

# FARMACOM



## Alcuni degli argomenti di questo numero:

- Traumi invernali
- Allergie alimentari
- Truccarsi e struccarsi a Carnevale
- No malditesta

FARMACIE COMUNALI TORINO S.P.A. - FARMACOM - Anno IV - Numero 1 - Gennaio/Febrero 2010



IL **TERMOMETRO A MERCURIO** VA IN PENSIONE:  
VUOI ROTTAMARLO?  
NELLE **FARMACIE COMUNALI** PUOI,  
IN MODO RISPARMIOSO ED ECOLOGICO (PAG.3)

FARMACIE  
COMUNALI  
DI TORINO

*Le più vicine a te.*

# Stanchezza ? Influenza ?

# aCerola 1000

la fonte più ricca  
di **vitamina C** in natura

GUSTO  
GRADEVOLE  
AI FRUTTI  
ROSSI



Comprese da masticare

Garantita senza aggiunta di Vitamina C artificiale

 **Arkopharma**  
LABORATOIRES PHARMACEUTIQUES

## Cari lettori,

in questo primo numero di FarmaCom del 2010 sono numerosi gli argomenti trattati: dai traumi a causa di cadute facendo sport in montagna o scivolando in città alle allergie alimentari, da un progetto torinese per affrontare il problema del mal di testa ai trucchi di carnevale senza dimenticare il rispetto della pelle.

Desidero però porre l'accento su un tema inserito nelle pagine istituzionali e al quale abbiamo anche dedicato la copertina: il *Progetto Mercurio*.

Si tratta di una iniziativa particolarmente interessante perché permette a tutti noi di compiere una reale azione a favore del rispetto dell'ambiente. La raccolta differenziata e il corretto smaltimento dei rifiuti, in particolare quelli pericolosi, è un nostro dovere e, soprattutto, un nostro diritto.

Un diritto per la tutela dell'ambiente in cui viviamo e anche un diritto per la nostra salute. Troppo spesso, infatti, ci dimentichiamo che il nostro benessere dipende dalla salubrità dei luoghi in cui viviamo, dell'aria che respiriamo e dei cibi di cui ci nutriamo. A dicembre si è svolta a Copenhagen la Conferenza sul clima alla quale hanno partecipato i leader mondiali. Un'occasione importante dalla quale, purtroppo, sono emersi pochi dei risultati attesi.

Ma se le promesse dei leader si vanificano in scontri di potere, ancora più importante risulta essere il nostro piccolo, ma concreto contributo per un mondo pulito e sostenibile.

Partecipiamo, quindi, al *Progetto Mercurio* e smaltiamo correttamente il nostro vecchio termometro.

Buona lettura,

*Elisabetta Farina*

## Dalle Farmacie Comunali

**Il termometro a mercurio  
va in pensione** P. 3

**www.fctorinospa.it** P. 4

**Carta dei servizi** P. 7

## L'approfondimento

**Le patologie traumatiche  
da neve e gelo** P. 9

**No malditesta** P. 12

## Piante & erbe

**Panace di Mantegazza** P. 17

## Allergie

**Reazioni avverse ad alimenti** P. 21

## Cosmesi

**Il trucco a Carnevale** P. 25

## Appuntamenti

**Condividere i bisogni per  
condividere il senso della vita** P. 29

**Pazienti e ricercatori  
insieme per la vita** P. 31

Direzione, redazione e pubblicità  
Farmacie Comunali Torino S.p.A.  
Corso Peschiera 193 - 10141 Torino  
telefono: 011.1978.2011

redazione: redazione@fctorinospa.it  
informazioni: fctorino@fctorinospa.it  
www.fctorinospa.it

Direttore Responsabile  
Elisabetta Farina

Hanno collaborato a questo numero:  
Eugenio Boux, Gianni Cadario, Maria  
Laura Colombo, Francesca Lo Curto,  
Franco Mongini, Margherita Perino

Progetto grafico e impaginazione  
Jacopo - ByBLOS S.r.l.

Stampa Print Editor S.r.l.

Tiratura 24.000 copie

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

# Flector dolore

Diclofenac 25mg

**Analgesico  
e antinfiammatorio**  
contro **mal di schiena**  
e altri dolori



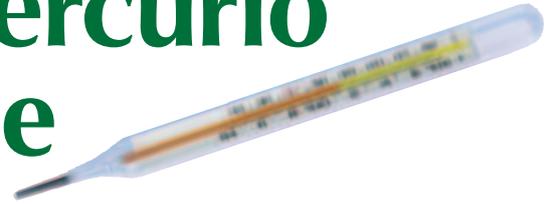
In bustine



È un medicinale a base di Diclofenac che può avere effetti indesiderati anche gravi.  
Leggere attentamente il foglio illustrativo. Autorizzazione del 15/9/2008.



# Il termometro a mercurio va in pensione



NELLE FARMACIE COMUNALI ROTTAMARE IL TERMOMETRO È RISPARMIOSO ED ECOLOGICO

Elisabetta Farina

È ormai accertato che il mercurio è un elemento tossico per l'uomo e l'ambiente. Per questo, dallo scorso 3 aprile è entrato in vigore il Decreto ministeriale, in base al quale il termometro a mercurio non può più essere prodotto e venduto in Italia, in attuazione di una direttiva CE del 2007. L'obiettivo è evitare ulteriori danni ambientali causati dalla sostanza che ha già contribuito ad arrecare seri danni all'ambiente marino e un progressivo avvelenamento in numerose specie ittiche. Anche le Farmacie Comunali di Torino con il **Progetto Mercurio**, realizzato in collaborazione con Amiat e Sed, partecipano a questo impegno europeo. **Da gennaio a febbraio**, infatti, nelle 34 farmacie comunali torinesi si potranno **smaltire i termometri a mercurio** ricevendo in cambio un termometro digitale al prezzo di 1.50 euro. Inoltre, per i possessori di Social Card, tale operazione sarà totalmente gratuita. Il risultato dell'impegno comune a favore dell'ambiente e della salute che ha visto l'amministratore delegato di Farmacie Comunali Gabriele Caviglioli e quello di Amiat

per il rispetto dell'ambiente, per la tutela del territorio e della salute pubblica che rientrano nella mission della nostra azienda. Costruire con un operatore sanitario quale Farmacie Comunali un'iniziativa come questa, significa rendere tangibile per il cittadino lo stretto legame che esiste tra "corretto smaltimento dei rifiuti - salute dell'ambiente - salute dell'uomo": un ulteriore passo sulla strada della responsabilità che Amiat percorre da anni."

"La collaborazione in un progetto con le realtà del territorio - afferma Gabriele Caviglioli - è di stimolo per le Farmacie Comunali, soprattutto in un ambito non direttamente legato al farmaco. Il nostro impegno nella promozione della salute deve guardare a 360 gradi il mondo del benessere, come definito dall'Oms. Inoltre, il Progetto Mercurio risponde anche ad un altro aspetto a cui è giusto dedicare attenzione: creare iniziative che permettano di andare incontro soprattutto a chi ha una situazione economica difficoltosa".

## Se si rompe?

La quantità di mercurio presente nei termometri è relativamente bassa, e anche se viene ingerito, inalato o toccato non comporta un serio rischio per la salute, a meno che non si sia allergici al mercurio o che questo entri in contatto con una ferita. In tal caso si deve chiamare il medico.

Alcune precauzioni da adottare in caso di rottura dello strumento è bene conoscerle:

- **non utilizzare scopa e aspirapolvere** per raccogliere i pezzi di vetro, ma indossare guanti usa e getta e far scivolare il mercurio e il vetro su fogli di carta o usando del nastro biadesivo;
- **non buttarlo nel lavandino o nella pattumiera**, ma chiuderlo in un contenitore non metallico e gettarlo negli appositi contenitori;
- **non lavare con detersivi tipo cloro o ammoniaca** che, uniti al mercurio, possono sviluppare vapori tossici.

Maurizio Magnabosco condividere il lavoro che le due realtà torinesi portano avanti quotidianamente.

"Il **Progetto Mercurio** - spiega Maurizio Magnabosco - è in sintonia con l'impegno

*Per i nostalgici del vecchio dispositivo, inventato da Daniel Fahrenheit nel 1714, una rassicurazione: i termometri che si hanno in casa sono ancora utilizzabili.*

**Progetto Mercurio**

Nel periodo di **Gennaio e Febbraio 2010**, a seguito delle normative Europee che ne vietano la produzione, si potranno smaltire i vecchi **termometri a mercurio** ricevendo in cambio un **termometro digitale** al prezzo di **1.50 euro**. Inoltre, per i possessori di **Social Card**, tale operazione sarà **totalmente gratuita**.

È un'iniziativa di **AMIAT FARMACIE COMUNALI TORINO S.P.A. SED**

Logos: **AMIAT**, **FARMACIE COMUNALI TORINO**, **sed**



# www.fctorinospa.it

## NUOVA VESTE PER IL SITO WEB DELLE COMUNALI

È on line la nuova grafica di **fctorinospa.it**, aggiornata con l'immagine coordinata che Farmacie Comunalì SpA ha scelto da alcuni mesi e che si ritrova nelle 34 farmacie torinesi. La proposta dei servizi e le informazioni, già esistenti nella precedente versione, sono resi più accattivanti e di facile consultazione grazie a una maggiore usabilità del sito. Il menu di destra, suddiviso in quattro sezioni, comprende: i **Servizi** (Farmacovigilanza; Consegna a domicilio; Autoanalisi; Orari di apertura; Banca dati; Carta fedeltà); l'area **Istituzionale** (Azienda; Carta dei Servizi; Qualità; Bandi; Privacy; Contatti); le **Promozioni**, che propongono ogni bimestre, in modo analogo a quanto riportato sulla rivista e nelle locandine in farmacia, i numerosi prodotti scontati di tutte le 34 comunali e le singole promozioni create di ogni farmacia in modo specifico base alle necessità del suo tipo di utenza; la rivista **FarmaCom**, scaricabile e stampabile, nel caso le copie cartacee in farmacia fossero terminate o se volesse inviare un articolo della rivista via e-mail a un conoscente.



Le più vicine a te, anche online



### In evidenza

Di pratico utilizzo è la consultazione della propria **Carta Fedeltà**; con pochi click, infatti, è possibile visualizzare il numero di punti già raccolti. Già presente nella barra in alto il bottone **Prenota il tuo Farmaco**, un servizio di grande utilità che a breve sarà attuato presso le Farmacie Comunalì. Presso gli uffici di corso Peschiera 193 è installata una **Banca Dati** con oltre 100.000 prodotti di 22 paesi: dal nome del prodotto straniero è possibile individuare l'equivalente italiano e viceversa. Informazioni possono essere richieste direttamente presso le Farmacie Comunalì.

