

FARMACOM

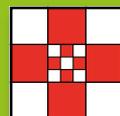
FARMACOM edizione di RAVENNA - Anno IV - Numero 1 - GENNAIO/FEBBRAIO 2019

LA LINEA GIUSTA IN ONCOLOGIA? LA PREVENZIONE

Intervista alla dottoressa Canuti,
responsabile screening oncologici Ausl Romagna

Una salute
migliore
per un
mondo
migliore

 **Mylan**
Better Health
for a Better World



RAVENNA
FARMACIE
Srl

LE FARMACIE COMUNALI DI RAVENNA FARMACIE

Comunale n. 1

Via Berlinguer, 34 • Ravenna
Tel. 0544 404210 • Fax 0544 407473
comunale1@farmacieravenna.com



Comunale n. 2

Via Faentina, 102 • Ravenna
Tel. 0544 460636 • Fax 0544 461557
comunale2@farmacieravenna.com



Comunale n. 3

Via Po, 18 • Porto Corsini Ravenna
Tel. 0544 446301 • Fax 0544 441162
comunale3@farmacieravenna.com



Comunale n. 4

Via Nicolodi, 21 • Ravenna
Tel. 0544 421112 • Fax 0544 423821
comunale4@farmacieravenna.com



Comunale n. 5

Via delle Nazioni, 77 • Marina di Ravenna
Tel. 0544 530507 • Fax 0544 531683
comunale5@farmacieravenna.com



Comunale n. 6

Via Giannello, 3 • Fornace Zarattini
Tel. 0544 212835 • Fax 0544 216317
comunale6@farmacieravenna.com



Comunale n. 7

Via Bonifica, 6 • Porto Fuori Ravenna
Tel. 0544 433021 • Fax 0544 432503
comunale7@farmacieravenna.com



Comunale n. 9

Viale Petrarca, 381 • Lido Adriano Ravenna
Tel. 0544 495434 • Fax 0544 495434
comunale9@farmacieravenna.com



Comunale n. 10

Via 56 Martiri, 106/E • Ponte Nuovo Ravenna
Tel. 0544 61088 • Fax 0544 476553
comunale10@farmacieravenna.com



Comunale 1 Pinarella

Viale Tritone, 13 • Pinarella di Cervia Ravenna
Tel. 0544 987105 • Fax 0544 987105
comunale.pinarella@farmacieravenna.com



Comunale Cotignola

Via Matteotti, 55 - Cotignola Ravenna
Tel. 0545 40119 • Fax 0545 40119
comunale.cotignola@farmacieravenna.com



Comunale 2 Malva

Via Martiri Fantini, 86/a - Cervia
Tel. 0544 977650 • Fax 0544 977141
comunale2cervia@farmacieravenna.com



Comunale Alfonsine

C.so Matteotti, 58 • Alfonsine
Tel. 0544 81253 • Fax 0544 84642
comunale.alfonsine@farmacieravenna.com



Comunale S. Rocco

Piazza B. Emaldi, 4B • Fusignano
Tel. 0545 50133 • Fax 0545 953866
farmcofusignano@racine.ra.it

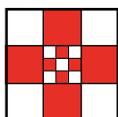


Comunale n. 8

Via Fiume Montone Abbandonato, 124 • Ravenna
Tel. 0544 402514 • Fax 0544 407713
comunale8@farmacieravenna.com



Aperta 24 ore su 24 tutti i giorni dell'anno - Dalle ore 22.30 alle 8.00 servizio notturno





**LA LINEA GIUSTA IN ONCOLOGIA?
LA PREVENZIONE**

Intervista alla dottoressa Canuti,
responsabile screening oncologici Ausl Romagna

Una salute
meglio
più
vicina
al
benessere

RAVENNA
FARMACIE
S.p.A.

In copertina:
La dottoressa Debora Canuti
(Foto: gentilmente concessa dalla dottoressa Canuti)

ENTRIAMO IN FARMACIA
Prevenire è meglio
che curare 4

SALUTE E TERRITORIO
La linea giusta in
oncologia? La prevenzione 6

INSERTO - PARLIAMO DI SALUTE

CHE COSA SIGNIFICA
Cosmetovigilanza
e cosmetosorveglianza 9

TECNOLOGIA E SALUTE
Il robot da Vinci
in sala operatoria 10

SALUTE ANIMALI
La ricetta veterinaria
diventa elettronica 12

APPROFONDIMENTO
Stili di vita e prevenzione
cardiovascolare 14

Ambiente e salute 15

NOTE DI MEDICINA INTEGRATA
Una mela Annurca
al giorno... 17

PROGETTO SPORT
Farmacie per lo sport 18

Direzione, redazione e pubblicità
Farmacie Comunali Torino S.p.A.
Corso Peschiera 193 - 10141 Torino
www.fctorinospa.it

Direttore Responsabile
Elisabetta Farina
redazione: redazione@fctorinospa.it

Hanno collaborato a questo numero
Debora Canuti,
Paola Mainetti,
Fabio Romagnolo.

Collaborazione grafica
Ravenna Farmacie s.r.l.

Progetto grafico e impaginazione
Futurgrafica S.r.l.

Stampa
Tipografia Sosso S.r.l.



Tiratura 5.000 copie

Registrazione al Tribunale di Torino
N°114 dell'8 gennaio 2008



di Elisabetta Farina

Cari Lettori

2019, L'ANNO DI LEONARDO

In occasione dei festeggiamenti per il 500° anniversario della morte di Leonardo da Vinci, in tutto il mondo saranno realizzate celebrazioni per ricordare la genialità dello scienziato e dell'artista Da Vinci, che gli diede i natali, a Milano, in cui il genio visse il suo periodo più fecondo e creativo e dove il Museo della scienza porta il suo nome, numerose città d'Italia si preparano a celebrarlo con un palinsesto di iniziative e mostre, alcune già iniziate nel dicembre scorso.

Tra queste **Leonardo da Vinci Parade**, una mostra temporanea al Museo della scienza di Milano, in cui sfilano in parata accostamenti insoliti di arte e scienza, tra gli affreschi del XVI secolo provenienti dalla Pinacoteca di Brera e una selezione degli storici e spettacolari modelli leonardeschi da tempo non visibili. Un percorso inedito sui diversi campi di interesse e studio di Leonardo dedicati all'ingegneria e alla tecnica per valorizzare la collezione storica - la più importante al mondo - con cui il Museo apriva al pubblico nel 1953.

Un anno, quindi, che vedrà l'esposizione di capolavori e preziose opere. Non soltanto la *Gioconda*, la *Vergine delle Rocce* o la *Dama con l'ermellino* o ancora i modelli delle "macchine leonardesche", ma pure gli studi e i disegni di anatomia. Molti dei disegni che Leonardo dedicò allo studio dell'anatomia umana e animale furono acquisite, dopo la sua morte, dalla Royal Collection del Castello di Windsor (www.rct.uk) che nel corso dell'anno li esporrà in varie sedi.

Come altri pittori del '400, Leonardo da Vinci si accostò agli studi di anatomia umana attraverso la cosiddetta "anatomia artistica", per meglio raffigurare il corpo umano. Tale fu il fascino per il suo animo di artista e scienziato, che dall'anatomia "di superficie" passò allo studio degli organi interni. Egli diede anche impulso all'anatomo-fisiologia, che si sviluppò in quegli anni nelle Università italiane, studiando i movimenti del corpo, le leve che utilizza l'apparato muscolo-scheletrico umano e le forze che produce. Quindi, analizzò i sensi, i sistemi nervoso, circolatorio e urinario poi l'apparato riproduttivo. Giunse, infine, all'anatomia patologica, studiando le modificazioni del corpo umano con l'età: esponendo con accurate descrizioni e illustrazioni le differenze riscontrate nelle arterie dei giovani e dei vecchi, diede probabilmente la prima descrizione delle caratteristiche della arteriosclerosi. Grazie a tale miniera di informazioni e scoperte scientifiche in anticipo di secoli sulla scienza ufficiale, Leonardo può essere considerato a pieno titolo precursore della scienza medica moderna.

FarmaCom partecipa alle celebrazioni di Leonardo, approfondendo l'utilizzo della tecnologia in ambito sanitario, sia presentando esempi di innovazione attuale sia ricordando importanti scoperte e personaggi che hanno segnato la storia della medicina.

Buon 2019 e buona lettura!

PREVENIRE È MEGLIO CHE CURARE

Servizi e iniziative per mantenere il benessere

Il motto "prevenire è meglio che curare" caratterizza l'attività delle farmacie comunali di Ravenna volte ad affiancare al tradizionale approccio di recupero della salute, mediante la dispensazione dei medicinali, quello più innovativo di mantenimento del benessere, attraverso servizi di prevenzione e monitoraggio, con l'obiettivo di valorizzare il ruolo della farmacia di primo presidio sanitario accessibile e affidabile nel soddisfare i bisogni dei cittadini.

Monitorare la pressione arteriosa, effettuare l'elettrocardiogramma, rilevare la pressione arteriosa nelle 24 ore, controllare parametri ematici come la glicemia, il colesterolo totale e HDL e i trigliceridi, è fondamentale per valutare lo stato di salute del **sistema cardiovascolare** e, in modo semplice e veloce, è possibile farlo presso le farmacie comunali.

La prevenzione cardiovascolare è argomento molto sentito dalla clientela. Non a caso, la possibilità di poter eseguire la prova dell'Ecg direttamente in farmacia, unitamente alle altre autoanalisi, ha suscitato sin da subito curiosità ed entusiasmo con adesioni anche tra la clientela di passaggio. L'iniziativa ha attratto e coinvolto anche la popolazione più anziana che ha plaudito soprattutto la velocità nell'ottenere il referto e la serietà del servizio offerto dagli specialisti coinvolti.

