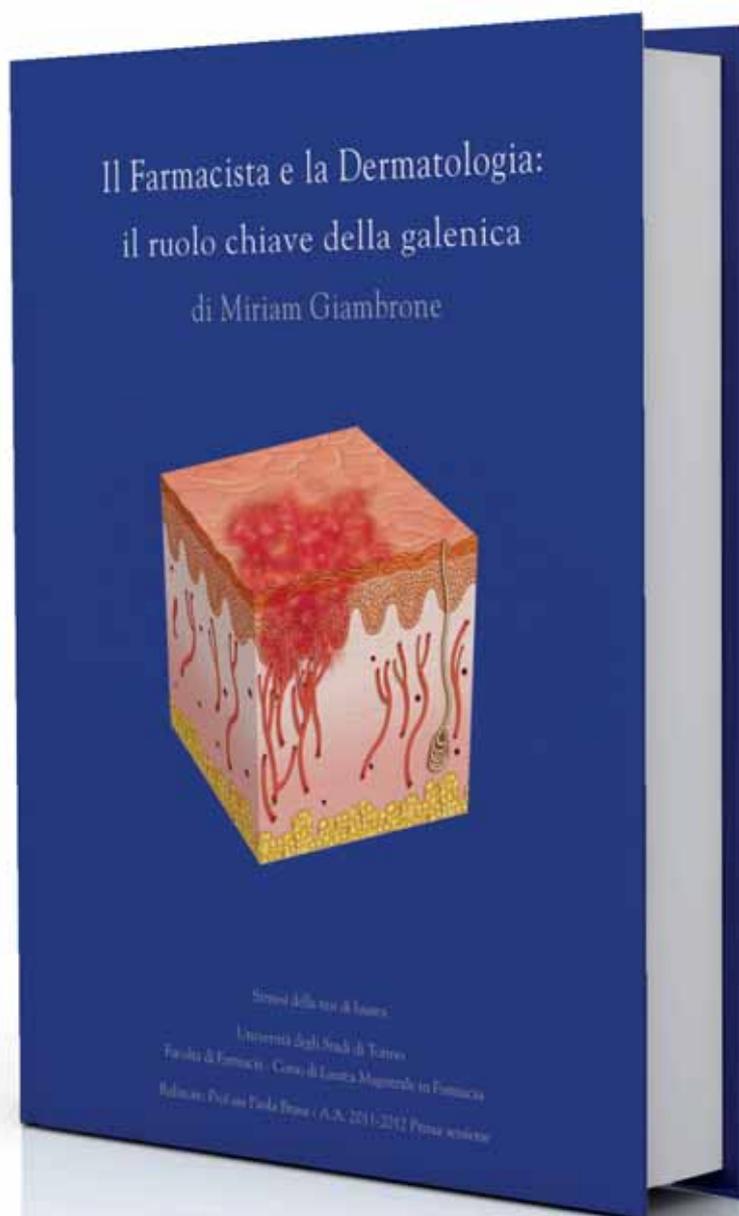


IL FARMACISTA E LA DERMATOLOGIA UNA PUBBLICAZIONE DI FARMACIE COMUNALI TORINO DI ALTO VALORE SCIENTIFICO



Le più vicine a te.



SETTEMBRE - OTTOBRE 2013

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 9,00/12,30 - 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 8,30/19,30	FC 10 Via A. di Bernezzo 134 011/725767 9,00/12,30 - 15,00/19,30
FC 11 Strada Lanzo 98/G 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 9,00/19,30	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 9,00/20,00	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 9,00/13,00 - 15,30/19,30	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 8,30/12,30 - 15,30/19,30	FC 37 C.so Agnelli 56 011/3247458 8,30/19,30	FC 38 Via Vandalino 9/11 011/725846 9,00/13,00 - 15,30/19,30	FC 40 Via Farinelli 36/9 011/3488296 8,30/19,30
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 Piazza 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	PFD Via Ivrea 47 011/0587912 9,00/12,30 - 15,00/19,30	FreeFood Via Orvieto 10/A 011.1978.2044 9,00/19,30

* La FC21 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 corso Romania) e la FC25 (atrio stazione di Porta Nuova) sono aperte tutti i giorni dell'anno.

CARI LETTORI

di Elisabetta Farina



DA UNA TESI UNIVERSITARIA NASCE UNA PUBBLICAZIONE DI RIFERIMENTO PER FARMACISTI E PAZIENTI

All'interno della collana di opuscoli tematici *La mia salute*, edita da Farmacie Comunali Torino Spa, durante il 2013 si è inserita una interessante novità. Quest'anno, infatti, la collana si arricchisce con la pubblicazione di un libro: *Il farmacista e la dermatologia: il ruolo chiave della galenica*, un volume di 96 pagine in formato 17 x 24. La pubblicazione è la sintesi della tesi di laurea (110 e lode e dignità di stampa) di una farmacista (di cui potete leggere un articolo alle pagine 26 e 27), laureata presso la Facoltà di Farmacia dell'Università degli Studi di Torino (partner della pubblicazione), che ha svolto l'attività di ricerca e studio presso la farmacia comunale 46, per tradizione specializzata in ambito dermatologico, vista la vicinanza all'ospedale dermatologico San Lazzaro. Il volume si articola in una presentazione di due patologie indagate in relazione alla loro diffusione (la dermatite atopica e la psoriasi), seguita da un capitolo dedicato al consiglio del farmacista nel caso di tali malattie. Vi è poi un capitolo che analizza le molecole di nuova generazione per il trattamento della dermatite. Il volume si conclude con la presentazione delle preparazioni galeniche a uso topico e l'analisi delle preparazioni galeniche.

Le patologie dermatologiche sono di frequente consultazione nell'ambito della farmacia. È auspicabile, quindi, un'approfondita conoscenza da parte del farmacista delle malattie più comuni e della loro sintomatologia al fine di offrire un consiglio qualificato e una migliore collaborazione con il paziente per la comprensione della diagnosi e della terapia fornite dallo specialista.

La pubblicazione, distribuita ai farmacisti delle farmacie comunali di Torino, è stata molto apprezzata anche dall'Ordine dei Farmacisti di Torino che ha deciso di inviarne copia a tutti gli altri Ordini provinciali piemontesi, visto il particolare rilievo scientifico e l'utilità come strumento di aggiornamento professionale.

In considerazione della sua validità anche come approfondimento per i pazienti interessati, il volume sarà pubblicato nella nuova versione del sito aziendale www.fctori-nospa.it a partire dal mese di ottobre.

Buona lettura a tutti,
Elisabetta Farina

novità

Microclisma al miele: un nuovo modo di liberare l'intestino.

Doppia azione evacuante e protettiva

MeliLAX

Libera l'intestino
proteggendo la mucosa rettale



Con PROMELAXIN*
Complesso di Miele
e Polisaccaridi
da Aloe e Malva



PER ADULTI
E RAGAZZI

PER LATTANTI
E BAMBINI

MeliLax è un microclisma **innovativo a base di miele** che, grazie al suo **complesso Promelaxin**, unisce un'equilibrata azione evacuante ad un'azione protettiva e lenitiva della mucosa rettale, utile per contrastare i fastidi, l'irritazione e l'infiammazione, presenti in caso di stipsi.

SONO DISPOSITIVI MEDICI  0373

Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso.
In farmacia, parafarmacia ed erboristeria.

Aut. Min. del 21/03/2013



L'EVOLUZIONE DELLA FITOTERAPIA

www.aboca.com

DALLE FARMACIE COMUNALI



- 5 È nata una croce blu
6 27 luglio 2013: inaugurazione della farmacia comunale di San Maurizio Canavese
7 Avvicendamento alla carica di vicesindaco

APPUNTAMENTI IN FARMACIA

- 13 Appuntamenti FC45

COSMESI

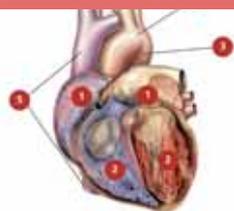
- 15 Consulenza cosmesi

NON SOLO FARMACISTI



- 16 Lingue che passione

ALLA SCOPERTA DEL NOSTRO CORPO



- INSERTO Il sistema cardiovascolare

APPROFONDIMENTO



- 26 La dermatite atopica
26 L'invecchiamento e gli integratori antiossidanti

NEWS SANITÀ

- 31 Nasce l'ambulatorio per l'autismo in età adulta
31 Prelievi Tao: al Maria Vittoria a via Le Chiuse

SALUTE E SOCIETÀ



- 33 Malati psichiatrici cronici

ASSOCIAZIONI



- 37 Associazione Volontari Ospedalieri

APPUNTAMENTI

- 37 Una notte dedicata alla ricerca
41 I lunedì della prevenzione alla circoscrizione 8

Direzione, redazione e pubblicità
Farmacie Comunali Torino S.p.A.
Corso Peschiera 193 - 10141 Torino
telefono: 011.1978.2011
redazione: redazione@fctorinospa.it
informazioni: fctorino@fctorinospa.it
www.fctorinospa.it

Direttore Responsabile
Elisabetta Farina
Hanno collaborato a questo numero
Associazione Volontari Ospedalieri Torino, Giorgetta
Azzarelli, Paola Brusa, Tom Dealessandri,
Fondazione Promozione Sociale onlus, Miriam
Giambone, Sergio Miaglia, Cristina Pavesio,
Ascanio Polimeni, Giorgia Trimboli, Lucia Uccheddu

Progetto grafico e impaginazione
Futurgrafica S.r.l.
Stampa
Tipografia Sosso S.r.l.
Tiratura 18.000 copie
Registrazione al Tribunale di Torino
N°114 dell'8 gennaio 2008



PHYTO

L'ENERGIA DELLA NATURA



TRATTAMENTI PER LA CADUTA DEI CAPELLI



INTEGRATORE ALIMENTARE

PHYTOPHANÈRE

FORZA - CRESCITA - VOLUME



PER AIUTARE A CONTRASTARE TUTTI I TIPI DI CADUTA DEI CAPELLI, **PHYTO** HA CREATO UN VERO E PROPRIO PROGRAMMA DI TRATTAMENTI CHE NE PROLUNGANO LA SALUTE E LA BELLEZZA.