Non si potrebbe inventare  
un misuratore di pressione  
adatto a me



**Anna, 38 anni, impiegata.**  
Alla ricerca di un controllo su misura.



**Pic Personal Check**

Chiara da leggere, regolabile grazie a funzioni che si possono impostare in base a specifiche esigenze personali.

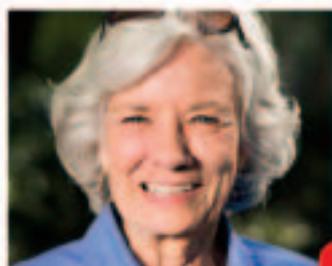


**Lorenzo, 50 anni, manager.**  
Ha bisogno di tenere la sua pressione sotto controllo  
sempre e ovunque.



**Pic My Check**

Pratico e versatile, l'avviso di ipertensione sul display segnala il superamento dei normali valori pressori. Ideale per misurazioni frequenti.



**Maria Carla, 79 anni, pensionata.**  
Vorrebbe qualcosa di molto semplice.



**Pic One Check**

Facile da leggere e soprattutto da usare, con un solo pulsante è possibile effettuare tutte le misurazioni.

Già fatto



Indolor è un marchio registrato di Indolor S.p.A. - Via S. Felice, 10 - 37060 Sommacampagna (Verona) - Tel. 0445/460111 - www.picindolor.com

Certo, ci sono i nuovi misuratori di pressione **Pic Check.**

**In farmacia**

Pic sa che prendersi cura della propria pressione significa prendersi cura della propria salute. Per questo ti invita a tenere sotto controllo i valori pressori con strumenti affidabili, specifici per le tue esigenze, tecnologicamente avanzati ma semplici.

**Tecnologia e semplicità per rispondere ai diversi bisogni.**

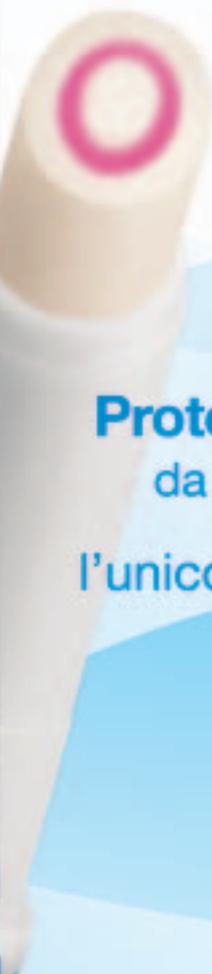
Come i nuovi misuratori di pressione Pic Check dotati di un maxi display di facile lettura. Con Pic Check troverai sicuramente il misuratore più adatto alle tue esigenze.



**PER FORTUNA CHE C'È PIC.**

[www.picindolor.com](http://www.picindolor.com)

# PL3



**Protegge le Labbra**  
da sole vento freddo

l'unico con l'esclusivo  
**anello rosso**

Scopri  
l'efficacia **PL3**  
anche per le **Mani**



**Novità  
MANI**

**PL3 Balsamo  
Riparatore Labbra**



**Novità  
LABBRA**

# Kelémata

IN FARMACIA



# Carta dei servizi



UNA PROMESSA DI QUALITÀ CHE I FARMACISTI RIVOLGONO A TUTTI I CITTADINI

## Margherita Perino

*direttore Organizzazione e Operatività aziendale Farmacie Comunali di Torino*

A seguito della firma del protocollo d'intesa tra Comune di Torino e Associazioni di Consumatori, volto all'accrescimento della qualità e dell'efficacia del servizio pubblico locale delle farmacie comunali di Torino, il 3 novembre scorso l'Azienda Farmacie Comunali Torino S.p.A., il Comune di Torino e alcune tra le più rappresentative Associazioni di Consumatori hanno stipulato la nuova *Carta della Qualità dei Servizi*, attualmente già presente nel sito web aziendale e la cui versione cartacea è reperibile presso le 34 farmacie comunali.

### Che cos'è la carta della qualità dei servizi

La Carta della Qualità dei Servizi nasce da una normativa di legge (art. 2, comma 461, L. n. 244 del 24/12/2007) che si prefigge di tutelare i diritti dei consumatori e degli utenti dei servizi pubblici locali e che risponde all'esigenza di fissare principi e regole nel rapporto tra le amministrazioni che erogano servizi e i cittadini che ne usufruiscono. Essa costituisce:

- un vero e proprio "patto" con gli utenti, cioè una dichiarazione d'impegni, presa da parte di un Ente che eroga servizi, nei confronti dei propri utenti;
- uno strumento di comunicazione che informa sulla natura di un dato servizio, esplicitandone le modalità e gli standard promessi e individuando gli indicatori della qualità dell'offerta;
- una promessa di trasparenza con i cittadini per assicurare una qualità costante nella prestazione del servizio;
- una possibilità per l'utenza di evidenziare i propri diritti di consumatore ed esprimere le proprie valutazioni, presentando proposte di miglioramento del servizio o forme di reclamo.

### Che cosa non è

La Carta della Qualità dei Servizi non è:

- un regolamento che detta norme sulle modalità di accesso e di erogazione dei servizi;
- una semplice guida/elenco dei servizi;
- un manifesto pubblicitario.

Essa convive con questi documenti, ma si diversifica da essi, poiché indica i livelli qualitativi e quantitativi del servizio erogato, in linea con le aspettative dell'utenza, e prevede l'intervento attivo di essa, anche con il tramite delle Associazioni dei Consumatori, nella verifica periodica circa l'adeguatezza dei parametri del servizio e nel sistema di monitoraggio permanente del rispetto dei parametri stessi.

### Come si articola

Le quattro sezioni, in cui è stata suddivisa la Carta, espongono:

- sezione prima** - presentazione dell'Azienda e oggetto del servizio;
- sezione seconda** - descrizione dei servizi e delle 34 farmacie comunali;
- sezione terza** - standard di qualità e quantità relativi alle prestazioni;
- sezione quarta** - relazioni con l'utenza.



### Aggiornamenti

La Carta sarà aggiornata periodicamente per consolidare i livelli di qualità raggiunti e registrare i cambiamenti positivi realizzati mediante progetti di miglioramento che possono scaturire dal monitoraggio periodico dell'opinione degli utenti.

\*nickel tested  
senza conservanti  
senza profumo  
senza glutine

*BioNike*  
SALUTE E BELLESSERE

Le rughe  
non sono  
tutte uguali

**Neanche le  
formule**

## defence xage

Rughe d'espressione, da stress, d'età...le rughe sono causate da fattori diversi e richiedono trattamenti specifici. Le formule Defence Xage sono studiate in base all'età della pelle. I prodotti antirughe rivitalizzano la pelle di giorno e la ridensificano di notte contrastando la formazione delle rughe. I prodotti anti-età combattono l'invecchiamento cronindotto da deficit ormonale: energizzano e rigenerano la pelle, distendono e rassodano i tratti del volto.

\*Anche contenuti residuali di nichel possono creare, in particolare nei soggetti predisposti, reazioni allergiche o sensibilizzazione. Quindi ogni lotto è analizzato per garantire un contenuto di nichel inferiore a 0,00001%



www.bionike.it

IN FARMACIA

# Le patologie traumatiche da neve e gelo

**Eugenio Boux**

*presidente Società Italiana Traumatologi Ospedalieri*



Arriva l'inverno e tutti affilano le... lamine degli sci, delle tavole e dei pattini. Inizia la stagione degli sport invernali, neve e gelo permettendo, perché questi elementi sono indispensabili e così, mentre in montagna gli operatori sciistici sperano in abbondanti nevicate e nel gelo stabilizzatore della coltre nevosa, in pianura gli automobilisti e forse soprattutto i pedoni sperano che non nevichi e non geli vista la difficoltà delle varie amministrazioni comunali nel tenere i marciapiedi puliti e sgombri di neve. Si privilegia la pulizia delle strade visto che (sic!) la stragrande maggioranza della popolazione si sposta, non solo per necessità, in macchina. Ecco che, per un verso e per l'altro, per diletto o per necessità, il rischio di traumi e di fratture aumenta con la situazione atmosferica e soprattutto con la neve e il gelo. Con l'inizio della stagione sciistica diversi milioni di persone si riverseranno sulle piste da sci, ed ecco quindi la necessità di dare alcune informazioni utili per evitare, o per lo meno ridurre, la possibilità di eventi traumatici. Nell'affrontare questo argomento poniamo attenzione a ciò che stiamo usando per divertirci e cioè: gli sci, oggi più corti, sagomati e più maneggevoli sono comunque due attrezzi solidali con i nostri piedi ed indipendenti l'uno dall'altro. Questo comporta che il nostro piede, lungo dai 30 ai 40 centimetri si trovi, calzato lo sci, moltiplicato in lunghezza con un braccio di leva conseguentemente aumentato che scarica le sollecitazioni sulle gambe e soprattutto sulle ginocchia indipendentemente l'una dall'altra. Attenzione quindi all'attrezzatura, agli attacchi di sicurezza ed alla loro regolazione perché se lascia comporterà sganciamenti troppo frequenti e conseguentemente cadute con possibilità di traumi agli arti superiori e al tronco, ma se troppo tenace



potrà non sganciarsi al momento opportuno e quindi provocare lesioni, soprattutto legamentose alle ginocchia, per non parlare di fratture alla gamba o addirittura al femore. La caviglia, nello sci da discesa, è il più delle volte risparmiata perché lo scarpone alto la avvolge e la protegge. Non così nello sci di fondo ma in questo caso la velocità, anche nei percorsi in discesa, è nettamente inferiore e i rischi di lesioni importanti molto meno frequenti. Porre molta attenzione quindi all'attrezzatura, farla controllare all'inizio di stagione in modo che la regolazione degli attacchi sia rapportata al peso, alle nostre capacità ed alla potenza della nostra muscolatura. Per gli amanti della tavola, dato che i piedi sono appaiati e non indipendenti, le sollecitazioni si trasmettono sulla parte alta degli arti, sulle anche il bacino ed il tronco, pertanto la ginnastica preparatoria dovrà essere mirata a potenziare la muscolatura di questi distretti. Sulle piste non siamo soli, le nostre capacità tecniche non ci danno precedenza su sciatori meno esperti e la prudenza è la regola fondamentale. Attenzione però anche quando, con gli sci ai piedi, siamo fermi o quasi: perdere l'equilibrio, a causa di qualche spinta bonaria di amici o per disattenzione, può comportare torsioni del ginocchio con lesioni legamentose importanti. La preparazione atletica è indispensabile, fatta sia in palestra con corsi presciistici, ma anche con un buon "fai da te" che comporterà esercizi per la muscolatura delle cosce, del cingolo pelvico e degli addominali. Gli esercizi in casa vanno eseguiti con metodicità e controllando il tempo di esecuzione degli stessi; perciò segnare sul calendario le sedute di ginnastica eseguite e, orologio alla mano, il tempo di esecuzione; la ginnastica è normalmente noiosa ed ingannare se stessi è molto facile!