Ricordiamo alcuni dei servizi finalizzati alla prevenzione e alla promozione della salute che nel corso degli anni sono stati attivati nelle farmacie comunali di Ravenna.

Holter pressorio

L'Holter pressorio è un test non invasivo che consente di registrare automaticamente il monitoraggio della pressione arteriosa (PA) nell'arco delle 24 ore, mediante un piccolo apparecchio di dimensioni simili a quelle di uno smartphone fissato in vita con una cintura. Trascorse le 24 ore, il paziente ritorna dal farmacista che scarica e invia i dati memorizzati a un centro specialistico, dove vengono analizzati da un cardiologo che in giornata invia il referto in farmacia nel rispetto della normativa sulla privacy. Tale monitoraggio permette di determinare un profilo pressorio che rispecchia maggiormente quello reale ed è molto utile in diverse situazioni:

- nei pazienti che hanno variazioni improvvise della pressione;

- nei pazienti facilmente emozionabili, che di fronte al "camice bianco" del medico hanno sbalzi pressori, ma che a casa hanno una pressione normale;
- nei pazienti ipertesi in terapia farmacologica, per controllare se la terapia che si sta assumendo sia congrua e se il paziente sia in fase di compenso con il trattamento farmacologico;
- nei pazienti che, pur avendo la pressione arteriosa normale, durante il giorno accusano sintomi che possono far pensare a improvvisi aumenti o diminuzioni della pressione.

Analisi problemi circolatori

L'**insufficienza venosa cronica** è una malattia che può causare edema, vene varicose e ulcere agli arti inferiori. Effettuare una diagnosi precoce del reflusso venoso è fondamentale per impostare un'efficace terapia preventiva, evitando o ritardando la cronicizzazione della malattia. Lo strumento utilizzato consente un test non invasivo in grado di valutare il tempo di riempimento venoso (*Refilling Time*), cioè il tempo impiegato dal sangue a tornare nel polpaccio dopo che un movimento forzato ne ha causato il momentaneo svuotamento. Rappresenta una soluzione professionale che permette una stima dello stato della circolazione delle vene e del funzionamento delle valvole venose. Particolarmente indicato a uomini e donne che conducono una vita sedentaria, presentano gambe gonfie, sono in sovrappeso o in età avanzata.

I test relativi alla nutrizione

Sono proposti il *Food Intolerance Test*, per individuare intolleranze alimentari e il *Celiac test*, per individuare una possibile positività alla celiachia. Il test si basa sull'autoprelievo di sangue capillare (con una semplice puntura al dito) e invio dei campioni, da parte del personale della farmacia, al laboratorio specializzato (NatrixLab Iso 9001:2008) ove i campioni vengono analizzati tramite una metodica scientificamente riconosciuta, denominata E.L.I.S.A., attraverso la quale, nel caso del *Food Intolerance Test* si è in grado di testare la reazione immunologica nei confronti di estratti proteici di 46,92 o 184 alimenti, mentre nel caso del *Celiac test* si ricerca la presenza di anticorpi Anti-gliadina e Anti-transglutaminasi, molecole presente nel glutine.

Altro test proposto è il *Dysbio check*, per controllare e monitorare lo stato di salute dell'intestino con un semplice esame dell'urina. Anche questo test viene effettuato da un centro d'analisi specializzato (NatrixLab Iso 9001:2008). Il ritiro del referto dei test avviene in farmacia entro 10 giorni.

Pelle sotto la lente

L'aspetto di pelle e capelli dice molto sulla nostra salute, non solo sull'immagine della figura. La **cura della pelle** supera, quindi, il contesto puramente estetico, avviando un processo di cura e prevenzione più ampio. In tal senso si colloca il servizio che si avvale dell'utilizzo dello strumento Soft Plus, per esaminare in tempo reale la pelle in riferimento ai principali parametri cutanei: idratazione, sebo, elasticità, fototipo, temperatura, ph e melanina. Con questa apparecchiatura è possibile fare una valutazione oggettiva dello stato di salute, dell'età biologica, delle macchie cutanee e delle rughe della pelle, consentendo di evidenziare anomalie che l'utente potrà approfondire con il medico curante che valuterà se indirizzare il pazien-

te verso un centro dermatologico. Il servizio svolto è stato apprezzato dai clienti, che hanno riconosciuto nel loro farmacista un professionista sempre più aggiornato e competente, ma soprattutto disponibile e attento ai bisogni delle persone. Sensibilizzare all'importanza della cura della bellezza insieme alla valenza di salute e prevenzione. Questo è un altro degli obiettivi del consiglio del farmacista finalizzato al mantenimento del benessere.

Con queste e altre iniziative le farmacie comunali, che sono punti di riferimento comodi e accessibili a tutti, vogliono diventare il luogo ideale per chi desidera l'accesso a prodotti e servizi funzionali per azioni di monitoraggio e prevenzione.

L'offerta dei servizi e il programma di iniziative collegate che si realizzano oggi presso le farmacie comunali di Ravenna sono il risultato di collaborazioni e progettualità sviluppate nel corso degli anni e che proseguiranno sempre con l'obiettivo di essere all'avanguardia nella proposta e nella qualità sia professionale sia delle tecnologie utilizzate.

FARMACIE COMUNALI AL FIANCO DELLO IOR

L'Istituto Oncologico Romagnolo è una Organizzazione di volontariato nata il 18 luglio 1979 e da allora ha promosso importanti progetti di Ricerca, che vedono la Romagna in prima linea nella difficile battaglia contro il cancro.

Oggi, dall'idea nata quarant'anni fa, l'Istituto è diventato un'opera che nella forma di Onlus

sostiene la ricerca scientifica per un continuo miglioramento delle possibilità di guarigione, le attività di assistenza e la medicina palliativa; fornisce agli ospedali gli strumenti migliori per la diagnosi e la cura, effettua campagne di prevenzione volte a migliorare la qualità della vita ponendo l'attenzione su stili di vita più sani.

Le offerte all'Istituto Oncologico Romagnolo (IOR) sono linfa vitale per l'Istituto e permettono di destinare fondi a sostenere la ricerca contro il cancro in Romagna. Le farmacie comunali di Ravenna sono **punti di raccolta offerte IOR**.

“Da oltre vent'anni – ricorda con orgoglio il dottor Gabriele Taglioni, direttore della comunale 8 – l'azienda ha fatto questa scelta come forma di condivisione con l'impegno dello IOR e per dare un segnale forte della convinzione che il sostegno di tutti, in ogni manifestazione, contribuisca al cammino della ricerca e della prevenzione.

Condivisione partecipata dagli utenti delle farmacie che afferiscono ai punti di raccolta, contribuendo a sostenere il grande impegno dell'Istituto in tutte le sue forme: ricerca, cura, prevenzione e assistenza”.



LA LINEA GIUSTA IN ONCOLOGIA? LA PREVENZIONE

L'esempio del Programma di screening per la prevenzione dei tumori del colon retto

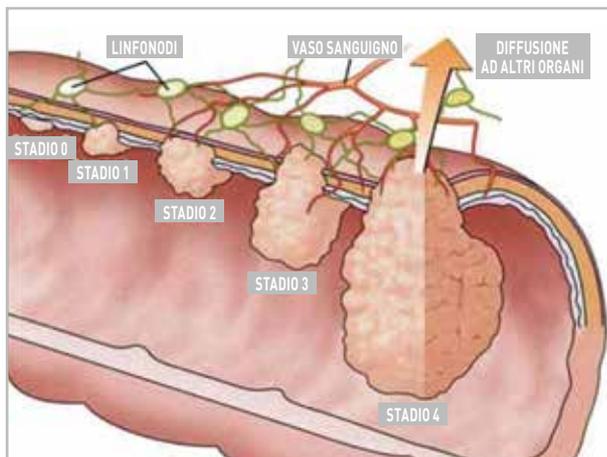
Coralba Casale - biologa data manager screening colon retto Rimini,
Debora Canuti - responsabile Programma Screening Oncologici Ausl della Romagna,
Omero Triossi - direttore Gastroenterologia Ravenna

Da marzo 2005 la Regione Emilia Romagna ha attivato il **Programma di screening per la prevenzione dei tumori del colon retto** che prevede l'invito attivo, rivolto a tutti i residenti e domiciliati nella nostra provincia in età compresa tra 50 e 69 anni, a eseguire, ogni due anni (round), il test della ricerca del sangue occulto nelle feci con metodo immunologico (FIT o test di I livello). Il cittadino che riceve la lettera invito, recandosi in qualsiasi farmacia della Romagna, può ritirare gratuitamente il materiale necessario allo svolgimento del test.

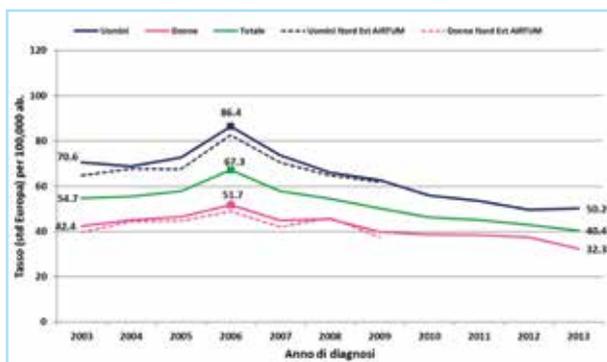
In caso di risultato negativo il cittadino ne riceverà comunicazione per lettera, in caso di positività verrà invece direttamente contattato dal Centro screening e invitato a eseguire il necessario approfondimento mediante colonscopia (test di II livello). Ogni esame di approfondimento in ambito di screening è completamente gratuito e non necessita dell'impegnativa del medico curante. Ripetere il test del sangue occulto, in caso di positività, è un grave errore in quanto il sanguinamento dei polipi - il cui rinvenimento e asportazione rappresenta la finalità dello screening - è spesso intermittente e dunque un falso negativo potrebbe far perdere tempo prezioso. La colonscopia eseguita in sedazione cosciente, pur essendo un esame invasivo e gravato

da possibili, rare, complicanze, risulta molto ben tollerata.