PHYTOLIUM 4, per la caduta maschile severa e persistente contiene 4 brevetti per 4 diverse azioni: aiuta a frenare la caduta¹, favorisce la naturale crescita del capello², ridensifica la massa capillare¹, prolunga la vita del capello². In ogni fiala vi è una concentrazione di estratti vegetali pari a 1 kg di piante fresche.

PHYTOCYANE, per la caduta dei capelli femminile, una risposta completa che coniuga le proprietà di un trattamento fortificante alle virtù di un cosmetico per sublimare la bellezza del capello.

PHYTOPHANÈRE, integratore alimentare per la forza e la crescita di capelli e unghie, coadiuvante naturale per tutti i tipi di trattamenti contro la caduta dei capelli.

¹Test di autovalutazione

²Videotricogramma



È NATA UNA CROCE BLU

L'ESPERIENZA DELLA PARAFARMA DISCOUNT

Il 22 di marzo scorso alle ore 20.45, in via Ivrea 47 si è spenta la croce verde della farmacia comunale 20 (trasferita nella galleria di Auchan in corso Romania 460) e il 9 aprile si è accesa una nuova croce: quella della Parafarmacia discount, soprannominata PFD. Abbiamo raccolto l'esperienza dei primi mesi dalla voce della direttrice, Giorgia Trimboli, e della sua assistente Cristina Pavesio.

Dottoressa Trimboli, la direzione della PFD possiamo definirla un entusiasmante nuovo percorso, tra l'esperimento e la sfida. Come ha accolto la proposta?

L'azienda Farmacie Comunali mi ha proposto un progetto veramente nuovo e inaspettato: la parafarmacia discount. Che emozione! Una sorpresa sia per il progetto in se, sia per me, farmacista da 10 anni, che fino a quel momento non avevo neanche valutato l'idea della parafarmacia. Dopo pochi giorni di riflessione ho accettato, perché mi piacciono le sfide e perché questa azienda fino ad oggi mi ha sempre dato delle possibilità lavorative un po' diverse e originali alle quali non ho mai detto di no. Infatti, appena arrivata in azienda, ho fatto un "tour" delle 34 farmacie con lo strumento della densitometria e poi con lo spirometro per le attività di screening che l'azienda svolge periodicamente.

In che modo è cambiato il rapporto con i clienti rispetto alla realtà della farmacia?

Proprio il rapporto con i miei clienti è ciò che io considero fondamentale nella quotidianità, un rapporto di fiducia, correttezza e professionalità. A me piace molto investire una buona parte del mio tempo nel consiglio. Tale aspetto è maggiormente rafforzato nella parafarmacia, in quanto le persone hanno un qualche motivo in più e diverso per entrare, poiché le ricette non ci sono. In assenza dell'acquisto legato alla ricetta, viene meno anche quella richiesta di velocità tipica della persona che si reca in farmacia a seguito di un problema di salute, anche molto importante, suo o di un suo caro. Problema che può necessitare di un consiglio tecnico, puntuale ma allo stesso tempo rapido. Nella parafarmacia, invece, le persone si recano per poter anche approfondire alcuni aspetti ed essere accompagnati nelle scelte anche dedicando maggiore tempo.

Come hanno vissuto la "trasformazione" in PDF i clienti abituati a recarsi in farmacia?



(da sinistra) Cristina Pavesio e Giorgia Trimboli

Traghetare la farmacia 20 presso l'Auchan è stato un po' faticoso durante l'ultimo mese prima della "trasformazione"; la maggioranza delle persone non era contenta di non avere più la farmacia sotto casa, ma poi, grazie a un costante e paziente lavoro di spiegazione del nuovo progetto e trasmettendo l'idea di un ulteriore punto di riferimento, le cose sono andate decisamente meglio. Inoltre, l'ultimo tassello per la rassicurazione emotiva è stato posto con l'effettiva apertura della PFD. Molte persone si demoralizzavano, associando al termine "discount" un'immagine un po' di basso profilo, sciatta, ma l'eleganza della PFD li ha rassicurati. Mi ritengo, inoltre, fortunata ad avere con me una persona molto collaborativa e capace che ha dimostrato in questi mesi di essere un valido supporto sia umano, sia lavorativo. Mi riferisco a Cristina Pavesio che, essendo da 15 anni la responsabile del magazzino della FC 20, è un riferimento importante per molte persone della zona.

Signora Pavesio, dopo numerosi anni di lavoro come responsabile del magazzino, ecco arrivare con la PFD una ventata di novità: quali sono le sue sensazioni dopo i primi mesi della nuova esperienza?

Sono precisamente 27 gli anni trascorsi occupandomi della gestione del magazzino, dal 1995 nelle farmacie comunali. La professionalità è cresciuta e l'interesse verso il mondo della farmacia si è consolidato, affinando pure l'attenzione alle esigenze dell'utenza che si percepiscono anche tramite la gestione degli ordini dei farmaci, degli apparecchi elettromedicali e degli appuntamenti della consulente cosmesi. "Mettermi alla prova e crescere": questo è lo stimolo che ho ricevuto dall'azienda Farmacie Comunali con la proposta della PFD e che condivido ogni giorno con la dottoressa Giorgia Trimboli.

Presso la PFD è anche possibile usufruire dei consigli della consulente cosmesi (vedere pag.15) e partecipare alle conferenze dedicate ai temi della salute e del benessere. A settembre l'argomento sarà l'igiene orale. Consulta il sito www.fctorinospa.it per essere aggiornato sugli appuntamenti.

27 LUGLIO 2013: INAUGURAZIONE DELLA FARMACIA COMUNALE DI SAN MAURIZIO CANAVESE

IMMAGINI DI UN EVENTO RICCO DI EMOZIONI



Il momento ufficiale tanto atteso: il taglio del nastro



La benedizione impartita dal parroco don Domenico Caglio



La sentita partecipazione di Susanna Fucini, presidente di Farmacie Comunali Torino



L'importanza della collaborazione tra il Comune di San Maurizio Canavese e le Farmacie Comunali di Torino



Il valore dell'accoglienza e dell'ascolto



L'entusiasmo di Gabriele Cavigioli, amministratore delegato di Farmacie Comunali Torino



La centralità del consiglio del farmacista



L'orgoglio del sindaco Paolo Biavati per la nascita di un nuovo servizio di salute per i cittadini



La soddisfazione di Margherita Perino (a destra), direttore operativa Farmacie Comunali Torino, e di Andrea Persichella (secondo a sinistra), consigliere comunale.



La professionalità della consulente dermocosmesi Francesca Lo Curto



Il team della farmacia comunale di San Maurizio Canavese (da sinistra): i farmacisti Simona Caruso e Gabriele Lo Grasso con il responsabile magazzino Andrea Colazzo



La condivisione di Nadia Dassano e Alberto Zan, rispettivamente direttore amministrazione e direttore commerciale di Farmacie Comunali Torino

AVVICENDAMENTO ALLA CARICA DI VICESINDACO

IL SALUTO DI TOM DEALESSANDRI AL MONDO DELLE FARMACIE COMUNALI

Dal 2006 Tom Dealessandri ha ricoperto la carica di vicesindaco della Città di Torino con la delega alle partecipazioni societarie. Tale delega lo ha portato a seguire con particolare vicinanza l'azienda Farmacie Comunali Torino Spa, che è una partecipata del Comune. Tra i momenti di saluto ufficiali, Dealessandri ha dedicato un passaggio presso gli uffici della direzione di Farmacie Comunali. In quella occasione abbiamo raccolto alcuni suoi pensieri.

« Il desiderio di essere qui oggi è per salutare e ringraziare della collaborazione avuta in questi anni, che ci hanno visti attraversare insieme momenti e situazioni non semplici. Penso all'operazione della cessione di



Tom Dealessandri con il sindaco Piero Fassino durante i saluti ufficiali nella Sala delle colonne

parte dell'azienda che è andata in porto senza tensioni, al vigore infuso alle farmacie comunali nonostante la crisi, alla presenza costante come riferimento e aiuto per il territorio. Ciò è stato possibile grazie all'impegno e alla fattiva collaborazione di tutti coloro che partecipano alla vita dell'azienda Farmacie Comunali e ai quali auguro di proseguire sul percorso intrapreso e mantenere il clima di serenità creato sino a oggi ».

CONTRASTARE I DISTURBI STAGIONALI?

Ora si può!

Nasce dalla ricerca ESI®

IMMUNILFLOR®

PROTECTION FORMULA



3 pratici formati:

* **CAPSULE**

* **MINI-DRINK**

* **SCIROPPO**



infoline: 01940192234
esitalia.com

Perché dopo la tua maternità restino solo i segni più belli.



NUOVO

BEPANTHENOL SMAGLIATURE CREMA

Aiuta a ridurre la comparsa delle smagliature perché è specificamente formulata per prendersi cura della pelle durante la gravidanza e dopo il parto. Bepanthenol Smagliature Crema rende la pelle morbida ed elastica combinando l'azione elasticizzante della Centella asiatica con l'azione idratante di pantenolo, glicerina, olio d'oliva e sostanze lipidiche naturalmente presenti nella pelle.

Prenditi cura della tua pelle come farai con il tuo bambino.