# NeoLactoflorene®

## Equilibrio della flora intestinale

### Fermenti lattici vivi e vitamine

- antibioticoterapia
- irregolarità intestinale
- gonfiore addominale
- pelle impura

CEPPI TIPIZZATI  
GIÀ IN LINEA CON LA  
NORMATIVA EUROPEA

Disponibile in:

- flaconcini adulti
- flaconcini bimbi
- capsule gastroresistenti
- buste orosolubili
- gocce **NONVA**

**MONTEFARMACO OTC**  
Si prende cura del tuo benessere



Cristina Chiabotto

Il nostro motore muscolare ha bisogno di carburante e di un adeguato riscaldamento per poter dare il massimo, pertanto curiamo l'alimentazione con abbondante colazione ed evitiamo di sovralimentarci a pranzo se vogliamo sciare anche nel pomeriggio. Le prime discese facciamole con calma per acquistare sicurezza e riscaldare i muscoli. Fermiamoci prima di essere stanchi, il "facciamo ancora questa pista poi basta" comporta dei rischi che è bene calcolare. Buona stagione sciistica a tutti!

Per chi rimane a casa l'attenzione deve essere posta all'innnevamento e alle lastre di ghiaccio che sovente, in caso di tempo avverso, costituiscono una insidia soprattutto per le persone di mezza età o anziane. Attenzione quindi a dove mettiamo i piedi. La frequenza di fratture del polso, della parte prossimale del femore e della colonna aumentano nella stagione invernale e interessano soprattutto le persone relativamente anziane, tra i 65 ed i 75 anni, le quali godono normalmente di una buona autonomia e prestanza fisica ma che presentano già segni di osteoporosi. Questo comporta che un trauma, anche a bassa energia, come accade in una caduta banale, possa causare una

frattura nei distretti a maggiore componente spongiosa dell'osso, dove appunto l'osteoporosi provoca un indebolimento maggiore della struttura. I consigli utili in questi casi si riducono all'uso di calzature adeguate, anche se probabilmente antiestetiche, con soles adatte alla neve, all'uso del sale sulla soglia di casa e sugli scalini e i percorsi esterni, non potendo naturalmente spargerlo su tutto il percorso urbano. Evitare di uscire al mattino quando le temperature sono più rigide e, se possibile, farsi accompagnare o usare un bastone di appoggio. Molti di questi accorgimenti, mentre sono ben accettati, anzi richiesti, dal "grande anziano", sono sovente trascurati da chi ha un'età nella quale è più faticoso entrare nell'ordine di idee che il proprio fisico sta invecchiando. Perché se è vero che in condizioni normali la prestanza fisica è ancora buona, non così accade nelle situazioni di emergenza, ad esempio il terreno scivoloso, quando i riflessi e l'elasticità devono intervenire per evitare una caduta o per limitare i danni della stessa.

Pertanto la prevenzione è basata su prudenza e... umiltà.



### Novità per il servizio di soccorso sulle piste della Via Lattea



In occasione della stagione sciistica, è stato messo a punto un nuovo sistema per il percorso di assistenza sanitaria a disposizione degli sportivi in caso di infortunio. Nell'intesa entrano in gioco tutti i "partner" disponibili (AslTO3, Azienda Ospedaliera Cto Maria Adelaide per il servizio 118, Sindaci dei Comuni di Sestriere, Sauze D'Oulx, Cesana, Claviere, Società Sestrieres SpA, Associazioni Pubbliche Assistenze, locali Centri Traumatologici) e sono definite le loro responsabilità per ognuna delle fasi d'intervento. La **Sestrieres SpA** interviene come primo soccorso sulle piste portando gli infortunati a fondo pista, da dove i servizi di trasporto dei Comuni portano gli infortunati, secondo la relativa gravità, presso i servizi sanitari (servizi di continuità assistenziale/guardia medica - postazione 118, Poliambulatori distrettuali, pronto soccorso dei Presidi di Susa, Pinerolo e Rivoli) o, su richiesta del paziente, presso i centri medici privati di riferimento (Sestriere e Sauze D'Oulx). I **Centri medici privati**, anche nel caso in cui il paziente intenda optare per il servizio pubblico, assicurano l'assistenza per l'im-

mediata stabilizzazione del paziente stesso in attesa del suo trasferimento presso i Presidi di riferimento (Ospedali di Susa, Pinerolo o Rivoli). L'**AslTO 3** garantisce l'accoglienza dei pazienti presso il Pronto Soccorso di Susa e Pinerolo, la presenza di un infermiere professionale nelle postazioni di autoambulanza di Pragelato e Oulx, il potenziamento del servizio di Guardia Medica presso la sede di Pragelato nei giorni prefestivi e festivi a partire da sabato 5 dicembre 2009 fino alla fine del periodo pasquale (dalle ore 10.00 del sabato o del prefestivo alle ore 20.00 della domenica o del festivo). Il **Cto/Maria Adelaide** mediante il Servizio Emergenza 118, durante la stagione invernale, valuta l'implementazione dei mezzi di soccorso nell'area di riferimento e la presenza di un Medico dell'Emergenza 118 a Sestriere presso la Struttura Sanitaria Comunale, anche con eventuale spostamento del medico da Pragelato, per gli orari di apertura degli impianti, mantenendo pienamente operativo il mezzo di soccorso avanzato di Oulx. L'**AslTO3** garantisce, infine, l'attivazione durante il periodo invernale del *Servizio di Guardia Medica Turistica Ambulatoriale* nei Comuni di Cesana T.se, Oulx e Sauze d'Oulx.

# No malditesta

UN PROGETTO PER LA PREVENZIONE DELLA CEFALEA E DEL DOLORE CERVICALE IN PIEMONTE

## Franco Mongini

*professore ordinario di Algologia presso la Facoltà di Medicina dell'Università di Torino e direttore della Sezione Cefalee e Dolore Faciale del Dipartimento di Fisiopatologia Clinica*

Cefalea e dolore cervicale rappresentano uno dei più diffusi problemi di salute delle popolazioni di tutto il mondo. In un rapporto della World Health Organization il mal di testa si colloca al dodicesimo posto in una lista delle cause principali di perdita della salute e di disabilità. È stato calcolato che più del 40% della popolazione soffre di una qualche forma di mal di testa. Tale percentuale si amplia ulteriormente ove si consideri anche la presenza di dolore cervicale e dorsale.

In Europa la percentuale degli adulti sofferenti di una qualche forma di dolore al capo si aggira su quasi 80% dei soggetti.

La cefalea e il dolore cervicale e alle spalle rappresentano una grande sfida per il clinico.

Si tratta di problemi probabilmente incrementati dalle moderne abitudini lavorative che comportano l'uso del computer per lungo tempo. I costi diretti e indiretti di queste patologie sono molto ingenti. Si deve, infatti, tenere conto non solo dei costi conseguenti all'erogazione di farmaci ma di quelli, ben più rilevanti, dovuti a perdite di ore di lavoro e a ridotta efficienza durante l'espletamento delle proprie mansioni.

Nello stesso rapporto della World Health Organization si è stimato che nei paesi sviluppati la sola emicrania causa ogni anno la perdita di 400.000 giorni di lavoro per milione di persone.

A seconda degli studi il costo totale per persona in Italia è stato calcolato

tra i 600 e i 900 euro all'anno. Queste patologie, inoltre, sono suscettibili di alterare i rapporti familiari sociali e peggiorano significativamente la qualità della vita di chi ne soffre. Iniziative volte a prevenire e abbattere queste patologie in larghi strati di popolazione sono quindi altamente auspicabili.

Nel corso della mia attività di studio e trattamento delle varie forme di mal di testa e al collo, ho maturato



la convinzione che in questo campo molto si potrebbe fare specie nelle comunità di lavoro per prevenirne la comparsa e impedire che esse peggiorino. In particolare ho messo a punto un programma cognitivo e di esercizi che associato alla terapia farmacologica ove necessaria può migliorare la risposta ai farmaci e ridurre la quantità.

Nell'intento di accertare in quale misura questo programma possa essere applicato a fini preventivi a larghi strati di popolazione è stato eseguito, grazie al contributo della Compagnia di San Paolo e alla



disponibilità manifestata dal Comune di Torino nel periodo marzo 2005-aprile 2006 un progetto di diagnosi e prevenzione delle cefalee e del dolore cervicale in una comunità di lavoro (vedere articolo su n° 5/2008 di Farmacia Amica).

Tale progetto di **Prevenzione delle cefalee** è consistito nell'applicazione del programma a quasi 400 dipendenti del Comune di Torino (Anagrafe e Uffici

## Info

Dipartimento di Fisiopatologia Clinica  
Sezione di Fisiopatologia delle Cefalee e del Dolore Faciale  
[www.cefalee.unito.it](http://www.cefalee.unito.it)  
Corso Dogliotti 14 - 10126 Torino  
telefono: 011 6334734  
fax: 011 6636489  
da lunedì a venerdì 9.00 - 13.30

tributari) che sono stati seguiti per complessivi quattordici mesi. I risultati conseguiti sono stati estremamente soddisfacenti essendosi ottenuto un miglioramento in termini di frequenza mensile di cefalea e dolore cervicale e di ridotta assunzione di farmaci tra il 40% e il 50%. Questi risultati sono stati oggetto di una pubblicazione su *Cephalalgia*, autorevole rivista del settore, che ha promosso a questo riguardo un comunicato stampa internazionale.

## Il progetto a Torino

Tali risultati hanno successivamente condotto alla stipula di un protocollo d'intesa tra la Città di Torino, l'Università di Torino e l'Ospedale San Giovanni Battista di Torino per la realizzazione del progetto nei confronti di tutti i dipendenti comunali che ne facessero richiesta. Questa ulteriore iniziativa, anch'essa finanziata dalla Compagnia San Paolo, è stata avviata nell'ottobre 2007 e si è conclusa dopo 13 mesi: a essa hanno partecipato quasi 2000 dipendenti comunali con diverse mansioni (vigili urbani, impiegati in scuole materne e dell'infanzia, impiegati di ufficio ecc.).

