

FARMACOM

FARMACIE COMUNALI TORINO S.p.A. - FARMACOM - Anno X - Numero 1 - GENNAIO/FEBBRAIO 2016



20 ANNI DI VITA AZIENDALE

Traguardo e trampolino tra ricordi e nuovi obiettivi

Una salute
migliore
per un
mondo
migliore

 Mylan
Seeing
is believing



FARMACIE COMUNALI TORINO

Le più vicine a te.



GENNAIO-FEBBRAIO 2016

FC 1 C.so Orbassano 249 011/390045 * 9.00/12.30 - 15.00/19.30	FC 2 Via Slataper 25/bis/b 011/735814 * 8.30/12.30 - 15.30/19.30	FC 4 Via Oropa 69 011/8995608 * 8.30/12.30 - 15.30/19.30	FC 5 Via Rieti 55 011/4114855 * 8,30/12.30 - 15.00/19.30
FC 7 C.so Trapani 150 011/3352700 * 8.30/19.30	FC 8 C.so Traiano 22/E 011/614284 * 9.00/19.30	FC 9 C.so Sebastopoli 272 011/351483 * 9.00/12.30 - 15.00/19.30	FC 10 Via A. di Bernezzo 134 011/725767 * 9.00/12.30 - 15.00/19.30
FC 11 P.zza Stampalia 7/b 011/2262953 * 8.30/12.30 - 15.00/19.00	FC 12 C.so Vercelli 236 011/2465215 * 9.00/12.30 - 15.00/19.30	FC 13 Via Negarville 8/10 011/3470309 * 8.30/19.00	FC 15 C.so Traiano 86 011/616044 * 9.00/12.30 - 15.00/19.30
FC 17 C.so V. Emanuele II 182 011/4333311 * 8.30/12.30 - 15.30/19.30	FC 19 Via Vibò 17/b 011/218216 * 8.30/12.30 - 15.00/19.00	◆ FC 20 C.so Romania 460 011/2621325 * 9.00/21.00	FC 21 C.so Belgio 151/B 011/8980177 * 9.00/12.30 - 15.00/19.30
FC 22 Via Capelli 47 011/725742 * 8.30/12.45 - 15.15/19.30	FC 23 Via G. Reni 155/157 011/307573 * 8.30/12.30 - 15.30/19.30	FC 24 Via Bellardi 3 011/720605 * 8.30/12.30 - 15.00/19.00	● FC 25 Atrio Stazione P. Nuova 011/542825 * 7.00/19.30
FC 28 C.so Corsica 9 011/3170152 * 8.30/12.30 - 15.00/19.00	FC 29 Via Orvieto 10/A 011/2215328 * 9.00/19.30	FC 33 Via Isernia 13B 011/7399887 * 9.00/12.30 - 15.00/19.30	FC 35 Via Cimabue 8 011/3114027 * 9.00/12.30 - 15.00/19.30
FC 36 Via Filadelfia 142 011/321619 * 8.45/12.30 - 15.15/19.30	FC 37 C.so Agnelli 56 011/3247458 * 8.30/12.30 - 15.00/19.00	FC 38 Via Vandalino 9/11 011/725846 * 9.00/13.00 - 15.30/19.30	FC 40 Via Farinelli 36/9 011/3488296 * 8.30/19.00
FC 41 Via degli Abeti 10 011/2624080 * 8.30/12.30 - 15.00/19.00	■ FC 42 Via XX Settembre 5 011/543287 * 9.00/19.30	FC 43 P.zza Statuto 4 011/5214581 * 9.00/19.30	FC 44 Via Cibrario 72 011/4371380 * 8.30/19.30
FC 45 Via Monginevro 27/b 011/3852515 * 9.00/19.30	FC 46 P.zza Bozzolo 11 011/6633859 * 8.30/19.30	▲ FC San Maurizio C.se Via Torino 36/B - Fraz. Ceretta 011/5369540 * 8.30/12.30 - 15.30/19.30	Per saperne di più visita il sito: www.fctorinospa.it
FreeFood Via Monginevro 27/b 011/3852515 9.00/19.30	FreeFood Via Orvieto 10/A 011.1978.2044 9.00/19.30	FreeFood San Maurizio Canavese Via Torino 36/B - Frazione Ceretta 011/5369540 8.30/12.30 - 15.30/19.30	

■ La FC42 svolge anche servizio notturno tutti i giorni dalle ore 19.30 alle 9.00 con la sola esclusione del periodo di chiusura per ferie.

◆ La FC20 (galleria Auchan in C.so Romania) è aperta tutti i giorni dell'anno. La domenica fino alle ore 20.

● La FC25 (atrio stazione di Porta Nuova) è aperta tutti i giorni dell'anno.

▲ La FC San Maurizio C.se dal lunedì al venerdì 8.30 - 12.30 / 15.30 - 19.30
 Orario continuato e notturno dalle 8.30 del Sabato alle 8.30 della DOMENICA



CARI LETTORI

di Elisabetta Farina

SCELTE CONSAPEVOLI ALLA BASE DI UNA SANA ALIMENTAZIONE

Il dicembre scorso a Firenze, durante il congresso nazionale della Società italiana di nutrizione umana (Sinu) si è svolto un workshop internazionale che ha visto alcuni tra gli esperti di nutrizione di Australia, Cina, India, Italia e Stati Uniti confrontarsi sulle rispettive Linee guida per la sana alimentazione e sulle metodologie impiegate per elaborarle in modo scientifico.

Come ha dichiarato in quell'occasione Furio Brighenti, presidente della Sinu «È la prima volta che gli esperti di nutrizione in rappresentanza di quasi metà della popolazione mondiale si riuniscono per confrontarsi su metodologia e criteri seguiti nell'elaborazione delle Linee guida. L'anno scorso la Sinu ha pubblicato i nuovi Larni (Livelli di assunzione raccomandati di nutrienti), che indicano appunto quali e in che quantità i singoli nutrienti vanno assunti nella dieta quotidiana per evitare carenze nutrizionali. Tuttavia il consumatore sceglie alimenti e ha poca consapevolezza del loro contenuto nutrizionale. Quindi, le Linee Guida traducono in indicazioni pratiche i Larni, indicando alimenti in modo variato e bilanciato e permettendo al cittadino di raggiungere gli obiettivi nutrizionali raccomandati scegliendo cosa portare in tavola».

Sempre più spesso arrivano notizie che mettono singoli alimenti sotto i riflettori con l'accusa di essere dannosi, creando soltanto confusione e disorientamento, cause poi della totale eliminazione di quell'alimento dai cibi consumati: un recente esempio è quello relativo alla carne rossa. A ribadire l'errore di concentrare l'attenzione su un singolo alimento, il presidente Brighenti spiega che «Al di là della robustezza del dato scientifico, è un approccio comunque sbagliato soprattutto a livello comunicativo ed educativo, perché sposta l'attenzione su un singolo nutriente o un singolo alimento senza considerare la dieta nel suo complesso».

Si conferma, quindi, l'importanza di un approccio educativo all'alimentazione equilibrata, che tenga conto dei vari cibi assunti ogni giorno soprattutto in relazione allo stile di vita. Il medesimo piatto mangiato da un sedentario ha un valore diverso da quello che mangia chi va in palestra. Inoltre, le differenze derivano pure dalle modalità di preparazione dei piatti e dall'aggiunta di conservanti.

A partire da gennaio, tra i buoni propositi del 2016, inseriamo quindi l'impegno a informarci per attuare scelte consapevoli in campo alimentare, attraverso un nuovo modo di apprendere, pensando al nostro benessere, e a quello dei nostri cari, in modo globale: sanitario, educativo e culturale.



Abbiamo
tutti lo stesso
desiderio.
Andare dove
i nostri sogni
ci portano.

In Mylan ci impegniamo affinché
ognuno di noi possa vivere i propri
sogni, fornendo l'accesso a cure
di qualità a 7 miliardi di persone.
Una persona alla volta.

Chiedi al tuo farmacista per maggiori
informazioni o visita Mylansalutemigliore.it

Una salute migliore
per un mondo migliore
7MLD:1

 **Mylan**
Seeing
is believing



In copertina:
www.shutterstock.com/by Diego Cervo

DALLE FARMACIE COMUNALI

- 4 20 anni di vita aziendale
- 9 Nuove edizioni di Farmacom
- 11 Con Farmacap prenoti in farmacia
- 13 Alla FC 36 il primo Puntoblu Soris in farmacia
- 15 A San Maurizio per i buoni mensa scolastica si va in farmacia
- 15 Sono 8 i punti per la foratura lobi auricolari
- 16 Dolce compleanno senza glutine
- 17 Halloween: dolcetti "Gluten Free"
- 19 Progetto l'ostetrica in farmacia

APPUNTAMENTI IN FARMACIA

- 20 Condividere i bisogni per condividere il senso della vita
- 21 A lezione di salute in... farmacia

COSMESI

- 23 Consulenza cosmesi

APPUNTAMENTI DAI FREE FOOD

- 24 Maschere, coriandoli, dolcetti... carnevale dai Free Food

IL CONSIGLIO DEL FARMACISTA

- 26 Le analisi cliniche: sangue e urine

APPROFONDIMENTO

- 30 Il centro regionale antidoping

COSTUME E SOCIETÀ

- 34 Babywearing: antica pratica tornata di moda

AMBIENTE E SOCIETÀ

- 38 Sulla neve... sicuramente

APPUNTAMENTI

- 41 Alzheimer Caffè itinerante

ASSOCIAZIONI

- 42 Banco farmaceutico onlus

Direzione, redazione e pubblicità
Farmacie Comunali Torino S.p.A.
C.so 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
Arpa Piemonte, Banco Farmaceutico,
Alma Brunetto, Centro antidoping CAD,
Free Food di FC 29, Free Food di FC 45,
FC 46, Roberta Mosso, Margherita Perino

Progetto grafico e impaginazione
Futurgrafica S.r.l.
Stampa
Società Tipografica Ianni S.r.l.
Tiratura 20.000 copie
Registrazione al Tribunale di Torino
N°114 dell'8 gennaio 2008



20 ANNI DI VITA AZIENDALE

Traguardo e trampolino tra ricordi e nuovi obiettivi

Margherita Perino - direttore Organizzazione e Operatività aziendale Farmacie Comunali di Torino



20 anni: un traguardo ragguardevole, una tappa significativa che esprime non solo il consolidamento della maggiore età, ma anche la previsione di un luminoso futuro. È, nel contempo, un punto di arrivo e un trampolino di lancio verso un avvenire che appare denso di opportunità e di successi.

Il 1° gennaio 2016 la nostra Azienda compie 20 anni e anch'essa si proietta nel futuro dopo aver mosso i primi passi nella Città di Torino e dopo aver allargato i propri orizzonti e le proprie attività. Una storia che si snoda tra gli innumerevoli eventi e cambiamenti del panorama socio-sanitario, con un unico filo conduttore: il legame con la Città di Torino e la cittadinanza.

Le farmacie comunali nacquero tra i primi anni sessanta e il 1980 (ultime la FC 40 di via Farinelli e la FC 41 di via Degli Abeti nel quartiere Falchera), a seguito del diritto di prelazione esercitato dal Comune di Torino sul 50% delle farmacie poste a concorso di nuova istituzione, e vennero gestite direttamente sino al 31 dicembre 1995 dal Comune di Torino, che in seguito ne affidò, con decorrenza primo gennaio 1996, la gestione all'Azienda Speciale Farmacie Comunali Torino. Il primo luglio del 2000 la Città di Torino trasformò l'Azienda Speciale in Società per Azioni a capitale pubblico con denominazione "Azienda Farmacie Comunali di Torino S.p.A."

Le sorti dell'Azienda si sviluppano poi anche attraverso una nuova denominazione assunta nel 2005, "AFC Torino S.p.A.", sino alla costituzione nel dicembre 2008 di "Farmacie Comunali Torino S.p.A.", Azienda con capitale sociale detenuto per il 51% dal Socio di Maggioranza, il Comune di Torino, e per il 49% dal Socio Operativo di Minoranza, rappresentato da due cooperative profondamente radicate nel territorio torinese (Farmagestioni, che raggruppa più di duecento farmacisti privati, e Unioncoop). Dal 23 dicembre 2014 la compagine societaria dell'Azienda ha subito un'ulteriore modifica: Socio Pubblico la Città di Torino con il 20% della quota azionaria, Socio Privato Farmagestioni e Unioncoop con il 49% della quota azionaria e Socio Privato Unifarma Distribuzione S.p.A. con il 31% della quota azionaria.

Molteplici passaggi per un'unica identità: le farmacie comunali di Torino, 34 farmacie distribuite su tutto il territorio comunale, alle quali si è aggiunta da luglio 2013 quella di San Maurizio Canavese. Molteplici passaggi, testimoniati dai vari loghi adottati nel corso delle trasformazioni societarie, con un'unica realtà: l'appartenenza alla Città di Torino, evidenziata dalla commistione dell'immagine più o meno stilizzata della Mole Antonelliana con quella della croce identificativa del servizio farmaceutico. Un intreccio che rende giustizia al servizio capillare, quasi di radice che si addentra nel territorio, reso dalle farmacie comunali e dal loro personale. Perché l'Azienda è sì costituita dai Soci, dall'Organo di gestione (CDA),



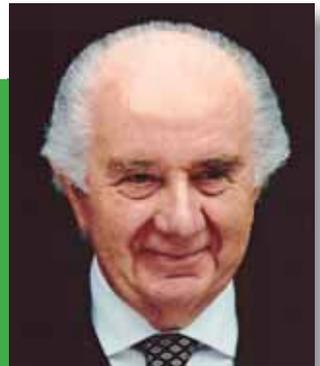
www.ctorinospa.it/azienda/chi-siamo/

dal personale della Sede amministrativa, ma ha come interfaccia con la propria utenza soprattutto il personale di farmacia, farmacisti e magazzinieri, che quotidianamente assiste la cittadinanza negli acquisti, nella soluzione di problematiche, nella gestione della salute e del benessere. Cosa è rimasto e cosa è cambiato negli anni? È rimasta la dedizione del personale, la sua preparazione professionale e il senso di servizio che

LA STORIA RACCONTATA DALLA GRAFICA



Le più vicine a te.



Poco prima che questo numero di FarmaCom andasse in stampa, il dottor Martinotti, primo ed indimenticabile presidente dell'Azienda, è deceduto e di lui vogliamo ricordare le doti umane, le solide competenze professionali ed il suo porsi con signorilità non comune. Ha ricoperto per più di sette anni la carica di Presidente traghettando l'Azienda da gennaio 1996 sino ad aprile 2003 ed ha lasciato nei dipendenti sentimenti di profonda stima e affetto.