IPOALLERGENICO

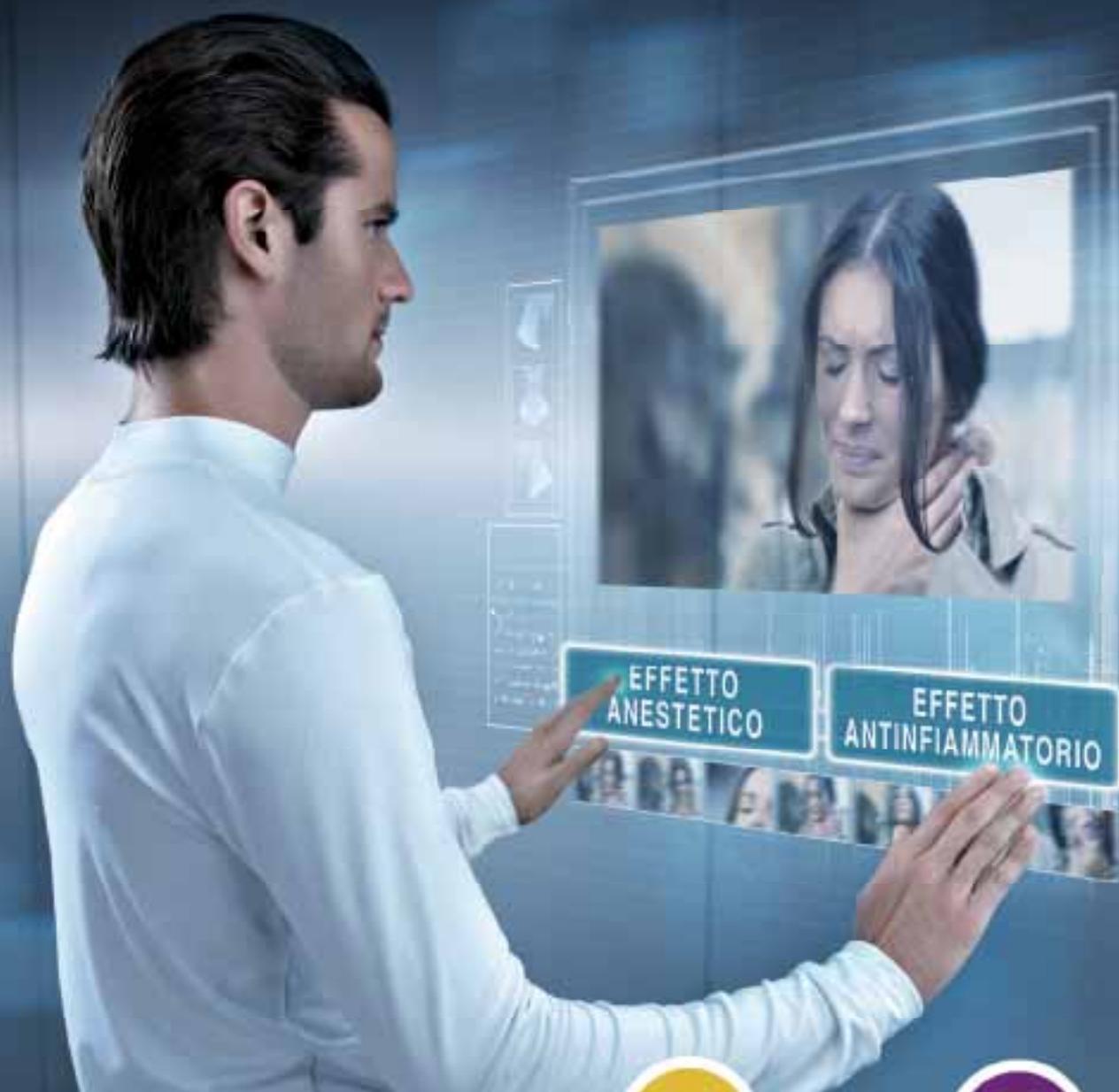
SENZA CONSERVANTI - SENZA PARABENI

SENZA COLORANTI

DERMATOLOGICAMENTE TESTATO



MAL DI GOLA? PUOI PROVARE ZERINOL GOLA. IL PRIMO IN PASTIGLIE A FARSI IN DUE.

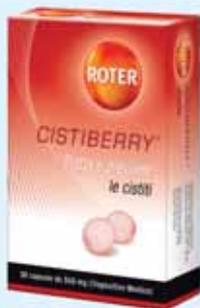


Mal di gola? Eccomi qui. Sono Zerinol, Zerinol Gola. Sono nato per svolgere due azioni contemporaneamente, infatti sono il primo in pastiglie a doppio effetto, anestetico e antinfiammatorio: rapido addormento il dolore e, nello stesso tempo, combatto l'infiammazione. E da oggi puoi trovarmi anche ai nuovi aromi limone e ribes nero. Insomma, quando hai bisogno puoi contare pure su di me.

RAPIDO SOLLIEVO DAL MAL DI GOLA.



Scienza e natura contro le cistiti



Le cistiti sono tra le infezioni più ricorrenti, si calcola che interessino almeno una volta nella vita il 10% della popolazione. Colpiscono con maggiore frequenza le donne, circa il 25% ne soffre almeno una volta l'anno.

Per contrastare queste problematiche, Vemedia Pharma propone **Roter Cistiberry**: un dispositivo medico a base di mirtillo rosso che tratta e previene le cistiti. Contiene Cranberry-Active™, un estratto brevettato derivante dal frutto, che crea una barriera attorno ai batteri e, con un'azione anti-adesiva, impedisce loro di attaccarsi alla parete della vescica, combattendo così l'infezione e prevenendo il presentarsi delle recidive.

www.vemedia.it

Da Giuliani, l'innovazione per salute e bellezza dei capelli



D'estate i capelli sono esposti a fattori esterni (sole, mare, cloro...) e interni (sudore, alimentazione scorretta...) che li danneggiano rendendoli deboli e spenti. In autunno possiamo favorire il naturale metabolismo di rigenerazione cellulare grazie a **Bioscalin con SincroBiogenina**, il nuovo integratore alimentare che, grazie alla sua innovativa tecnologia R-Plus, agisce direttamente rilasciando i nutrienti nell'intestino, favorendo così la regolarità del ciclo di formazione, caduta e ricrescita del capello.

L'innovazione non è solo tecnologica, ma anche nutrizionale: grazie a un nuovo complesso brevettato, frutto dell'unione dei migliori antiossidanti naturali (*Vitis Vinifera*, *Olea Europea* e Selenio), **Bioscalin con SincroBiogenina** combatte l'azione dei radicali liberi rendendo i capelli più forti, resistenti e lucidi.

IMMUNILFLOR®: dalla natura un aiuto per le difese immunitarie

IMMUNILFLOR® è un integratore utile per favorire le funzioni del sistema immunitario, combattere le malattie da raffreddamento e contrastare gli attacchi degli agenti esterni, perché contiene:



Echinacea, pianta da tempo utilizzata per impedire il diffondersi delle infezioni ed incrementare le organiche protezioni dell'organismo; 2 miliardi di *fermenti lattici Tindalizzati*, particolarmente attivi a livello intestinale sulla stimolazione delle difese immunitarie ed un valido aiuto nella produzione di anticorpi; *Uncaria*; *Zinco*; *vitamina C*, con azione immunostimolante. Il prodotto è disponibile in capsule e mini drink.

Esiste anche la formulazione **Sciroppo Junior**, per aiutare le difese immunitarie dei bambini.

www.esitalia.com - info@esitalia.it

BioNike DEFENCE XAGE: spietata con i segni del tempo, sensibile con la pelle



DEFENCE XAGE, la linea antiage nata per migliorare l'elasticità della pelle, levigare e attenuare le rughe, rinnova e potenzia le sue formulazioni. I nuovi prodotti sono infatti realizzati con Rejuvenate SGF™, esclusivo complesso che, stimolando il rilascio dei principali fattori di crescita della pelle (SGF = Skin Growth Factor), aumenta la naturale produzione di collagene, elastina e acido ialuronico.

DEFENCE XAGE propone trattamenti, diversificati per tipologia di pelle, per attenuare i primi segni del tempo come anche per contrastare quelli più accentuati.

Da Phyto, trattamenti per la caduta dei capelli



Per aiutare a contrastare tutti i tipi di caduta dei capelli, PHYTO ha creato un vero e proprio programma di trattamenti che ne prolungano la salute e la bellezza.

PHYTOLIUM 4, per la caduta maschile severa e persistente contiene 4 brevetti per 4 diverse azioni: aiuta a frenare la caduta¹, favorisce la naturale crescita del capello², ridensifica la massa capillare¹, prolunga la vita del capello².

PHYTOCYANE, per la caduta dei capelli femminile, una risposta completa che coniuga le proprietà di un trattamento fortificante alle virtù di un cosmetico per sublimare la bellezza del capello.

PHYTOPHANÈRE, integratore alimentare per la forza e la crescita di capelli e unghie, coadiuvante naturale per tutti i tipi di trattamenti contro la caduta dei capelli.



¹Test di autovalutazione - ²Videotricogramma



Efficaci, sicuri e di qualità... come i farmaci generici DOC!

I farmaci generici DOC hanno dimostrato di avere lo stesso effetto sull'organismo, cioè le stesse proprietà terapeutiche e lo stesso profilo di sicurezza, del corrispondente farmaco di marca.

DOC Generici sceglie principi attivi ed eccipienti di qualità e utilizza impianti produttivi tecnologicamente avanzati, costantemente sottoposti a controlli.

Ecco perché DOC ti offre farmaci generici di qualità garantita, permettendoti di risparmiare la differenza di prezzo nei confronti della specialità di riferimento.

UN FARMACO GENERICO È SEMPRE UNA SCELTA INTELLIGENTE



Appuntamenti FC45

Dopo la pausa estiva, riprendono le lezioni per parlare di salute presso la Farmacia comunale 45, con ingresso in via Scalenghe angolo via Monginevro.