I dati ottenuti permettono di confermare i risultati altamente positivi dello studio precedente. Si conferma così l'applicabilità del programma a estese comunità **di persone con ottimi in termini di costo-beneficio.**

È evidente la forte ricaduta sociale che si manifesterebbe laddove il programma venisse esportato in altre estese comunità con il conseguente miglioramento della salute e della qualità della vita dei partecipanti, ottenendo inoltre una migliore efficacia della terapia farmacologica insieme alla riduzione di consumo di medicinali e alla complessiva diminuzione della spesa sanitaria; il tutto con un rapporto costo-beneficio estremamente favorevole.



# Per la tosse secca: i Benefici della Medicina con il gusto del Miele



Pastiglie



Sciroppo



# Come partecipare al progetto

A questi fini mira l'iniziativa estesa a tutti i residenti in Piemonte che ha avuto inizio il 24 giugno 2009. Per la realizzazione del progetto è stato allestito il sito web [www.nomalditesta.it](http://www.nomalditesta.it).

A quanti accedono viene richiesto di fornire alcuni dati essenziali e di compilare un questionario per la valutazione della frequenza del dolore nell'ultimo mese e del suo impatto sulla qualità della vita. Una volta fornite queste informazioni il soggetto riceve una password che permette di accedere al materiale illustrativo e didattico del programma di istruzioni. Esso comprende:

- **l'accesso a una proiezione video**, scaricabile in Cd o Dvd, in cui vengono chiaramente illustrati i punti del programma con dimostrazione diretta di come eseguire le sue varie fasi. Tale video è già stato utilizzato con successo nella precedente ricerca;
- **l'accesso a un documento stampabile** in cui sono illustrati i punti del programma anche con l'ausilio di disegni di facile comprensibilità;
- **l'accesso a un sito e-mail** con la possibilità di ottenere attenzione e risposte a domande, dubbi ed eventuali problematiche emergenti.

Sarà possibile adire al progetto per un anno solare a partire dal suo inizio. Trascorso un anno dal momento della loro iscrizione ai partecipanti verrà chiesto di compilare nuovamente il questionario per la valutazione della intensità e frequenza del dolore nell'ultimo mese, e del suo impatto sulla qualità della vita e sulla eventuale perdita di ore lavorative. L'iniziativa avrà quindi la durata di due anni.

I risultati precedentemente ottenuti permettono di prevedere di ottenere una significativa riduzione dei giorni di dolore e di consumo di farmaci fra quanti in Piemonte aderiranno all'iniziativa.

Si tratta di un'iniziativa assolutamente unica per caratteristiche e dimensioni che ha già sollevato vivo interesse in Italia e all'estero.



La homepage del sito [www.nomalditesta.it](http://www.nomalditesta.it)

Quanti vorranno prendere parte a questa importante iniziativa aperta a tutti i residenti in Piemonte, indipendentemente dal fatto se svolgono o meno attività lavorativa di qualunque tipo, potranno accedere al progetto visitando il sito web [www.nomalditesta.it](http://www.nomalditesta.it) fino al 24 giugno del 2010.



## Torcicollo? Dolori cervicali?

### IL CALDO RIMEDIO NATURALE

Naturale, comodo, efficace. Grazie al calore della sua base riscaldante, Nexcare NECKY scioglie le tensioni muscolari, lenisce il dolore ed aiuta ad aumentare la mobilità del collo.

Indossa Nexcare NECKY in qualsiasi momento della giornata: in caso, in effetti, ti senti davvero alla fine, hai ottenuto il più efficace perché ti offre il semplice comfort con l'aria.



Numero Verde  
**800-911801**

La qualità è un valore. CE

**3M**



# Panace di Mantegazza

## UNA PIANTA ESOTICA CHE PUÒ CAUSARE PROBLEMI DERMATOLOGICI

**Maria Laura Colombo**

docente Corso di Laurea in Tecniche Erboristiche, Dipartimento di Scienza e Tecnologia del Farmaco, Facoltà di Farmacia, Università di Torino

Il Centro Antiveleni dell'Ospedale Niguarda di Milano ha inviato una comunicazione a Enti e Istituzioni per segnalare la diffusione della presenza infestante della pianta erbacea ***Heracleum mantegazzianum*** sul territorio nazionale. Tale segnalazione è di particolare importanza poiché il contatto con questa specie e la successiva esposizione al sole possono provocare delle gravi fotodermatiti (non su base allergica) caratterizzate da una serie di sintomi e segni di gravità da lieve a severa quali eritema e bolle, che richiedono una terapia anche farmacologica e che possono inoltre causare discromie (comunemente dette "macchie della pelle") sulla cute esposta. *Heracleum mantegazzianum*, specie esotica originaria del Caucaso, è stata introdotta in Europa per scopi ornamentali e si è poi diffusa spontaneamente. Le informazioni raccolte dal Centro Antiveleni ([www.ospedaleniguarda.it/cav](http://www.ospedaleniguarda.it/cav)) evidenziano come dopo un iniziale stato di quiete durato qualche anno ora la specie sia in via di graduale espansione. Infatti, circa 20 anni fa a Pré-Saint-Didier - La Balme sono state effettuate le prime segnalazioni di pochi esemplari poi scomparsi, cui è seguita la comparsa a Courmayeur in un giardino; di lì la diffusione lungo scarpate che circondano il parcheggio della funivia del Monte Bianco, nel villaggio di La Palud; inoltre individui isolati sono stati identificati in Val Sapin. Come dimostra una recente pubblicazione (22-24 aprile 2009 G8 Ambiente Siracusa: Atti del Summit, Celesti-Grappow *et al.*, 2009), che riporta una prima mappatura delle aree interessate, la diffusione della pianta infestante è già notevole e la *H. mantegazzianum* è identificata come specie tra le

10 "piante esotiche invasive" più pericolose in Italia. Tale specie al momento è presente in pochi siti circoscritti, ma potenzialmente potrebbe espandersi con grande rapidità, soprattutto in Italia settentrionale. Attualmente è segnalata come invasiva in Valle d'Aosta, naturalizzata in Lombardia, Trentino-Alto Adige ed Emilia-Romagna, casuale in Piemonte e Veneto, non più ritrovata in Toscana. In numerosi stati europei ed extraeuropei è già in corso un tentativo di contenimento e in Italia misure simili sono state da tempo intraprese in Valle d'Aosta. Visto l'impatto che la fitofotodermatite potrebbe avere sulla salute pubblica, e vista la rapida diffusione dell'infestante, il Centro Antiveleni ritiene opportuno che vengano intrapresi, in via precauzionale e preventiva, interventi di contenimento e di eradicazione, ma anche di comunicazione e informazione rivolti alla popolazione, in modo analogo a quelli previsti per l'Ambrosia, altra pianta infestante presente sul nostro territorio.

All'indirizzo [www.centroantiveleni.org](http://www.centroantiveleni.org) si può consultare il sito del Centro Antiveleni dell'ospedale Niguarda di Milano



# Mal di gola?

# Benagol® Benactiv® *Gola*



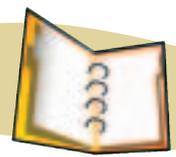
Rapido sollievo che dura nel tempo



## PRONTO SOCCORSO PER IL MAL DI GOLA

Sono medicinali. Leggere attentamente il foglio illustrativo. Benactiv Gola è un medicinale a base di flurbiprofene che può avere effetti indesiderati anche gravi. Autorizzazione su domanda del 05.08.2008.





# Panace di Mantegazza

*Heracleum mantegazzianum* Sommier & Levier (Apiacee)

*Heracleum mantegazzianum*, panace di Mantegazza, è una specie erbacea esotica (Originaria del Caucaso) di notevoli dimensioni (2-5 m), da perenne a biennale; in inverno le parti aeree muoiono per poi ricrescere vigorose nella primavera successiva. Sembra che la sua espansione sia avvenuta principalmente lungo i corsi di acqua: predilige infatti rive dei fiumi, dei torrenti e dei laghi, margini forestali, margini stradali, bordi di sentieri, terreni incolti. Sviluppa la sua presenza formando addensamenti e inibendo la crescita delle specie originali del luogo. *H. mantegazzianum*, come diverse altre specie appartenenti al genere *Heracleum* e numerose altre ombrellifere (Apiaceae), produce composti fototossici (ad es. psoralene, bergaptene, xantotossina, isopimpinellina) in grado di assorbire le radiazioni ultraviolette (in particolare le UVA) e formare dei radicali liberi fortemente tossici per le membrane cellulari e per il Dna. Per questo motivo, nelle zone della cute entrate in contatto con la secrezione di *H. mantegazzianum*, l'esposizione alle radiazioni solari provoca una serie di eventi a catena che culminano con uno stato infiammatorio (*fitofotodermatite*) caratterizzato da arrossamenti, rash e lesioni papulovesicolari e talvolta necrotiche (dovute al danno del Dna) anche persistenti. Normalmente, i primi segni della fotodermatite compaiono 24 ore circa dopo l'esposizione e peggiorano gradualmente nei giorni successivi. Le zone colpite possono riportare danni permanenti simili a quelli da ustione (cicatrici e/o zone iperpigmentate) e rimanere fotoreattive molto a lungo, anche anni, con il conseguente rischio

di recidive, inoltre sembra che le dermatiti possano comparire anche se la cute è protetta dagli indumenti. La gravità della reazione dipende da diversi fattori tra cui l'umidità della pelle, che facilita l'assorbimento degli composti fototossici la cui concentrazione varia sensibilmente a seconda della parte della pianta (sono più abbondanti nei frutti e nelle foglie, e meno concentrate nel fusto) e della stagione (sono sintetizzate in maggior quantità nel pieno della stagione vegetativa, nel periodo della fioritura e all'inizio del periodo di dormienza). Normalmente l'esposizione avviene durante le operazioni di contenimento delle infestanti e di sfalcio dei margini e delle scarpate stradali. In letteratura sono descritti anche casi di esposizioni dovute al contatto accidentale (pescatori che si fanno strada nella vegetazione per raggiungere i corsi d'acqua) o all'uso improprio di parti della pianta (lo stelo è stato ad esempio impiegato da bambini come spada e da un adulto come una rudimentale tromba). Talvolta la secrezione dell'*Heracleum* può anche essere veicolata dal pelo degli animali, come cani e gatti, causando poi fitofotodermatiti in coloro che entrano in contatto. A causa delle modalità di esposizione (spesso accidentali), della tipologia di sintomi e della loro evoluzione, non sempre le fitofotodermatiti sono correttamente diagnosticate, essendo, in alcuni casi, confuse con segni di molestie (ad esempio se coinvolti bambini), infezioni stafilococche o fasciti necrotizzanti. Le fitofotodermatiti sono un pericolo poco conosciuto e sottovalutato e la fototossicità di *Heracleum mantegazzianum*, in particolare, è praticamente ignorata.