Riduzione di incidenza e mortalità - che rappresentano l'obiettivo primario dello screening - risultano tanto più consistenti quanto più elevato è il livello di adesione della popolazione bersaglio sia al test di primo livello, che alla colonscopia. L'asportazione per via endoscopica di adenomi avanzati, interrompe la sequenza adenoma - carcinoma impedendo la degenerazione del polipo in tumore e, di fatto, modifica la storia naturale della patologia.



Come atteso, le diagnosi di tumore del colon retto sono aumentate nei primi due anni (2005-2006) di attivazione dello screening (c.d. *round* di prevalenza), grazie all'anticipata identificazione di tumori che sarebbero diventati sintomatici solo in anni successivi, per poi ridursi considerevolmente fino ad arrivare a valori inferiori a quelli registrati nel periodo pre-screening (con una diminuzione percentuale annua complessiva del 6.6%).



La diminuzione dei nuovi casi dopo l'avvio dello screening è ancora più marcata nella classe di età 50-69 anni (circa -10%). L'effetto protettivo dello screening si ripercuote anche nelle fasce di età successive infatti anche tra i 70 e i 79 anni c'è una diminuzione significativa di casi diagnosticati.

EFFETTO SUGLI INTERVENTI CHIRURGICI

Come si vede dal grafico, dopo un iniziale picco dovuto all'attesa anticipazione diagnostica, conseguente all'avvio del programma di screening nel 2005 (*round* di prevalenza), gli interventi per tu-

Regione Emilia-Romagna

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

La prevenzione illumina

screening tumore colon retto

È SEMPLICE, GRATUITO E FUNZIONA.

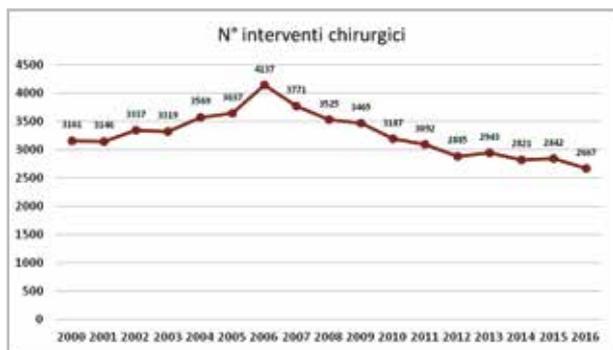
Se hai tra i 50 e i 69 anni rispondi all'invito della tua Azienda UsL. Può salvarti la vita!

SCOPRI DI PIÙ SU

salute.regione.emilia-romagna.it/colon
n.verde 800 033 033

Aderire all'invito di screening è un'occasione da non perdere per prevenire la comparsa di un tumore al colon retto.

more del colon retto sono progressivamente diminuiti da circa 3.400 all'anno nel 2002-2004 (epoca pre-screening) a 2.700 nel 2014-2016.



I DATI CONFERMANO L'IMPATTO POSITIVO DELL'ADESIONE

Nel 2015 lo studio *"Impact of Screening Program on Incidence of Colorectal Cancer: A Cohort Study in Italy"* (Giorgi Rossi P. Vicentini M. et al. Am J Gastroenterol, 2015), condotto sui risultati del programma di screening di Reggio Emilia, ha fornito una chiara evidenza dell'impatto dello screening sulla mortalità e, per la prima volta, sull'incidenza del tumore del colon-retto. Lo studio ha infatti dimostrato come già dopo 8 anni dall'avvio del programma si registri una riduzione della mortalità per tumore del colon retto, nella popolazione invitata allo screening, del 36% e una riduzione dell'incidenza del 10%. Questi risultati sono stati ottenuti con un'adesione media particolarmente alta del 64%; il dato stimato sull'intera regione, dove l'adesione si attesta su livelli complessivamente più bassi, riporta comunque una riduzione del 31%.

La riduzione di mortalità sarebbe stata certamente maggiore, se avesse aderito tutta la popolazione invitata.

Il dato di adesione al test di primo e di secondo livello, rappresenta di fatto l'indicatore più importante e correlato in maniera direttamente proporzionale all'impatto dello screening sulla popolazione invitata.

Anche in Romagna (Registro Tumori della Romagna anni 1995-2015) osserviamo una riduzione di incidenza e mortalità del tumore del colon retto, legato all'avvio del programma di screening, che sarebbe certamente ancora più marcato - non ci stanchiamo di sottolinearlo e di ripeterlo - se tutta la popolazione invitata aderisse.

La collaborazione con il medico di medicina generale, per il suo ruolo di counseling, sia nella raccomandazione ad eseguire il test di screening, sia nella collaborazione a far eseguire la colonscopia di approfondimento sono elementi fondamentali per aumentare l'efficacia del programma, così come determinante è la figura del farmacista che nel momento della consegna del test viene ad essere un riferimento per i cittadini e un importante aiuto per un'adesione consapevole al programma di screening.

PER APPROFONDIRE ONLINE

Sito regionale

salute.regione.emilia-romagna.it/screening/colon

Sito Ausl Romagna

auslromagna.it/servizi/screening-oncologici

Intervista alla dottoressa

Debora Canuti

Responsabile Programma Screening Oncologici Ausl della Romagna

Da anni il suo impegno in ambito oncologico l'ha vista approfondire l'importanza della comunicazione come leva per l'adesione allo screening, partecipando a vari studi anche a livello nazionale come nell'Osservatorio Nazionale Screening. Quali sono gli strumenti efficaci per aumentare la partecipazione agli screening oncologici?

Non è semplice rispondere a questa domanda. A seguito di un notevole numero di pubblicazioni e studi in merito, vi sono solide evidenze che gli strumenti più semplici, come lettere con appuntamento prefissato, opuscoli e telefonate ai non aderenti aumentino l'adesione in maniera significativa rispetto a quanto accade nelle esperienze in cui tali strumenti non vengano utilizzati o ne vengano utilizzati altri più elaborati.

La partecipazione allo screening è però un fenomeno complesso che richiede di essere valutata con un approccio multidisciplinare, utilizzando anche gli strumenti delle scienze sociali.

Quale è il contesto comunicativo degli utenti degli screening?

Negli screening la comunicazione è sia verbale che non verbale: per esempio la cortesia, il trovare i telefoni liberi o meno, la puntualità del reinviato e della risposta, la grafica dei materiali informativi sono tutte modalità di comunicare non verbali.

Gli utenti hanno una percezione globale della qualità degli screening, percezione influenzata molto dalla componente non verbale. La comunicazione verbale è un misto di comunicazione interpersonale e scritta. I materiali informativi sono quindi una componente della comunicazione di screening, ma indubbiamente la funzione fiduciaria svolta dagli operatori, che trasmettono competenza essendo riconosciuti come riferimenti accreditati, svolge un ruolo fondamentale.

La farmacia, quindi, rappresenta un contesto valido.

La collaborazione con le farmacie offre ai cittadini un migliore servizio e un'equità di accesso, grazie alla capillarità e prossimità del servizio offerto e viene a uniformare l'organizzazione del percorso di screening sull'intero territorio della Romagna. La collaborazione alle farmacie, presenti su tutto il territorio favorisce e incentiva la partecipazione delle persone invitate allo screening. L'intervento dei farmacisti, infatti, assume un ruolo determinante per la buona riuscita del programma, quale supporto al cittadino sia dal punto di vista informativo, favorendone la sensibilizzazione alla prevenzione e quindi la partecipazione consapevole al programma, che dal punto di vista organizzativo.

L'ARIA CHE RESPIRIAMO È ESSENZIALE.

L'aria indoor può essere più inquinata rispetto all'aria esterna*.

Puressentiel ha creato questa soluzione brevettata con 41 oli essenziali 100% puri e naturali accuratamente dosati.

Purifica l'aria di casa tua e contrasta i cattivi odori per offrire alla tua famiglia un'aria più pura, naturalmente.

A casa, in ufficio o in auto, basta qualche spruzzo.



- PURIFICA, RISANA
- PER LA TUA FAMIGLIA**
- N°1 DEGLI SPRAY PURIFICANTI IN FARMACIA***



In farmacia

| In parafarmacia

| puressentiel.com



Puressentiel

L'Efficacia allo stato Puro

PURIFICANTE

COSMETOVIGILANZA E COSMETOSORVEGLIANZA

Segnalare significa tutelare

Nonostante i cosmetici siano valutati per la loro sicurezza d'uso prima della loro immissione in commercio possono, tuttavia, provocare l'insorgenza di eventi dannosi per l'organismo. Nasce così l'esigenza di controllarne la sicurezza d'uso anche dopo la loro immissione in commercio, attraverso due tipi di attività: la cosmetosorveglianza e la cosmetovigilanza. Entrambe rivestono un ruolo di primaria importanza nel salvaguardare la salute pubblica.

La **cosmetosorveglianza** è volta a verificare e contrastare la vendita e la distribuzione dei prodotti cosmetici irregolari, cioè non conformi alle normative vigenti.

La **cosmetovigilanza** è l'insieme delle attività per la raccolta e la gestione delle segnalazioni di effetti indesiderabili attribuibili all'uso di un cosmetico con lo scopo di facilitare la sorveglianza post-marketing e garantire la tutela della salute dei cittadini.