In questa sessione avremo un interessante **approfondimento sulle tecniche di respirazione**. Impareremo a comprendere e guidare il nostro respiro con tecniche fondamentali per gestire l'ansia e lo stress.

martedì 24 settembre
dalle 17.45 alle 19.30

Respiro consapevole – Il rilassamento (I parte)

martedì 8 ottobre
dalle 17.45 alle 19.20

Respiro consapevole – Il rilassamento (II parte) e la gestione dello stress

Entrambe le lezioni sono teorico-pratiche e hanno come relatore-conduttore Mario Maron, che si occupa di shiatsu fin dal 1990 e da sempre di tecniche di respirazione e discipline orientali.

martedì 15 ottobre dalle 18.00 alle 20.00

Bambini e alimentazione

Con grande piacere ritorna la nota biologa nutrizionista Gigliola Braga, docente presso l'università di Torino e le Scuole di Alta Specializzazione di Ravenna e Bologna, presidente dell'Associazione Italiana Alimenti e Nutrizione (AIAN) e autrice di numerosi libri di successo sull'alimentazione.

In questo incontro si parlerà di alimentazione dei bambini. Ormai anche in Italia l'obesità infantile sta raggiungendo livelli preoccupanti. La dottoressa racconterà come con la dieta zona e un po' di fantasia sia possibile fare crescere i nostri figli in forma e buona salute.

A seguire una **degustazione** con il nostro cuoco-farmacista Andrea Morello, che cucinerà due ricette tratte da uno dei libri di Gigliola Braga.

Proctolyn Integra Plus



Lo stress, un'alimentazione spesso disordinata, la vita sedentaria e una irregolare funzionalità intestinale, possono causare prurito, bruciore e anche dolore nella zona anale. In tali situazioni, per favorire la naturale circolazione venosa del plesso emorroidario e aiutare il fisiologico trofismo dei tessuti di sostegno della parete vasale, si può integrare la dieta con l'assunzione di diosmina, *Ruscus aculeatus*, rutina e *Vitis vinifera*: tutte sostanze di origine naturale.

Oggi in commercio, esistono integratori che, con una sola assunzione giornaliera di una gradevole bustina disciolta in acqua, forniscono una corretta integrazione di queste sostanze per facilitare la naturale circolazione venosa del plesso emorroidario.

ImmunoMix Plus di Aboca per le naturali difese dell'organismo

La linea di integratori alimentari **ImmunoMix Plus**, frutto della ricerca Aboca, è utile per coadiuvare le naturali difese dell'organismo grazie all'estratto liofilizzato multifrazione di echinacea (Echina2-LMF) e al succo di sambuco.

La formulazione di **ImmunoMix Plus sciroppo** è completata dalle mucillagini dell'estratto liofilizzato di malva. Inoltre il succo di sambuco ed il miele conferiscono al prodotto un sapore gradevole tale da renderne ideale l'assunzione da parte dei bambini.



La formulazione di **ImmunoMix Plus opercoli** è completata dal concentrato totale di uncaria. Per ulteriori informazioni www.aboca.com

PL3 Med Balsamo Riparatore: S.O.S. labbra screpolate e irritate



Da PL3 Kelémata, specialista della protezione labbra, una nuova formula super concentrata per riparare le labbra secche e screpolate da vento, freddo e sole.

Il nuovo Balsamo Riparatore **PL3 Med** svolge tre azioni sinergiche: **ripara le screpolature** grazie alle Ceramidi vegetali, **dona immediato sollievo** alla sensazione di bruciore con l'effetto freschezza degli Oli essenziali e **crea una barriera protettiva** che isola le labbra dalle aggressioni esterne.

Il Balsamo Riparatore **PL3 Med** nel pratico formato tascabile è ideale da portare sempre con sé, anche durante lo sport, per un pronto intervento labbra.

Ricerca Dermatologica

Eucerin[®]

LA SCIENZA CHE SI VEDE SULLA PELLE.



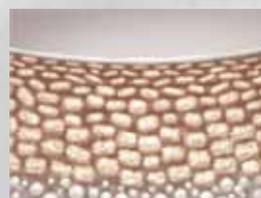
NOVITÀ



Più volume per la tua pelle, più espressività per il tuo viso.

Eucerin VOLUME-FILLER – Integratore di volume.

Aiuta a ricostituire il volume cutaneo perso, per ridefinire i contorni del viso e ritrovare la propria espressione.



L'effetto VOLUME-FILLER sul volume cutaneo



IL PRODOTTO SARÀ DISPONIBILE NELLE FARMACIE DEL GRUPPO DAL 01/10/2013

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



2013 **SETTEMBRE**

OTTOBRE

Arpino Annalisa

DAL MARTEDÌ AL SABATO PRESSO LA FARMACIA 20 IN CORSO ROMANIA, 460

FRANCESCA LO CURTO	GIORNATA	FARMACIA	INDIRIZZO
	MARTEDI' 3	35	Via Cimabue 8
	MERCOLEDI' 4	1	C.so Orbassano 249
	VENERDI' 6	4	Via Oropa 69
	SABATO 7	8	C.so Traiano 22/e
	MARTEDI' 10	24	Via Bellardi 3
	MERCOLEDI' 11	SMC	Via Torino 36 - S. Maurizio
	VENERDI' 13	37	C.so Agnelli 56
	SABATO 14	22	Via C. Capelli 47
	MARTEDI' 17	23	Via Guido Reni 155
	MERCOLEDI' 18	42	Via XX Settembre 5
	VENERDI' 20	7	C.so Trapani 150
	SABATO 21	20	C.so Romania 460
MARTEDI' 24	43	P.zza Statuto 4	
MERCOLEDI' 25	1	C.so Orbassano 249	
VENERDI' 27	10	Via A. di Bernezzo 134	
SABATO 28	21	C.so Belgio 151/b	

GIORNATA	FARMACIA	INDIRIZZO
MARTEDI' 1	25	Atrio Stazione Porta Nuova
MERCOLEDI' 2	42	Via XX Settembre 5
VENERDI' 4	37	C.so Agnelli 56
SABATO 5	22	Via C. Capelli 47
MARTEDI' 8	43	P.zza Statuto 4
MERCOLEDI' 9	25	Atrio Stazione Porta Nuova
VENERDI' 11	4	Via Oropa 69
SABATO 12	21	C.so Belgio 151/b
MARTEDI' 15	24	Via Bellardi 3
MERCOLEDI' 16	42	Via XX Settembre 5
VENERDI' 18	23	Via Guido Reni 155
SABATO 19	7	C.so Trapani 150
MARTEDI' 22	43	P.zza Statuto 4
MERCOLEDI' 23	SMC	Via Torino 36 - S. Maurizio
VENERDI' 25	8	C.so Traiano 22/e
SABATO 26	21	C.so Belgio 151/b
MARTEDI' 29	10	Via A. di Bernezzo 134
MERCOLEDI' 30	25	Atrio Stazione Porta Nuova

TAMARA SIANI	GIORNATA	FARMACIA	INDIRIZZO
	LUNEDI' 9	44	Via Cibrario 72
	MARTEDI' 10	13	Via Negarville 8
	MERCOLEDI' 11	36	Via Filadelfia 142
	GIOVEDI' 12	38	Via Vandalino 9
	VENERDI' 13	15	C.so Traiano 86
	LUNEDI' 16	46	P.zza Bozzolo 11
	MARTEDI' 17	PFD	Via Ivrea 47
	GIOVEDI' 19	28	C.so Corsica 9
	VENERDI' 20	5	Via Rieti 55
	SABATO 21	9	C.so Sebastopoli 272
	LUNEDI' 23	33	Via Isernia 13/b
	MARTEDI' 24	29	Via Orvieto 10/a
	MERCOLEDI' 25	45	Via Monginevro 27/b
	GIOVEDI' 26	17	C.so V. Emanuele II 182
VENERDI' 27	40	Via Farinelli 36/9	
LUNEDI' 30	41	Via degli Abeti 10	

GIORNATA	FARMACIA	INDIRIZZO
MARTEDI' 1	12	C.so Vercelli 236
GIOVEDI' 3	44	Via Cibrario 72
VENERDI' 4	19	Via Vibò 17/b
SABATO 5	20	C.so Romania 460
LUNEDI' 7	28	C.so Corsica 9
MARTEDI' 8	46	P.zza Bozzolo 11
MERCOLEDI' 9	2	Via Slataper 25 bis
GIOVEDI' 10	5	Via Rieti 55
VENERDI' 11	45	Via Monginevro 27/b
LUNEDI' 14	17	C.so V. Emanuele II 182
MARTEDI' 15	11	Strada Lanzo 98/g
GIOVEDI' 17	PFD	Via Ivrea 47
VENERDI' 18	38	Via Vandalino 9
SABATO 19	15	C.so Traiano 86
LUNEDI' 21	44	Via Cibrario 72
MARTEDI' 22	9	C.so Sebastopoli 272
MERCOLEDI' 23	36	Via Filadelfia 142
GIOVEDI' 24	45	Via Monginevro 27/b
VENERDI' 25	13	Via Negarville 8
LUNEDI' 28	46	P.zza Bozzolo 11
MARTEDI' 29	28	C.so Corsica 9
GIOVEDI' 31	29	Via Orvieto 10/a



LINGUE CHE PASSIONE

Con la rubrica “Non solo farmacisti” andiamo a scoprire gli hobby, le passioni per lo sport, l'amore per la musica e gli animali... dei farmacisti delle farmacie comunali torinesi. Un modo per conoscere ancor meglio i nostri “referenti per la salute” e per scoprire piccoli segreti e consigli utili anche per il nostro benessere.

IMPARARE SIN DA BAMBINI A DIALOGARE CON IL MONDO E PROSEGUIRE IN FARMACIA



Giorgetta Azzarelli (seconda da sinistra), direttrice della FC 8, con i suoi colleghi (da sinistra) Simonetta Spataro, Matteo Martin, Enza Comito e Salvatore Favata, responsabile del magazzino.

Dottorssa Azzarelli, potremmo sintetizzare il suo stretto legame con le lingue utilizzando l'espressione “poliglotta sin dalla nascita”.