# Quando la tosse ti prende, Lisomucil ti aiuta.



Lisomucil per la tosse grassa,  
Lisomucil Tosse Sedativo  
per la tosse secca.



**sanofi aventis**

La salute, la cosa piú importante

E' un medicinale. Leggere attentamente il foglietto illustrativo. Lisomucil contiene carbocisteina. Lisomucil Tosse Sedativo contiene destrometorfano bromidrato. Lisomucil Tosse Sedativo puó indurre sonnolenza. Attenzione i medicinali vanno assunti con cautela, per un breve periodo di tempo, non superando le dosi consigliate e solo per le indicazioni riportate nel foglietto illustrativo. In caso di dubbio rivolgersi al medico o farmacista. Dep. Min. Salute in data 17/05/07.



# Reazioni avverse ad alimenti

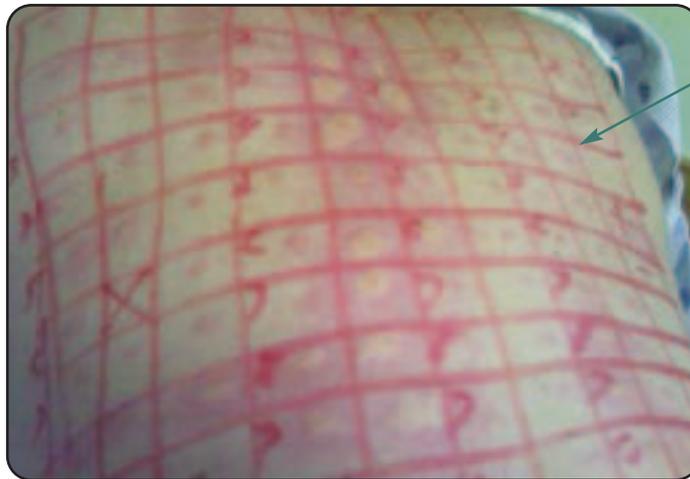
## Come diagnosticarle, curarle e cosa non fare

**Gianni Cadario**

*direttore Struttura Complessa Allergologia e Immunologia Clinica (Centro di riferimento regionale per patologie allergiche ad alta complessità e sede dell'Osservatorio Regionale per le gravi reazioni allergiche) - Azienda Ospedaliera San Giovanni Battista (Molinette) – Torino*

Il problema delle “reazioni avverse” o “reazioni da ipersensibilità” ad alimenti è sempre stato di difficile trattazione. L'approccio diagnostico, non semplice per sua natura, è stato sempre ulteriormente complicato da atteggiamenti non equilibrati, oscillanti tra la negazione e la sovrastima del fenomeno.

È difficile fornire dati precisi sulla reale prevalenza (cioè quanti casi sono presenti nell'ambito di una popolazione considerata) delle reazioni da ipersensibilità ad alimenti, siano esse di natura allergica o non allergica, principalmente in relazione al fatto che la percezione soggettiva nei confronti di tali reazioni è largamente influenzata da fattori psicologici. Circa 1/3 della popolazione americana modifica la propria alimentazione nella convinzione di avere un'allergia o un'intolleranza alimentare. Un ormai famoso studio epidemiologico condotto nel Regno Unito su 20.000 persone e pubblicato sulla rivista scientifica *Lancet* nel 1994, ha evidenziato che oltre il 20% dei soggetti interrogati riteneva di manifestare reazioni indesiderate in seguito a ingestione di alimenti mentre un esame diagnostico più approfondito su questi individui confermava la presenza di un'allergia o un'intolleranza alimentare solo nel 1,4-1,8%. Uno studio olandese, pubblicato nello stesso anno sul *Journal of*



*I vari test allergologici, come il prick test, sono eseguiti all'inizio dell'iter diagnostico*

*Allergy and Clinical Immunology e condotto su 1.500 adulti, riportava una prevalenza (riferita) di reazioni da ipersensibilità ad alimenti pari al 12,4% con conferma diagnostica solo nel 0,8%.*

**Come si classificano.** Le reazioni avverse ad alimenti possono essere suddivise in *reazioni alimentari tossiche* e *reazioni alimentari non tossiche o da ipersensibilità*, dipendenti dalla predisposizione individuale e di cui fanno parte le *allergie* (reazioni da ipersensibilità riconducibili a un processo di sensibilizzazione immunitaria) e le *intolleranze* alimentari (reazioni da ipersensibilità riconducibili a meccanismi non mediati dal sistema immunitario): di tipo enzimatico (intolleranza al lattosio), di tipo farmacologico (secondarie all'ingestione di varie amine vasoattive contenute negli alimenti o di vari additivi) eccetera.

**Come si manifestano.** I sintomi che devono far ipotizzare la presenza di un'allergia o un'intolleranza alimentare possono essere di vario tipo: quadri clinici di tipo gastroenterico (sintomi conseguenti all'azione diretta dell'alimento sul tratto gastroenterico come vomito, diarrea acuta e cronica, dolori addominali, sindromi da malassorbimento con calo ponderale ecc.)

oppure quadri clinici che interessano altri organi e apparati, conseguenti all'assorbimento sistemico dell'alimento allergenico: sintomi a carico della cute (orticaria, angioedema ecc.), sintomi a carico dell'apparato respiratorio (rinite, asma bronchiale ecc.), sintomi a carico dell'apparato cardiocircolatorio (ad esempio lo shock anafilattico) eccetera.

**Come si diagnosticano.** La diagnosi di allergia o intolleranza alimentare, in caso di *sintomi persistenti-cronici*, si basa soprattutto sulla "storia clinica del paziente" che deve essere raccolta in modo estremamente accurato e da parte di personale esperto. Il sospetto clinico deve essere quindi confermato attraverso la dimostrazione di una correlazione cronologica plausibile tra ingestione di determinati alimenti e comparsa delle manifestazioni cliniche. Questo si ottiene inizialmente mediante l'adozione di determinate diete cosiddette "di eliminazione" e "di reintroduzione" compilando un diario clinico accurato. I vari test allergologici, nell'ambito di questo tipo di sintomatologia (persistente/cronica), sono procedure diagnostiche di secondo livello utili solo a dimostrare il tipo di meccanismo patogenetico attraverso cui agisce l'alimento (o il gruppo di alimenti) precedentemente individuato con le diete. Se invece si tratta di *sintomi acuti ed occasionali* l'identificazione dell'alimento responsabile è generalmente più facile. I vari test allergologici, come il *prick test* per alimenti con estratti del commercio, il *prick-by-prick* con alimenti freschi, il *dosaggio delle IgE specifiche per allergeni alimentari e determinanti allergenici*, sono eseguiti all'inizio dell'iter diagnostico. In taluni casi selezionati è utile (a volte necessario e indispensabile per definire la diagnosi) eseguire, in ambiente protetto (ospedale), il test di provocazione specifico (*challenge*) orale con alimenti o con additivi alimentari.

**I test da non fare.** Un elemento di confusione diagnostica è rappresentato dal frequente ricorso, soprattutto negli ultimi anni, a procedure diagnostiche cosiddette "alternative" che si propongono di identificare alimenti responsabili di "intolleranze alimentari": Test elettrodermici (*Vega test*, *Sarm test*, *Bio-strength test* e varianti), Kinesiologia applicata (*Dria test*), York Food Scan (*IgG specifiche per alimenti*), *Test leucocitotossico* (o *test di Bryan*), Analisi del capello (*Hair analysis*), Iridologia, *Test di provocazio-*

*ne/neutralizzazione* (intradermico e s.l.), *Pulse test* e *Test del riflesso cardiaco-auricolare*, Biorisonanza. È curioso notare che molti di questi test sono "vecchi" di decenni e hanno avuto, già in passato, risposte negative circa la loro attendibilità. Nonostante questo, molti individui si sottopongono a queste metodiche, probabilmente suggestionati dalla "facile esecuzione" e dall'illusione di risolvere facilmente il problema diagnostico. Sono abitualmente eseguiti da "non specialisti", cultori di medicine non tradizionali e generalmente privi di una specifica cultura allergologica. Si sottolinea come queste procedure siano tendenzialmente pericolose in quanto all'individuazione (erronea) di un alimento come responsabile di "intolleranze alimentari" conseguono inutili restrizioni dietetiche in grado di determinare sia deficit nutrizionali sia comportamenti alimentari che innescano problematiche psicologiche nell'ambito della vita di relazione, che riducono la qualità di vita e rappresentano risposte sbagliate a disagi psicologici che sono ovviamente da trattare in modo diverso. Ma l'aspetto più negativo di questi test è quello di attribuire a una falsa "intolleranza alimentare" l'origine di alcuni sintomi che possono anche dipendere da patologie più gravi (ad es. tumori intestinali) che in questo modo vengono diagnosticate con molto ritardo.

**Come si curano.** Dal punto di vista terapeutico l'eliminazione dalla dieta dell'alimento allergizzante rappresenta il teorico trattamento elettivo per prevenire ulteriori reazioni. La completa eliminazione dalla dieta dell'alimento responsabile non è un sempre facilmente attuabile nella pratica quotidiana, sia perché può essere un componente essenziale della dieta ed



essere molto diffuso nella composizione dei cibi (ad esempio latte e uova) sia perché possono essere di difficile identificazione i cosiddetti "allergeni nascosti". Infatti durante i processi di lavorazione degli alimenti, alcune proteine (derivanti da altri cibi) possono contaminarli ed essere quindi ingerite inavvertitamente in piccole quantità. Alcuni allergeni alimentari possono quindi essere contenuti in cibi diversi ("allergeni nascosti" o "hidden foods"). In questi casi, anche se l'allergia alimentare è stata correttamente diagnosticata e l'alimento è stato correttamente eliminato dalla dieta, i sintomi persistono. Negli Usa uno studio su un gruppo di pazienti allergici alle noccioline ha evidenziato che il 75% dei pazienti ingeriva, inavvertitamente, allergeni di derivazione dalle noccioline nell'ambito dei 5 anni di osservazione. Gli alimenti possono essere

"nascosti" per vari motivi: ricette, particolari confezioni, contaminazione, alimenti usati per prepararne altri.