La sorveglianza, e quindi la sicurezza, dei prodotti cosmetici immessi sul mercato è disciplinata dal Regolamento (CE) n. 1223/2009 sui prodotti cosmetici, che ha sostituito la Direttiva Europea (76/768/CEE).

La disciplina relativa ai prodotti cosmetici contenuta nel Regolamento CE 1223/2009 prevede, tra l'altro, che anche le farmacie svolgano le attività di cosmetovigilanza, e quindi provvedano alla segnalazione al ministero della Salute degli effetti indesiderabili gravi (EIG) associati all'uso dei cosmetici. In riferimento a tale attività, il Ministero è nuovamente intervenuto con la nota prot. 65441 del 28 novembre 2018 per ribadire alcuni aspetti tra cui che le segnalazioni degli EIG possono essere inviate al Ministero direttamente anche dai consumatori e dai professionisti sanitari tra cui i farmacisti.

La nota ministeriale ricorda, inoltre, che "le segnalazioni devono contenere almeno le minime informazioni necessarie per valutare la relazione di causalità tra l'effetto occorso e l'utilizzo del cosmetico e devono essere corredate da un certificato medico con la diagnosi effettuata sul consumatore". La modulistica da utilizzare per le segnalazioni e le relative linee guida per la compilazione sono disponibili sul sito del ministero della Salute www.salute.gov.it alla sezione "cosmetici - vigilanza - segnalazioni di effetti indesiderabili gravi".

CHE COSA SIGNIFICA



Opuscolo scaricabile
dal sito del ministero
della Salute.

TIPOLOGIE DI EFFETTI INDESIDERABILI

Le reazioni più comuni correlate all'uso dei prodotti cosmetici riguardano la cute e sono:

- **dermatite irritativa da contatto (dic)**
caratterizzata da rossore, gonfiore, esfoliazione superficiale, intenso bruciore e prurito localizzati nella sede di contatto con agenti irritanti; le manifestazioni insorgono, generalmente, dopo pochi minuti dall'applicazione del prodotto cosmetico indipendentemente dalla predisposizione individuale;
- **dermatite allergica da contatto (dac)**
caratterizzata da rossore, gonfiore, vescicole, croste, intenso prurito localizzati non solo nelle aree di applicazione del cosmetico ma in alcuni casi anche a distanza; le manifestazioni sono espressione di un'inflammatione della cute su base allergica e insorgono 24-48 ore dopo il secondo contatto con l'allergene.

DEFINIZIONE DEGLI EFFETTI INDESIDERABILI (*)

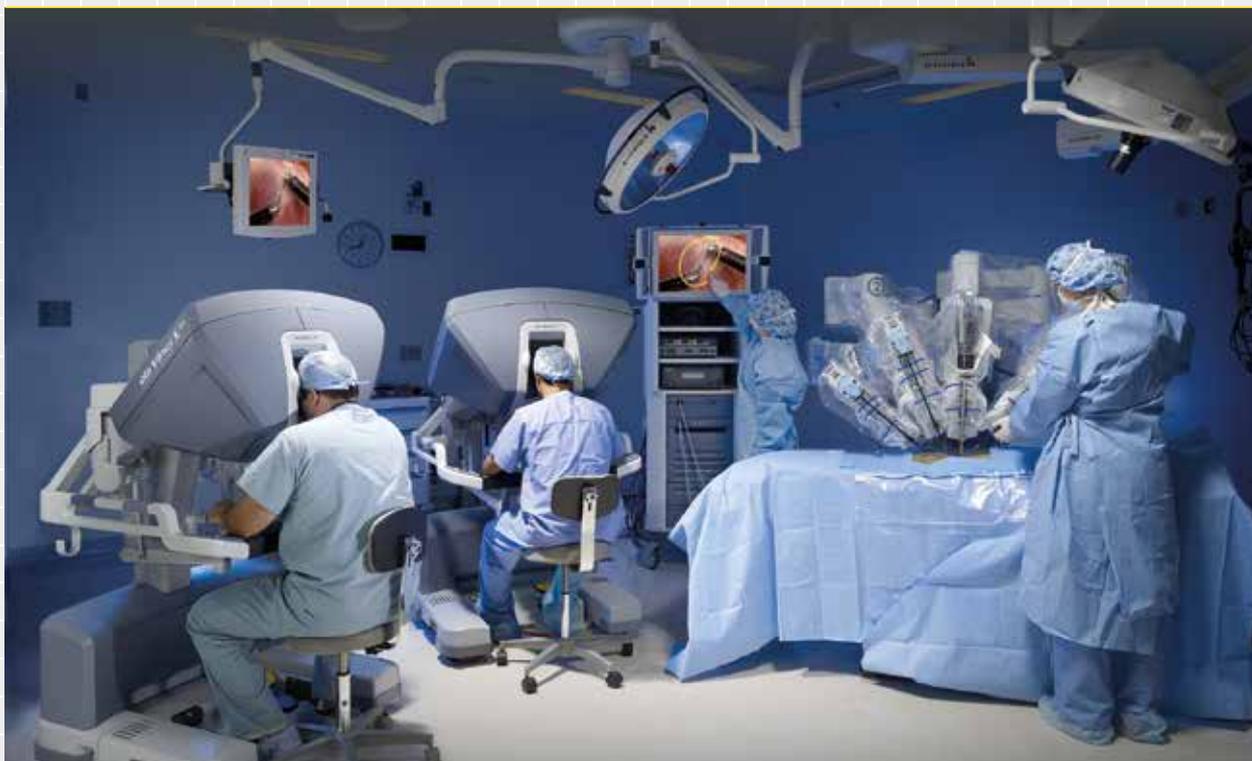
- **effetti indesiderabili (EI)**, in inglese "undesirable effects (UES)", sono definiti come "reazioni avverse per la salute umana attribuibili alle normali o ragionevolmente prevedibili condizioni di uso di un prodotto cosmetico"
- **effetti indesiderabili gravi (EIG)**, in inglese "serious undesirable effects (SUES)", sono definiti come effetti indesiderabili che inducono incapacità funzionale temporanea o permanente, disabilità, ospedalizzazione, anomalie congenite, rischi mortali immediati o decesso

(*) secondo il regolamento CE n. 1223/2009

Fonti:
Regolamento (CE) n. 1223/2009 sui Prodotti Cosmetici
Direttiva Europea sui cosmetici 76/768/CEE
Nota Ministero della Salute prot. 65441 28.11.2018
www.salute.gov.it

IL ROBOT DA VINCI IN SALA OPERATORIA

Per una chirurgia sempre meno invasiva



fotografie: Intuitive Surgical, Inc/Inf

inserto staccabile

Un esempio di sala operatoria allestita con il robot da Vinci. È cambiato il concetto di chirurgia in generale e di bisturi, ago e filo che si aveva in precedenza: è tutto più tecnologico. Sempre più la sala operatoria assomiglia alla sala comandi di un aeroplano.

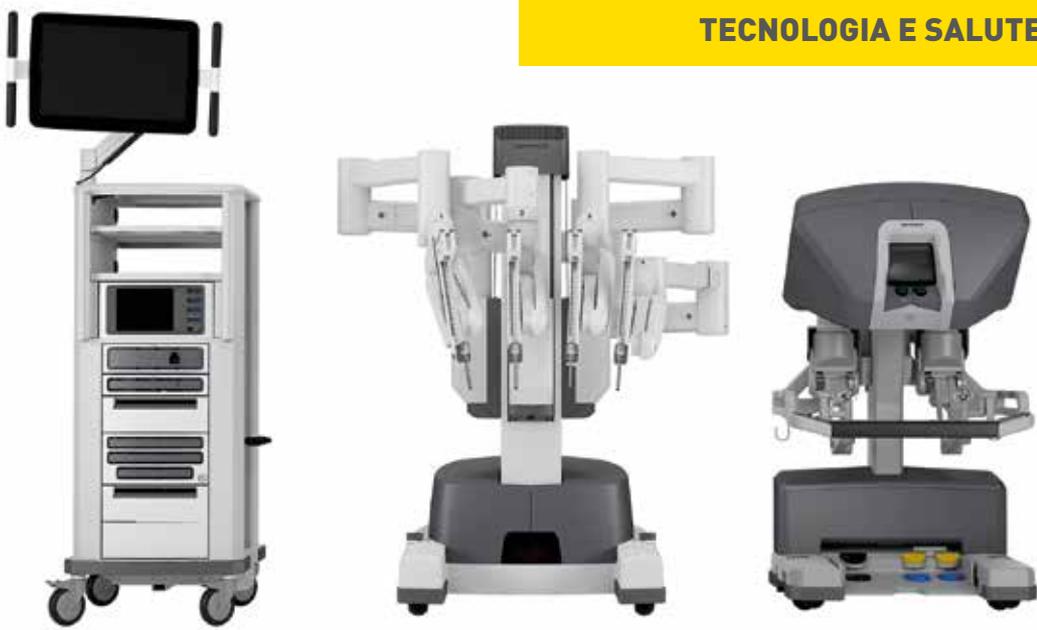
L'hanno chiamato da Vinci, come il grande genio toscano del Rinascimento che tra i suoi campi di interesse annoverava anche l'anatomia. Il progetto iniziale era quello di sviluppare un robot per curare i feriti di guerra da postazioni remote ma da alcuni anni sta rivoluzionando la chirurgia: nel 2017 con il robot da Vinci sono stati effettuati più di 875 mila interventi in tutto il mondo (con un incremento del 16 per cento rispetto all'anno precedente), 17.462 in Italia (+14 per cento sul 2016). L'Italia è fra i Paesi dove più si utilizzano il da Vinci e la robotica: dal 2006 i pazienti operati sono oltre 91.500, con il coin-

volgimento negli anni di un sempre maggior numero di strutture ospedaliere, chirurghi e specialità. Una crescita che sta di fatto riducendo il ricorso alla laparoscopia, ormai superata da questa tecnologia: il da Vinci permette una visione tridimensionale immersiva in grado di moltiplicare **fino a 10 volte la normale visione dell'occhio umano**, una maggiore facilità di accesso alle anatomie più complesse, una precisione maggiore e anche una diminuzione del tempo di degenza e degli effetti collaterali. Resta insostituibile però la presenza umana: a guidare i suoi bracci – sui quali vengono montati gli strumenti necessari per eseguire l'intervento – e a determinare i suoi comportamenti sono sempre chirurghi che si sono sottoposti a training formativi per imparare a utilizzarlo. Questo è un sistema cosiddetto 'master-slave', cioè padrone-schiavo, in cui il chirurgo è ancora quello che comanda il gioco perché, seduto alla console, comanda i vari strumenti: pinze, forbici ecc. La tecnologia minimizza l'impatto del tremore fisiologico delle mani, il carrello del paziente è fornito di quattro braccia movimentabili e interscambiabili e dell'attrezzatura che consente libertà di movimento su 7 assi e una rotazione di circa 540°.