Un esempio a significare la sua disponibilità verso l'azienda e l'attenzione nei confronti dei dipendenti: in occasione della scadenza del primo stipendio da versare da parte della neo Azienda, essendoci una criticità dovuta alle tempistiche amministrative dell'azienda appena nata, anticipò con fondi personali parte della somma affinché nessuno dei dipendenti dovesse ricevere in ritardo il pagamento.

Tutti quelli che lo hanno avvicinato ne hanno tratto insegnamenti davvero fondamentali per affrontare i propri incarichi e le proprie responsabilità con vigore ed entusiasmo. Ricordando l'energia con la quale spronava a non fermarsi mai, ci piace pensare a lui in questi giorni di festeggiamenti aziendali.

è l'ispirazione di tanti atti quotidiani nel sostegno e supporto ai clienti.

Sono aumentati i servizi alla clientela. Dal 1996 in poi, infatti, sono stati inseriti: la misurazione della pressione arteriosa con apparecchiature sempre più performanti e sicure nelle riproducibilità dei valori; l'autoanalisi di prima istanza per i principali parametri ematochimici; la prenotazione esami e visite specialistiche tramite CUP dell'Asl T02; la dotazione dei DAE (i primi furono omaggiati all'Azienda nel 2007 dal Comitato Elet-



LISONATURAL, UNA NUOVA SOLUZIONE CONTRO LA TOSSE.

Lisonatural è un prodotto a base di Miele, Piantaggine e Timo che contrasta la tosse secca e grassa. Non contiene glutine, conservanti o coloranti. È disponibile sia nella formulazione per **adulti** che per **bambini**. Infatti, il gusto molto gradevole ne facilita l'assunzione soprattutto nei più piccoli a partire da 1 anno.

Sono dispositivi medici CE. Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso. Aut. Min. del 20/12/2013.



torale del Sindaco Chiamparino); la dotazione di ossimetri e spirometri; la carta fedeltà per offrire risparmi alle famiglie; dal 2008, a seguire, l'orario continuato in parecchie farmacie e l'abolizione in molte di esse della chiusura infrasettimanale. Non si può dimenticare l'innovativo servizio prestato da fine 2009 dalle consulenti cosmesi, le quali hanno instaurato uno splendido rapporto con le clienti che vogliono coniugare la propria bellezza con la salute. Sono anche aumentate le attività interne: l'Azienda gode di un Magazzino Centrale, autorizzato quale grossista di medicinali ad uso umano, e di una Rete Vendita a valenza nazionale, che conta circa 40 agenti in tutta Italia, con la stipula di contratti di agenzia e concessione con alcune delle più importanti aziende del settore farmaceutico.

È poi un fiore all'occhiello dell'Azienda, sin dal 1996, l'attenzione alla formazione del personale, in precedenza demandata alla volontarietà del singolo. In questi 20 anni, infatti, molte ore sono state dedicate al miglioramento delle competenze, nelle innumerevoli sfaccettature della professione: dagli argomenti precipi di farmacia (farmacologia, legislazione, consiglio pratico del farmacista, fitoterapia ecc.) a quelli sulla comunicazione, sulla gestione dei rapporti nei singoli gruppi di lavoro e con la clientela.

Dal 2007, a seguito della normativa Bersani, l'Azienda ha attuato promozioni e condizioni commerciali favorevoli per offrire alla clientela occasioni di risparmio, pubblicate anche sulla rivista FarmaCom, nata nel 2008 e dal 2009 rivisitata dal direttore responsabile Elisabetta Farina, il cui apporto è stato ed è fondamentale.

Nominare tutti i dipendenti, collaboratori e amministratori che hanno contribuito al successo della Società darebbe luogo a un elenco troppo lungo. Alcuni per tutti: il primo presidente, dottor Renato Martinotti, e il direttore generale, dottor Giovanni Maccario, che trasformarono 34 farmacie in un'azienda e diedero un primo impulso alla ristrutturazione dei locali e al rinnovamento del lay-out espositivo; il dottor Gabriele Caviglioli, amministratore delegato da febbraio 2009 ad aprile 2015, che ha apportato alla gestione della Società un rilevante contributo di competenze umane e professionali e che ha passato il testimone al dottor Davide Cocirio, persona munita di grande esperienza nella conduzione di farmacie e da maggio 2015 alla guida dell'Azienda. Il mio personale "Buon Compleanno!" vuole essere un ringraziamento a tutti, anche ai clienti affezionati, e un augurio, al personale dipendente, di conservare sempre intatto l'orgoglio di appartenere a Farmacie Comunali Torino S.p.A.

BIOSCALIN® SINCRIOBIOGENINA® COMPRESSE

Bioscalin® SincroBiogenina® compresse è un integratore alimentare per uomini e donne, consigliato nei casi di capelli deboli e fragili. La sua **formulazione unica** fornisce al capello un supplemento di attivi protettivi e nutrienti specifici, assimilati in modo mirato ed omogeneo. La **nuova tecnologia brevettata** di rilascio R-Plus2 potenzia la disponibilità degli attivi sul bulbo, centro vitale del capello. L'**innovativo complesso SincroBiogenina®** associa esclusivi attivi, frutto della Ricerca Anticaduta Giuliani, ad un **complesso brevettato** di anti-ossidanti: *Olea europaea*, *Vitis Vinifera* e *selenio*. È ricco di minerali e vitamine: zinco, biotina, vitamine B6, C, E. La sua efficacia è stata provata da uno studio clinico sotto controllo dermatologico: capelli 81% più forti. www.bioscalin.it



RILASTIL MANI E LABBRA: NUTRE, PROTEGGE E RIPARA

Sono tanti i fattori che danneggiano la pelle delle mani e tendono a seccare le labbra: dall'utilizzo di detergenti aggressivi, ai saponi con pH troppo elevato, ai cosmetici inadeguati, ai radicali liberi e alle avverse condizioni climatiche.

Queste sono le concause che rendono queste due parti del corpo ad altissimo rischio di secchezza, fissurazioni e screpolature.

È proprio dall'esigenza di proteggere e riparare le mani e le labbra soggette a queste problematiche che è nata la nuova linea riparatrice **Rilastil Mani e Labbra**, a base di Burro di Karité, ad alta concentrazione ed elevato nutrimento e arricchita con Estratto di *Schizandra chinensis*.





ASPIRINA



TRIPLO EFFETTO

contro:

FEBBRE

**GOLA
INFIAMMATA**

**DOLORI
INFLUENZALI**



CON VITAMINA



**▶ NUOVO FORMATO
CONVENIENZA**



**▶ AROMA
ARANCIA**



ASPIRINA 
PER POTER STARE MEGLIO

Puoi scoprirne di più su
www.aspirina.it

È un medicinale a base di acido acetilsalicilico che può avere effetti indesiderati anche gravi.
Leggere attentamente il foglio illustrativo. Autorizzazione del 30/11/2015.



NUOVE EDIZIONI DI FARMACOM

Per le FC Di Genova, Ravenna e Trento

Elisabetta Farina



Questo primo numero della rivista dell'anno 2016 registra la nascita di tre nuove edizioni locali a Genova, Ravenna e Trento: FarmaCom è diventata l'organo ufficiale anche delle farmacie comunali di queste tre città.

Si amplia il bacino di lettori, ma la rivista conserva una delle peculiarità che la contraddistinguono, cioè essere personalizzata rispetto al territorio che rappresenta e ai lettori ai quali si rivolge. Le aziende Farmacie Comunali delle tre Città hanno messo in campo un percorso di rinnovamento, ciascuna rispondendo alle specifiche esigenze locali, e hanno identificato in FarmCom uno strumento valido di informazione e promozione della salute, capace di adattarsi e modellarsi divenendo uno dei loro canali di comunicazione con l'utenza.

La richiesta di informazioni relative alla salute e alla sanità è costante e trasversale nelle diverse fasce della popolazione. In tale contesto, l'offerta di un canale informativo istituzionale dedicato a questi temi assume il valore di servizio; un servizio che le farmacie comunali desiderano offrire. La proposta di uno strumento analogo anche ad

altri gruppi di farmacie comunali sul territorio nazionale ha implicato la redazione di progetti editoriali ad hoc che, pur mantenendo l'impostazione grafica e la struttura editoriale della "testata nazionale", declinano e personalizzano FarmaCom dando vita a varie edizioni locali per i territori in cui operano i singoli gruppi di farmacie comunali.

Per i lettori di Torino, quindi, non cambia nulla se non sapere che la loro rivista sta crescendo e che l'impegno nel realizzarla si conferma uno tra i principali obiettivi per le Farmacie Comunali di Torino. Un passo importante, quello delle nuove edizioni, che giunge in concomitanza di una data importante per la rivista. Il 2016 infatti, oltre a essere l'anno del festeggiamento dei 20 anni dell'Azienda come raccontato nell'articolo scritto dalla dottoressa Margherita Perino a pagina 4, è pure il decimo anno della rivista. FarmaCom, anche se solo come numero 0, nacque alla fine del 2007 in attesa della registrazione al Tribunale di Torino avvenuta nel gennaio 2008.

Festeggiamo i 10 anni, nella convinzione che i nostri lettori storici di Torino e San Maurizio Canavese condividano il mio orgoglio, come Direttore responsabile, e dell'Azienda, come editore, di una rivista scelta quale organo di informazione anche da altre Aziende di farmacie comunali.



RILASTIL[®]
LABORATORI MILANO

Sana, elastica, fantastica.

PELLI SENSIBILI

Senza vaselina ed olio di vaselina • Senza coloranti •
Senza parabeni • Senza derivati del grano • Ipoallergenici*
• Clinicamente e dermatologicamente testati • Testati
per Nickel, Cobalto, Cromo, Palladio, Mercurio**

RILASTIL MANI E LABBRA SECCHIE, MOLTO SECCHIE E ROVINATE



* Prodotti formulati per ridurre al minimo il rischio di allergie.

** Ognuno inferiore a una parte per milione. Piccole quantità possono essere responsabili di sensibilizzazione cutanea.



CON FARMACAP PRENOTI IN FARMACIA

Ampliata a tutta la città la prenotazione visite ed esami

Margherita Perino - direttore Organizzazione e Operatività aziendale Farmacie Comunali di Torino

Risale al 2014 la costituzione di FarmaCap Torino s.c.s, società avente scopo cooperativistico sociale, al fine di creare una rete di professionisti e di competenze per supportare le farmacie associate di Federfarma Torino nella realizzazione di progetti di servizio all'utenza, progetti che vedono la farmacia diventare centro di supporto alle innumerevoli esigenze, non solo di terapia farmacologica, del cittadino e perseguire l'obiettivo comune di dare attuazione alla "Farmacia dei servizi" prevista dalla normativa.

Uno dei servizi tra quelli giudicati più utili alla cittadinanza soprattutto quella più anziana, che

14 tra le 34 farmacie comunali di Torino erogano già da più di un decennio, è la prenotazione degli esami clinici e delle visite specialistiche. Le farmacie comunali 2, 4, 10, 11, 12, 19, 20, 21, 22, 24, 29, 33, 41 e 44 sono collegate con il CUP (Centro Unico Prenotazioni) dell'Asl TO2 e offrono quindi la possibilità all'utenza di prenotare visite mediche specialistiche e/o analisi cliniche presso gli ambulatori pubblici e gli ospedali compresi nel territorio della medesima Asl.

Purtroppo tale servizio non è mai stato attivato, dagli Enti preposti, presso le farmacie dell'Asl TO1, alle quali appartengono anche 20 farmacie comunali.

L'azienda Farmacie Comunali Torino S.p.A. ha pertanto accolto con entusiasmo la proposta di Federfarma Torino e FarmaCap s.c.s. per coprire le zone attualmente ancora sprovviste del servizio prenotazione esami/visite in farmacia e ha iscritto al progetto 8 farmacie comunali, scelte in relazione al maggior spazio disponibile nell'area vendita e ai turni di apertura/chiusura infrasettimanale e selezionate in modo da presidiare la maggior parte dei quartieri e delle Circoscrizioni inserite nel territorio dell'Asl TO1.

Eccole: FC 42 e 43 della Circoscrizione 1, FC 36 e 37 della Circoscrizione 2, FC 5 della Circoscrizione 3, FC 8 della Circoscrizione 9, FC 13 e 40 della Circoscrizione 10.

TRE I DECRETI ATTUATIVI PUBBLICATI IN GAZZETTA UFFICIALE

- **Disciplina dei limiti e delle condizioni delle prestazioni analitiche di prima istanza, rientranti nell'ambito dell'auto-controllo... e per le indicazioni tecniche relative ai dispositivi strumentali...**

Decreto 16 dicembre 2010 pubblicato nella Gazzetta Ufficiale n. 57 del 10 marzo 2011.

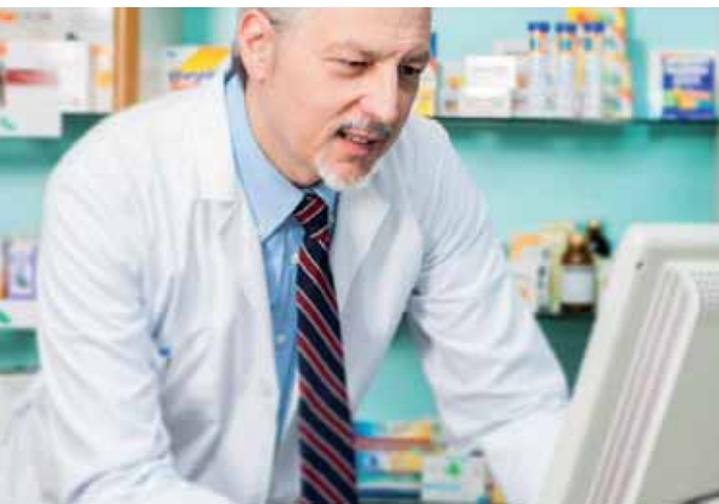
- **Erogazione da parte delle farmacie di specifiche prestazioni professionali**

Decreto 16 dicembre 2010 pubblicato nella Gazzetta Ufficiale n. 90 del 19 aprile 2011.

- **Erogazione da parte delle farmacie, di attività di prenotazione delle prestazioni di assistenza specialistica ambulatoriale, pagamento delle relative quote di partecipazione alla spesa a carico del cittadino e ritiro dei referti relativi a prestazioni di assistenza specialistica ambulatoriale**

Decreto 8 luglio 2011 pubblicato nella Gazzetta Ufficiale n. 229 del 1 ottobre 2011.

