oggi.....

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

CAFFEINA e ALOE per DIMAGRIRE, LO SAI CHE NON SONO EFFICACI?

Caffeina e aloe, assieme a molte altre sostanze quali guaranà, fucus, tarassaco, finocchio e pilosella, sono la base di molti prodotti per dimagrire.

Questi prodotti – spiega la dott.ssa [Elisabetta Macorsini](#), biologa nutrizionista presso Humanitas – non sono **né efficaci, né sicuri**, come ha già dichiarato il Ministero della Salute nel 2017 specie se combinati tra loro.

Caffeina, Aloe, Guaranà, Rabarbaro e altre sostanze meno note, combinate insieme per creare preparati galenici, cioè realizzati in farmacia, non hanno dimostrato di essere sicure per la salute di chi le assume. Come dichiarato dall'AIFA e dall'Istituto Superiore della Sanità non solo non esistono evidenze scientifiche che queste preparazioni siano efficaci per dimagrire, ma la combinazione tra le varie sostanze ritenute innocue, può portare ad effetti collaterali spiacevoli per chi li assume.

Questi prodotti, infine, **se anche hanno un effetto dimagrante, tuttavia non è duraturo** e si ritorna a prendere peso quando si smette di assumerli.

Il desiderio comune a molti di dimagrire rapidamente e senza sforzo ha contribuito a mitizzare questi prodotti.

Tuttavia, per **perdere peso** è necessario *cambiare il proprio stile di vita*, unendo attività fisica regolare ad abitudini alimentari sane **eliminando alcolici, bevande zuccherate, prodotti confezionati, junk food**, e concedendosi uno strappo alla regola solo di tanto in tanto.

In questo modo si avranno risultati soddisfacenti sotto ogni punto di vista, senza effetti collaterali e guadagnando il benessere generale di tutto il corpo.

(Salute, Humanitas)



SCIENZA E SALUTE

TUMORI DELLA PELLE, CHI RISCHIA DI PIÙ? 10 COSE CHE FORSE NON SAPEVATE

Quasi tutti i tipi di cancro alla pelle (basalioma, spinalioma o melanoma) sono collegati alle radiazioni ultraviolette provenienti dal sole o dai lettini abbronzanti.

I raggi UV danneggiano il Dna delle cellule della pelle e causano mutazioni genetiche che, nel lungo periodo, possono portare alla formazione di un tumore.

Ma ci sono altri fattori che possono esporre a rischi maggiori.

Eccoli spiegati, da Piergiorgio Malagoli, resp. dell'Unità Operativa di Dermatologia del Policlinico San Donato di Milano.

Più si invecchia, più il rischio sale

Le probabilità di sviluppare un tumore cutaneo **aumentano con l'avanzare dell'età**, anche per via dell'**effetto cumulativo dell'esposizione ai raggi ultravioletti** che si «immagazzinano» negli anni.

Tuttavia va tenuto presente che il numero di casi di melanoma (il più pericoloso tipo di cancro della pelle) sono costantemente aumentati negli ultimi decenni e che l'età media dei pazienti si è abbassata, **tanto che è diventato il terzo tipo di cancro più diffuso sotto i 50 anni**. E gli specialisti di tutto il mondo hanno lanciato l'allarme soprattutto per i più giovani, adolescenti e universitari, a causa delle scottature che si procurano con i lettini abbronzanti.



Gli uomini meno informati delle donne

«Mentre il sesso femminile, anche in giovane età, pare essere consapevole dei possibili pericoli legati a un'abbronzatura "sregolata" - dice Malagoli -, dalle statistiche internazionali emerge chiaramente che quello maschile è meno informato. **Tanto che nei maschi si registrano più casi di basaliomi e spinaliomi**. L'ipotesi è che gli uomini siano anche meno propensi a proteggersi sotto il sole con creme e lozioni, il che li porta a scottarsi con maggior frequenza».

Farmaci e fototerapia aumentano il pericolo

«È cosa nota - spiega Malagoli -: le persone che si sottopongono ad alcuni trattamenti con radiazioni perché malate di tumore, così come **i pazienti che soffrono di psoriasi e si sottopongono a fototerapia** vanno incontro a maggiori probabilità di sviluppare un tumore non-melanoma. Anche alcuni medicinali che sopprimono l'attività del sistema immunitario prescritti a pazienti che fanno un trapianto d'organi sono più suscettibili. Per questo tutte queste categorie "speciali" vengono informate e fanno controlli della pelle accurati per individuare per tempo eventuali anomalie».



Un tumore cutaneo in passato può significarne uno in futuro



I dati statistici indicano che chi ha già **avuto un carcinoma basocellulare, squamocellulare o un melanoma ha maggiori probabilità**, rispetto alla popolazione generale, **di svilupparne un altro**. «Questo non significa che gli ex pazienti, del tutto guariti, debbano vivere in ansia. Semplicemente non devono trascurare eventuali anomalie e sottoporsi alla visita con un dermatologo senza temporeggiare troppo quando notano qualcosa di strano».