Il robot diventa dunque uno strumento che amplifica le mani del chirurgo, migliorandone notevol-

I VANTAGGI DELLA CHIRURGIA ROBOT-ASSISTITA

- Piccole incisioni con riduzione del traumatismo dei tessuti;
- minore sanguinamento e minore necessità di trasfusioni;
- riduzione della degenza e del dolore post-operatorio;
- riduzione dei tempi di recupero;
- più rapida ripresa nello svolgimento delle attività quotidiane;
- maggiore facilità nell'esecuzione delle manovre chirurgiche complesse;
- maggiore sicurezza per il paziente.



Il da Vinci X Surgical System.

mente la precisione.

Il sistema, effettuando in autonomia più di un milione di controlli di sicurezza al secondo, offre la massima sicurezza e affidabilità durante il funzionamento. Feed-back audio video mantengono informati chirurghi e personale di sala operatoria sullo stato del sistema e sullo stato di salute del paziente. Un ampio schermo touchscreen con la possibilità di tracciare disegni a mano libera sulla proiezione del campo operatorio agevola la comunicazione all'interno dell'équipe.

I COMPONENTI DEL ROBOT DA VINCI

Sono tre i componenti principali:

- **console chirurgica:** è posizionata esternamente al campo sterile. Attraverso la console il chirurgo opera per mezzo di due manipolatori (simili a joystick) e di pedali che guidano la strumentazio-



Negli anni il da Vinci ha visto l'evoluzione della tecnologia con la dotazione di vari optional, tra cui la visione in fluorescenza, le suturatrici robotiche e altri strumenti di emostasi.

ne, e osserva il campo operatorio tramite il monitor dell'endoscopio 3D. Il robot replica i gesti eseguiti dal chirurgo alla console, ma permette di operare con maggiore precisione grazie alla soppressione del tremore naturale delle mani e alla possibilità di scalare (demoltiplicare) i movimenti. Inoltre la visione ingrandita e tridimensionale del campo operatorio permette al chirurgo di distinguere le strutture anatomiche più piccole, difficilmente visibili ad occhio nudo.

- **carrello paziente:** sostiene le braccia del robot, che materialmente eseguono l'operazione. Sui bracci dei robot sono installati gli strumenti Endowrist, dotati di un polso in grado di compiere una rotazione di quasi 360°. Gli strumenti sono progettati con sette gradi di movimento, un raggio di gran lunga superiore rispetto a quello del polso umano.
- **carrello visione:** contiene l'unità centrale di elaborazione e un sistema video ad alta definizione (Full HD). Il campo operatorio viene catturato dall'endoscopio e ritrasmesso alla testa della videocamera stereo ad alta definizione, progettata per disporre di un campo visivo di 60°. Unitamente agli endoscopi Intuitive Surgical, il sistema di visione consente di ingrandire l'area chirurgica di 6-10 volte.

AMBITI PRINCIPALI DI APPLICAZIONE DEL SISTEMA ROBOTICO DA VINCI

- chirurgia generale
- chirurgia urologica
- chirurgia ginecologica (con particolare riferimento all'ambito oncologico)
- chirurgia vascolare e toracica

Fonti
www.sanitainformazione.it
www.davincisurgery.com
www.humanitas.it
www.robotiko.it

LA RICETTA VETERINARIA DIVENTA ELETTRONICA

Da gennaio entra in vigore

La ricetta veterinaria elettronica - introdotta dalla legge 20 novembre 2017, n. 167 (Legge europea 2017) Art.3. - entra in vigore e sostituisce la forma cartacea della ricetta veterinaria sull'intero territorio nazionale. Non è però la semplice trasposizione della ricetta cartacea in un documento digitale, ma una modifica sostanziale del precedente modello organizzativo e operativo di gestione dei medicinali veterinari, attraverso la completa digitalizzazione della gestione della prescrizione e movimentazione dei medicinali veterinari.

Il nuovo sistema non introduce nuovi obblighi o regole aggiuntive rispetto alle norme legislative attuali ma, dove possibile, riduce gli obblighi recuperando le informazioni da dati già disponibili nei sistemi informativi ministeriali.

COME ACQUISTARE I MEDICINALI CON LA RICETTA ELETTRONICA

L'acquisto dei medicinali si articola nelle seguenti fasi:

- il veterinario emette la ricetta elettronica;
- l'intestatario della ricetta (ad esempio il proprietario o il detentore degli animali) comunica al farmacista i dati di identificazione della ricetta (ricevuti dal veterinario) per la fornitura dei medicinali in essa prescritti;
- grazie al numero identificativo e al codice PIN (o al destinatario e PIN), il farmacista ha la possibilità di richiamare online la ricetta elettronica dal sistema informativo del Ministero della Salute;
- il farmacista procede alla dispensazione dei medicinali.

COME RECUPERARE LA RICETTA ONLINE

Una volta emessa dal veterinario, la ricetta elettronica è disponibile online all'interno del sito www.ricettaveterinariaelettronica.it e rintracciabile tramite i rispettivi *numero* e *codice PIN* della ricetta. In alternativa è possibile recuperare la ricetta sempre tramite il *codice PIN* ma associato ai dati dell'intestatario della ricetta:

- codice dell'azienda zootecnica (codice identificativo dell'unità epidemiologica), nel caso di ricette di tipo *prescrizione veterinaria DPA* o *prescrizione per scorta struttura zootecnica*;
- codice fiscale o partita iva dell'intestatario della ricetta nel caso di ricette di tipo *prescrizione veterinaria PET* (animali d'affezione) ed equidi N_{DPA};
- codice fiscale dell'intestatario della ricetta nel caso di ricette di tipo *prescrizione veterinaria DPA* per animali destinati all'autoconsumo;
- codice della struttura nel caso di ricette di tipo *scorta per struttura non zootecnica*;

- codice fiscale del medico veterinario nel caso di ricette di tipo *scorta propria*.

La funzione di recupero ricette è accessibile anche da *smartphone* e *tablet*.

IL SISTEMA PER LA TRACCIABILITÀ DEI MEDICINALI

Il Sistema informativo per la tracciabilità dei medicinali veterinari e dei mangimi medicati è composto dai seguenti sistemi:

- Banca Dati Centrale della Tracciabilità del Farmaco (BDC);
- Sistema Informativo Nazionale per la Farmacosorveglianza (ricetta veterinaria elettronica)

La tracciabilità dei medicinali veterinari, attraverso l'alimentazione della BDC, si applica ai medicinali autorizzati all'immissione in commercio in Italia, destinati alla somministrazione ad animali.

L'introduzione della ricetta veterinaria elettronica, attraverso l'alimentazione del Sistema Informativo Nazionale per la Farmacosorveglianza, si applica all'intero ciclo di gestione dei medicinali e dei mangimi medicati/prodotti intermedi destinati all'uso in veterinaria, dalla prescrizione-erogazione fino alla registrazione delle informazioni dei trattamenti effettuati.

Fonti:

www.salute.gov.it

www.ricettaveterinariaelettronica.it

Ricetta Veterinaria Elettronica

OBBLIGATORIA dal 1° gennaio 2019

- Sostituisce la forma cartacea della ricetta sull'intero territorio nazionale
- Semplifica le procedure e riduce gli obblighi amministrativi

PERCHÉ?

- **AUMENTA** la tutela della salute pubblica
- **FAVORISCE** l'uso corretto dei medicinali veterinari
- **RILEVA** il consumo reale dei medicinali veterinari
- **RAFFORZA** la lotta all'antimicrobico-resistenza
- **MIGLIORA** il sistema di tracciabilità dei medicinali veterinari
- **RIDUCE** gli sprechi e i costi
- **RENDE** più efficace l'attività di farmacosorveglianza e il ruolo del distretto sanitario
- **IL MEDICO VETERINARIO** deve essere al centro della gestione del medicinale veterinario

CHI?

- Medici veterinari
- Farmacie e parafarmacie
- Grossisti (autorizzati alla vendita diretta)
- Mangimifici
- Servizi Veterinari delle Regioni/ASL
- Proprietari e/o detentori di animali da produzione di alimenti
- Proprietari e/o detentori di animali da compagnia

COME?