- **FC 5 - Via Rieti 55**
- **FC 8 - C.so Traiano 22/E**
- **FC 13 - Via Negarville 8/10**
- **FC 36 - Via Filadelfia 142**
- **FC 37 - C.so Agnelli 56**
- **FC 40 - Via Farinelli 36/9**
- **FC 42 - Via XX Settembre 5**
- **FC 46 - P.zza Bozzolo 11**



Il paziente, che si reca presso queste farmacie comunali, può quindi richiedere la prenotazione di esami clinici/visite specialistiche presso strutture accreditate con il SSR e vagliate per gli standard qualitativi decisamente elevati, la riscontrata serietà professionale e la copertura territoriale a livello regionale. Il paziente deve esibire la pre-

scrizione medica e la tessera sanitaria e, nel caso in cui non si presenti di persona ma si avvalga di terzi, delega firmata.

Inoltre, il farmacista, all'atto della prenotazione:

- consegna l'informativa sulla privacy ai sensi del D.Lgs. 196/2003 e s.m.i. e la archivia, una volta firmata dall'interessato;
- stampa e consegna il promemoria sul quale vengono riportate la data e l'ora dell'appuntamento e l'indirizzo della struttura sanitaria scelta dal paziente;
- stampa e consegna il modulo per il pagamento dell'eventuale ticket a carico del paziente;
- stampa e consegna le eventuali istruzioni sulla preparazione preventiva all'esame/visita specialistica;
- emette scontrino fiscale di 2,00 euro per la prestazione del servizio.

Un primo passo verso la "Farmacia dei servizi", con la speranza che altri sogni, da realizzare con altre professionalità, si possano presto concretizzare.

PIÙ FORZA ALLE DIFESE IMMUNITARIE CON MGK VIS IMMUNO PIÙ!

Come ogni anno, già a partire dall'autunno, il fisiologico adattamento alle temperature che si abbassano e alla riduzione delle ore di luce può toglierci preziose energie. Ci sentiamo spossati e fiacchi e facciamo fatica a concentrarci.

Questa condizione, unita a stress e ad un'alimentazione spesso scorretta, può indebolire le nostre difese. Durante l'inverno e nei cambi di stagione può aiutarci **MG.K VIS IMMUNO PIÙ**, integratore alimentare a base di magnesio, potassio, estratti vegetali, zinco e vitamina C. Grazie all'azione dei suoi componenti, **MG.K VIS IMMUNO PIÙ** è un nuovo alleato che contribuisce a stimolare le naturali difese dell'organismo e a sostenere l'organismo quando serve di più. **MG.K VIS IMMUNO PIÙ** è disponibile in confezione da 14 bustine monodose senza zucchero, al gusto arancia.



SPECIALE PELLI SOGGETTE A ROSSORI

Freddo, stress, capillari visibili?

Viene in aiuto **Antirougeurs**, il trattamento lenitivo di **Eau Thermale Avène** sviluppato per lenire e attenuare i rossori del viso. Una linea completa per proteggere la pelle dai rossori temporanei causati da fattori esterni e un trattamento d'urto per lenire i rossori permanenti. Un'azione efficace grazie alla formulazione unica che mette in campo 4 principi attivi sinergici dalle proprietà lenitive, protettive e de-congestionanti.



ALLA FC 36 IL PRIMO PUNTOBLU SORIS IN FARMACIA

Frutto della sinergia tra Comune, Farmacie Comunali e Soris



Presentato il 15 dicembre alla presenza dell'assessora comunale Giuliana Tedesco, del presidente Roberto Forte e dell'amministratore delegato Davide Cocirio di Farmacie Comunali Torino Spa.

Come già i Totem Servizi Anagrafici posizionati presso le farmacie comunali 13 e 29, anche il totem PuntoBlu attivato a inizio 2015 alla **comunale 36 in via Filadelfia 142**, e presentato ufficialmente il dicembre scorso al termine della sperimentazione, rappresenta un'ulteriore opportunità, grazie alla collaborazione con la Città di Torino e con Soris, per rispondere alle necessità del cittadino anche in termini di risparmio del tempo: una risorsa ancor più importante per chi deve coniugare la gestione della salute e le incombenze amministrative.

Per questo motivo Soris (www.soris.torino.it) – la società partecipata del Comune di Torino che dal 2005 si occupa della riscossione di tributi, sanzioni e altre entrate patrimoniali per conto di Palazzo Civico – ha installato un nuovo Punto Blu, sesto in città negli ultimi cinque anni e primo all'inter-

no di una farmacia.

Presso i totem dei PuntiBlu è possibile pagare ogni tipo di tributo o sanzione incassati da Soris: multe del codice della Strada di Torino; borsellino nidi e ristorazione scolastica; entrate comunali (COSAP, CIMP, ingiunzioni...).

Non è possibile pagare il bonario della TARI (si paga ormai con F24 in banca o presso gli uffici postali) e la TASI (che non viene incassata dalla Soris). Per tutti i pagamenti il Punto Blu interroga il sistema centrale Soris per cui si ha la sicurezza, anche se in possesso di vecchi bollettini, di pagare esattamente la cifra aggiornata.

Quali documenti sono necessari per poter effettuare il pagamento?

Presso i PuntoBlu Soris è possibile pagare con carte Pagobancomat (no carte di credito), senza alcuna spesa di commissione.

È sufficiente portare con sé il bollettino e inserirlo nell'apposita fessura per la lettura del codice a barre o, caso il bollettino fosse non leggibile dal PuntoBlu perché rovinato, digitare il codice numerico di 18 cifre visibile sotto la dicitura 'Intestato a'. Al termine delle operazioni, è importante ricordare di ritirare la ricevuta che attesta l'avvenuto pagamento.



L'utilizzo del PuntoBlu è semplice e immediato, ma per qualsiasi dubbio e informazione i farmacisti della FC 36 sono stati formati da Soris affinché possano affiancare l'utente e risolvere piccole criticità tecniche.



DAL NUMERO 1 NELL'ANTICADUTA^[1]

Bioscalin[®]
con SincroBiogenina[®]

Cresce la forza
dei tuoi capelli

+81%^[2]



OLTRE 20 ANNI DI RICERCHE, TEST CLINICI, BREVETTI

È il 1991 quando appare nelle Farmacie il primo Bioscalin[®] in compresse, il prodotto che "ha cambiato i capelli degli italiani". È frutto della Ricerca Anticaduta Giuliani che oggi, con l'innovativo Bioscalin[®] con SincroBiogenina[®] raggiunge nuovi traguardi per unicità ed efficacia.

Se i tuoi capelli sono più forti è perché c'è tutta la nostra forza.

Quando scegli Bioscalin[®] trovi la forza del numero 1 nell'anticaduta^[1]. La forza di una formula farmaceutica innovativa e unica grazie alla SincroBiogenina[®], con attivi brevettati di ultima generazione. La forza di un'efficacia testata in laboratorio e soprattutto provata da uno studio clinico sotto controllo dermatologico. Il risultato: capelli più forti^[2], voluminosi^[2] e visibilmente più belli.

Integratore alimentare utile nei casi di capelli deboli e fragili a causa di fattori quali stress, cambi di stagione, dieta sbilanciata.

[1] DATI IMS a volume Maggio 2015

[2] AZIONE TESTATA CLINICAMENTE Testato in uno studio clinico in doppio cieco randomizzato, versus placebo, per 3 mesi su 60 soggetti (risultati medi) www.bioscalin.it

GIULIANI

RICERCA ANTICADUTA

OGGI BIOSCALIN[®]
AD UN PREZZO SPECIALE
FINO A 10€ DI SCONTO

Nei punti vendita aderenti
fino ad esaurimento scorte

A SAN MAURIZIO PER I BUONI MENSA SCOLASTICA SI VA IN FARMACIA



Dal mese di novembre 2013, a San Maurizio Canavese sono state implementate le postazioni utili per il pagamento del servizio di mensa scolastica (chiamato "ricarica del credito") da parte dei genitori da eseguire in modo anticipato rispetto alla fruizione del servizio da parte dei figli.

Ai punti convenzionati, che erogano il servizio gratuitamente e in base al regolamento comunale, si è aggiunta la farmacia comunale di via Torino n. 36/B in frazione Ceretta, ove è possibile effettuare il pagamento mediante bancomat, prepagata e posta Pay, grazie a una postazione dedicata.

Si ricorda che accedendo via internet a "e-school" è possibile monitorare la situazione di ogni figlio iscritto ai servizi scolastici nonché effettuare anche on-line i versamenti necessari per usufruirne. Al raggiungimento della soglia minima di credito, pari al costo di tre pasti ancora disponibili, è inviato un avviso automatico via sms al numero di cellulare indicato dal genitore, finalizzato a ricordare la necessità di effettuare una "ricarica".

SONO 8 I PUNTI PER LA FORATURA LOBI AURICOLARI

L'iniziativa dei Punti per la foratura dei lobi auricolari presso le farmacie comunali, nata nel 2012 in forma di sperimentazione, si è consolidata nel corso degli anni e continua a riscuotere consensi, soprattutto da parte delle mamme che desiderano acconsentire alla richiesta delle loro bimbe di indossare gli orecchini, con un'attenzione particolare alla sicurezza e alla prevenzione anche di piccoli inconvenienti. Anche l'aspetto estetico, infatti, richiede sicurezza nella scelta dei prodotti e nella correttezza delle procedure.

Con l'attivazione del servizio alla FC 4, i "punti" sono oggi diventati otto e si trovano presso le farmacie comunali:

- FC 1 in corso Orbassano 249;**
- FC 4 in via Oropa 69;**
- FC 7 in corso Trapani 150;**
- FC 20 in corso Romania 460 (galleria Auchan);**
- FC 22 in via Capelli 47;**
- FC 40 in via Farinelli 36/9;**
- FC 43 in via piazza Statuto 4;**
- FC 45 in via Monginevro 27/b.**



Per saperne di più, visita il sito
delle Farmacie Comunali alla pagina
www.fctorinospa.it/servizi/forature-orecchie

DOLCE COMPLEANNO SENZA GLUTINE

Lezioni degli chef, smoothies di Andrea Morello, consigli per salute e bellezza, leccornie proposte dagli sponsor... e Free Food di via Orvieto 10/a ha spento la sua quarta candelina tra le torte vincitrici del primo Concorso di pasticceria.



HALLOWEEN: DOLCETTI "GLUTEN FREE"

Tra trucchi mostruosi e biscotti dalle forme macabre, la festa di Halloween è trascorsa in allegria alla farmacia comunale 45 nel laboratorio di pasticceria senza glutine di Emi e Andrea Morello.



OFFERTA

NELLA TUA FARMACIA

Pasta
di Fissan
100 ml
€ 5,90



Polvere
di Fissan
250 g
€ 6,90



Salviette Delicate
Fissan
€ 1,90



Bagnetto Fissan
Primi Mesi
400 ml
€ 3,90



Sapone Fluido
Neutro Fissan
300 ml
€ 3,90



PROGETTO L'OSTETRICA IN FARMACIA

A novembre iniziata la sperimentazione

In autunno è iniziata una prima sperimentazione del progetto **L'ostetrica in farmacia**, rivolto a tutte le donne in gravidanza e nei primi 12 mesi dopo il parto, comprese nell'utenza delle farmacie aderenti.

In questa fase il progetto ha coinvolto due ostetriche – le dottoresse Giulia Losito e Rebecca Robino - e una ventina di farmacie del capoluogo, nelle quali sono stati organizzati incontri di gruppo e/o consulenze individuali su tematiche relative a gravidanza, stili di vita, scelte nel percorso nascita e assistenza ostetrica. Gli obiettivi specifici pensati per le mamme destinatarie sono quindi:

- promuovere la fisiologia della gravidanza attraverso gli stili di vita salutari per la madre e il nascituro;
- promuovere l'informazione e la scelta consape-

vole nel Percorso Nascita (lavoro e maternità, allattamento, modalità di contenimento del dolore ecc.);

- potenziare le competenze materne nell'accudimento del proprio bambino (alimentazione del neonato e del bambino, prevenzione della SIDS);
- garantire il sostegno emotivo e prevenire la depressione post-partum.

Tra le farmacie comunali, a novembre hanno sperimentato l'iniziativa la 45 e la 46.

Successivamente, sempre presso queste due farmacie comunali, le mamme possono concordare le attività di consulenza scegliendo tra le due tipologie proposte, cioè gli *incontri di gruppo* o le *consulenze individuali*, per le quali ovviamente le farmacie mettono a disposizione uno spazio in grado di garantire la necessaria riservatezza.



Le ostetriche Giulia Losito e Rebecca Robino e due delle mamme che hanno partecipato agli incontri di novembre presso le FC 45 e 46.

LE COMPETENZE PROFESSIONALI DELL'OSTETRICA

L'Ostetrica è la professionista sanitaria competente nel campo della prevenzione, diagnosi, cura, salvaguardia e recupero della salute sessuale e riproduttiva, in campo ostetrico, neonatale, ginecologico e gineco-oncologico. La sua attività è rivolta alla donna, alla coppia, al neonato, al bambino, alla famiglia e alla collettività e si svolge in diversi conte-

sti di vita e luoghi di assistenza. In particolare l'Ostetrica opera con lo scopo di educare alla tutela della salute globale in ambito sessuale e riproduttivo, promuovere la salute materno/neonatale, assistere in autonomia e responsabilità le gravidanze fisiologiche, supportare la genitorialità, l'accudimento del bambino e l'allattamento materno.

CONDIVIDERE I BISOGNI PER CONDIVIDERE IL SENSO DELLA VITA

Il 13 febbraio vieni in farmacia per donare un farmaco

#GRF16 GIORNATA DI RACCOLTA DEL FARMACO
sabato 13 febbraio 2016
DONA UN FARMACO
 VIENI IN FARMACIA E DONA UN FARMACO A CHI HA BISOGNO.
 Banco Farmaceutico ogni giorno opera per alleviare la sofferenza di chi è più povero, raccogliendo farmaci da donatori e aziende e distribuendoli a più di 1500 enti assistenziali in Italia e all'estero.
MOLTO ABBIAMO FATTO. MA MOLTO ANCORA RESTA DA FARE. DIVENTA ANCHE TU CARITA' IN OPERA.
Banco Farmaceutico
 CARITA' IN OPERA CONTRO LA POVERTA' SANITARIA
 SCARICA DOLINE LAPP PER DONARE FARMACI TUTTI I GIORNI DELL'ANNO

che sarebbero in turno di chiusura. In questo modo, **tutte le 35 farmacie sono state iscritte alla Giornata della raccolta del farmaco.**

Si tratta di un'occasione per donare a chi ne ha più bisogno un medicinale di automedicazione. I farmaci rappresentano in molti casi l'unica via di salvezza e diventano ancora più essenziali quando non ci si può permettere le cure necessarie. Ecco, allora, che il semplice dono di un medicinale è un atto d'amore e di condivisione verso quella fascia di popolazione meno fortunata, soprattutto in questo periodo di crisi economica.