Alcuni esempi: cioccolato fondente (latte come contaminazione da macchinari industriali), salsiccia (latte come contaminante), hot dog (latte come contaminante), hamburger (soja), gelati, prodotti di pasticceria, caramelle, salse per carni, dolciumi (noci, noccioline, arachidi, mandorle), condimenti per insalata, meringhe, sorbetti, salse, vino, zuppe commerciali (albume, tuorlo, ovalbumina, ovomucoide).

Alcuni ritengono che possa essere praticato, in casi selezionati, un *trattamento desensibilizzante specifico*. In passato questo tipo di trattamento è stato tentato per via parenterale (iniezioni) con pesanti effetti collaterali e modesti risultati clinici. In tempi successivi è stata praticata la "desensibilizzazione specifica" per via orale, soprattutto nei bambini. Tali procedure non sono comunque pratiche

terapeutiche diffuse sia perché non sono procedure codificate e standardizzate sia perché una graduale e spontanea acquisizione di tolleranza nei confronti degli alimenti allergizzanti si verifica nella stragrande maggioranza dei casi (un'acquisita tolleranza spontanea dopo i 3 anni di età è cioè un evento frequente). In tempi recenti sono stati sperimentati anche nuovi trattamenti. Alcuni pazienti sono stati trattati, per ora in modo sperimentale, con *anticorpi monoclonali anti-IgE* (cioè con anticorpi diretti contro gli anticorpi dell'allergia). Questo primo studio è stato condotto su 84 pazienti americani, allergici alle arachidi, ed è stato possibile ottenere un sostanziale aumento della dose soglia di sensibilità all'arachide da un livello approssimativamente equivalente a 1/2 arachide (178 mg) a uno quasi equivalente a 9 arachidi (2805 mg), un risultato che si traduce in una significativa protezione nei confronti di ingestioni occulte e/o involontarie di arachidi.

**Alimenti geneticamente modificati.** La tecnica del Dna ricombinante è attualmente utilizzata in varie e importanti coltivazioni per aumentarne la resistenza nei confronti delle aggressioni ambientali. Al momento diverse decine di specie vegetali sono state sottoposte con successo a procedure di ingegneria genetica. Una tra le principali preoccupazioni relative alla sicurezza dei cibi transgenici riguarda la problematica riguardante la loro potenziale allergenicità. Il caso più noto è quello della soja modificata con un gene della noce brasiliana che è stata in grado di determinare un evento anafilattico in un paziente allergico alla noce dopo aver ingerito la soja senza essere informato della sua nuova e nascosta allergenicità. Il rischio di trasferimento di geni allergenici in un alimento diverso da quello originale è quindi reale. Va peraltro evidenziato che le stesse procedure di ingegneria genetica potrebbero privare gli alimenti di quelle sequenze genetiche in grado di codificare le proteine allergeniche disinnescando in tal modo la loro allergenicità. Secondo molti studiosi la tecnica del DNA ricombinante è la tecnologia a minore impatto ambientale tra quelle utilizzate dall'uomo fin dall'origine della sua civilizzazione e gli ipotetici rischi sono certamente inferiori ai possibili benefici. Gli alimenti geneticamente modificati sono cioè un "nuovo strumento" biologico, una "nuova opportunità" tecnologica e il problema, come sempre, sta nel controllo e nel corretto utilizzo delle biotecnologie.



**AFTE E LESIONI DELLA BOCCA**

**NUOVO**

# Alovex®

PROTEZIONE ATTIVA

**NUOVA FORMULA  
POTENZIATA CON ACIDO IALURONICO**



**PROTEGGE E RIDUCE IL DOLORE  
FAVORISCE LA CICATRIZZAZIONE  
NON CONTIENE ALCOOL  
ADATTO PER ADULTI E BAMBINI**

**PIÙ PROTEZIONE, MENO DOLORE.**



RECORDATI OTC

È un dispositivo medico **CE**. Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni d'uso. Autorizzazione del 31/10/09.

# Il trucco a Carnevale

Creatività e fantasia, senza trascurare la cura della pelle

**Francesca Lo Curto**  
consulente Cosmesi

Voglia di allegria, di divertimento e anche desiderio di cambiare la nostra immagine abituale, magari... impersonando un personaggio dei fumetti o del cinema. Carnevale è sicuramente l'occasione giusta per realizzare tutto ciò. Per truccare bambini e adulti in vista del Carnevale è importantissimo preparare la pelle a ricevere prodotti che solitamente non sostiene, specie nel caso del bambino o dell'uomo.

## La preparazione

Vediamo nel dettaglio le fasi opportune e i prodotti più indicati:

- Detergere accuratamente il viso con prodotti possibilmente a risciacquo, ma privi di alcali o sostanze irritanti, i quali asportano bene tutte le impurità e non alterano le naturali difese della pelle.
- Dopo aver asciugato il viso è consigliabile vaporizzare un po' di acqua termale che calma, lenisce e apporta una prima idratazione.
- e ai bambini mettiamo sul viso una base tipo fondotinta oppure pastelli colorati (indicati appositamente per questo utilizzo), è consigliabile applicare prima un velo di crema idratante delicata per non seccare la pelle e non irritarla.

## Il trucco dei bambini

Per truccare i bambini si possono utilizzare: i *trucchi della mamma*, purché testati contro nichel o altri metalli e privi di coloranti e conservanti, oppure i *pastelli da trucco* (non quelli per disegnare!) che sono pensati apposta per giocare al trucco e che dovrebbero anch'essi essere testati e controllati. Si consiglia comunque di acquistarli nel



proprio negozio di giocattoli di fiducia e controllare attentamente i componenti, le modalità d'uso e le avvertenze riportate sulla confezione. Inoltre, nel caso si decida di utilizzare i pastelli da trucco è consigliabile effettuare un test di tollerabilità che consiste nel colorare leggermente la parte interna dell'avambraccio del bambino, attendere qualche ora e controllare che non insorgano prurito o rossore. In tal caso si può procedere all'applicazione sul viso, evitando accuratamente il contorno degli occhi, del naso e delle labbra. A questo punto, le composizioni sono molteplici: i modelli a cui possiamo ispirarci sono



# Curiamo il presente, sosteniamo il futuro.

Teva è la prima azienda al mondo nel settore dei farmaci equivalenti. Il suo primato nasce dalla costante attenzione a ricerca scientifica, innovazione delle tecnologie farmaceutiche, ottimizzazione dei processi produttivi e valorizzazione delle peculiarità della persona.

Con oltre 100 anni di presenza a livello internazionale e da più di 10 anni attiva in Italia, Teva è al fianco di pazienti, medici, farmacisti e ospedali per rispondere alla domanda di salute e benessere dei cittadini, in un sistema nel quale cure e prestazioni dovranno essere non solo appropriate, ma anche sostenibili.

I farmaci equivalenti, efficaci, sicuri e disponibili anche grazie all'impegno di Teva, sono al centro di questo sistema. Perché curano il nostro oggi ma ci aiutano a sostenere il nostro domani.

The Teva logo is a stylized, white, geometric representation of the word "TEVA" in a bold, sans-serif font. It is centered within a large, semi-transparent green circle that overlaps the bottom half of the image. The background of the entire advertisement is a photograph of a person in a dark t-shirt and blue jeans holding a young child in a light-colored dress. They are standing in a field of tall grass, with a body of water and hills visible in the background under a bright sky.

tanti e tra i più usati ci sono i clown del circo, i vampiri (in auge in questo periodo) e le classiche figure del Carnevale italiano più tutti i personaggi dei cartoni oppure figure della nostra società, ovviamente riviste in chiave ironica.

Discorso a parte deve essere fatto per i bambini ancora abbastanza piccoli, sarebbe meglio evitare i pastelli da trucco perché la pelle è ancora particolarmente sensibile e il rischio di irritazione è molto elevato. Per loro si può ricorrere a dei semplici disegni effettuati con la matita per il trucco degli occhi della mamma, ad esempio nera, per creare dei baffetti da topolino o gattino, oppure creare dei pomelli rossi, con il fard sempre della mamma, per avere un "effetto Heidi", oppure ancora possiamo disegnare la "lacrimuccia di Pierrot". Le possibilità sono tante anche con un solo prodotto accompagnato a un pizzico di fantasia.

### Il trucco degli adulti

Per quanto riguarda il trucco degli adulti le accortezze dovrebbero essere le stesse, anche se, ovviamente, una ragazza o un ragazzo possono utilizzare di più il classico make-up giocando con sfumature e colori o rivolgersi a un professionista per un "trucco pittorico" realizzato con prodotti specifici a base d'acqua. Per un trucco realizzato da soli, ad esempio tornando ai vampiri basta utilizzare pochi e semplici accorgimenti: applicare un fondotinta chiarissimo (possibilmente il più chiaro della gamma), ripassarlo anche due volte in quanto è modulabile e possiamo dosarlo come vogliamo, in seguito applicare una cipria compatta, anche questa molto chiara, e l'effetto sarà sicuramente molto diafano. Poi con una matita nera morbida si sottolinea il bordo inferiore dell'occhio a piccoli tratti e con l'aiuto di un bastoncino di ovatta si sfuma in modo più o meno uniforme fino a creare un alone grigio/nero sotto gli occhi; se non fosse ancora abbastanza drammatico o intenso si può ripetere l'operazione. Ultimo particolare: un velo di rossetto sul rosso cupo o mattone e così si può diventare fratelli o sorelle di Edward Cullen.

### La rimozione del trucco

Dopo la festa sorge ovviamente la necessità di eliminare il trucco più o meno intenso. Nel caso del bambino truccato con pastelli oppure dell'adulto con un make-up completo, il consiglio è di

eliminare il primo strato di trucco con latte detergente, salviette struccanti, oppure i nuovi prodotti all'acqua micellaria che possiedono delle molecole in grado di inglobare il make-up e di eliminarlo perfettamente in modo delicato. Il secondo passo, consigliato per tutti i tipi di trucco (anche quelli leggeri), consiste nell'utilizzare un prodotto (mousse o crema detergente) a risciacquo per eliminare perfettamente tutte le particelle di trucco che sono sicuramente rimaste. Dopo avere tamponato il viso, è poi opportuno vaporizzare abbondantemente con acqua termale o un tonico delicato e lenitivo per ripristinare il corretto film idrolipidico che è stato ovviamente alterato. Per quanto riguarda ancora i nostri bambini, ma perché no anche gli adulti, è consigliabile durante la festa, o comunque nel periodo di utilizzo del trucco, portare con se una confezione di salviette struccanti (non semplici detergenti) e dell'acqua termale in modo da poter subito eliminare il trucco e lenire gli eventuali arrossamenti nell'eventualità che insorgessero prurito o bruciore della pelle. Può essere opportuno anche avere a portata di mano un collirio decongestionante nel caso in cui delle particelle di prodotto entrassero accidentalmente negli occhi. È doveroso



sottolineare che tutti i passaggi di preparazione e pulizia della pelle sono particolarmente importanti anche per l'uomo che, non essendo abituato al trucco, non deve trascurarli ricordando, inoltre, di far riposare il viso tra queste operazioni e la rasatura, già di per sé stressante per la cute. In conclusione, attenendosi a questi semplici accorgimenti, bambini e adulti proteggeranno la salute della loro pelle anche nel caso di un evento straordinario come può essere un trucco di Carnevale.