- www.vetinfo.sanita.it
SITO OPERATIVO DELLA RICETTA VETERINARIA ELETTRONICA; ACCESSO IN BASE AL PROPRIO PROFILO UTENTE (CON LE CREDENZIALI)
- www.ricettaveterinariaelettronica.it
SITO INFORMATIVO SULLA NUOVA RICETTA VETERINARIA ELETTRONICA



FROBEN® TOSSE SECCA FROBEN® TOSSE GRASSA

Froben Tosse Secca è indicato nel trattamento sedativo della tosse⁽¹⁾.
Froben Tosse Grassa è indicato nel trattamento sintomatico della tosse
e nei disturbi della secrezione⁽²⁾.



FROBEN TOSSE GRASSA è un medicinale a base di bromexina cloridrato. ⁽¹⁾ FROBEN TOSSE GRASSA Riassunto delle Caratteristiche di prodotto - FROBEN TOSSE SECCA è un medicinale a base di butamirato citrato. ⁽²⁾ FROBEN TOSSE SECCA Riassunto delle Caratteristiche di prodotto. Materiale ad uso esclusivo degli operatori sanitari. Cod. 167/2017 Depositato in AIFA il 12/12/17. L'RCP dei prodotti sono consultabili accedendo all'area riservata del sito www.mylan.it

 **Mylan**
Better Health
for a Better World

STILI DI VITA E PREVENZIONE CARDIOVASCOLARE

Impegno quotidiano sin dall'infanzia

“Lo sviluppo di strategie di prevenzione moderne ed efficaci, basate sull'implementazione dei corretti stili di vita e su interventi farmacologici consolidati dalle evidenze, si propone oggi come lo strumento principale per sconfiggere le malattie cardiovascolari, per garantire una migliore qualità di vita nell'età avanzata e per assicurare la sostenibilità socio-economica futura del nostro Sistema sanitario nazionale”.

La presentazione del dottor Massimo Volpe, presidente Società Italiana per la Prevenzione Cardiovascolare (SIPREC), al *Documento di consenso e raccomandazioni per la prevenzione cardiovascolare in Italia 2018* sintetizza l'obiettivo di ogni strategia di prevenzione cardiovascolare. Il Documento, edito come supplemento al numero 2/2018 del Giornale italiano di cardiologia da Il Pensiero Scientifico Editore, è scaricabile dal sito della Società Italiana per la Prevenzione Cardiovascolare www.siprec.it

La prevenzione rappresenta oggi un importante capitolo della medicina clinica e in particolare della medicina cardiovascolare. Studi epidemiologici di popolazione e studi clinici randomizzati hanno dimostrato inequivocabilmente il rilevante beneficio in termini di riduzione di eventi fatali e non fatali, di accesso alle risorse sanitarie e di impiego delle risorse economico-sanitarie derivante dall'impiego delle misure di prevenzione volte al trattamento dei fattori di rischio cardiovascolare, al fine di prevenire lo sviluppo di patologie clinicamente manifeste. Tuttavia, l'evoluzione della ricerca scientifica e della pratica clinica, così come della tecnologia e delle comunicazioni, mostra ogni giorno di più la necessità di sviluppare un nuovo approccio alla promozione della salute pubblica, alla prevenzione e al trattamento delle malattie, basato su percorsi causali che tengano in conto per ogni individuo la stretta relazione tra il suo patrimonio genetico, l'ambiente circostante e gli stili di vita, per tradursi in interventi preventivi multidimensionali.

Fattori di rischio

I principali fattori di rischio in grado di predire lo sviluppo di malattie cardiovascolari (Mcv) sono l'età, il sesso, la storia familiare, l'etnia, il fumo di sigaretta, l'ipertensione arteriosa, le dislipidemie, il diabete mellito, il sovrappeso, la sedentarietà, lo stress (personale e lavorativo) e la sindrome metabolica. La **presenza concomitante** di uno o più di questi fattori determina un aumento esponenziale del rischio di sviluppare Mcv.

L'urbanizzazione, l'inquinamento atmosferico, la globalizzazione, la meccanizzazione, associati a fenomeni sociali come le disparità culturali e socio-economiche, costituiscono **fattori ambientali** in grado di condizionare lo sviluppo delle Mcv.

Se è opportuno non abbassare la guardia su tutti i fattori di rischio cardiovascolare, è su ipercolesterolemia e obesità che bisogna maggiormente impegnarsi a partire dalle **modificazioni degli stili di vita**.

ANDAMENTO DEI FATTORI DI RISCHIO CARDIOVASCOLARI E METABOLICI IN ITALIA

- Il controllo dell'ipercolesterolemia (definita da valori del colesterolo totale ≥ 240 mg/dl o LDL ≥ 115 mg/dl) continua a essere sotto la soglia ottimale, con un migliore controllo negli uomini rispetto alle donne.
- La prevalenza di diabete e iperglicemia (definita da una glicemia a digiuno 110-125 mg/dl) risulta leggermente aumentata negli ultimi 20 anni, mantenendosi superiore negli uomini rispetto alle donne.
- La prevalenza di obesità (definita da un indice di massa corporea ≥ 30 kg/m²) è aumentata in entrambi i sessi.
- Il controllo dell'ipertensione arteriosa rimane ancora insoddisfacente, sebbene si documenti un miglioramento del livello di consapevolezza di malattia e di controllo dei valori pressori in terapia nel nostro Paese.
- L'abitudine al fumo di sigaretta e la sedentarietà permangono entrambe elevate.

Alimentazione e alcol

Gli interventi sulle abitudini alimentari rappresentano uno strumento efficace, ad ampia diffusione e a basso costo, in grado di contribuire in modo sostanziale alla prevenzione delle malattie cardiovascolari e cerebrovascolari. Tali tipi di interventi hanno dimostrato di contribuire alla riduzione dei valori di pressione arteriosa, di colesterolemia, di glicemia e di peso corporeo, incidendo quindi in modo favorevole sul controllo dei principali fattori di rischio responsabili dello sviluppo degli eventi cardiovascolari maggiori, come infarto e ictus.

Se è ormai acquisito che la prevenzione cardiovascolare passa anche attraverso una corretta alimentazione, è tempo di promuovere la cultura del cibo e la diffusione delle sane abitudini alimentari finalizzate a **ridurre** la quantità di sale negli alimenti, l'assunzione di alcol e l'introduzione dei

grassi animali oltre che a **controllare** il peso corporeo e le etichette dei prodotti confezionati per conoscerne la composizione (presenza di burro, olio di palma e cocco, calorie, ecc.) e la provenienza.

Attività fisico-sportiva

L'attività fisica regolare e continuativa è un importante determinante di salute pubblica, che consente non solo di ridurre considerevolmente l'impatto di fattori di rischio modificabili (come lo stress, la sedentarietà, la dieta non equilibrata), ma anche di ridurre le conseguenze potenzialmente sfavorevoli di fattori di rischio cardiovascolare maggiori (come ipertensione, ipercolesterolemia, obesità, iperglicemia, sindrome metabolica). Anche minimi livelli di attività fisica si traducono in benefici per la salute: idealmente 30-60 minuti da 4 a 6 volte alla settimana o 30 minuti per la maggior parte dei giorni della settimana.

Uno stile di vita attivo presente **sin dall'infanzia** favorisce la salute e la longevità negli anni

dell'età adulta e avanzata, infatti l'attività fisica in prevenzione primaria deve essere attuata fin dall'età scolare.

Fumo

In considerazione delle conseguenze deleterie del fumo di sigaretta sui fattori di rischio cardiovascolare e sulla suscettibilità a sviluppare eventi cardiovascolari maggiori (il fumo è responsabile di **3.5 milioni di decessi/anno** al mondo e del 25% di decessi evitabili per cause cardiovascolari nei fumatori), è necessario ribadire che:

- il rischio di malattia correlato al fumo ha una relazione dose-risposta, senza che vi sia un limite inferiore al di sotto del quale non si verificano effetti dannosi;
- tutti i tipi di tabacco sono nocivi;
- si deve prevenire l'iniziazione al fumo;
- a tutti i fumatori deve essere raccomandato di smettere di fumare;
- deve essere evitata l'esposizione al fumo passivo.

AMBIENTE E SALUTE

Quale aria respiriamo tra le quattro mura?

Il rapporto con l'ambiente è una delle determinanti fondamentali dello stato di salute della popolazione umana. Da oltre un decennio l'attenzione della ricerca al binomio ambiente - salute ha contribuito a migliorare non soltanto le leggi e le tecnologie, ma anche a stimolare le capacità individuali e delle comunità nel difendersi da alcuni rischi.

Le indagini sugli stili di vita dei cittadini informano che le persone, nell'arco della giornata, trascorrono la maggior parte del proprio tempo in ambienti chiusi (detti anche "confinati", in inglese *indoor*). Tali indagini hanno indotto la comunità scientifica internazionale a occuparsi della contaminazione dell'aria negli ambienti di vita, tanto che negli ultimi anni la qualità dell'aria indoor è stata finalmente riconosciuta come obiettivo imprescindibile di una strategia integrata relativa all'inquinamento atmosferico nel suo complesso: la qualità dell'ambiente confinato, nel quale si trascorre gran parte del nostro tempo, rappresenta un importante requisito per il benessere e la salute dell'uomo.

UN AIUTO DA PROFUMI NATURALI E PIANTE

Fin dai tempi più antichi l'abitudine all'utilizzo di fiori e piante aromatiche è stata parte integrante dell'arredamento delle abitazioni. Lo storico Piero Camporesi sostiene che nella vecchia società il naso e l'odorato erano strumenti infallibili di identificazione sociale e di riconoscimento professionale. Purtroppo la nostra

sensibilità olfattiva sta calando drasticamente, e questo lo si riscontra anche nelle nostre abitazioni dove i profumi sono sempre più sintetici. Come evidenzia la Società italiana di medicina ambientale (SIMA) "la diffusione di questi odori chimici sta intossicando le nostre case con conseguenze pericolose sia a livello respiratorio che cutaneo e del sistema nervoso, soprattutto per bambini e animali. Per fortuna con la diffusione di profumi naturali come gli oli essenziali puri al 100% possiamo agire in modo benefico sia sul nostro umore che sulla nostra salute."