Direi che l'espressione si addice alla mia esperienza di vita. Sono, infatti, nata in Egitto da madre greca e padre italiano. Alle due lingue apprese tra le mura di casa si sono affiancate l'inglese, il francese e l'arabo, sia studiate a scuola come lingue obbligatorie, sia utilizzate per parlare con compagni di scuola e amici. È bellissimo passare da una lingua all'altra per giocare con spontaneità quando si è bambini e per dialogare con naturalezza tra amici quando si è ragazzi. Si impara a non tradurre i propri pensieri, bensì ad averli direttamente nelle diverse lingue.

Oltre a queste cinque lingue, ve ne è una sesta che lei conosce: la lingua universale della musica

Grazie alla musica è possibile entrare in comunicazione con chiunque, senza traduzioni. Le diverse culture trovano in essa un elemento comune. Grazie allo studio del pianoforte, anche questa sesta lingua fa parte del mio bagaglio personale.

La lingua degli studi universitari fu l'italiano, che la riportò in Italia a 18 anni. La scelta della facoltà di Farmacia non fu però immediata.

Rientrata in Italia per iniziare gli studi universitari, mi trovai di fronte a un bivio: Farmacia o Chimica? Il contesto familiare faceva propendere per la seconda, avendo mio padre una azienda chimica in Egitto, ma la passione per la prima ebbe la meglio, così mi iscrissi alla facoltà di Farmacia.

La tesi di laurea la riportò però nuovamente in Egitto con un tema di etnobotanica...

Esatto. Infatti, decisi di scegliere un argomento dedicato alle piante medicinali e aromatiche dell'Egitto. Fu una ricerca molto interessante che mi permise di riprendere a praticare l'arabo e mi portò a frequentare la famosa Biblioteca di Alessandria: un'esperienza indimenticabile.

Dopo il conseguimento della laurea, la conoscenza delle lingue le spalancò le porte verso una possibile carriera internazionale con la Fao. Quale fu la proposta che decise di non accettare?

Appena laureata partecipai a un concorso indetto dalla Fao a Roma, per il quale uno dei requisiti era la buona conoscenza delle lingue. Lo superai. Si concretizzò così l'opportunità di andare a lavorare in Papuasiasia. Ero nuovamente a un bivio: una stimolante carriera internazionale non senza possibili rischi per l'incolumità (in

quel periodo la Papuaasia non era un territorio tranquillo), oppure un affetto che stava nascendo e la proposta di lavorare in una farmacia vicino a casa?

Rimasi in Italia: accettai la proposta della farmacia e coltivali quel sentimento che mi portò al matrimonio.

Veniamo ai nostri giorni e alla quotidianità in farmacia. Le lingue l'accompagnano ancora oggi oppure restano un lontano ricordo?

Anche grazie alla vicinanza della FC 8 alla Fiat Mirafiori, è piuttosto elevato il numero di stranieri che frequentano la farmacia e con i quali la pratica delle lingue è un utile strumento di comunicazione. Vi sono anche impiegati e tecnici stranieri che frequentano lo

stabilimento per brevi periodi e che alloggiano nelle vicinanze. Inoltre, abbiamo come utenti anche alcune signore greche, colloquiando con le quali ho rispolverato con piacere la lingua materna.

Accogliere una persona straniera, che teme di non essere compresa mentre domanda un consiglio per la salute, parlando la sua lingua permette di metterla a proprio agio, rasserenarla e migliorare la comprensione del problema da risolvere.

Posso affermare che, pur non essendo andata in Papuaasia, la conoscenza delle lingue si è dimostrata un valido supporto per lo svolgimento della mia professione, anche nella quotidianità di una farmacia torinese.

L'ARABO: PERCHÉ NON STUDIARLO DA ADULTI?



Dottressa Ucheddu, la sua passione per l'arabo possiamo dire che sia nata per caso.

Per caso, all'aeroporto. Stavo accompagnando mio nipote e mi cadde casualmente l'occhio su una rivista esposta nell'edicola dell'aeroporto. Nacque così, quasi per gioco l'idea di sfatare la battuta "parli arabo?", spesso usata per dire che si parla una lingua incomprensibile.

Da autodidatta a studentessa di un corso, l'impegno crebbe nel tempo.

All'inizio acquistai uno di quei classici libri "l'arabo per tutti", poi l'incremento dell'interesse mi fece decidere per l'iscrizione ad un corso. Si era poi anche aggiunto un ulteriore aspetto: lanciare una sfida a me stessa per vedere se anche da adulta, a distanza dai classici anni dell'allenamento allo studio universitario, fossi capace di riprendere con costanza un impegno di quel tipo.

Lucia Ucheddu (seconda da destra), direttrice della FC 12, con le colleghe Paola Pascale (a destra), Monica Orlandini e Micol Prestigiaco, responsabile del magazzino.

Deduco che ci riuscì...

Infatti. E l'interesse per la lingua araba accrebbe.

In quale modo faceva pratica?

In diversi modi: dai più classici, come i film e i canali televisivi in lingua originale, a uno un po' originale, come quello di scrivere messaggi di corrispondenza per un conoscente di mia sorella.

E nella quotidianità in farmacia?

In tali situazioni, anche semplicemente un saluto può felicemente stupire un utente e farlo sentire un po' meno forestiero.

In alcuni casi, poi, il ripetere in arabo i numeri o alcuni passaggi della posologia si dimostra molto utile per una maggiore aderenza terapeutica.

DALLA RICERCA ANTICADUTA GIULIANI

NUOVO

Bioscalin[®]
con **SincroBiogenina**[®]

+82%^[2]
DI FORZA

Cresce la forza
dei tuoi capelli

+66%^[1]
DI ASSORBIMENTO
DEI PRINCIPI ATTIVI



AZIONE TESTATA CLINICAMENTE Testato in uno studio clinico in doppio cieco per 3 mesi su 60 soggetti sani, randomizzato, versus placebo, per valutarne l'efficacia e la tollerabilità in soggetti con caduta temporanea ed eccessiva dei capelli (risultati medi)

^[1] da Dissolution Test, Farmacopea Europea

^[2] aumento della resistenza dei capelli alla trazione (pull test)

BioNike
SALUTE E BELLESSERE



- idratante
- protettiva
- rinforzante
- energizzante
- preventiva anti-tetà

senza

Conservanti - Profumo - Glutine. *Nickel Tested

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

DEFENCE HYDRA 5

La quintessenza dell'idratazione

Linea studiata per rispondere alle esigenze di ogni tipo di pelle, anche sensibile e intollerante, grazie a 5 azioni specifiche: idratante, protettiva, rinforzante, energizzante e preventiva anti-tetà.

BioNike: da 50 anni in farmacia.

www.bionike.it - 



Episodi di stitichezza occasionale?



Tisana Kelémata a base di Piante Medicinali è disponibile in: erbe e compresse.

Contiene piante medicinali e aromatiche.

Se una dieta ricca di fibre e acqua non basta, se il movimento non è sufficiente, puoi provare TISANA KELEMATA. Presa episodicamente aiuta a regolarizzare l'intestino e combattere la stitichezza.



E' un medicinale a base di Senna.

Leggere attentamente il foglio illustrativo. Attenzione i medicinali vanno assunti con cautela, per un breve periodo di tempo, non superando le dosi consigliate e solo per le indicazioni riportate nel foglio illustrativo. In caso di dubbio rivolgersi al medico o al farmacista.

Aut. Min. del 17/12/2012

Mal di schiena Dolori muscolari Torcicollo

NUOVO
SUPPORTO PIU' FLESSIBILE
E PIU' CONFORTEVOLE

Puoi provare Cerotto Bertelli, un farmaco a base di capsico oleoresina, principio attivo vegetale. Sviluppa un benefico calore che allevia il dolore.



È pronto all'uso ed è di facile applicazione.



CEROTTO BERTELLI

È un medicinale. Leggere attentamente il foglio illustrativo. Attenzione i medicinali vanno assunti con cautela, per un breve periodo di tempo, non superando le dosi consigliate e solo per le indicazioni riportate nel foglio illustrativo. In caso di dubbio rivolgersi al medico o al farmacista. Aut. Min. Sal. del 07/08/2012

Arrossamenti Pruriti Irritazioni

Il "pronto intervento" per tutta la famiglia, per tutti i piccoli problemi di pelle

NUOVA CONFEZIONE
CON NEBULIZZATORE



Acqua Virginiana

Distillato purissimo di Hamamelis Virginiana

- Dona sollievo a irritazioni e arrossamenti.
- Lenisce e allevia le sensazioni di bruciore e di prurito dovute a: aggressioni ambientali (freddo, vento, sole). Eritemi solari, punture d'insetti e irritazioni da rasoio.



Conosciuta come "l'arbusto delle streghe" è una vera **pianta magica**, originaria del nord America. Possiede importanti attività decongestionanti e vasocostrittrici riconosciute anche dalla scienza moderna e per questo iscritta nella farmacopea USA.