Durante la Giornata di Raccolta i farmacisti suggeriranno ai clienti/donatori quali farmaci acquistare secondo le indicazioni fornite dal Banco Farmaceutico in base a quanto concordato con gli enti destinatari. I farmaci donabili durante la Giornata sono, ovviamente, tra quelli vendibili senza obbligo di ricetta, ovvero quelli definiti Otc e Sop e utilizzati per l'automedicazione. All'interno delle farmacie, saranno inoltre presenti volontari del Banco Farmaceutico, a disposizione della clientela per spiegare lo scopo e il funzionamento dell'iniziativa.

La buona riuscita di tale iniziativa dipende dalla partecipazione di tutti: **ognuno di noi è perciò chiamato a dare il proprio contributo.**

**Per maggiori informazioni sulla
 Giornata della Raccolta del Farmaco
 e sull'attività del Banco Farmaceutico,
 leggere l'articolo a pagina 42
 e consultare il sito
www.bancofarmaceutico.org**

Alla Giornata partecipano le farmacie che aderiscono al Banco Farmaceutico **aperte sabato 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, anche quest'anno, Farmacie Comunali Spa ha dato la disponibilità alla partecipazione anche per le farmacie comunali

ALOE VERA ESI + FORTE ANCORA PIÙ EFFICACE IN POCKET DRINK



La linea ALOE VERA ESI è stata formulata dalla ESI, azienda dal 1997 leader nel mercato dell'Aloe per i suoi prodotti di elevata qualità. **ALOE VERA ESI + FORTE** è una nuova formulazione che presenta un elevato contenuto in principi attivi, perché contiene non meno di 13.000 mg per litro di polisaccaridi: tale contenuto è certificato da Certiquality. Alla formulazione non sono stati aggiunti né edulcoranti, né coloranti. Il succo non è pastorizzato ed è ricavato direttamente dalla pianta fresca, filettata a mano, con sistema di lavorazione a freddo. È disponibile anche la versione con puro succo di mirtillo. La confezione contiene 24 pratici pocket drink ed è attualmente in offerta. www.esi.it - info@esi.it

ENTI DESTINATARI A TORINO

- Comunità Madian - Religiosi Camilliani
- Donne & Futuro Onlus
- Caritas Centro di Ascolto Parrocchia Santa Giulia
- Associazione Casa Santa Luisa
- Associazione Il Mondo di Joele Onlus
- Caritas Parrocchia Ss Pietro e Paolo Apostoli
- Istituto San Giovanni Evangelista-Oratorio San Luigi
- Associazione A.Z.A.S. e Casa Amica
- Società per gli Asili Notturmi Umberto I Onlus
- Unione Genitori Italiani Onlus
- Conferenza Società S. Vincenzo De Paoli di Ns. Signora Ss Sacramento
- Fraternità Sacerdotale San Giuseppe Cafasso
- Protesi Dentaria Gratuita
- San Vincenzo De Paoli- Parrocchie Ss. Nome Di Maria E Sant'Ignazio di Loyola
- Centro Ascolto Parrocchia Gesù Adolescente
- Centro di Solidarietà
- Associazione Gruppo Abele Onlus
- Istituto Internazionale Sacro Cuore delle Salesiane di Don Bosco
- Oftal-Opera Federativa Trasporto Ammalati Lourdes
- Provincia Italiana Dell'istituto Delle Piccole Sorelle Dei Poveri
- Associazione culturale e socio assistenziale "Il Cammino"
- Caritas parrocchiale Parrocchia S. Paolo Apostolo
- Parrocchia S. Giuseppe Cafasso Gruppo Caritas
- Gruppo di volontariato Vincenziano Parrocchia Sacra Famiglia di Nazaret
- Associazione sociosanitaria Camminare Insieme
- Cooperativa sociale Progetto Tenda Onlus
- Associazione Centro Come Noi Sandro Pertini
- Organismo Sermig di Volontariato
- Centro Aiuto alla Vita
- Croce Rossa Italiana Comitato Provinciale Di Torino
- Cooperativa Sociale "La Citta' Del Sole"
- Associazione Tampep Onlus

A LEZIONE DI SALUTE IN... FARMACIA

Saletta conferenze della FC 45 in via Scalenghe 4 (quasi angolo via Monginevro)

Con orgoglio si può affermare che la Saletta, grazie alla validità del programma proposto e alla professionalità dei relatori, si sia accreditata quale riferimento per l'approfondimento sui temi dalle salute e benessere.

Venerdì 5 febbraio - dalle 18.00 alle 19.30

Vivere in salute con una corretta postura

Relatore Roberto Marangon, massofisioterapista studente di osteopatia.

Proviene dal mondo dell'atletica leggera, sport che ha praticato come professionista, dove ha acquisito una particolare esperienza proprio sulle corrette posture.

Durante l'incontro si capirà come molti disturbi articolari, e non solo, siano molto spesso causati da una postura sbagliata.

Incontro gratuito, gradita prenotazione.

Lunedì 15 febbraio - dalle ore 17 alle ore 19

Il Mondo in Cucina: Il Marocco

Primo incontro sulla cucina etnica. Con la partecipazione di clienti della farmacia originari di diverse regioni del Marocco, si illustreranno le proprietà salutistiche di piatti tipici a base di verdura e cereali, degustando alcuni piatti tipici. Con il dottor Andrea Morello, farmacista della FC 45 e cuoco diplomato.

Venerdì 26 febbraio - dalle 18.00 alle 19.30

Gocce di Rimedi. Prevenire e trattare i disturbi invernali con l'Omeopatia

La dottoressa Manuela Chiantore, direttrice della FC 45 ed esperta in Omeopatia e Terapie Naturali, illustrerà i rimedi efficaci per affrontare le diverse patologie invernali.

Incontro gratuito, gradita prenotazione.

CONSULTABILI ON-LINE

TUTTI GLI APPUNTAMENTI DELLE FARMACIE E DELLA SALETTA CONFERENZE

Sul sito www.fctorinospa.it è pubblicato il calendario completo degli eventi organizzati presso le Farmacie Comunali di Torino e la Farmacia Comunale di San Maurizio Canavese.

Il programma è costantemente aggiornato con tutti gli appuntamenti dalle presentazioni alla consulenza cosmesi, dalle conferenze alle giornate promozionali.



**FARMACI GENERICI:
UNA**

scelta

**CHE FA BENE A
TUTTI**

Un farmaco più economico libera fondi per la ricerca e per la collettività.

Dal 1996 abbiamo scelto di specializzarci nel settore dei farmaci generici perché crediamo che i farmaci generici abbiano un valore sociale. Abbiamo scelto di produrre farmaci di alta qualità a prezzi contenuti che permettono di liberare risorse economiche da reinvestire a vantaggio della collettività.

Abbiamo scelto di essere generici perché vogliamo essere speciali.



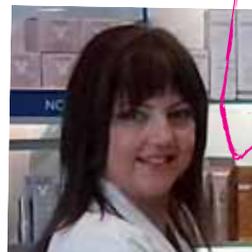
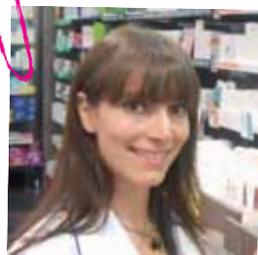
GENERICI PER *SCELTA*

www.docgenerici.it | facebook.com/docgenerici



Annalisa Arpino

Tutti i giorni presso la
Farmacia Comunale 42
in Via XX Settembre 5



Monica Capitanio

Gennaio 2016

Martedì 2 - FC 13 - Via Negarville 8/10
Mercoledì - FC 45 - Via Monginevro 27/b
Venerdì 5 - FC 25 - Atrio Staz. Porta Nuova
Sabato 6 - FC 22 - Via C. Capelli 47
Martedì 9 - FC 43 - P.zza Statuto 4
Mercoledì 10 - FC 1 - C.so Orbassano 249
Venerdì 12 - FC 20 - C.so Romania 460
Sabato 13 - FC SM - Via Torino 36/B Fr. Ceretta
Martedì 16 - FC 4 - Via Oropa 69
Mercoledì 17 - FC 46 - P.zza Bozzolo 11
Venerdì 19 - FC 9 - C.so Sebastopoli 272
Sabato 20 - FC 20 - C.so Romania 460
Martedì 23 - FC 45 - Via Monginevro 27/b
Mercoledì 24 - FC 22 - Via C. Capelli 47
Venerdì 26 - FC 43 - P.zza Statuto 4
Sabato 27 - FC 21 - C.so Belgio 151/b

Febbraio 2016

Martedì 2 - FC 41 - Via degli Abeti 10
Mercoledì 3 - FC 23 - Via G. Reni 155
Giovedì 4 - FC 40 - Via Farinelli 36/9
Venerdì 5 - FC 2 - Via Slataper 25/bis
Sabato 6 - FC 8 - C.so Traiano 22/e
Lunedì 8 - FC 5 - Via Rieti 55
Martedì 9 - FC 10 - Via A. di Bernezzo 134
Mercoledì 10 - FC 29 - Via Orvieto 10/a
Giovedì 11 - FC 38 - Via Vandalino 9/11
Venerdì 12 - FC 36 - Via Filadelfia 142
Martedì 16 - FC 15 - C.so Traiano 86
Mercoledì 17 - FC 28 - C.so Corsica 9
Giovedì 18 - FC 17 - C.so V. Emanuele II 182
Venerdì 19 - FC 37 - C.so Agnelli 56
Sabato 20 - FC 7 - C.so Trapani 150
Lunedì 22 - FC 44 - Via Cibrario 72
Martedì 23 - FC 35 - Via Cimabue 8
Mercoledì 24 - FC 24 - Via Bellardi 3
Giovedì 25 - FC 42 - Via XX Settembre 5
Venerdì 26 - FC 8 - C.so Traiano 22/e

Francesca Lo Curto



Gennaio 2016

Sabato 2 - FC 20 - C.so Romania 460
Martedì 5 - FC 1 - C.so Orbassano 249
Venerdì 8 - FC 4 - Via Oropa 69
Sabato 9 - FC 22 - Via C. Capelli 47
Martedì 12 - FC 43 - P.zza Statuto 4
Mercoledì 13 - FC 9 - C.so Sebastopoli 272
Venerdì 15 - FC 12 - C.so Vercelli 236
Sabato 16 - FC 21 - C.so Belgio 151/b
Martedì 19 - FC 3 - Via Negarville 8/10
Mercoledì 20 - FC 25 - Atrio Staz. Porta Nuova
Venerdì 22 - FC 20 - C.so Romania 460
Sabato 23 - FC 22 - Via C. Capelli 47
Mercoledì 27 - FC 45 - Via Monginevro 27/b
Venerdì 29 - FC 46 - P.zza Bozzolo 11
Sabato 30 - FC SM - Via Torino 36/B Fr. Ceretta

Febbraio 2016

Martedì 2 - FC 13 - Via Negarville 8/10
Mercoledì 3 - FC 45 - Via Monginevro 27/b
Venerdì 5 - FC 25 - Atrio Stazione Porta Nuova
Sabato 6 - FC 22 - Via C. Capelli 47
Martedì 9 - FC 43 - P.zza Statuto 4
Mercoledì 10 - FC 1 - C.so Orbassano 249
Sabato 13 - FC SM - Via Torino 36/B Fr. Ceretta
Martedì 16 - FC 4 - Via Oropa 69
Mercoledì 17 - FC 46 - P.zza Bozzolo 11
Venerdì 19 - FC 9 - C.so Sebastopoli 272
Sabato 20 - FC 20 - C.so Romania 460
Martedì 23 - FC 45 - Via Monginevro 27/b
Mercoledì 24 - FC 22 - Via C. Capelli 47
Venerdì 26 - FC 43 - P.zza Statuto 4
Sabato 27 - FC 21 - C.so Belgio 151/b



Presso le Farmacie Comunali è possibile prenotare una seduta per usufruire gratuitamente dei consigli di cosmesi e di consulenza make-up delle consulenti cosmesi **Annalisa Arpino, Monica Capitanio e Francesca Lo Curto** che si avvalgono anche della **MicroCAMERA® Dermotricos** per la rilevazione dei principali parametri **cutanei e tricologici**.

MASCHERE, CORIANDOLI, DOLCETTI... CARNEVALE DAI FREE FOOD!



Free Food della FC 45

in via Monginevro 27/b
e presso la saletta adiacente in via Scalenghe 4

Da lunedì 8 a sabato 13 febbraio

Una settimana per festeggiare il compleanno con degustazioni, dimostrazioni, corsi pratici e... festa di carnevale in maschera per i più piccoli con bugie senza glutine.

Nato a dicembre 2013, il Free Food della farmacia comunale 45 festeggia ufficialmente il suo **secondo compleanno** a gennaio. Collegandosi anche alla Saletta conferenze della FC 45 in via Scalenghe 4 (quasi angolo via Monginevro), in questi due anni ha ospitato un gran numero di eventi. Grazie alla fervida creatività della diret-

trice della farmacia, Manuela Chiantore, di Emy, responsabile del Free Food, e di Andrea Morello, il farmacista-cuoco - affiancati dai farmacisti e magazziniera - il programma delle iniziative si è ampliato costantemente. Il risultato odierno di tale impegno è l'attesa da parte della clientela della pubblicazione del calendario e la massiccia presenza di pubblico.

Sabato 6 febbraio - dalle ore 15,30 alle 16,30 **Primo rinfresco pasta madre senza glutine**

Verrà spiegato come tenere in vita questo prezioso lievito naturale che sarà poi distribuito gratuitamente a tutti i partecipanti. Si prega di portare un contenitore con coperchio e una coperta per il corretto trasporto dell'impasto creato. L'evento è patrocinato dall'associazione LieviTO.





Martedì 9 febbraio - dalle ore 10 per tutto il giorno
Degustazione prodotti *Sicilia in tavola*
 Cassate e cannoli a volontà, con la ricotta fresca che arriverà espresso dalla Sicilia. Tutto rigorosamente *gluten free*.

Giovedì 11 febbraio
**Grande festa di compleanno:
 bambini in maschera!**

Dalle 17.00 in poi, taglio della torta di compleanno - realizzata senza glutine - con lo spegnimento delle candeline di rito e degustazione di succhi naturali estratti al momento dal dottor Morello. In sala corsi festa per i bambini, regali per tutti ed elezione della maschera più bella: vi aspettiamo!