Sempre la SIMA ci ricorda che "verso la fine degli anni '80 la NASA condusse uno studio approfondito sulla capacità delle piante da appartamento di purificare l'aria. Dalla ricerca emerse un risultato molto interessante: le piante non solo sono in grado attraverso la fotosintesi clorofilliana di assorbire anidride carbonica e di rilasciare ossigeno, ma molte di esse riescono a neutralizzare sostanze organiche volatili (Voc) spesso presenti nelle nostre abitazioni grazie a degli enzimi detti metilofili". Dalla *Sansevieria trifasciata* 'Laureriana' (nota anche come lingua di suocera) al *Ficus benjamina*, sono quindici le piante da interno che meglio possono aiutarci a pulire l'aria dei nostri appartamenti, rendendo le nostre case più salubri e sicure.

Fonti:

www.salute.gov.it

www.isprambiente.gov.it

www.simaonlus.it

DIRADAMENTO Uomo

Nell'uomo, diversi fattori possono generare una mancanza di energia nei capelli, determinandone l'indebolimento e l'accorciamento della fase di crescita. **Bioscalin® Energy** è la linea studiata per l'uomo con attivi specifici in grado di restituire energia e vitalità ai capelli. **Bioscalin® Energy** comprende Fiale Anticaduta e Shampoo Rinforzante. Fa parte della linea anche l'Integratore Alimentare.



DIRADAMENTO Donna 45+

Nella donna, dopo i 40 anni, i cambiamenti ormonali possono indebolire il bulbo e causare diradamento, fragilità ed opacità del capello. **Bioscalin® TricoAGE 45+** è la linea specifica per la donna 45+ per ridare forza, lucentezza e volume ai capelli. Si compone di Fiale Anticaduta e Complementi Cosmetici. Fa parte della linea anche l'Integratore Alimentare.



CADUTA INTENSA Uomo e Donna

Squilibri alimentari e trattamenti con farmaci possono influire sul benessere dei capelli portando ad una caduta intensa. **Bioscalin® Signal Revolution** è la linea specifica per uomo e donna che agisce quotidianamente per riequilibrare il ciclo di vita del capello. Compongono la linea il Trattamento Intensivo Rinforzante Ridensificante, lo Shampoo Specifico e i nuovi Trattamenti Fibra Capillare.



CADUTA TEMPORANEA Uomo e Donna

Cambi di stagione e periodi di stress rendono i capelli fragili e ne causano la caduta temporanea. **Bioscalin® PhysioGenina** è la nuova linea studiata per donare forza e vitalità ai capelli dell'uomo e della donna; si compone di Fiale Anticaduta e Complementi Cosmetici. Fa parte della linea anche l'Integratore Alimentare.



Bioscalin® SOLUZIONI MIRATE ED EFFICACI PER DARE FORZA E VITALITÀ AI TUOI CAPELLI

Da dove nasce l'efficacia di Bioscalin®? Da un'approfondita conoscenza del capello e del suo ciclo biologico e da oltre 25 anni di Ricerca scientifica per trovare soluzioni sempre più innovative che ne garantiscano il benessere. Da questa esperienza, unita alla cultura farmaceutica Giuliani, nascono le linee Bioscalin®, in cui ogni prodotto è unico, grazie alla presenza di attivi e tecnologie brevettate, ed è in grado di agire in modo preciso sulle diverse esigenze dei capelli, nell'uomo e nella donna. È questa specificità che rende i tuoi capelli più forti e belli.

IN FARMACIA

Per conoscere meglio il mondo Bioscalin® visita www.bioscalin.it



RICERCA ANTICADUTA

UNA MELA ANNURCA AL GIORNO...

La varietà dalle numerose proprietà benefiche

Paola Mainetti – farmacista, farmacia comunale di Alfonsine

La **mela Annurca** (o melannurca) è una pregiata varietà di mela della regione Campania, tanto da essere considerata la "regina delle mele".

L'elevato potere nutritivo di questo frutto è dato dal ricco contenuto vitaminico, soprattutto A, B, C, PP e di minerali, in primis calcio, magnesio, fosforo, manganese, ferro e potassio, questi ultimi utili per rafforzare i muscoli e sostenere la loro funzionalità, mentre al contrario è povero di sodio.

L'abbondante presenza di vitamina A, rende la mela annurca molto utile per la salute degli occhi, proteggendoli dai danni derivanti da diverse patologie, come la maculopatia degenerativa. La vitamina C, invece, anch'essa abbondante, potenzia le difese immunitarie, proteggendo il nostro organismo dalle infezioni, come influenza e raffreddore.

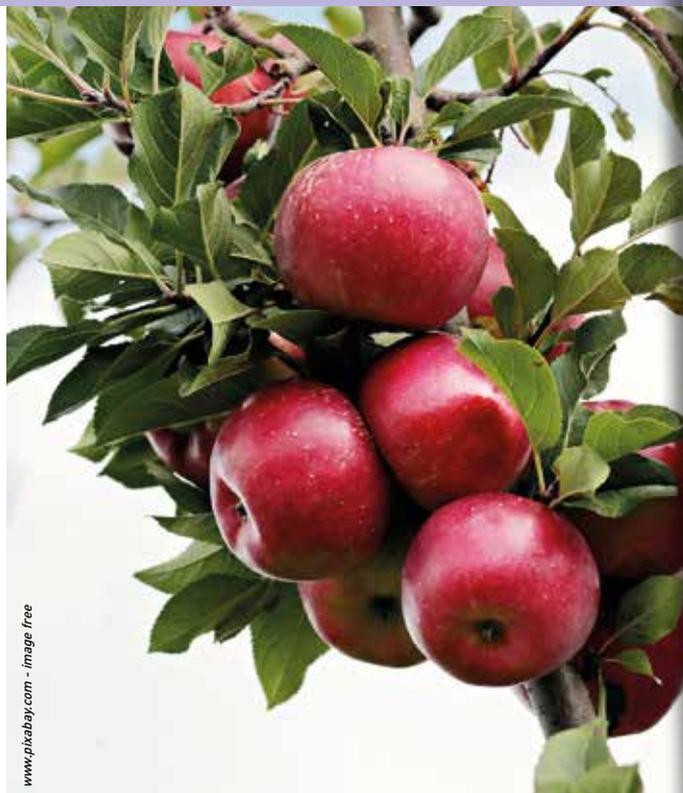
Il frutto è caratterizzato da un alto contenuto di acqua (circa l'84%), contiene una discreta quantità di carboidrati (di cui il 10% sono zuccheri), mentre è povero di lipidi e proteine.

Nonostante la dolcezza tipica di questo frutto, l'apporto calorico è molto ridotto, considerando che 100 grammi di prodotto forniscono soltanto 40 Kcal. La buccia contiene cellulosa, che favorisce la digestione, e una grande quantità di fibre, per lo più pectine, che rendono questo frutto molto efficace nella modulazione del transito intestinale.

Se consumata cruda, ha proprietà astringenti, risultando pertanto utile in caso di diarrea, mentre, se mangiata cotta, ha proprietà opposte, ovvero risulta lassativa, quindi utile in caso di stipsi o costipazione.

CONTRASTO AL COLESTEROLO E ALL'INVECCHIAMENTO CELLULARE

La proprietà più nota della mela annurca è certamente la sua efficacia nel contrastare livelli alti di colesterolo, come emerge da un recente studio tutto italiano (svolto dal Dipartimento di Farmacia dell'Università di Napoli "Federico II"), che riporta che questo frutto sembra essere in grado di ridurre circa del 30% il colesterolo totale e, al tempo stesso, di incrementare i livelli di colesterolo HDL, anche del 60%. Questa capacità sembra essere dovuta all'elevatissimo contenuto di un gruppo di polifenoli, le procianidine, presenti nel frutto in concentrazione molto superiore rispetto a quella che si riscontra in qualsiasi altra varietà di mela. In virtù di questa proprietà, è stato formulato un alimento nutraceutico (ovvero contenente sostanze con effetti benefici per la salute), a base di procianidine estratte appunto dalla mela annurca, per il trattamento del colesterolo.



www.pixabay.com - image free

L'Annurca è da sempre conosciuta soprattutto per la spiccata qualità dei suoi frutti, dalla polpa croccante, compatta, bianca, gradevolmente acidula e succosa, con aroma caratteristico e profumo finissimo: una vera delizia per gli intenditori.

Inoltre, le procianidine, e nello specifico la procianidina B-2, sembrano avere anche ottimi effetti nella cura delle calvizie, in quanto promuovono efficacemente la ricrescita dei capelli, con un aumento significativo anche del diametro del capello stesso. Come tutte le mele, la annurca ha un elevato potere antiossidante, dato sempre dalla presenza dei polifenoli, ed è quindi utile sia a mantenere in salute organi e tessuti contrastando l'invecchiamento cellulare, sia a proteggere l'apparato cardiovascolare.

PERFETTA PER UNO SPUNTINO

Dato il suo ottimo sapore, la mela annurca viene per lo più utilizzata al naturale, come frutto fresco, ottima per una colazione sana, ma anche in altri momenti della giornata, come spuntino di metà mattina o per merenda.

Considerando che la maggior parte delle vitamine e della fibra sono contenute nella buccia, si consiglia di mangiare il frutto intero, senza sbuciarlo, avendo naturalmente l'accortezza di lavarlo molto bene prima del consumo.