# Normaflor



# Condividere i bisogni per condividere il senso della vita

**Il 13 febbraio vieni in farmacia per donare un farmaco**

Il 13 Febbraio ha luogo la **X Giornata di Raccolta del Farmaco**. Alla Giornata di Raccolta partecipano tutte le farmacie che aderiscono al Banco Farmaceutico aperte il 14 febbraio e tutte quelle chiuse per riposo infrasettimanale a cui l'Asl ha concesso la "deroga dall'obbligo di chiusura per riposo infrasettimanale". A fronte di tale deroga, Farmacie Comunali Spa ha dato la disponibilità alla partecipazione anche per le 16 farmacie comunali che sarebbero in turno di chiusura (5, 10, 13, 20, 21, 22, 23, 28, 29, 33, 37, 40, 41, 42,43, 46). In questo modo, **tutte le 34 farmacie comunali sono state iscritte alla Giornata della raccolta del farmaco**. La buona riuscita di tale iniziativa dipende dalla partecipazione di tutti: **ognuno di noi è perciò chiamato a dare il proprio contributo**. Nelle farmacie i volontari del Banco Farmaceutico spiegheranno l'iniziativa a tutti coloro che entreranno, chiedendo loro di acquistare medicinali (Otc e Sop) da devolvere alle associazioni assistenziali locali. Lo scorso febbraio, in occasione della IX Giornata Nazionale di Raccolta del Farmaco sono stati donati oltre 325.000 farmaci, per un

valorizzazione della farmacia e della figura del farmacista nel suo ruolo sociale che lo vede da sempre in prima linea al fianco dei cittadini.

## Un po' di storia

Dall'incontro tra alcuni giovani farmacisti legati alla Compagnia delle Opere e la Federfarma provinciale, nel 2000 prende avvio a Milano il Banco Farmaceutico. L'obbligo stabilito dalla legge di dispensare il farmaco unicamente in

farmacia, che inizialmente sembra pregiudicare la creazione di un'opera sul modello del Banco Alimentare, diviene rapidamente un punto di forza: ancora oggi la Giornata di Raccolta del Farmaco, che rappresenta la principale attività del Banco Farmaceutico, è costruita sul rapporto fondamentale con i farmacisti, che fungono da anello di congiunzione tra la carità dei cittadini e gli enti che assistono i bisognosi. Nel dicembre del 2000 si svolge a Milano la I Giornata di raccolta del farmaco, che coinvolge 250 farmacie e consente di raccogliere 15.000 farmaci. L'iniziativa è cresciuta notevolmente di anno in anno fino a diventare un evento riconosciuto e consolidato a livello nazionale, arrivando a coinvolgere nella scorsa edizione del 14 febbraio 2009 circa 2900 farmacie in 81 province italiane.

## Le tipologie di farmaci raccolti

L'attività del Banco è focalizzata sulla raccolta di farmaci che non necessitano di ricetta medica, cioè esclusi dal servizio sanitario nazionale e quindi totalmente a carico di chi ne ha bisogno.

- Farmaci antiacidi
- Farmaci antimicotici topici
- Farmaci antinfiammatori orali
- Farmaci antinfiammatori topici
- Farmaci antinfluenzali
- Farmaci antipiretici per adulti
- Farmaci antipiretici per bambini
- Farmaci antisettici per la gola
- Farmaci antiistaminici orali
- Farmaci antiistaminici topici
- Farmaci antitosse
- Cicatrizzanti
- Colliri
- Decongestionanti nasali
- Disinfettanti
- Lassativi



La locandina dell'iniziativa



Fluimucil mucolitico  
cancella  
la tosse  
liberandoti  
dal catarro

## Fluimucil mucolitico liberati dalla tosse, libera il respiro.

Scegli l'azione di Fluimucil mucolitico, che scioglie da subito il catarro e ti libera dalla tosse. Con Fluimucil mucolitico la vita ha più respiro.

È un medicinale. Leggere attentamente il foglio illustrativo. Autorizzazione del 28/03/08.



# Pazienti e ricercatori insieme per la vita



**Il 28 febbraio la terza Giornata mondiale sulle malattie rare**

Uniamo Federazione Italiana Malattie Rare onlus ([www.uniamo.org](http://www.uniamo.org)) organizza in Italia la terza Giornata delle Malattie rare (Rare Disease Day) che sarà celebrata in molte città italiane con iniziative nell'arco di vari giorni. Le malattie rare sono patologie che colpiscono un numero limitato di persone su un'intera popolazione (meno di 1 caso su 2000 persone). L'80% di esse è di origine genetica e interessa tra il 3% e il 4% delle nascite, ma vi sono anche tipologie rare di cancro, malattie auto-immuni e malformazioni congenite. In base alle stime Ue, le malattie rare sono fra le 5000 e le 8000 e attualmente sono meno di 50 le terapie; per questo l'Unione europea vuole puntare sugli incentivi per la ricerca sui farmaci orfani. Non a caso, il tema del 2010 è **Pazienti e ricercatori: partner per la vita**, e gli obiettivi sono: promuovere l'interesse per la ricerca nel campo delle

## Riferimenti

Numero verde **800.89.69.49**

Il servizio, attivo dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 13.00, è anonimo e gratuito. Fornisce informazioni personalizzate e di orientamento verso i presidi di diagnosi e cura della Rete nazionale malattie rare, le Associazioni dei pazienti e la possibilità di esenzione.

[www.malattierarepiemonte.it](http://www.malattierarepiemonte.it) - Nelle sito della **Rete Interregionale del Piemonte e della Valle d'Aosta sulle Malattie Rare** si possono trovare informazioni relative al supporto legislativo (sanitario, socio-assistenziale, previdenziale), alle singole malattie rare, all'offerta diagnostica e assistenziale di Asl, Ospedali e Istituti di Ricerca e Cura a Carattere Scientifico (Irccs) di Piemonte e Valle d'Aosta e alle associazioni di volontariato.

[www.iss.it/cnmr](http://www.iss.it/cnmr) - Il sito del **Centro di Coordinamento Nazionale Malattie Rare**, dell'Istituto Superiore della Sanità contiene le informazioni relative alla rete Nazionale sulle Malattie Rare, ma anche sulla letteratura scientifica relativa a tali patologie, normativa, modulistica e documenti utili. Sono presenti inoltre link di riferimento, appuntamenti, linee guida e informazioni aggiornate sulle attività dell'Istituto concernenti le malattie rare.

[www.orphanet-italia.it](http://www.orphanet-italia.it) - **Orphanet** è un servizio di informazioni al pubblico sulle malattie rare e i farmaci orfani. Il suo obiettivo è di contribuire al miglioramento del trattamento delle malattie rare, sia di quelle genetiche che di quelle autoimmuni o infettive, dei tumori o delle malattie prive di diagnosi precisa. Orphanet offre servizi che si adattano ai bisogni dei pazienti e delle loro famiglie, dei medici e dei ricercatori, delle associazioni e dell'industria.

[www.eurordis.org/it](http://www.eurordis.org/it) - L'Organizzazione Europea per le Malattie Rare, **Eurordis**, è una alleanza di organizzazioni di pazienti e individui attivi nel settore delle malattie rare, guidata dai pazienti. La sua missione è di costruire una comunità per essere la voce delle persone colpite da malattie rare in Europa e lottare contro l'impatto di queste malattie sulle loro vite. Tramite il sito ci si può iscrivere alla newsletter mensile (anche in italiano).

malattie rare e la collaborazione tra i malati e i ricercatori, definire la politica pubblica e influenzare la pianificazione delle ricerche. È possibile trovare sul sito della Giornata [www.rarediseaseday.org](http://www.rarediseaseday.org) informazioni sull'evento e sulle attività nazionali e locali. Chi vuole partecipare può contattare direttamente Eurordis all'indirizzo [raredisease@eurordis.org](mailto:raredisease@eurordis.org). Possono anche partecipare i singoli malati pubblicando le proprie foto e video nella sezione "Tell Your Story" (Racconta la tua storia). È possibile anche condividere la propria storia su Facebook e caricare foto (con testimonianze scritte nella propria lingua) sulla bacheca creata apposta per questa giornata.



## Torcicollo? Dolori cervicali? Un aiuto da 3M

Tensioni muscolari, atteggiamenti posturali non corretti, colpi di freddo, movimenti repentini possono provocare dolori al collo e alle spalle. Un rimedio naturale per questi problemi è rappresentato dall'applicazione nella parte interessata di una fonte di calore che genera un aumento del flusso sanguigno, agevolando il rilassamento muscolare. **Nexcare Necky** è un dispositivo medico di classe II A che, grazie al calore trasmesso dalle bustine riscaldanti poste all'interno di un "colletto" speciale rivestito in morbido pile, lenisce i dolori cervicali, torcicollo e reumi alle spalle. Analgesico naturale, privo di effetti collaterali, può essere utilizzato anche da persone a cui è consigliata una limitata assunzione di farmaci.

Anche in assenza di patologie, scioglie le tensioni muscolari, aiuta ad aumentare la mobilità di collo e spalle. **Nexcare Necky** è stato studiato per adattarsi alla forma di ogni collo grazie a una speciale lamina in grado di "memorizzare" la dimensione dello stesso, senza creare alcuna costrizione.