Sabato 13 febbraio
Corso gratuito per imparare a fare le bugie senza glutine

Sono previste 2 sessioni: dalle ore 9.00 alle 10.30 e dalle ore 11.00 alle 12.30. Ad ogni sessione saranno iscritti max 10 partecipanti. Verrà fornito tutto il materiale necessario, ma viene richiesto di portare con sé 1 grembiule e 1 contenitore per portare a casa le bugie da friggere.

La signora Emi con Andrea Morello, farmacista e cuoco diplomato, vi insegneranno i trucchi per preparare ottime bugie ripiene di marmellata e crema di cioccolato e le deliziose chiacchiere.

Free Food della FC 29
 in via Livorno 10/a



Domenica 24 gennaio
I dolci di carnevale: castagnole e bugie

Corso di cucina in collaborazione con Farabella e lo Chef Ferrarini.

Sono previsti due turni:

dalle ore 10 alle 12 e dalle ore 14.30 alle 16.30.

Il costo è di euro 10, l'iscrizione è obbligatoria.

Mercoledì 10 febbraio
Trucchi e dolcetti

In collaborazione con la make-up artist Monica Capitanio, consulente dermocosmesi Farmacie Comunali di Torino, che proporrà trucchi per una serata speciale. Ad affiancare il "cambio look", le famose creazioni del dottor Morello che offrirà dolcetti di carnevale senza glutine.

TUTTI GLI APPUNTAMENTI DEI FREE FOOD CONSULTABILI ON-LINE

Sul sito www.freefood.it è pubblicato il calendario completo degli eventi organizzati presso i Free Food di Torino e di San Maurizio Canavese.

LE ANALISI CLINICHE: SANGUE E URINE

Le prime indagini per la valutazione dello stato di salute

Roberta Mosso – farmacista FC 17

Il calendario di formazione del personale dipendente di Farmacie Comunali Torino S.p.A. prevedeva l'importante appuntamento con il tema "analisi cliniche", che nel mese di ottobre è stato trattato in ben 5 sessioni della durata di 8 ore, poiché tanti erano gli iscritti. Ho partecipato a una di esse e con soddisfazione mi sono irrobustita in un argomento che volevo approfondire.

Perché approfondire? La formazione universitaria, peraltro ormai anche un po' lontana, non comprendeva tematiche che è necessario, a mio parere, conoscere meglio al fine di prestare un servizio alla clientela, pur nella consapevolezza che il farmacista è colui che è deputato alla dispensazione del farmaco e che quindi deve rispondere a richieste riguardanti la posologia, le reazioni avverse, le interazioni tra farmaci e alimenti, l'aderenza terapeutica. Sono però costanti altre domande e aspettative dell'utenza, abituata a confrontarsi con la figura sempre presente nel quartiere, dalle 8.30 alle 19.30, dal lunedì al sabato e talvolta anche di domenica: il farmacista. Cosa mi sono portata a casa, anzi in farmacia, dalle 8 ore di formazione? Alcune utili "pillole" che ho sintetizzato in queste pagine.



Esame urine

Il campione ideale per l'esame completo delle urine è quello prelevato alle prime urine del mattino, almeno 12 ml, mitto intermedio, occorre una corretta conservazione e trasporto, poiché:

- col passare del tempo i batteri ed i lieviti iniziano a moltiplicarsi rapidamente; i batteri ureasici producono ammoniaca (NH₃) che aumenta il pH, i batteri utilizzano glucosio diminuendone la concentrazione, i cilindri e le cellule si deteriorano;
- avvengono modificazioni chimico-fisiche: degradazione di bilirubina e urobilinogeno, formazione di cristalli e sedimenti amorfi.

Il primo esame che il laboratorio effettua è l'**esame fisico**.

Il colore delle urine, se normale, è giallo. Se ano-

malo, può indicare la presenza di:

Bianco	>	pus
Rosa/rosso	>	sangue o emoglobina
Marrone	>	bilirubina
Nero	>	melanina
Altri colori	>	farmaci

Aspetto e caratteristiche

normale: limpido

anomalo: torbido per materiale amorfo, pus, sangue, cellule epiteliali, batteri, cristalli, cilindri.

L'**esame chimico** è un'indagine che fornisce indicazione della presenza di sostanze estranee o di valori alterati che possono essere indice di alterate funzionalità o di patologie in corso.

Glucosio (non rilevato fino a quando il livello ematico > 160-180 mg/dl). La sua presenza pone il sospetto di diabete mellito, oppure, più raramente di alterazioni renali.

Bilirubina La sua presenza è dovuta ai suoi elevati livelli nel sangue, ed è indicativa di malattie del sangue o del fegato (danno epatico, ittero ostruttivo, anemia emolitica).

Chetoni La loro presenza - per aumentato catabolismo di acidi grassi, in mancanza di disponibilità di glucosio - può essere indicativa di diabete di tipo I, digiuno particolarmente prolungato, diete chetogeniche.

Peso specifico È un indicatore della funzionalità del rene e della sua capacità di scaricare tutte le sostanze di rifiuto nell'urina.

Sangue La presenza del sangue nelle urine è chiamata ematuria. Possono essere globuli rossi (GR) intatti o emoglobina da GR emolizzati.

I GR possono provenire dal glomerulo fino all'uretra a causa di: patologie renali, calcoli renali, traumi del rene, della vescica e dell'uretra, tumori vescicali.

pH (range 5-9). Determinato da: dieta, metabolismo condizioni fisiologiche e patologiche.

Proteine (normale: < 200 mg /24 h). Il sovraccarico - chiamato proteinuria - può indicare: perdita glomerulare; diminuito riassorbimento tubulare (RBP, albumina); proteine di origine tubulare.

Urobilinogeno Il valore aumenta nelle patologie epatiche.

Nitriti I nitriti nelle urine sono il prodotto dell'attività batterica e sono un indizio d'infezione delle vie urinarie.

Leucociti La loro presenza, di solito, è segnale di infezioni urinarie.

Calcoli urinari I fattori facilitanti la formazione di calcoli sono la dieta - ricca di calcio, vitamina C o D, proteine, ossalato, sale - e la scarsa ingestione di acqua.

Urocultura È un esame fondamentale se si vuol diagnosticare un'infezione urinaria ed evidenzia la presenza di batteri patogeni. Il tasso di batteri è significativo se superiore a 1.000.000/mm³. In caso di infezione urinaria, viene fatta la prova della sensibilità o resistenza agli antibiotici (antibiogramma). Per assicurarsi che l'infezione sia sparita, occorre ripetere l'esame, dopo la terapia antibiotica. La raccolta delle urine viene effettuata di mattina. È essenziale procedere prima ad una accurata igiene della zona genitale, eliminare il liquido iniziale (primo getto), raccogliere in un contenitore sterile l'urina successiva, avendo cura di non toccare i bordi e l'interno del contenitore con le mani, e richiudere velocemente il contenitore.



Esami del sangue

L'emocromo è un esame del sangue che fornisce indicazioni importanti relativamente agli elementi presenti nel sangue, globuli rossi, globuli bianchi e piastrine, e permette di formulare diagnosi su malattie del sangue quali l'anemia, infezioni, la carenza di piastrine, la leucemia.

L'esame consiste in un semplice prelievo di sangue ed è una indagine che può essere eseguita sia a digiuno, sia dopo aver mangiato. Il cibo, infatti, a differenza di altre analisi di laboratorio, come ad esempio il controllo della glicemia o dei trigliceridi, non influisce sull'esito dell'esame perché in questo caso si analizza solo la parte chiamata "corpuscolata" del sangue (globuli e piastrine) e non quella liquida (il plasma), su cui, invece, il cibo può influire.

L'emocromo completo con formula è composto dai seguenti parametri:

- numero dei globuli rossi (o eritrociti)
- emoglobina
- numero dei globuli bianchi (o leucociti) con formula leucocitaria
- numero delle piastrine
- ematocrito
- MCV
- MCH
- MCHC
- RDW

Significato e interpretazione dei valori

Numero dei globuli rossi

I globuli rossi, o eritrociti, sono elementi del sangue chiamati anche emazie per la loro colorazione rosso-arancione dovuta alla presenza di emoglobina (ricca di ferro) e servono al trasporto dell'ossigeno.

(valori normali: 3,8-5,3 milioni/mm³ per la donna; 4-5,5 milioni/mm³ per l'uomo).

Se il valore dei globuli rossi è più basso rispetto al valore normale e anche l'emoglobina è ridotta, si può sospettare la presenza di anemia. Se il valore dei globuli rossi è elevato rispetto alla norma, può essere letto come segnale di eventuali complicanze relative al sangue come, per esempio, il rischio di incorrere in trombosi.

Concentrazione di emoglobina

L'emoglobina è principale costituente dei globuli rossi, possiede il ferro ed è fondamentale per il trasporto dell'ossigeno.

(valori normali: 12-16 g/100 ml per la donna; 13-17 g/100 ml per l'uomo).

Se l'emoglobina è bassa potrebbe significare che la persona è anemica. Se l'emoglobina ha un valore elevato, evento molto raro, potrebbe essere legato ad una perdita di liquidi, o ad eccessiva produzione di globuli rossi nel sangue o a gravi malattie polmonari.

Globuli bianchi o leucociti

Si tratta di cellule del sangue che intervengono nella difesa dell'organismo e che possono essere di diverse tipologie (granulociti neutrofili - granulociti eosinofili - linfociti - monociti). I leucociti sono molto più grandi dei globuli rossi, ma non sono altrettanto numerosi. Un millilitro cubo di sangue contiene normalmente 5 miliardi di eritrociti e soltanto 7.000 globuli bianchi.

(valori normali: 4.000-9.000/mm³)

Con la formula leucocitaria vengono contati i globuli bianchi suddivisi per singola famiglia.

Le famiglie dei globuli bianchi sono:

- **Granulociti neutrofili**, che hanno il compito di difendere il nostro organismo dagli agenti infettivi, distruggendoli. Se il loro valore aumenta in modo discreto, significa che nell'organismo potrebbe essere in corso un'infezione dovuta a batteri. Se, al contrario, il loro valore diminuisce, generalmente è dovuto ad infezioni gravi, a chemioterapia.
- **Granulociti eosinofili**, deputati alla difesa dell'organismo da attacchi esterni di qualsiasi genere. Il loro valore aumenta in due casi, le al-



(da sinistra) Roberta Mosso con le colleghe della FC 17, la magazziniera Antonietta Mondelli e la direttrice Maria Gabriella Ansaloni.

lergie e le infestazioni dovute ai parassiti (per esempio, la tenia).

- **Linfociti**, cellule del sistema immunitario, che agiscono in difesa dell'organismo e si attivano nel momento in cui vi si introduce un agente esterno. Se il loro valore aumenta in modo discreto, significa che l'organismo sta reagendo ad una infezione acuta (per esempio, la mononucleosi). Se, invece, il loro valore è basso potrebbe trattarsi di una carenza di linfociti congenita o in presenza di malattie del sistema immunitario.
- **Monociti**, cellule definite "gli spazzini" del sangue, cioè che ripuliscono il sangue da agenti esterni. Il loro valore si innalza in presenza di infezioni, perché aiutano gli altri globuli bianchi nella battaglia contro gli agenti infettivi.

Piastrine

Hanno il compito di fermare l'emorragia (la fuoriuscita di sangue) e supportare il processo di coagulazione del sangue.

(valori normali: 150.000-300.000/mm³)

Se il loro valore aumenta, cosiddetta piastrinosi, significa che l'individuo sta correndo il rischio di andare incontro ad una trombosi, per cui è consigliabile rendere maggiormente fluido il sangue con farmaci anticoagulanti.

Se il valore diminuisce, cosiddetta piastrinopenia, potrebbe trattarsi di una malattia congenita o di origine tossica (da farmaci) e vi è il rischio di emorragie spontanee.

Ematocrito

Rappresenta la porzione di sangue (espressa in percentuale) occupata dai globuli rossi, cioè corpuscolata, rispetto al volume totale del sangue. (valori normali: 40-45 %)

Si tratta di un valore tecnico, utile al medico per valutare più accuratamente e globalmente l'esame emocromocitometrico. È un indice di conferma di anemia perché, mentre i globuli rossi possono avere un numero normale pur in presenza di tale malattia, l'ematocrito, in caso di anemia, è sempre ridotto. Se, al contrario, l'ematocrito dovesse risultare elevato, potrebbe trattarsi di poliglobulia, cioè di una presenza eccessiva di globuli rossi nel sangue, che deve essere meglio indagata.

MCV (Volume corpuscolare medio)

Esprime il volume medio dei globuli rossi.

(valori normali: 83-93 micron cubi)

Se aumenta, indica carenza di vitamine del gruppo B, se diminuisce, carenza di ferro, talassemie.

MCH

Contenuto emoglobinico corpuscolare medio CV: esprime il contenuto di emoglobina nei globuli rossi.

Se aumenta, indica carenza di vitamine del gruppo B, se diminuisce, carenza di ferro, talassemie.

MCHC

Esprime la concentrazione cellulare media di emoglobina.

Se aumenta, indica aumento dell'emoglobina, disidratazione, se diminuisce, carenza di ferro, talassemie.

RDW

Esprime l'ampiezza di distribuzione eritrocitaria e permette la stima dell'anisocitosi, ovvero la presenza di globuli rossi di diverse forme, utile per individuare alcune forme di anemia.

OGNI MATTINA PER FEGATO E INTESTINO L'ACQUA È ESSENZIALE



Sapevi che l'intestino
funziona bene se il
fegato funziona bene?

Povera di sodio e ricca di solfati e magnesio, Fonte **Essenziale** è l'acqua minerale naturale dalle Terme di Boario che svolge un'azione specifica su fegato e intestino. Prendi la buona abitudine di berne **due bicchieri** ogni mattina a digiuno, prima della colazione: aiuta a depurare il fegato, a stimolare l'intestino e facilita così una corretta evacuazione.

VISITA www.fonteessenziale.it

Numero Verde
800-013984



IL CENTRO REGIONALE ANTIDOPING

Dai Giochi Olimpici e Paralimpici al Laboratorio di Tossicologia “Alessandro Bertinaria” (Cad)

Nato in occasione delle XX Olimpiadi Invernali e dei IX Giochi Paralimpici Invernali di Torino 2006 come Laboratorio antidoping accreditato e avendo come soci fondatori tre istituzioni pubbliche (Regione Piemonte, AOU San Luigi e Università di Torino) ed un soggetto privato (Istituto di medicina dello Sport), il Centro Antidoping “A. Bertinaria” (CAD) si è rivelato una struttura “Olimpica” in grado di vivere ben oltre l’evento.