LENISCE, RINFRESCA, PROTEGGE

Conservata in frigorifero amplifica la sua efficacia

100% naturale

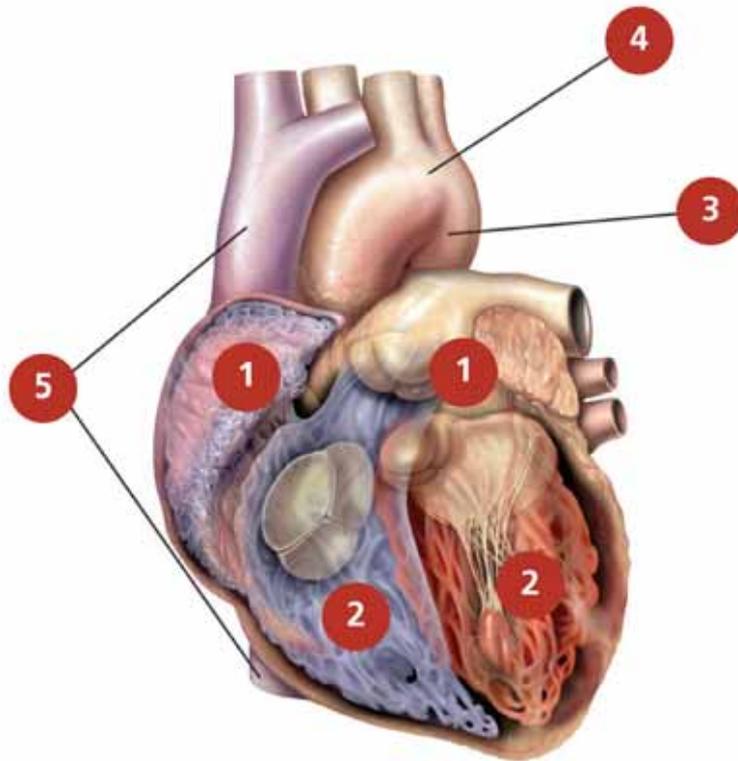
non contiene conservanti, coloranti, profumo

LABORATORI KELEMATA

IL SISTEMA CARDIOVASCOLARE

Cenni di anatomia e fisiologia

Sergio Miaglia, dirigente medico convenzionato, Dipartimento integrato della Prevenzione – AslTo1 e professore a contratto, facoltà di Farmacia – Università di Torino



Il sistema cardiovascolare o cardiocircolatorio è formato dal cuore e dai vasi che costituiscono il sistema circolatorio. Il **cuore** è un organo costituito da tessuto muscolare sito al centro del torace, proprio sotto lo sterno e rappresenta il motore della circolazione del sangue. È strutturato con quattro cavità interne, due **atri** ❶ e due **ventricoli** ❷ dove ciascun atrio comunica con un ventricolo attraverso una valvola che gli permette il defluire del sangue solo in un senso; la funzione del cuore, quindi, è quella di pompa che spinge il sangue nei vasi periferici. Tale meccanismo avviene mediante contrazioni cardiache con una frequenza di circa 60-80 al minuto in un soggetto a riposo, ma questo ritmo si modifica con il cambiare delle situazioni: ad esempio, in caso di attività sportiva (in cui è richiesto più sangue ai tessuti) aumenta in ragione delle nuove necessità, oppure rallenta durante il riposo notturno. Tutto il meccanismo è regolato dal sistema nervoso autonomo (nervo vago e sistema simpatico) che regola l'impulso elettrico che nasce da particolari cellule "pacemaker" presenti nell'atrio destro. Sulla superficie del cuore si possono osservare due arterie coronarie di destra e di sinistra che, originando dall'aorta, si diramano irrorando tutto il cuore: è proprio dall'ostruzione di queste piccole arterie in seguito a una placca aterosclerotica che si va incontro all'infarto del miocardio.

IL SISTEMA CIRCOLATORIO

Il sistema circolatorio è formato da una complessa rete di vasi (arterie, capillari e vene) che portano sangue dal centro (cuore) alla periferia e viceversa in maniera continua. L'**arteria aorta** ③ è il grosso vaso sanguigno che parte dal cuore e che permette di immettere tutto il sangue pompato dal ventricolo sinistro verso la periferia. Inizialmente essa descrive un arco, detto arco aortico: dalla parte ascendente ④ originano l'arteria omonima, l'**arteria carotide** comune sinistra e l'**arteria succlavia sinistra**, vasi che trasportano il sangue alla testa, al collo, alle spalle e alle estremità superiori.

L'aorta poi discende verso il basso, attraversando il torace e l'addome fino a dividersi a livello del bacino nelle due **arterie iliache** destra e sinistra, portando, quindi, il sangue arterioso alle gambe.

Lungo il suo decorso originano numerosi tronchi arteriosi che provvedono a portare ovunque il sangue, diventando sempre più piccoli e ramificati man mano che si spingono in perife-

ria e che assumono il nome prima di arterie, poi di arteriole e infine di capillari. Il sangue venoso proviene dai tessuti dopo aver ceduto loro ossigeno e sostanze nutritive e aver da loro ricevuto prodotti di scarto.

Esso compie il cammino inverso rispetto a quello arterioso, confluendo in vasi venosi via via più grandi, che sboccano infine nelle due **vene cave**, superiore e inferiore ⑤, che sfociano all'atrio destro del cuore. Dal punto di vista della struttura le vene sono diverse e più semplici delle arterie; presentano fibre muscolari in particolare nei vasi degli arti inferiori che servono per far procedere il sangue verso il cuore, e, inoltre, sono dotate di particolari valvole (a forma di "nido di rondine") che impediscono il reflusso del sangue venoso. Negli arti inferiori sono presenti alcune vene superficiali che spesso sono coinvolte nei disturbi di particolare importanza sono la **vena grande safena** che origina dal piede, percorre la superficie interna prima della gamba e poi della coscia, per

gettarsi nella **vena femorale** (profonda) e la **piccola safena** che va dalla parte laterale del piede alla zona posteriore del ginocchio dove poi confluisce con la vena profonda poplitea.

Ricordiamo che un cedimento della parete muscolare delle vene degli arti inferiori (le gambe) oppure un cedimento delle valvole sempre delle vene, porta alla formazione delle cosiddette "vene varicose", problema ben noto a molte persone.

LA CIRCOLAZIONE LINFATICA

La circolazione linfatica è rappresentata da numerosi piccoli vasi (**collettori linfatici**) e da ghiandole (**linfonodi**) che funzionano da stazioni intermedie del ritorno della linfa al cuore. I vasi linfatici sono distribuiti in tutto l'organismo e generalmente si accompagnano alle vene superficiali e profonde, mentre i linfonodi sono situati nei "crocevia" principali, come ascelle, inguine, collo e centri vascolari viscerali; anche nei vasi linfatici sono presenti piccole unità valvolari. Il circolo linfatico ha l'importante ruolo di trasporto dei liquidi interstiziali (quelli presenti fra cellule e tessuti e al di fuori dei sistemi vascolari) verso la grande circolazione unendosi a quella venosa in prossimità del cuore, attraverso il dotto toracico. Attraverso questo dotto vengono anche trasportate le sostanze nutritive assorbite dall'intestino immettendole direttamente nella circolazione sanguigna.

FUNZIONAMENTO E INTERAZIONI

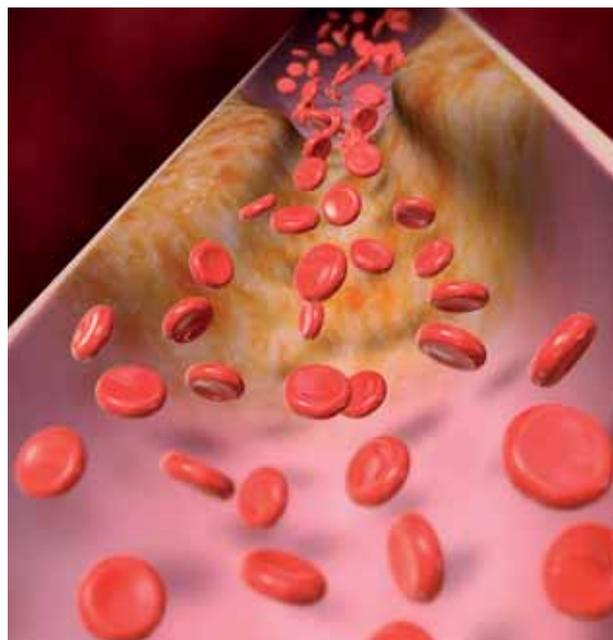
Il funzionamento dei vasi sanguigni dipende da molteplici fattori, dall'insieme dei quali deriva il controllo della pressione arteriosa. Essa viene regolata dal sistema nervoso centrale, dal sistema nervoso autonomo (simpatico e parasimpatico), dalla funzionalità del rene e delle arterie renali, dal sistema renina-angiotensina-aldosterone e da numerose altre sostanze ormonali e non. Alcuni di questi fattori provocano un restringimento del calibro dei vasi arteriosi e/o un aumento del volume dei liquidi in essi contenuti, causando quindi un aumento della pressione arteriosa, mentre altri provocano un aumento del calibro dei vasi e/o una diminuzione del volume dei liquidi in essi contenuti, causando quindi una diminuzione della pressione arteriosa.

DISTURBI CARDIOVASCOLARI

Occorre subito precisare che le patologie a carico del sistema cardiovascolare sono una materia seria e come tali vanno trattate e inquadrate da un medico specialista così da procedere a una corretta diagnosi e per impostare una mirata terapia farmacologica.

TACHICARDIA ED EXTRASISTOLI

Sono disturbi frequenti: consistono nell'aumento più o meno marcato della frequenza cardiaca e in un ritmo cardiaco anomalo (extrasistoli), percepito in genere come battiti in più rispetto al normale. Possono essere favorite da problemi a carico della ghiandola tiroide come nell'ipertiroidismo, oppure da stati di ansia, anemia ma anche dal più grave scompenso cardiaco; frequente soprattutto in persone ansiose ed emotive, in particolare quando devono sottoporsi a prove impegnative e stressanti.



ATEROSCLEROSI

È un processo progressivo che, a partire già dall'infanzia, determina un lento e continuo ispessimento della parete delle arterie a causa di placche fibrose. Questa condizione, già a partire dai 40-50 anni, può causare l'occlusione parziale o completa di alcune arterie e portare una sofferenza ischemica dei tessuti che di con-

seguenza non ricevono più il sangue e vanno incontro a necrosi (morte cellulare).

Questa condizione è favorita da diversi fattori come il diabete mellito, l'ipertensione arteriosa, l'ipercolesterolemia, il sovrappeso e la vita sedentaria.