Altri problemi della pelle

I ricercatori hanno individuato anche un'associazione fra tumori cutanei e gravi cicatrici lasciate da scottature, in zone di pelle che ricoprono severe infezioni ossee e altri tipi di danni provocati alla pelle da alcune patologie infiammatorie.



Attenzione alle sostanze cancerogene (anche sul lavoro)

Tumori della pelle non melanotici possono essere collegati a radiazioni solari: **ad essere esposti a maggiori rischi professionali sono quindi tutti i lavoratori** che trascorrono molte ore all'aria aperta, come **agricoltori, pescatori, operai edili**. Inoltre sono state

individuate come **sostanze pericolose**:

- arsenico e suoi composti; arsenuro di gallio;
- catrame di carbone e pece, benzo[a]pirene; fuliggine; catrame di carbon fossile.

Per cui è bene seguire le previste tutele per chi può avere un'esposizione lavorativa durante la gassificazione del carbone, la produzione di coke, la distillazione del catrame di carbon fossile.

Alcune malattie rendono la pelle vulnerabile

«Lo **xeroderma pigmentoso** (Sindrome della Luna), è una rara malattia genetica ereditaria caratterizzata da un'estrema ipersensibilità ai raggi UV della luce solare.

Le cause di questa patologia sono dovute alla **mutazione di un gene** che produce una proteina fondamentale per la riparazione del Dna. Le persone colpite da Xeroderma pigmentoso presentano di pelle e occhi e sono predisposte all'insorgenza di carcinomi di vario genere.

Anche la **sindrome basocellulare del Nevo, o sindrome di Gorlin**, è una rara malattia genetica tramandata ereditariamente, che coinvolge pelle, sistema nervoso, occhi, ghiandole endocrine e ossa: provoca un aspetto insolito del viso e un maggiore rischio di tumori della pelle».



Hiv e Hpv, virus sotto accusa

«L'Hiv, lo stesso virus che causa l'Aids, nell'indebolire tutto il nostro sistema immunitario può favorire anche l'insorgenza di carcinomi delle pelle (**basaliomi e spinaliomi**). È poi emerso che anche certi tipi di **Papillomavirus o HPV** (ne esistono più di 120 varianti), soprattutto quelli che "colpiscono" l'area genitale, l'ano o la zona attorno alle unghie possono portare all'insorgenza di tumori cutanei in quell'area».

Un motivo in più per non fumare

È stato identificato un legame tra il tabacco e il **carcinoma squamocellulare**, specie nell'area delle labbra.

Chi deve proteggersi di più dai raggi UV

«Prolungate e numerose esposizioni ai raggi ultravioletti (UV) così come l'abbronzatura "intensiva" mordi e fuggi (nei weekend) possono causare scottature e far crescere il rischio di cancro alla pelle. **Onde evitare bruciature è importante prendere sempre le dovute precauzioni prima di esporsi al sole, soprattutto per chi è considerato una "categoria a rischio"**, ovvero:

- 1) chi ha già avuto un tumore cutaneo;
- 2) chi ha molti nei;
- 3) chi ha già avuto casi di tumore alla pelle (specie melanoma) in famiglia
- 4) chi ha più probabilità di scottarsi, ad es. chi è un fototipo chiaro
- 5) chi trascorre molte ore all'aria aperta, per lavoro o per piacere (al mare, ma anche in alta quota)
- 6) chi ha certe malattie autoimmuni (come il lupus)

chi prende farmaci foto-sensibilizzanti (alcuni antibiotici, diuretici, FANS, contraccettivi orali e retinoidi sistemici)».
(Salute, Corriere)



PREVENZIONE E SALUTE

MELASMA, COME COMPORTARSI IN ESTATE?

*Quello tra **melasma** e **sole** è un rapporto molto stretto.*

Il **MELASMA** è un disturbo estetico della pelle piuttosto comune che interessa quasi esclusivamente le donne e si caratterizza per la comparsa sul viso di **macchie** di colore scuro, sulle tonalità del marrone.

Le macchie sono il risultato di una sovrapproduzione di melanina.

Come devono comportarsi in estate le donne che presentano questo INESTETISMO?

Ne parliamo con la dottoressa [Alessandra Narcisi](#), dermatologo di Humanitas.

MELASMA, ESTATE E INVERNO

Le macchie tendono a comparire prevalentemente su *guance, labbro superiore, naso, fronte*.

Il perché compaiano non è chiaro, probabilmente per cause ormonali e questo spiegherebbe anche la frequenza del **melasma** nelle donne in dolce attesa.

Questo disturbo è infatti noto anche come “**maschera della gravidanza**”.

Altri fattori giocano inoltre un ruolo importante, tra i quali: la predisposizione genetica, lo stress e l'utilizzo di creme profumate, o di farmaci fotosensibilizzanti o della pillola anticoncezionale.