## Da Bayer uno sprint per la tua performance mentale

**Berocca Plus** è un integratore che offre una formula sinergica di vitamine B arricchita con Calcio, Magnesio, Zinco e vitamina C per sostenere al meglio la performance. Le vitamine B, con l'aiuto di Magnesio e Calcio, agiscono sul metabolismo energetico e supportano le funzioni cognitive per sostenere la performance mentale (concentrazione,

attenzione e memoria). In più, vitamina C e Zinco aiutano a rinforzare le difese immunitarie. **Berocca Plus** è disponibile nei formati da 30 compresse rivestite e nei nuovi formati da 15 e 30 compresse effervescenti al buonissimo gusto arancia, senza zucchero aggiunto. Con l'acquisto di Berocca è possibile partecipare al "Concorso vinci il Sudafrica" che mette in palio una settimana in Sudafrica in occasione dei mondiali di Calcio 2010.

## Affrontare l'inverno con l'aiuto di Eucerin!

L'inverno è alle porte e proteggere mani e labbra dal freddo e dalle sue azioni è fondamentale. La **Crema Mani Rigenerante** di Eucerin Pelle Sensibile, grazie al Tampone Citrato pH5, attiva le difese naturali della pelle delle mani proteggendole dal freddo e dalle screpolature. Lo **Stick Labbra Protezione Attiva** stimola la rapida rigenerazione delle labbra secche e screpolate grazie alla Vitamina E. Inoltre il fattore di protezione 6 protegge le labbra dai raggi UV.



## Affinex, liberi da gonfiore e problemi intestinali

Arriva in farmacia **Affinex Ventre Piatto**, integratore alimentare che combatte i gonfiori addominali regolizzando il transito intestinale. A base di estratti di origine naturale, **Affinex**

**Ventre Piatto** favorisce l'eliminazione dei liquidi in eccesso ed è un ottimo coadiuvante della digestione.

**Affinex Ventre Piatto** associa due capsule di composizione differente per un'azione complementare: una capsula a base di tè verde e di argilla verde per combattere i gonfiori addominali e una capsula contenente probiotici per favorire il benessere digestivo.



## Defence Rosys... e l'inverno non fa più arrossire!

Durante l'inverno i frequenti sbalzi di temperatura determinano un aumento degli stati infiammatori della cute, una maggiore fragilità capillare e una comparsa di rossori (caratteristici della pelle tendente alla couperose). Per risolvere il problema alla radice, BioNike propone la linea **Defence Rosys**. Come tutti i prodotti BioNike, la linea è nickel tested, senza conservanti, senza profumo e senza glutine e si compone di: due creme, **Defence Rosys crema leggera** per pelli normali e miste e **Defence Rosys crema ricca** per pelli secche e molto secche, e di un fluido concentrato, **Defence Rosys gocce intensive**. La crema contiene una innovativa associazione di **speciali polisaccaridi** derivanti da due alghe marine, che proteggono l'integrità dei capillari contrastando la produzione delle sostanze che ne determinano la dilatazione e la conseguente fragilità.



# Orari

## delle Farmacie Comunali

### previsti per il 2010



N.	FARMACIA	TELEFONO	ORARIO	
			MATTINA	POMERIGGIO
1	C.so Orbassano 249	011.39.00.45	9,00-12,30	15,00-19,30
2	Via Slataper 25/bis/b	011.73.58.14	8,30-12,30	15,30-19,30
4	Via Oropa 69	011.899.56.08	8,30-12,30	15,30-19,30
5	Via Rieti 55	011.411.48.55	9,00-12,30	15,00-19,30
7	C.so Trapani 150	011.335.27.00	9,00-12,30	15,00-19,30
8	C.so Traiano 22/E	011.61.42.84	9,00-19,30	
9	C.so Sebastopoli 272	011.35.14.83	9,00-12,30	15,00-19,30
10	Via A. di Bernezzo 134	011.72.57.67	9,00-12,30	15,00-19,30
11	Via Lanzo 98/G	011.226.29.53	8,30-12,30	15,00-19,00
12	C.so Vercelli 236	011.246.52.15	9,00-12,30	15,00-19,30
13	Via Negarville 8/10	011.347.03.09	8,30-19,00	
15	C.so Traiano 86	011.61.60.44	9,00-12,30	15,00-19,30
17	C.so V. Emanuele 182	011.433.33.11	8,30-12,30	15,30-19,30
19	Via Vibò 17/b	011.21.82.16	8,30-12,30	15,00-19,00
20	Via Ivrea 47/49	011.262.13.25	9,00-12,30	15,00-19,30
21*	C.so Belgio 151/B	011.898.01.77	9,00-12,30	15,00-19,30
22	Via Capelli 47	011.72.57.42	8,30-12,30	15,00-19,30
23	Via G. Reni 155/157	011.30.75.73	8,30-12,30	15,30-19,30
24	Via Bellardi 3	011.72.06.05	9,00-13,00	15,30-19,30
25**	Stazione Porta Nuova	011.54.28.25	7,00-19,30	
28	C.so Corsica 9	011.317.01.52	8,30-12,30	15,00-19,00
29	Via Orvieto 10/A	011.25.94.60	9,00-13,30	15,30-19,30
33	Via Isernia 13B	011.739.98.87	9,00-13,00	15,00-19,00
35	Via Cimabue 8	011.311.40.27	9,00-12,30	15,00-19,30
36	Via Filadelfia 142	011.32.16.19	8,45-12,30	15,15-19,30
37	C.so Agnelli 56	011.324.74.58	8,45-12,30	15,00-19,15
38	Via Vandalino 9/11	011.72.58.46	9,00-13,00	15,30-19,30
40	Via Farinelli 36/9	011.348.82.96	8,30-19,00	
41	Via degli Abeti 10	011.262.40.80	8,30-12,30	15,00-19,00
42	Via XX Settembre 5	011.54.32.87	9,00-19,30	
43	Piazza Statuto 4	011.521.45.81	9,00-19,00	
44	Via Cibrario 72	011.437.13.80	8,30-19,30	
45	Via Monginevro 27/b	011.385.25.15	9,00-12,30	15,00-19,30
46	P.zza Bozzolo 11	011.663.38.59	8,30-12,45	15,15-19,00

\* la Farmacia Comunale n. 21 svolge anche servizio notturno tutti i giorni dalle ore 19,30 alle ore 9,00 con la sola esclusione del periodo di chiusura per ferie

\*\* la Farmacia Comunale n. 25, sita nella Stazione di Porta Nuova, è aperta tutti i giorni dell'anno, festivi compresi



# Offerte!

GEN - FEB '10

FARMACIE COMUNALI  
TORINO spa **CONSIGLIA:**

	LISTINO	→ OFFERTA
AFFINEX VENTRE PIATTO 28 COMPRESSE 74,8 g	13,00	7,90
EUCERIN PH5 DEODORANTI	8,50	3,90
FLUIRESPIR MARE FLAC. 15 ml	7,10	5,90
FLUIRESPIRA SOLUZIONE SALINA 30 FLAC.	8,00	5,90
IMMUNILFLOR 12 MINI DRINK	11,50	8,90
IMMUNILFLOR 30 COMPRESSE	13,50	9,90
NARHINEL RESPIRATORE NASALE + 2 RICARICHE SOFT	8,50	7,20
NARHINEL SOFT DUAL PACK 1 ASPIRATORE + 1 RIC.	8,50	7,20
NORMAFLOR INTEGRATORE FERMENTI 8 FLAC.	10,00	6,90
NORMAFLOR PLUS VITAMINICO 8 FLAC.	10,00	6,90
OTRIVIN ADULTI SPRAY NAS. 10 ml con erogatore	5,55	3,90
PL3 CREMA MANI MULTIPROT. 75 ml	6,75	3,95
PL3 SPECIAL PROTECTOR STICK LABBRA 4 ml	5,75	4,00
SINECOD TOSSE (tutte le referenze)		4,45
VECTAVIR CREMA 2 g 1%	12,10	7,50
VIVIN C 20 COMPRESSE EFFERV. 330 mg + 200 mg	6,30	4,60
VOLTADOL 5 CEROTTI MED. 140 mg	13,70	10,25
VOLTADOL 10 CEROTTI MED. 140 mg	20,90	15,65

dal  
-15%

al  
-54%

RIMEDI  
STAGIONALI

ASPIRINA ADULTI 20 COMPRESSE 0,5 g	4,30	3,45
ASPIRINA C 10 COMPRESSE EFFERV. con VITAMINA C	4,40	3,50
ASPIRINA C 20 COMPRESSE EFFERV. con VITAMINA C	7,20	5,75
BISOLVON LINCTUS SCIROPPO FLAC. 250 ml	7,90	6,30
FLUIMUCIL 30 BUSTE 200 mg	8,30	6,90
FLUIMUCIL SCIROPPO MUCOLITICO FLAC. 150 ml	8,30	6,50
GRINTUSS SCIROPPO PEDIATRICO o ADULTI 210 gr	10,50	8,40
LISOMUCIL SCIROPPO 200 ml 750 mg/15 ml	8,30	6,65
NEOBOROCILLINA (tutte le referenze)	5,50	4,40
TANTUM VERDE COLLUTORIO 240 ml	6,50	5,20
VICKS INALANTE RIN FLAC. 1 g	5,50	4,40
VICKS SINEX SPRAY NASALE FLAC. 15 ml	7,00	5,60

fino  
al  
-20%

RIMEDI GASTRO-  
INTESTINALI

CITROSODINA EFFERV. GRAN. 150 gr	4,90	3,90
GLICEROLO ADULTI 18 SUPP. 2500 mg	4,10	3,25
GLICEROLO CAMOMILLA/MALVA 6 MICROCLISMI 9 g	4,00	3,20
MAALOX PLUS 30 COMPRESSE MAST.	6,10	4,85
NEOLACTOFLORENE 7 FLAC. 53,9 g	9,00	7,20
PROCTOLYN CREMA 30 g	7,50	6,00

-20%

RIMEDI CONTRO  
I DOLORI

FLECTOR 10 CEROTTI MEDIC. 180 mg	21,95	17,55
FLECTOR 5 CEROTTI MEDIC. 180 mg	14,20	11,35
FLECTOR DOLORE GRANULATO 10 BUSTE 25 mg	6,90	5,50
LASONIL GEL 50 g 2,5%	8,50	6,80
MOMENT 12 COMPRESSE RIVESTITE 200 mg	4,50	3,60
VOLTAREN EMULGEL GEL 60 g	8,80	6,90

-20%

INTEGRATORI  
VITAMINICI

ACEROLA 30 COMPRESSE MASTICABILI	9,95	7,95
CEBION COMPRESSE (tutte le referenze)	4,80	4,05
SUPRADYN 20 COMPRESSE EFFERV.	12,70	10,15
SUPRADYN 30 COMPRESSE EFFERV.	12,80	10,25
SUPRADYN 30 COMPRESSE RIVEST.	10,60	8,45

fino  
al  
-20%