La pericolosità di questa condizione è insita nel fatto che i sintomi possono essere improvvisi e molto gravi, in quanto non dà segni di sé fino a che le arterie colpite non siano molto danneggiate, provocando una serie di condizioni estreme come, ad esempio, l'infarto del miocardio e l'ictus cerebrale.

La prima regola per una corretta prevenzione dell'aterosclerosi è condurre un sano stile di vita, in particolare seguendo una corretta alimentazione e astenendosi dal fumo di sigaretta.

Con l'avanzamento dell'età, inoltre, si osserva spesso un aumento dell'incidenza dei problemi circolatori periferici provocati da un'ostruzione periferica delle arterie con conseguenze anche molto spiacevoli sulle capacità funzionali e sulla qualità della vita: questi problemi possono colpire in particolare gli arti inferiori e causare un ridotto apporto di sangue con una graduale compromissione della possibilità di camminare, sensazione di torpore del piede, freddo alle estremità e dolori durante la deambulazione. Anche alla base di questi disturbi c'è una lenta e progressiva deposizione nelle pareti delle arterie di placche fibrose e lipidiche che ne restringono il calibro.

IPERTENSIONE

Rappresenta uno dei principali fattori di rischio cardiovascolare ed è particolarmente importante tenerla sotto controllo: nell'adulto valori che superano 140 mmHg per il valore massimo (si-



stolica) e 80 per il valore minimo (diastolica) sono da tenere sotto osservazione ed eventualmente correggere con una adeguata terapia farmacologica che dovrà essere mantenuta a vita. L'ipertensione sistolica è la diretta conseguenza della scarsa distensibilità dell'aorta o di un'aumentata contrazione del cuore, mentre quella diastolica è conseguenza di un aumento di una resistenza dei vasi periferici al circolo sanguigno. Le cause dell'ipertensione sono per il 95% dei casi sconosciute e viene fatta diagnosi tenendo conto della storia familiare e personale e degli esami clinici. Nei casi lievi possono essere utili interventi come la riduzione del peso corporeo in soggetti sovrappeso o obesi, la diminuzione del consumo di sale, l'aumento dell'esercizio fisico e uno stile di vita sano.

I POTENSIONE ARTERIOSA E STATI DI AFFATICAMENTO

Al di sotto di 110 mm/Hg per la sistolica (massima) e di 70 mm/Hg per la diastolica (minima) si considera che la pressione è al di sotto della norma. In genere ne soffrono per lo più persone giovani, soprattutto nella stagione calda quando la dispersione di liquidi tramite il sudore è particolarmente intensa (in questi casi si consiglia una maggior introduzione di acqua ricca

in sali minerali). Di per sé non rappresenta una patologia ma può essere causa di sintomi fastidiosi come stanchezza, svogliatezza, vertigini e talvolta anche cefalea.

INSUFFICIENZA VENOSA DEGLI ARTI INFERIORI

È una condizione molto comune (colpisce il 10-15% degli uomini e il 20-25% delle donne) che comporta un ristagno di sangue nei vasi venosi periferici delle gambe, provocando sintomi come pesantezza alle gambe, gonfiore alle caviglie, formicolii e la comparsa di capillari singoli o formanti dei reticoli, poi di venule e infine di vere e proprie varici venose.

Sono le vene varicose la manifestazione più comune dell'insufficienza venosa degli arti inferiori: si presentano come vene superficiali dilatate e tortuose in cui è coinvolta in particolare la vena safena. Qui è presente una situazione di incontinenza delle valvole interne che non permette un corretto ritorno del sangue venoso verso il cuore. Tale condizione, che può avere un certo grado di familiarità, è favorita dall'obesità, dal sovrappeso, dalla gravidanza, dalla prolungata stazione eretta, dal calore e da alcuni farmaci (ad esempio la pillola anticoncezionale).

EMORROIDI

Sono cuscinetti di tessuto fortemente vascolarizzato che si trovano alla fine del canale anale e vengono suddivise in due tipi, a seconda della localizzazione anatomica: emorroidi interne, localizzate sotto la mucosa internamente al canale rettale, ed esterne, localizzate nel sottocutaneo vicino all'orifizio anale. È un disturbo molto diffuso i cui sintomi più frequenti sono la perdita di sangue rosso vivo e dolore al momento della defecazione: spesso si ha una sensazione di fastidio, prurito, prolasso, gonfiore, dolore e perdita di muco. Questi sintomi si aggravano quando le emorroidi si dilatano e fuoriescono dall'orifizio anale. I disturbi alle emorroidi sono favoriti dalla stipsi e nelle donne si manifestano più frequentemente dopo la gravidanza.


NUXE
PARIS



NOVITÀ

4

BREVETTI

INNOVAZIONE

Nirvanesque®

*La Soluzione Naturale per
Levigare le 1^e Rughe d'Espressione*



NUXE, BELLA PER NATURA

www.nuxe.it

LA DERMATITE ATOPICA

IL RUOLO DEL FARMACISTA A SUPPORTO DEL PAZIENTE

Miriam Giambrone – farmacista FC 46

La **dermatite atopica** (DA) rappresenta il complesso delle manifestazioni infiammatorie della pelle con decorso cronico-ricidivante che si associano all'atopia, cioè alla predisposizione ereditaria del sistema immunitario a favorire reazioni d'ipersensibilità nei confronti di agenti esterni presenti comunemente negli alimenti, nell'ambiente o in sostanze. Interessa il 2-5% della popolazione generale e colpisce oltre il 10% dei bambini; questa percentuale va a diminuire col passare dell'età dimostrando il notevole interesse della patologia in ambito pediatrico.

La DA può differenziarsi in due fasi cliniche a seconda del tipo di lesione:

- **fase acuta** o essudativa, caratterizzata da una reazione infiammatoria della pelle con essudazione (produzione di liquido). Sono frequenti le complicanze da infezioni batteriche e virali;
- **fase cronica**, caratterizzata da pelle secca, desquamante e ispessita. Sono frequenti lesioni da grattamento in particolare a livello delle pieghe degli arti.

In entrambe le fasi, il prurito è intenso e aumenta durante la notte, causando anche disturbi nel sonno. Un'altra caratteristica pressoché costante è la secchezza cutanea, che persiste anche nei periodi di diminuzione dell'infiammazione e del prurito. Buona parte dei soggetti con DA sviluppa sintomi respiratori quali asma bronchiale e rino-congiuntivite.

Un'altra classificazione si basa sulle manifestazioni nelle differenti fasce d'età:

- **fase della prima infanzia** (compare verso il terzo mese di vita fino a due anni), caratterizzata da lesioni delle superfici di braccia, gambe e viso. (Fig. 1) Spesso le lesioni si sviluppano sul tronco e s'interrompono sulla regione dei glutei se l'igiene locale è corretta, probabilmente grazie all'intensa idratazione e alla protezione data dal pannolino. A livello del cuoio capelluto possono presentarsi delle squame grasse e giallastre ad aspetto seborroico. Nel secondo anno di vita la



Fig. 1 Lesioni del viso con risparmio della zona periorbitaria



Fig. 2 Lesioni a livello della parte esterna dell'orecchio

pelle è secca, le lesioni sono inizialmente essudanti e diventano successivamente crostose e non delimitate;

- **fase del bambino** (dopo due anni fino ad otto o dieci anni) caratterizzata da lesioni eczematose soprattutto a livello del collo, gomiti e ginocchia ma anche dei polsi, mani, capezzoli, caviglie e vicino alle orecchie. (Fig. 2) Queste lesioni persistono cronicamente con recidive per lo più in autunno e inverno. Possono associarsi alla DA fenomeni di asma soprattutto in caso di esposizione al freddo, sotto sforzo, durante il riso o in concomitanza d'infezioni alle vie respiratorie;



Fig. 3 Lesioni delle mani



Fig. 4 Lesioni nelle aree di flessione degli arti inferiori

- **fase dell'adolescente e dell'adulto** (dopo i dieci anni) caratterizzata dal perdurare delle manifestazioni dell'età pediatrica con aggravamento in concomitanza a stress psicofisici. In realtà, non è raro che possa esordire in assenza di precedenti espressioni cliniche conclamate. Le zone più colpite da eczema cronico sono le mani, il collo, le zone periorificali del volto e le aree di flessione degli arti dove si sviluppano lesioni conseguenti all'intenso grattamento e nei casi più gravi si possono verificare lesioni umide, erosioni e croste. (Fig. 3 e 4)

IL CONSIGLIO DEL FARMACISTA

In caso di dermatite atopica, il ruolo del farmacista verte principalmente su:

- il consiglio sul trattamento preventivo, con la rimozione dei fattori scatenanti;
- l'allestimento di preparazioni galeniche;
- l'illustrazione delle reazioni avverse più frequenti delle differenti classi di farmaci;
- il consiglio sul trattamento cosmetologico coadiuvante la terapia farmacologica;
- il consiglio sulla detersione della cute atopica.

TRATTAMENTO PREVENTIVO

Data la cronicità e la multifattorialità della patologia, il farmacista può avere un ruolo fondamentale nell'illustrare al paziente i fattori aggravanti la sintomatologia (trigger factors) con lo scopo di evitarli. I principali fattori scatenanti la DA sono gli allergeni alimentari (uova, latte vaccino, grano, soia, arachidi, noci, pesce sono responsabili di circa il 90% delle allergie alimentari in soggetti atopici), gli aeroallergeni perenni e quelli stagionali (acari della polvere e pollini), il fumo di sigaretta (sembra che esista un'associazione significativa tra lo sviluppo della DA ed il fumo attivo), il clima (sbalzi termici, umidità, temperature troppo basse o elevate) e l'inquinamento ambientale. Inoltre, lo stress psicofisico e alcuni allergeni da contatto (ad esempio nichel, profumi, tessuti in lana e sintetici) esacerbano la sintomatologia della patologia.

TRATTAMENTO COSMETOLOGICO

Il consiglio principale è di ripristinare la barriera cutanea e contrastare la pelle secca con creme emollienti che contengono in genere lipidi (ceramidi, colesterolo e acidi grassi liberi).