Queste macchie sono dovute alla eccessiva produzione della melanina, il pigmento che, oltre a dare il colorito tipico dell'abbronzatura, protegge la pelle dai raggi ultravioletti del sole.

Ecco perché con lo stimolo dato alla pelle dai raggi solari le macchie si scuriscono.

Con le stagioni, infatti, la gradazione delle macchie varia: in inverno, quando il sole è meno luminoso, queste si confondono con il resto della pelle mentre già dalla primavera, e poi in estate, il contrasto è più lampante.

Prendere il sole non è precluso e come per tutti, anche per le donne con il melasma è fondamentale la protezione: «Bisogna proteggere la pelle con **creme solari** con fattore di protezione elevato (**fattore 50 o più**), non profumate;

non devono esporsi durante le ore più calde o, se proprio non si può evitare, bisogna utilizzare altri presidi di protezione come precauzione quali occhiali e cappelli».

LEGGERE BENE L'ETICHETTA DEI PRODOTTI

Attenzione però perché alcuni prodotti, incluse delle creme solari, possono far peggiorare il melasma: «Se sono profumate o contengono sostanze fotosensibilizzanti.

Per evitare questo bisogna leggere l'elenco delle sostanze contenute nel prodotto specifico, o meglio affidarsi alla prescrizione del dermatologo», raccomanda la specialista.

Dopo l'esposizione al sole, invece, cosa si può fare?

«Durante l'inverno si possono effettuare trattamenti appositi per schiarire le macchie, di natura casalinga come micropeeling e creme schiarenti, oppure trattamenti *dermo-cosmetici* mirati presso centri dermatologici, quali peeling più profondi, o laser», conclude la dottoressa Narcisi.

(Salute, Humanitas)



PREVENZIONE E SALUTE

VENE VARICOSE, CON IL CALDO BISOGNA STARE ANCORA PIÙ ATTENTI

*Attenti alle **vene varicose**! È ormai arrivata la stagione del grande caldo, momento difficile per coloro che soffrono di problemi di carattere circolatorio.*

Sì, perché la temperatura dell'ambiente esterno può influire sulla salute dei nostri vasi sanguigni, come ci spiega il dottor Marco Setti, Responsabile dell'Unità Operativa di Chirurgia Vascolare di Humanitas Gavazzeni Bergamo.

È vero che le **MALATTIE VASCOLARI possono farsi più minacciose durante la stagione estiva?**



«Sì, le malattie vascolari hanno spesso andamenti stagionali. Così come durante l'inverno curiamo soprattutto pazienti che soffrono di disturbi alle arterie, nella stagione estiva i peggiori danni li registriamo a livello dell'apparato circolatorio venoso.

Parliamo di insufficienza venosa e in particolare delle cosiddette **vene varicose** delle gambe che, oltre a essere poco gradite perché antiestetiche, possono anche portare a gravi patologie se non curate e dove».

Le vene ingrossate delle gambe sono sempre sintomo di qualcosa che non va?

«Quando compaiono **vene varicose** voluminose e dolenti alla palpazione è bene sempre rivolgersi al proprio medico di base se non addirittura allo specialista.

L'insufficienza venosa può anche mostrarsi attraverso altri sintomi, come i crampi notturni o la sindrome della gamba irrequieta.

Il particolare che fa pensare a un'insufficienza venosa piuttosto che ad altre cause sistemiche è il fatto che la problematica, nel caso dell'insufficienza, si presenta in una sola gamba e non in tutte e due».

Come può essere evitato il DOLORE ALLE GAMBE dovuto a problemi di circolazione del sangue?

«Bisogna muovere le gambe, camminare. Quando al dolore è associato un certo gonfiore può essere utile l'uso di calze riposanti elastiche preventive, che sono a disposizione sia per donna sia per uomo. Queste calze dovrebbero essere usate a livello preventivo quando c'è familiarità all'insufficienza venosa e dalle donne agli ultimi mesi di gravidanza, quando il parto avviene, appunto, nei mesi caldi».

Quali altri **COMPORAMENTI Possono **AIUTARE** a **EVITARE L'INSORGENZA** delle **VENE VARICOSE**?**

«Per evitare insufficienza venosa e, in particolare, l'insorgenza delle **vene varicose**, prima di tutto bisogna evitare di fumare.

Poi alimentarsi in modo corretto, consumando molta frutta e verdura fresca. Importante anche fare movimento, senza esagerare, e non ingrassare. Importante, infine, è bere molta acqua, ricordando che la ritenzione idrica non è una conseguenza della quantità di acqua che si beve».

(Salute, Humanitas)

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

CAPRIPHARMA 2024

4-6 Ottobre la quarta edizione di CapriPharma 2024

SAVE THE DATE

2024
CAPRI PHARMA®
QUARTA EDIZIONE

Capri, 4-6 ottobre 2024

GRAND HOTEL QUISISANA

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

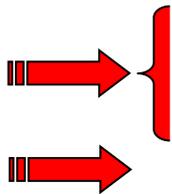


COME DEVOLVERE:

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>	