Durante le Olimpiadi e le Paralimpiadi sono stati eseguiti un totale di 1160 controlli su urina e 497 controlli su sangue sugli atleti che hanno partecipato alle varie competizioni. Per assolvere a tale compito impegnativo sotto i riflettori dei media mondiali il CAD ha ospitato esperti antidoping provenienti da ogni parte del mondo.

Raggiunti con successo gli obiettivi previsti dall’impegno olimpico, il CAD è stato accreditato dalla Regione Piemonte ed è stato individuato come Laboratorio di riferimento per la diagnostica tossicologica.

Quale esempio di eredità post-olimpica, il CAD attualmente eroga prestazioni rivolte a Servizi territoriali di Medicina Legale (Commissioni Mediche patenti) e per le Tossicodipendenze, Laboratori pubblici, DEA/Pronto Soccorso delle

Aso e Asl, Prefetture, Procure e Tribunali della Repubblica, Ufficiali di Polizia Giudiziaria, organi di Polizia stradale e medici competenti per l’accertamento dell’alcool dipendenza e l’abuso delle sostanze stupefacenti nelle “mansioni a rischio”. Tutte le più comuni metodiche di analisi sviluppate nell’ambito della tossicologia sono state accreditate dall’Ente Italiano di Accreditamento ACCREDIA secondo la norma UNI CEI ISO 17025:2005. Il CAD svolge inoltre attività di formazione per personale sanitario e per gli organi di Polizia stradale in ambito tossicologico per la corretta applicazione delle linee guida regionali e delle vigenti normative.

Settori di attività

Attualmente il CAD offre servizi in vari settori.

Tossicologia

Viene offerta un’ampia gamma di determinazioni di molecole organiche e farmaceutiche, con riferimento alle principali classi di sostanze dopanti, tossiche e stupefacenti quali: allucinogeni (ketamina, LSD e analoghi), antidepressivi, barbiturici, benzodiazepine, β -bloccanti e β -agonisti, cannabinoidi naturali e sintetici, corticosteroidi,



diuretici e agenti mascheranti, metadone e buprenorfina, narcotici (oppiacei e analoghi), steroidi anabolizzanti endogeni ed esogeni, stimolanti (amfetamine, cocaina ed analoghi), sostanze con attività anti-estrogenica, rodenticidi, markers per lo screening (EDAC, CDT) e la conferma (Etilglucuronato) di abuso alcolico, parametri reticolocitari (MCVr, CHr, CHCMr), parametri ormonali (Testosterone, Cortisolo, LH, FSH e altri su specifica richiesta).

Le analisi vengono svolte su matrici diverse (sangue, urina, saliva, capelli, composizioni farmaceutiche, reperti di strada, integratori alimentari). Vengono svolti altresì accertamenti analitici di particolare complessità nell'ambito della medicina del lavoro.

Biochimica Clinica

Viene eseguito un ampio spettro di esami ematochimici, al fine di ottenere ulteriori elementi indiretti che indichino l'assunzione, recente o remota, di sostanze illecite e/o psicotrope anche nell'ambito di studi longitudinali. Inoltre vengono svolte valutazioni per la definizione dello stato di salute degli utenti su richieste specifiche dei medici di medicina generale o dei medici competenti.

Promozione e Tutela della Salute

Viene effettuata un'attività di promozione e di tutela della salute mediante visite mediche, indagini dei parametri ematochimici nell'ambito della sorveglianza e attuazione del passaporto ematologico, nonché indagini sullo stile di vita. Inoltre il CAD collabora con Società Sportive rappresentanti atleti professionisti e con associazioni/ società sportive dilettantistiche, affiliate alle Fe-

derazioni Sportive Nazionali, alle Discipline Sportive Associate e agli Enti di Promozione Sportiva per mezzo di attività ambulatoriali (visite di ematologia, medicina interna, nutrizione, servizio per le apnee, sostegno psicologico e psicodiagnosi, fattori di crescita e consulenze per procedure antidoping).

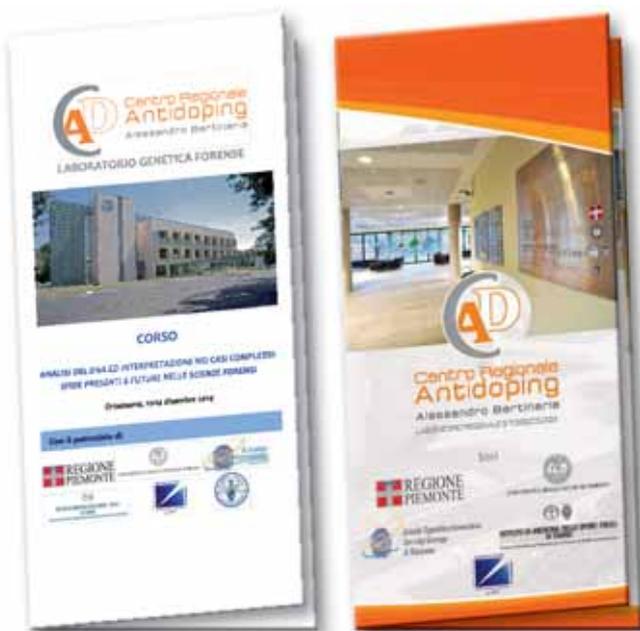
Doping Animale e Zootecnico

È in corso una collaborazione con i Servizi Veterinari della Regione Piemonte e l'Istituto Zooprofilattico Sperimentale del Piemonte, Liguria e Valle d'Aosta (IZS) per individuare eventuali somministrazioni fraudolente di farmaci ad effetto anabolizzante nell'allevamento animale. Il CAD svolge altresì analisi di conferma delle positività riscontrate da IZS, a salvaguardia della sicurezza alimentare.

Biologia e genetica forense

Vengono effettuate analisi del DNA a scopo identificativo finalizzate alle diagnosi di paternità e parentela complessa tanto da prelievi di materiale biologico effettuati sui soggetti sottoposti a indagine di laboratorio quanto su campioni provenienti da preparati istologici, capelli, indumenti oggetti, campioni ossei o dentari in caso di decesso o indisponibilità del soggetto da testare.

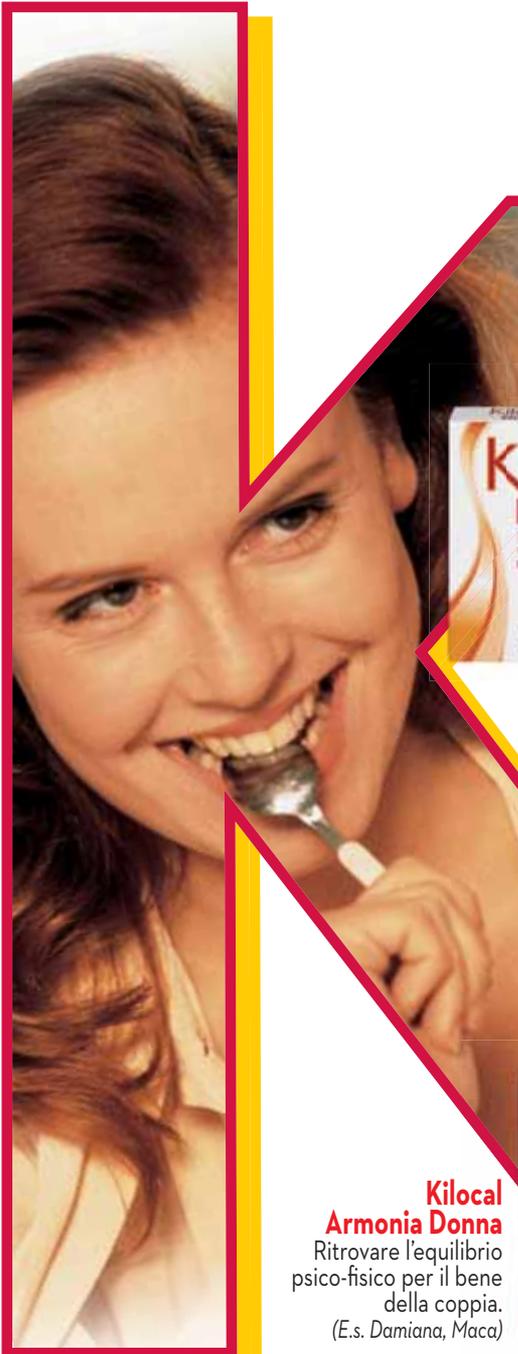
Il CAD svolge attività genetica forense in ambito penale per l'autorità giudiziaria su tracce biologiche di ogni genere ed è stato il primo laboratorio italiano ad ottenere l'accreditamento per analisi ed interpretazione di campioni complessi quali miscele genetiche a bassa concentrazione di DNA.



**Centro Regionale Antidoping
Alessandro Bertinaria**
Regione Gonzole 10/1
10043 Orbassano (TO)
Tel. 011.90224201
Fax 011.90224261
www.antidoping.piemonte.it
info@antidoping.piemonte.it

Kiločal

AMA
la tua
LINEA



Kilocal Brucia Grassi

Aiuta a mantenere l'equilibrio del peso corporeo.
(E.s. Guarànà, Coleus Forskohlii)



Kilocal Pancia Piatta

Naturalmente in linea senza fastidiosi gonfiore, aiuta la digestione.



**Kilocal
Armonia Donna**
Ritrovare l'equilibrio psico-fisico per il bene della coppia.
(E.s. Damiana, Maca)

SPECIALE STIPSI?

Sveglia l'intestino combatti la stitichezza

Oggi in farmacia c'è **Dimalosio Complex** il regolatore dell'intestino.

Quando l'intestino si "addormenta" e perde la sua regolare puntualità è possibile andare incontro ad episodi di stitichezza che possono causare cattiva digestione, senso di gonfiore con tensione addominale e alitosi.

Secondo le recenti linee guida il problema può essere affrontato con una dieta ricca di fibre indispensabili per ritrovare e mantenere la corretta motilità intestinale.



Seguendo queste direttive è stato formulato **Dimalosio Complex**, un preparato a base di Psillio e Glucomannano, fibre naturali, arricchito con Lattulosio ed estratti vegetali, componenti attivi che agiscono in sinergia per "risvegliare" la corretta motilità intestinale senza irritare.

Dimalosio Complex sveglia l'intestino pigro, usato con regolarità svolge un'azione come regolatore intestinale, favorisce la crescita della flora batterica ed aiuta a combattere quel fastidioso gonfiore addominale facilitando una normale evacuazione.

Dimalosio Complex lo trovate in Farmacia, disponibile in confezione da 20 bustine al gradevole gusto pesca.

Da ALKAMED In Farmacia

Kilocal e sei di nuovo tu!

Kiločal drenante forte

**NUOVA
FORMULA**

11 estratti erboristici in 2 gradevoli gusti, per un'azione drenante e depurante "forte".

Gusto
Tè Verde



Gusto
Ananas

CONSIGLIATO DA
dietagenetica.it

Da
POOL PHARMA
IN FARMACIA

www.kilocalprogram.it

I prodotti devono essere impiegati nell'ambito di una dieta ipocalorica adeguata seguendo uno stile di vita sano con un buon livello di attività fisica. Se la dieta viene seguita per periodi prolungati, superiori alle tre settimane, si consiglia di sentire il parere del medico. Leggere le avvertenze sulle confezioni.

Kukident®

**UNA TENUTA
10 VOLTE PIÙ FORTE**



*rispetto alla dentiera senza adesivo.

E' un dispositivo medico CE. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso. Aut Min Sal 24/04/2015

Crema adesiva per protesi dentali.



Bello mordere la vita.

BABYWEARING: ANTICA PRATICA TORNATA DI MODA

Una filosofia di trasporto per praticità e benessere

Alma Brunetto – sportiva, giornalista sportiva collabora con la rivista *Camminare* e con *La Stampa*

Per nove mesi i neonati vivono nel grembo materno e ce ne vogliono altrettanti all'incirca, affinché il piccolo inizi ad avventurarsi da solo nel mondo esterno. E proprio in questi nove mesi un bimbo portato è più contento, indipendente, sicuro e si stacca facilmente dalla madre. Un scuola di pensiero decisamente contraria a quanto si è sempre pensato in Occidente, dove tenere un bimbo in braccio è sempre stato sinonimo di "mammone viziato".

Eppure, se si fa un passo indietro nella storia dell'uomo, ci si rende conto che la prerogativa di portare con sé i propri piccoli non è ad uso esclusivo della specie umana. Il cosiddetto babywearing o semplicemente "portare" è una pratica che si perde nella notte dei tempi. Le donne non smettevano di lavorare quando diventavano madri e dovevano accudire ed allattare i bimbi tenendoli con sé. Così a seconda del tipo di clima o lavoro svolto venivano utilizzate sciarpe, scialli, reti o sacche. Solo in seguito sono state inventate culle, carrozzine (la prima è stata realizzata nel 1880) e passeggini e sono cambiate anche le teorie pedagogiche ed è scomparsa l'abitudine del portare legata all'avvento dell'industrializzazione. In quel periodo le mamme hanno iniziato a lavorare fuori casa e non è stato più possibile portare con sé i piccoli, anche se nei due terzi del mondo, questo avviene ancora. Come in Perù con il Manta, una coperta quadrata o il tahitiano Pareo, un rettangolo di cotone colorato usato come gonna intorno al corpo, o il sud asiatico Sari, o il

ricercato cinese Mei Tai, una specie di zainetto di stoffa leggero, o il coreano Podaegi, una coperta con strisce e cinghie, che porta il bimbo dietro. In realtà, portare il cucciolo d'uomo è un'esperienza che garantisce armonia tra il punto di vista filogenetico, neurofisiologico e psicologico. La filogenetica, la scienza che studia il processo evolutivo di qualsiasi forma di vita sulla terra, distingue i cuccioli di mammiferi in tre grandi classi: nidiacei, sono in genere i carnivori domestici, caratterizzati da una breve gestazione e prole numerosa, che hanno come habitat il nido-tana; nidifughi, sono erbivori (cavalli, elefanti ecc.) nati da lunga gestazione e che danno vita al massimo a due cuccioli e vivono nello stesso habitat naturale del genitore e, infine, i portati passivi (marsupiali) come i canguri e attivi (scimmie, koala), che partecipano aggrappandosi alla pelliccia materna ed il loro habitat è il corpo della madre. E l'uomo in quale si inserisce? L'evoluzione ha portato alla scomparsa della peluria e degli artigli e già solo questo dimostra che la nostra specie fa parte dei portatori attivi. Pensiamo all'abitudine dei piccoli di stringere i pugni, un comportamento ereditato nei millenni e che ancora adesso, nonostante la scomparsa della pelliccia, serve ad aggrapparsi alla madre. La memoria filogenetica si riflette anche osservando le gambe dei neonati, sempre flesse in posizione divaricata-seduta. Un atteggiamento funzionale alla posizione che assumono quando vengono fatti aderire al corpo



foto: www.scuoladelportale.it



foto: www.scuoladelportale.it

della madre per essere portati, per soddisfare un bisogno primordiale presente nella memoria cellulare. Allora perché portare? Lo spiega Manuela Tarditi, psicologa e psicoterapeuta e consulente della Scuola del Portare "Gli studi della Cangaroo Mother Care dimostrano quanto "il portare" sia efficace ed importante per i prematuri. Ma anche i nati a termine sono immaturi, perché rispetto ad ogni altro mammifero continuano a dipendere totalmente dalla cura dei genitori. Questa immaturità neurologica e fisica implica, secondo un'ipotesi, che la gestazione non sia completa e debba completarsi al di fuori del grembo, sotto forma di gestazione extrauterina e coincida all'incirca quando il cucciolo di uomo inizia a gattonare. "Portare i bambini" è un periodo importante di transizione dall'utero all'autonomia, che renderebbe meno brusco il passaggio di adattamento. E già in gravidanza, le future mamme possono prendere confidenza con le fasce per "portare il pancione". Un aiuto pratico per contrastare i tipici fastidi posturali della gravidanza e servirà a prendere contatto e confidenza con la stessa che sarà utilizzata con il bimbo una volta nato. E in qualche modo il tessuto sarà impregnato dall'odore della mamma, che sarà riconosciuto dal bebè portato nella fascia colorata".