FARMACIE PER LO SPORT

Le comunali di Ravenna al fianco degli atleti

Fabio Romagnolo - farmacista e referente Progetto Sport presso la farmacia comunale 8



Il dottor Fabio Romagnolo nella farmacia comunale 8.

Lo svolgimento di un'attività sportiva, oltre che uno svago ed un mezzo di espressione e realizzazione personale, è ormai universalmente riconosciuta tra i comportamenti idonei a mantenere o migliorare lo stato di salute.

Questo è il principale motivo per cui in farmacia si parla sempre più di sport, e in modo sempre più professionale: da una parte cerchiamo di mettere in evidenza l'importanza del movimento per prevenire e facilitare il trattamento di diverse patologie, tra cui quelle cardiovascolari, respiratorie e il diabete, e dall'altra ci proponiamo di fornire un orientamento agli sportivi più esigenti che si avvicinano alla complessa e controversa materia dell'integrazione. Dato che al giorno d'oggi molti atleti preferiscono documentarsi in autonomia sulla materia la nostra prima preoccupazione è quella di mettere a loro disposizione sugli scaffali l'assortimento migliore possibile, puntando su aziende che ci garantiscono elevati standard di qualità, formulazioni studiate con presupposti scientifici e un approccio etico ben delineato.

A coloro i quali invece intendono affidarsi a noi per valutazioni e scelte, offriamo passione, competenza e buon senso per organizzare un preciso e responsabile piano di integrazione personalizzato che non perda mai di vista l'importanza della cor-

retta alimentazione.

Con questa finalità è nato nella nostra azienda il **Progetto Sport**, che vede impegnate 9 farmacie del gruppo, mediante il quale ci proponiamo di seguire da vicino sia gli atleti evoluti sia i praticanti meno assidui. In ognuna di queste farmacie il rispettivo Direttore ha individuato un referente del progetto, che si occupa di metterlo in atto e gestirlo, ma tutto il gruppo di lavoro è coinvolto e ognuno può dare il proprio contributo.

Il progetto consiste nell'offrire **consulenze personalizzate su alimentazione e integrazione**, in modo da verificare se vengono commessi errori e proporre le correzioni, e in caso contrario cercare comunque di ottimizzare il piano nutrizionale.

LE FASI DELLA CONSULENZA

Prima di partire abbiamo organizzato alcune sessioni di formazione convocando in azienda gli esperti che i tre maggiori produttori di integratori che trattiamo ci mettono a disposizione per discutere della nostra esperienza personale e ampliare le nostre conoscenze preparandoci così al confronto con il pubblico.

Nell'attuazione pratica della consulenza il primo passo è l'ascolto: si parte con la compilazione di una scheda anamnestica, che per motivi di privacy resta di proprietà dell'atleta, in cui annotiamo, tra le altre cose, il tipo di attività, le abitudini e preferenze alimentari e gli obiettivi ed esigenze che spingono la persona a rivolgersi a noi.

In un secondo momento analizziamo insieme alla persona le informazioni ricevute ed evidenziamo eventuali errori o imperfezioni, sia nell'alimentazione che nell'integrazione, e infine concordiamo le soluzioni migliori per le problematiche che ci sono state prospettate.

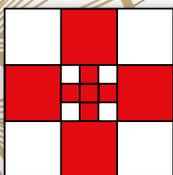
Naturalmente il nostro impegno non si esaurisce qui: restiamo sempre a disposizione per le verifiche periodiche e per affrontare qualsiasi dubbio, ripensamento o rivalutazione in qualsiasi momento.

L'allenamento rimane sempre il mezzo più idoneo per migliorarsi, ma, mangiando le cose giuste nei tempi giusti e inserendo i supplementi nei momenti in cui si rendono necessari, ci si può mettere nelle condizioni di dare il meglio di sé stessi e ottenere il massimo dall'impegno profuso.

LE FARMACIE DEL PROGETTO SPORT

- comunali 1, 4, 5, 6, 8 e 10 a Ravenna
- comunale 2 a Cervia

- comunale 1 a Pinarella
- succursale Tagliata a Cervia (aperta solo d'estate)



RAVENNA FARMACIE S.R.L.

*da sempre
a fianco
della tua
famiglia*



DEDICATE AI POSSESSORI DELLA CARTA "LE TUE FARMACIE"
VALIDE PER I MESI DI GENNAIO,
FEBBRAIO E MARZO 2019

INTEGRATORI AQUILEA

AQUILEA TUSS VIE RESPIRATORIE
CONFEZIONE DA
200ML, DA
20 BUSTINE
SOLUBILI O DA
15 COMPRESSE
EFFERVESCENTI



SCONTO 20%

HELAN LINEA DOLCEZZA

STRUCCANTE INTEGRALE
ALL'ACQUA 150ML
CREMA VISO
ESSENTIA
50ML



SCONTO 20%

AZ DENTIFRICI

PROEXPERT PULIZIA PROFONDA
PROEXPERT PREVENZIONE
SUPERIORE
3D WHITE LUXE
BIANCO BRILLANTE



~~€ 3,05~~

PROEXPERT
DENTI FORTI

~~€ 3,08~~

€ 1,90

ORAL-B SPAZZOLINI

SPAZZOLINO INDICATOR SETOLE
MEDIE TESTINA DA 35MM O 40 MM

~~€ 2,40~~
€ 1,90



URIAGE CREMA

~~€ 19,90~~
€ 12,90

CREMA LAVANTE
CONFEZIONE
DA 1 LITRO



MICROLIFE TERMOMETRO



TERMOMETRO
NON CONTACT PLUS

~~€ 69,90~~
€ 45,90

EUCERIN HYALURON FILLER

HYALURON FILLER CREMA GIORNO



CREMA GIORNO
PELLI NORMALI/MISTE
CREMA HYALURON FILLER
CC DORATA
CREMA GIORNO TEXTURE
RICCA

HYALURON-FILLER PEELING&SERUM
HYALURON FILLER OCCHI
CREMA GIORNO SPF30
HYALURON FILLER
CONCENTRATO 6X5



VOLUME-FILLER PELLE SECCA
O PELLE NORMALE/MISTA

HYALURON FILLER + ELASTICITY
CREMA E OLIO VISO



SCONTO 10%

SALUS INTEGRATORE

INTEGRATORE LIQUIDO
DETOX BIO 250 ML



SCONTO 20%

ARKOPHARMA INTEGRATORI



ARKOVITAL
PURE ENERGIE

~~€ 14,60~~

ACEROLA
ENERGIA E
FATICA

~~€ 11,50~~
€ 8,50

OMRON AEROSOL

DISPOSITIVO PER AEROSOL
A3 COMPLETE
CON DOCCIA NASALE



~~€ 99,00~~
€ 49,00

ALIAMARE

AEROSOL SOLUZIONE FISIOLÓGICA
CONFEZIONE DA 10 O DA 24
FLACCONCINI MONODOSE

IPER SPRAY NASALE
SOLUZIONE
IPERTONICA



SCONTO 50%

SWISSE INTEGRATORI



INTEGRATORE
DIFESA IMMUNITARIA
60 COMPRESSE

SCONTO 10%

Le immagini dei prodotti sono puramente indicative. Tutte le offerte sono valide sino ad esaurimento scorte.

RAVENNA FARMACIE S.R.L.
Via Fiume Montone Abbandonato, 122 - 48121 Ravenna
Tel. +390544 289111 - Fax +390544 289137 - info@farmacieravenna.com



P. IVA e C.F. 01323720399 - Numero REA: 84780 - Iscrizione Registro
Imprese Ravenna N° 01323720399 Capitale Sociale I.V. € 2.943.202
L'azienda ha adottato il Modello Organizzativo ex D.Lgs 231/01
Società sottoposta a direzione e coordinamento di Ravenna Holding s.p.a.

*la carta
le tue
farmacie
è gratuita!*



Le TUE farmacie

carta fedeltà

LE PROMOZIONI DI FARMACOM

pensate per te



€ 5,46

GOLAPIOL C
24 compresse

GOLAPIOLPLUS
24 compresse



€ 7,04

GOLAPIOL SPRAY
spray
15 ml



€ 7,04

GOLAPIOL JUNIOR
spray
15 ml



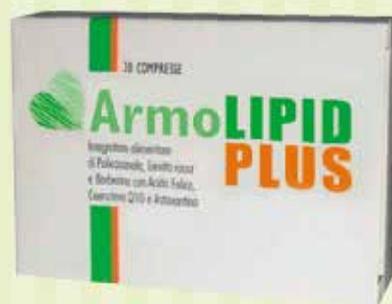
€ 9,90

VOLTADOL TERMICO
Cerotto autoriscaldante
4 cerotti



€ 10,50

VOLTAREN
Emulgel 2%
60 g



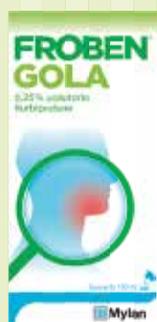
€ 19,90

ARMOLIPID PLUS
integratore alimentare
20 compresse



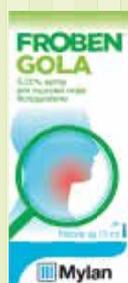
€ 8,10

RINAZINA
spray nasale
15 ml - 0,1%



€ 7,90

FROBEN GOLA
collutorio
160 ml



€ 7,60

FROBEN GOLA
spray per mucosa orale
15 ml



€ 3,50

PARODONTAX
Dentifricio fluoro
75 ml

Le promozioni hanno validità dall'1 gennaio al 28 febbraio 2019 o fino ad esaurimento scorte