Quindi, quali sono i buoni motivi "per portare" e soprattutto, quali sono le regole da rispettare? Sono almeno 10 i motivi: è comodo per i genitori e il bambino, rispetta la sua fisiologia, risponde



foto: www.scuoladelportale.it

LE TRE TIPOLOGIE DI SUPPORTI

- **non strutturati** - corrispondono a fasce in tessuto di misura variabile, fasce elastiche la cui misura standard è di circa 5,20 metri e tutti i supporti etnici e permettono di portare i bimbi da 0 a 3 anni in tutte e tre le posizioni, davanti, sul fianco e sulla schiena. È il supporto più versatile e comodo, anche se le fasce elastiche sono poco indicate, perché il tessuto con il tempo tende a cedere e sono quindi adatte non oltre i primi mesi di vita.
- **semi strutturati** - in questa categoria vengono classificati tutti i supporti di origine asiatica come *ring sling*, *mei tai* (un quadrato di stoffa a cui vengono cucite due fasce e una cintura che assicurano il bambino al corpo del portatore).
- **strutturati** come pouch (fascia tubolare cucita su misura per chi la indossa a tracolla), zaino, marsupio ergonomico. Quest'ultimo presenta cinghie e fibbie, che sostituiscono le legature e lo rendono più pratico per chi ha difficoltà con le legature, ma ha lo svantaggio di essere più ingombrante e costoso, se si pensa che una fascia possa essere ripiegata comodamente in una borsa.

ai bisogni primari del piccolo, crea un continuum tra vita intra ed extrauterina, è scritto nel nostro DNA, favorisce lo sviluppo psico-motorio, relazionale e sociale, favorisce il processo di attaccamento, serve a far provare anche ai papà le emozioni della pancia, a capire che coccolare non è viziare ed è uno strumento in più per comunicare con i bambini. Per fare tutto questo, ci sono alcune regole d'oro da seguire, sempre consigliate dalla "Scuola del portare". La fascia prima di tutto deve essere un supporto idoneo e con un buon tessuto ad armatura diagonale. In commercio ne esistono di molti tipi, ma è fondamentale che sia resistente, comoda e sia di qualità garantita conforme alle legislazioni vigenti.

Imparare ad utilizzare i supporti è semplice e alla portata di tutti, ma come consigliano gli esperti è importante: una legatura sicura, distribuire correttamente il peso del bimbo, proteggere la testa, cambiare la posizione in base al peso del bebè e delle esigenze di entrambi, vestirlo in base alla stagionalità, restare in ascolto del proprio corpo e del piccolo, ricordarsi di valutare l'equilibrio del proprio corpo, ma soprattutto usare il buon senso!

Fonte: Notizie tratte dalla tesi di laurea del 2006 di Antonella Gennantiempo dal titolo "Dalla canguroterapia alla promozione del benessere" e dal sito dell'associazione Scuola del Portare (www.scuoladelportale.it).

IN CASO DI MAL DI TESTA, MAL DI DENTI O DOLORI MESTRUALI

ENANTYUM

AGISCE VELOCEMENTE CONTRO IL DOLORE.

IN CASO DI
DOLORE INTENSO
ANCHE A
STOMACO
VUOTO.



Nella forma adatta alle tue esigenze.

È un medicinale a base di Dexketoprofene Trometamolo che può avere effetti indesiderati anche gravi.
Leggere attentamente il foglio illustrativo. Autorizzazione del 10/09/2015.

GRANDE NOVITÀ

ALOE VERA ESI®

Puro succo fresco concentrato

+ forte

ALTA QUALITÀ CERTIFICATA

CONTENUTO GARANTITO IN POLISACCARIDI MIN. **13.000 mg/l**

**SCONTO
15%**

SOLO € 16,50



DISPONIBILE ANCHE NELLA
FORMULAZIONE **MASSIMA FORZA®**

- ✓ IN PRATICI POCKET DRINK®
- ✓ ALTO CONTENUTO DI POLISACCARIDI
- ✓ PRINCIPI ATTIVI DICHIARATI E CERTIFICATI
- ✓ SOLO 1-2 POCKET DRINK® AL GIORNO
- ✓ ALOE VERA ESI® LEADER DAL 1997



NO FRIGORIFERO



esi.it

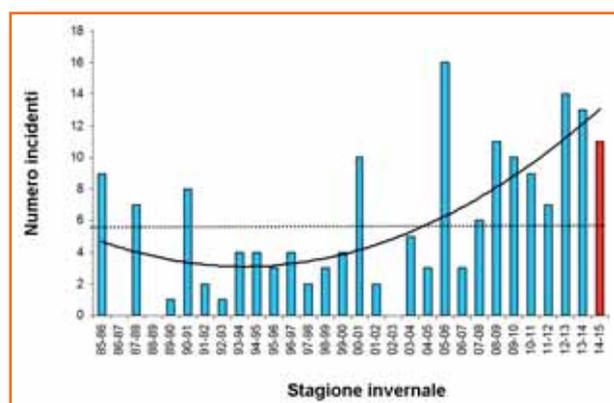
SULLA NEVE... SICURAMENTE

Conoscere i pericoli riduce i rischi

Elisa Bianchi, Loredana Lattuca - Arpa Piemonte

Nella scorsa stagione invernale gli incidenti da valanga in Italia sono stati 82, 30 i decessi. In Piemonte gli incidenti 11. I decessi 7.

Numeri che collocano il 2014-15 al quarto posto, come la stagione invernale 2008-09, per il numero d'incidenti da valanga segnalati negli ultimi trent'anni, a conferma, purtroppo, del trend positivo iniziato dalla stagione 2005-2006.



Gli incidenti che possono verificarsi sulla neve sono spesso sottovalutati, si parte per le escursioni senza le giuste informazioni sulle condizioni del manto nevoso, sulle previsioni meteorologiche, senza la giusta attrezzatura e il pericolo può essere alto.

Prevenzione e informazione è un binomio che può salvare la vita.

La prevenzione è l'insieme di azioni finalizzate ad impedire o ridurre il rischio, ossia la probabilità che si verifichino eventi non desiderati. Una delle azioni, nel caso delle valanghe, è l'informazione.

“L'idea che guida le diverse attività è quella che non i divieti, né le regolamentazioni e tantomeno campagne pubblicitarie che sottolineino soltanto gli aspetti più tragici delle situazioni di rischio valanghe siano strumenti idonei ad aumentare la sicurezza - sottolinea il direttore generale di Arpa Piemonte Angelo Robotto -. Piuttosto la convinzione che conoscere le cause determinanti delle situazioni di pericolo sia il primo passo per adottare comportamenti che riducano il rischio in favore della sicurezza, mettendo in campo tutte

le risorse individuali e di gruppo per un'efficace azione di auto protezione”.

Il primo obiettivo concreto è perciò quello di contribuire a migliorare l'informazione locale esistente anche attraverso modalità comunicative sempre più attrattive.

Il risultato principale è stato l'implementazione di un nuovo servizio di informazione e previsione nivometeorologica per l'escursionismo, disponibile sul sito della Rete Escursionistica della Regione Piemonte, caratterizzato da un elevato grado di dettaglio spaziale e temporale, da un'elevata affidabilità perché basato su dati oggettivi, analisi tecniche specializzate e costantemente verificato. Dati meteorologici (temperatura, velocità e direzione del vento, umidità relativa, precipitazioni) e di altezza neve al suolo misurati da ben 52 stazioni dislocate sul territorio montano e collinare della regione sono aggiornati con cadenza semioraria per dare un quadro di dettaglio delle condizioni sul territorio.

Strumenti e informazioni per conoscere il pericolo valanghe

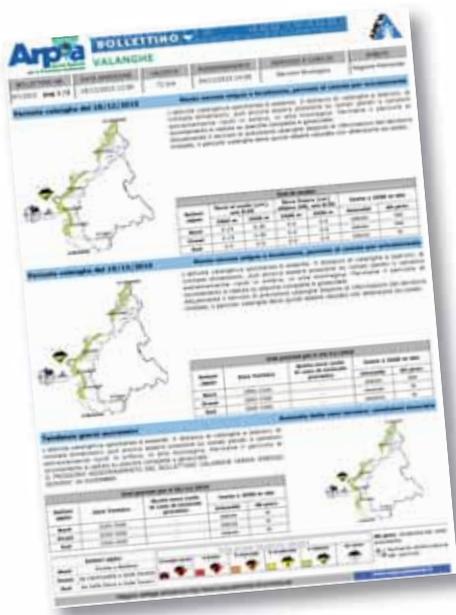
La scala del pericolo valanghe va da un minimo di **1 Debole** - il manto nevoso è in generale ben consolidato e stabile - a un massimo di **5 Molto Forte** - il manto nevoso è in generale debolmente consolidato e per lo più instabile. Per ogni grado di pericolo sono specificate le probabilità di distacco, le indicazioni per le vie di comunicazione e i centri abitati e le indicazioni/raccomandazioni per gli sciatori che praticano il fuoripista.



Arpa Piemonte svolge attività di prevenzione del rischio valanghe nell'ambito delle competenze assegnate dalla legge regionale del 28 febbraio 2002.

In particolare, l'Agenzia assicura l'erogazione del servizio nivologico riguardante le attività di raccolta ed elaborazione di dati nivo-meteorologici, per far conoscere le caratteristiche dell'innevamento nell'ambiente alpino del Piemonte.

Nell'ambito del servizio di valutazione del pericolo valanghe, la stagione 2014-15 ha visto l'aggiornamento dei contenuti e della frequenza di emissione del **bollettino valanghe**: a partire dal mese di febbraio è stata pubblicata la nuova versione che, oltre a contenere una specifica sezione di approfondimenti, prevede un'emissione quotidiana del grado di pericolo.



Da questa stagione invernale 2015-2016 il servizio è ulteriormente ampliato con un bollettino valanghe in inglese e un bollettino valanghe di sintesi in italiano e inglese a supporto della maggiore comprensione dell'evoluzione diurna del pericolo valanghe.

I nuovi prodotti sono stati pensati con l'obiettivo di migliorarne la fruibilità, arricchirne i contenuti informativi e si inseriscono in un percorso più generale volto a promuovere una corretta coscienza dei rischi e dei pericoli in montagna avviato nel 2014 con la campagna informativa **Sicuramente sulla neve** promossa da Regione Piemonte.

Arpa Piemonte divulga inoltre, attraverso il sito internet istituzionale www.arpa.piemonte.it, i **video con le previsioni meteo** e la **situazione valanghe** per il weekend, prodotti una volta alla settimana, le **mappe meteorologiche** osservate e previste, aggiornate quotidianamente e la **previsione last-minute per il weekend** focalizzata sul terreno su cui si muove l'escursionista. L'informazione è a disposizione di tutti. Perché conoscere i pericoli riduce i rischi.



DIFENDERE L'AMBIENTE È NELLA NOSTRA NATURA

Arpa Piemonte è un ente pubblico che fornisce supporto tecnico scientifico alla Regione Piemonte, alle Province, ai Comuni, alle Aziende sanitarie attraverso il controllo e il monitoraggio ambientale.

Arpa è nata in seguito a un referendum popolare del 1993, quando i controlli ambientali sono stati affidati a un sistema di prevenzione e protezione articolato, fondato da apposite Agenzie istituite a livello regionale: le Arpa. L'insieme delle Agenzie regionali italiane, con le Agenzie provinciali (APPA) e l'Istituto (ISPRA) forma il Sistema Nazionale della Protezione Ambientale (SNPA).

Nell'Agenzia lavorano circa mille persone con professionalità diverse che vedono laureati in quasi tutte le discipline tecnico-scientifiche e umanistiche. L'80 % del personale svolge ruoli tecnici dedicati alle attività di prevenzione e controllo e di analisi di laboratorio.

Tutto il personale, in un percorso individuale e collettivo verso la massima responsabilizzazione, è impegnato nella condivisione di valori fondamentali come l'imparzialità, la trasparenza, la competenza e la ricerca continua delle migliori pratiche per la prevenzione e protezione ambientale.

L'attuale Direttore Generale è l'ingegner Angelo Robotto.

Sul sito www.arpa.piemonte.it è possibile trovare tutti i dati, le informazioni ambientali e le relazioni tecniche prodotte dall'Agenzia. **twitter @ArpaPiemonte**



EAU THERMALE Avène



Soins Antirougeurs

La mia pelle lenita non arrossisce più

Per informazioni visita il sito
www.avene.it



Laboratoires dermatologiques
Avène
PARIS



Pierre Fabre

ALZHEIMER CAFFÈ ITINERANTE

Farmacie Comunali Torino sono tra i partner

L'Alzheimer Caffè Torino, primo a nascere nel capoluogo piemontese, ha **accolto dal 2010 ad oggi più di 150 famiglie**, fornendo servizi a circa 20 nuclei familiari a ogni incontro. Negli anni di attività è stato in grado di inserirsi all'interno del welfare cittadino, costruendo sinergie con i servizi sanitari e socio assistenziali della città, compensando quei servizi che gli enti pubblici non sono in grado di erogare. Punto di forza del modello dell'Alzheimer Caffè Torino è, oltre l'**efficacia nella risposta all'emergenza del caregiving**, la flessibilità, ovvero la capacità e possibilità di proporre costantemente nuovi e diversi servizi al sostegno del caregiver (arteterapia, gruppo di ascolto, laboratorio di stimolazione cognitiva, terapia occupazionale a domicilio...), senza per questo gravare finanziariamente sulle famiglie o sul bilancio del progetto. In questi anni si sono costituiti altri 2 Alzheimer Caffè, che con i loro servizi hanno ulteriormente aiutato le famiglie ad affrontare e gestire le problematiche legate all'assistenza quotidiana del malato. Ma 3 Alzheimer Caffè continuano ad essere pochi per un capoluogo come Torino e soprattutto è scarsa la conoscenza della loro esistenza sia presso la cittadinanza ma soprattutto presso i Servizi Pubblici. Da tale esigenza nasce l'idea dell'**Alzheimer Caffè Itinerante** che si propone come progetto sperimentale per facilitare l'incontro tra i 3 Caffè, con i servizi che offrono, e la cittadinanza e gli operatori che operano nei servizi sanitari e socio-assistenziali. Tra i partner dell'iniziativa anche l'azienda Farmacie Comunali di Torino, che ha accolto con grande entusiasmo la proposta.

Il progetto

Alzheimer Caffè Itinerante sarà presentato il **14 gennaio alle ore 10 in via Luserna 8** a Torino presso la sala polifunzionale della Circoscrizione 3. Da gennaio è prevista la realizzazione di **cinque incontri gratuiti a ingresso libero presso cinque circoscrizioni** della Città di Torino (vedere la locandina).

Gli incontri avranno durata di 3 ore ciascuno nel-

14 GENNAIO 2016 - ORE 10.00
Conferenza stampa di presentazione del progetto
Via Luserna 8 - Torino

21 GENNAIO 2016 ore 15.00/18.00 CIRCOSCRIZIONE 4
18 FEBBRAIO 2016 ore 15.00/18.00 CIRCOSCRIZIONE 5
17 MARZO 2016 ore 15.00/18.00 CIRCOSCRIZIONE 6
31 MARZO 2016 ore 15.00/18.00 CIRCOSCRIZIONE 8
14 APRILE 2016 ore 15.00/18.00 CIRCOSCRIZIONE 7

Gli incontri sono gratuiti ad ingresso libero
Info: 339 8816049 - info@salutepsicofisica.it - www.salutepsicofisica.it

la fascia pomeridiana, durante i quali diversi professionisti forniranno informazioni sulla malattia di Alzheimer e i servizi presenti sul territorio sia per pazienti che per caregivers. Verrà messo a disposizione del materiale informativo cartaceo e la possibilità di incontrare rappresentanti delle associazioni di volontariato locali. Agli incontri potranno accedere anche i caregivers accompagnati dal loro familiare malato, che verrà seguito dai volontari dell'Associazione di Volontariato A.S.V.A.D. e intrattenuto con delle attività occupazionali; per i caregivers che lo desiderano sarà data la possibilità di partecipare alle attività occupazionali.

Tra gli obiettivi, anche quello informativo e divulgativo per promuovere tra la cittadinanza la conoscenza della malattia di Alzheimer e delle problematiche legate all'assistenza e contrastare lo stigma e isolamento sociale legato alla patologia.



Volontari durante la "Giornata Nazionale di raccolta del Farmaco".

Il Banco Farmaceutico nasce per rispondere al bisogno farmaceutico delle persone indigenti grazie alla collaborazione delle realtà assistenziali che operano sul territorio, secondo quattro valori irrinunciabili: centralità della persona; educazione; sussidiarietà e professionalità.

Il Banco Farmaceutico mette quindi in relazione virtuosa differenti soggetti che portano il loro contributo di esperienza e professionalità per un reciproco arricchimento (Enti assistenziali, farmacisti, aziende farmaceutiche, distributori, volontari, cittadini) al fine di educare le persone alla condivisione e alla gratuità.

I VALORI CARDINE

• Centralità della persona

Banco Farmaceutico accoglie ogni persona nella sua interezza non considerandola unicamente per il suo bisogno immediato.

• Educazione

Chi partecipa viene educato a vivere la gratuità come dimensione della propria vita.

• Sussidiarietà

Banco Farmaceutico agisce attraverso la collaborazione con le diverse realtà presenti sul territorio che operano in prima linea nell'assistenza agli indigenti, valorizzando le risorse, le capacità e le specificità di ciascuno.

• Professionalità

Banco Farmaceutico opera con elevati standard professionali per il trattamento dei farmaci, garantendo sempre la loro integrità e facendo in modo che ogni persona riceva la più alta qualità di cura farmacologica possibile.

BANCO FARMACEUTICO ONLUS

Non soltanto farmaci: accoglienza e sussidiarietà

LA STORIA

Il Banco Farmaceutico nasce nel 2000 dalla collaborazione attiva tra la Compagnia delle Opere e Federfarma; dalla prima Giornata di Raccolta del Farmaco, realizzata nel dicembre 2000 limitatamente alla sola città di Milano, il Banco Farmaceutico ha rapidamente esteso la propria presenza a tutto il territorio nazionale e dal 2004 ha infatti inizio l'attività anche nella provincia di Torino e all'estero.

Tale attività si è progressivamente consolidata fino ad essere tempestivamente presente con donazioni e aiuti nelle principali situazioni di emergenza sanitaria e con progetti di assistenza continuativa portando il proprio contributo tra gli altri nel Sud-Est Asiatico (2004), Uganda (2009) e Haiti (2010).

Nel 2007 viene costituita *Banco Farmaceutico Research*, associazione dedicata a supportare la collaborazione tra Banco Farmaceutico e aziende del settore per la gestione congiunta delle donazioni di farmaci.

Nel 2012 nasce l'*Associazione Banco Farmaceutico Torino Onlus*, al fine di rispondere con maggiore efficienza alle esigenze degli indigenti del territorio torinese.

LE INIZIATIVE

GIORNATA RACCOLTA DEL FARMACO

In 15 anni la Giornata di Raccolta del Farmaco (GRF) ha raccolto oltre 3.760.000 farmaci, per un controvalore commerciale di circa 22 milioni di euro. La scorsa edizione ha visto il coinvolgimento in tutta Italia di 3.673 farmacie e oltre 14.000 volontari; dei 360.000 farmaci raccolti hanno beneficiato oltre 700.000 persone assistite dai 1.640 Enti convenzionati con Banco Farmaceutico.

In particolare, **nella provincia di Torino, gli enti convenzionati che hanno beneficiato della Raccolta sono stati 52 e le 209 farmacie aderenti (comprese tutte e 35 Comunali) hanno raccolto 23.324 farmaci per un valore commerciale superiore ai 150.000 euro.**

DONAZIONI AZIENDALI

Una parte consistente di farmaci donati agli Enti proviene direttamente dalle Aziende farmaceutiche. Attualmente sono una trentina le aziende che collaborano con Banco Farmaceutico attraverso l'associazione **Banco Farmaceutico Research** che si occupa degli aspetti legali, fiscali e logistici ed è in grado di offrire consulenza alle Aziende per gestire tutto il sistema della donazione.

In questo modo Banco Farmaceutico è in grado di garantire agli Enti assistenziali un approvvigionamento di farmaci per tutto il corso dell'anno; si tratta non soltanto di prodotti di automedicazione, ma anche di farmaci con obbligo di prescrizione, integratori e presidi. A beneficiare delle donazioni aziendali sono grandi strutture assistenziali che rispondono ai seguenti criteri:

- si occupano di assistenza sanitaria in Italia o in paesi in via di sviluppo;
- hanno personale medico che può dispensare farmaci con obbligo di prescrizione;
- dispongono di armadio/magazzino farmaceutico.

OSSERVATORIO



Da maggio 2013 è stato costituito un gruppo di studio denominato **Osservatorio Donazione Farmaci** (ODF) con l'obiettivo di misurare lo stato in Italia della povertà sanitaria, e in particolare farmaceutica, utilizzando come punto di vista privilegiato lo sguardo degli oltre 1500 enti assistenziali convenzionati con Banco Farmaceutico.

utilizzando come punto di vista privilegiato lo sguardo degli oltre 1500 enti assistenziali convenzionati con Banco Farmaceutico.

RECUPERO FARMACI



Partendo dall'evidenza che nelle nostre case quotidianamente restano spesso inutilizzate o vengono

sprecate e gettate tonnellate di farmaci ancora validi, si è pensato di attivare l'ambizioso progetto che punta al recupero di questa enorme risorsa che può rappresentare un bene prezioso per coloro che non hanno possibilità economica per accedere alle cure.

È uno spreco enorme e una grave perdita economica per il nostro sistema sanitario, senza dimenticare le pesanti conseguenze negative prodotte sull'ambiente dallo smaltimento di tonnellate di medicinali.

Per questo Banco Farmaceutico ha promosso il

progetto **Recupero farmaci validi non scaduti** (RFV): all'interno delle farmacie che aderiscono all'iniziativa sono posizionati appositi contenitori di raccolta facilmente identificabili in cui ognuno, assistito dal farmacista che verifica e attesta l'integrità delle confezioni, può donare i medicinali di cui non ha più bisogno.

Possono essere recuperati farmaci con almeno 8 mesi di validità, correttamente conservati nella loro confezione originale integra, con l'esclusione dei farmaci che richiedono conservazione a temperatura controllata, quelli ospedalieri (fascia H) e appartenenti alla categoria delle sostanze psicotrope e stupefacenti.

Il progetto RFV attivo da più di un anno sul territorio del comune di Torino e in alcuni comuni della provincia ha mostrato fin dall'inizio i suoi frutti. Grazie al collocamento di complessivamente 112 contenitori sul territorio torinese e dei comuni limitrofi, sono stati raccolti più di 46000 confezioni per un controvalore di oltre euro 550.000

Dall'inizio del progetto - il 5 maggio 2014 - a fine 2015 **sono state raccolte nelle farmacie comunali di Torino il 28% delle confezioni, cioè ben 13.000 pezzi pari a un controvalore di 146.000 euro.**

A livello nazionale dalla sola raccolta dei farmaci ancora validi nel primo semestre del 2015 sono state raccolte oltre 49.000 confezioni per un controvalore di oltre euro 600.000. Maggiori informazioni e dati sono reperibili nel rapporto sulla povertà sanitaria "RAPPORTO 2015, DONARE PER CURARE", di recente pubblicazione a cura dell'osservatorio sulla donazione dei farmaci e scaricabile dal sito www.bancofarmaceutico.org

DOLINE

Ultimo progetto è una nuova app denominata **Do-Line**. Si tratta della prima applicazione collegata a una piattaforma web che permetterà "just in time" di donare medicinali direttamente dal proprio pc, smartphone o tablet tramite carta di credito.



Banco Farmaceutico Torino Onlus

Via Brunetta 11, 10139 Torino

Tel/fax 011 3822708 cell 389 8754078

Cod. fiscale 97760910014

Mail segreteria.torino@bancofarmaceutico.org

Skype ID [banco.farmaceutico.torino](https://www.skype.com/en/contacts/voice/banco.farmaceutico.torino)

**ALVITA
AEROSOL T600**



-30%

~~€ 52,90~~
€ 37,00

RILASTIL



Crema mani
tubo 30 ml

€ 3,50



Crema mani
tubo 150 ml

€ 11,50



Stick labbra

€ 6,00

Balsamo labbra



€ 9,50

RIMEDI STAGIONALI



CREMA ANTIROUGEURS
40 ml

-20%

~~€ 21,50~~
€ 17,20



INOLACT
12 bustine

-34%

~~€ 12,00~~
€ 7,90

Bambini

-20%



~~€ 12,80~~
€ 10,24



Adulti

-20%

~~€ 12,50~~
€ 10,00

ENTEROGERMINA
4 miliardi/5ml
10 flaconcini

-20%



~~€ 14,90~~
€ 11,92

CEBION
Compresse effervescenti



-20%

~~€ 8,70~~
€ 7,12

IMOGERMIN FORTE ACHT
7 flaconi per 10 ml

-36%



~~€ 12,50~~
€ 8,00

**NIROLEX
TOSSE
E CATARRO**
4 mg/5 ml
Sciroppo



-38%

~~€ 7,90~~
€ 4,90

**NIROLEX
TOSSE SECCA**
30 mg/10 ml
Sciroppo



-38%

~~€ 8,50~~
€ 5,50

**KUKIDENT
PLUS**
Doppia azione
40 g



-20%

~~€ 9,32~~
€ 7,46

**EMOFORM ALIFRESH
DENTIFRICO**
75 ml



~~€ 2,95~~
€ 2,70

**NEO EMOFORM
DENTIFRICO**
100 ml



~~€ 3,95~~
€ 3,50

**TIOCALMINA
SCIROPPO**
200 g

-32%



~~€ 8,20~~
€ 5,60

**PASTA
ALTA PROTEZIONE**
100 ml



€ 5,90

**OFFERTA
SPECIALE**



**SALVIETTE
VIAGGIO**
72 pz

€ 1,90

**PASTA
PROTEZIONE
DELICATA**
100 ml



€ 5,90

**POLVERE
ALTA
PROTEZIONE**
250 ml



€ 6,90

**POLVERE
DELICATA**
250 ml



€ 6,90

**BAGNETTO
PRIMI MESI**
400 ml



€ 3,90

**SAPONE
FLUIDO
NEUTRO**
300 ml



€ 3,90

I PRODOTTI IN OFFERTA NON SONO CUMULABILI CON LA TESSERA FEDELTA' SALVO PARTICOLARI PROMOZIONI

Offerte valide dal 1° Gennaio al 29 Febbraio 2016 o fino ad esaurimento scorte

Le promozioni pensate per te da FARMA.COM

... PER UN INVERNO SENZA PROBLEMI



FROBEN GOLA
COLLUTORIO
€ 7,77



FROBEN GOLA
SPRAY
€ 7,40



RINAZINA
SPRAY NASALE
€ 5,90



BENACTIV GOLA
PASTIGLIE
€ 6,24

BENACTIV GOLA
PASTIGLIE
€ 6,24



NUROFEN
COMPRESSE RIVESTITE
€ 6,32



VOLTADOL
CEROTTO MEDICATO
€ 9,90

VOLTAREN
EMULGEL
€ 9,90



VOLTADVANCE
POLVERE PER SOLUZIONE ORALE
€ 6,90



... PER LA CURA DEI TUOI PIEDI



VELVET SOFT
CREMA IDRATANTE GIORNO
€ 6,39



VELVET SMOOTH
ELECTRONIC FOOT FILE
€ 29,99

Le promozioni hanno validità dal 1 gennaio al 29 febbraio 2016 o fino ad esaurimento scorte