L'idratazione con tali creme emollienti è un punto chiave nella gestione della cute atopica poiché, oltre ad evitare la secchezza cutanea (xerosi) e a ricostruire la barriera epidermica, riduce il prurito e favorisce la penetrazione dei farmaci per via cutanea. I prodotti utilizzati non devono comunque contenere sostanze irritanti o sensibilizzanti (lanolina, profumi, conservanti, derivati dal latte, estratti vegetali). L'uso di emollienti nella dermatite atopica deve essere visto come parte integrante e fondamentale del trattamento topico sia in fase acuta, sia nei periodi di diminuzione dei sintomi.

Il momento migliore per applicare le preparazioni emollienti è dopo il bagno poiché la pelle umida facilita l'assorbimento di alcune preparazioni.

Tuttavia, frequentemente è consigliata l'applicazione più volte al giorno, soprattutto nei casi più gravi di xerosi.

L'Azienda Farmacie Comunalì Torino S.p.A., accogliendo la segnalazione dell'associazione Anap Amici per la Pelle Onlus, ha realizzato la crema idratante a marchio aziendale *Basic Cream Emolliente*: un prodotto di valida formulazione, con componenti di alta qualità e nel contempo anche economico per poter assicurare la continuità terapeutica a tutti coloro che, affetti da una patologia dermatologica, in questo periodo di crisi non posso sostenere il costo significativo per una idratazione efficace.

Vitalmix®

Fai il pieno di energia!



Lactoflorene®

fermenti lattici vivi e vitamine

Per i più piccoli è disponibile in flaconcini e compresse a forma di orsetto



SENZA GLUTINE E LATTOSIO

FERMENTI LATTICI VIVI E VITAMINE

- vacanze serene
- regolarità intestinale
- ventre piatto
- pelle luminosa
- equilibrio flora batterica
- cure antibiotiche

NOVITA'



Con enzimi digestivi ed estratti vegetali. Per chi soffre di gonfiore addominale e cattiva digestione.

Pratica assunzione: sciogliere le buste in acqua prima del pasto principale.

L'INVECCHIAMENTO E GLI INTEGRATORI ANTIOSSIDANTI UN VALIDO SOSTEGNO ALLA PROMOZIONE DELLA LONGEVITÀ

Ascanio Polimeni (*) – Pneumologo e co-direttore della Società scientifica Regenera Research Group

Per invecchiamento si intende quell'insieme di modificazioni fisiche e psicologiche che sopravvengono con l'avanzare dell'età. Esse riguardano tutti gli organi e i tessuti ma non si verificano nello stesso modo o contemporaneamente in tutti gli individui dopo una certa età. Questi cambiamenti possono interessare tutte le strutture dell'organismo, quali le ossa, che perdono massa e resistenza, che diventano più fragili e incorrono in fratture e si parla quindi di osteoporosi o, come la pelle, che diventa più sottile e fragile dove la manifestazione più clinica si descrive con il termine dermatoporosi, quella più estetica con crono o fotoinvecchiamento cutaneo. Grazie all'allungamento della durata media di vita, conseguente sia al miglioramento delle condizioni generali di igiene e salute, che all'avanzare della medicina, sono sempre più numerose le persone anziane che si trovano ad una certa età ancora in ottime condizioni sia fisicamente che mentalmente e che possono affrontare a pieno ritmo la "quarta" età. Il processo di invecchiamento è certamente condizionato da una serie di fattori, sia genetici che collegati alla vita della persona. Solo il 30% delle cause dell'invecchiamento è genetico, il restante 70% è causato dalle nostre abitudini o condizioni: stress, fumo, alcool, farmaci favoriscono il processo di invecchiamento, mentre una vita regolare, attività fisica, igiene personale e dieta adeguata lo ritardano. Una delle armi principali che l'individuo possiede per contrastare l'invecchiamento è l'alimentazione, soprattutto se ricca di antiossidanti. Tra questi da preferire per via endogena sono i polifenoli. La proprietà antiossidante è la principale funzione dei polifenoli che nonostante le concentrazioni plasmatiche e nei tessuti si dimostrano essere basse, sono, però, in grado di conferire attività farmacologiche e di modulazione di funzioni cellulari. I polifenoli, infatti, sono in grado di modulare l'espressione e l'attività di enzimi come la telomerasi, le ciclo-ossigenasi e le lipo-ossigenasi, la xantina ossidasi, le metallo-proteinasi, l'enzima di conversione dell'angiotensina, le proteinchinasi. Tutte attività che prolungano la vita della cellula e la proteggono dallo stress ossidativo, principale fenomeno chimico che induce l'invecchiamento cellulare. Non sempre la nostra alimentazione è ricca di queste sostanze. In aiuto ci vengono gli inte-

I SEGRETI DELLA LONGEVITÀ NEL CONFRONTO INTERNAZIONALE

La longevità è uno dei fenomeni più importanti della nostra era che comporta profondi cambiamenti dal punto di vista sociale, culturale e medico-scientifico. Si trasformano i ruoli e i tempi di ogni età della vita, con conseguenze demografiche, economiche e biologiche ancora da esplorare. Ai Segreti della Longevità è dedicata la nona edizione della Conferenza Mondiale "The Future of Science", che riunirà sull'Isola di San Giorgio a Venezia dal 19 al 21 settembre alcuni dei maggiori esperti mondiali per discutere dei temi più rilevanti legati all'allungamento della vita.
Info e iscrizione: www.thefutureofscience.org

gratori alimentari antiossidanti ricchi in polifenoli. Se numerosi sono gli studi sulle proprietà benefiche dei polifenoli, altrettanto numerosi sono le ricerche volte ad originare estrazioni pure e standardizzate di questi composti polifenolici. Dal Centro nazionale di ricerca spagnolo (CSIC) viene lo sviluppo della tecnologia STILVID®, un estratto di Vitis vinifera con un titolo di trans-resveratrolo elevato, ottenuto grazie a una modalità di estrazione standardizzata e a un peculiare processo di induzione nell'uva di polifenoli. Nel primo studio, pubblicato nel 2001 sul Journal of Agricultural and Food Chemistry, è illustrato un modello sperimentale per l'induzione della sintesi di resveratrolo attraverso l'irradiazione con luce UV pulsata. Anche successive pubblicazioni evidenziano l'arricchimento dell'estratto e la purificazione dello stesso ad opera del processo brevettato dal CSIC, STILVID®. Le proprietà antiossidanti, antinfiammatorie, antiproliferative e antiangiogeniche rendono il resveratrolo utile in molte affezioni e in particolare in quelle in cui lo stress ossidativo gioca un ruolo importante. Quindi, il suo utilizzo come anti-aging, con particolare riferimento al trofismo cutaneo, nelle affezioni cardiovascolari, in quelle neurodegenerative e nelle neoplasie appare attualmente una prospettiva di sicuro interesse. L'estratto STILVID®, in virtù dell'elevato titolo di trans-resveratrolo, può rappresentare una buona opzione per il raggiungimento degli effetti biologici della molecola.

(*) si occupa di psiconeuro endocrinoimmunologia, nutrizione, cronobiologia e medicina antiaging.



Why Mylan? See Inside.

Da 50 anni ci occupiamo di salute, ma un nostro punto di forza non è mai cambiato: cercare sempre di fare ciò che è giusto. Trasformiamo le parole in fatti, producendo farmaci equivalenti di elevata qualità a costi sostenibili e collaborando con il tuo farmacista per consentirgli di fornirti le informazioni di cui hai bisogno.

See Inside.



Acquisisci il codice o visita
www.SeeInsideMylan.it
per saperne di più.

 **Mylan**

Seeing
is believing

NASCE L'AMBULATORIO PER L'AUTISMO IN ETÀ ADULTA

A Torino, per la prima volta in Italia, un Dipartimento di Salute Mentale si è dotato di un ambulatorio territoriale che si occupa in modo specifico dei disturbi dello spettro autistico in età adulta.

L'iniziativa è dell'Asl TO 2 e ha valenza sovrazonale, con il contributo della Asl TO 1, coprendo le esigenze dell'intera Città di Torino. Sinora in carico genericamente ai Centri di Salute Mentale (Csm), i pazienti affetti da disturbo dello spettro autistico nella città di Torino già solo nella fascia di età 18-30 sono stimati in 1,6 su 1000 abitanti (dati npi.net) cui si aggiungono i pazienti nelle fasce di età superiore.

“È importante che i processi abilitativi continuino in età adulta per non perdere le abilità acquisite in

età evolutiva – precisa Roberto Keller, specialista in Psichiatria e Neuropsichiatria Infantile, responsabile dell'Ambulatorio – così come bisogna prestare attenzione a diagnosticare anche in età adulta le forme cliniche che non sono state in precedenza individuate clinicamente, per poter alleviare la sofferenza individuale e delle famiglie.

Vengono pertanto proposti un percorso diagnostico accurato, con test validati e la definizione di un progetto individualizzato”.

Continuità terapeutica e assistenziale sono le parole d'ordine del nuovo servizio della Asl TO 2, nell'ottica del pieno rispetto della persona, del suo valore e della sua famiglia.

L'ambulatorio, in cui operano psichiatri e psicologi, ha sede presso il Csm Asl TO 2 di corso Francia 73 (tel. 011-4336129) ed è aperto il martedì dalle ore 15 alle 17 e il mercoledì in orario 9-13/14-17 ed è accessibile su invio dei Centri di Salute Mentale competenti per residenza, ai quali verrà restituita una valutazione specialistica e garantito l'eventuale supporto consulenziale.

PRELIEVI TAO: DAL MARIA VITTORIA A VIA LE CHIUSE

Dal 1° settembre 2013 l'attività di prelievi del Centro TAO (Terapia Anticoagulante Orale) della Asl TO2 sarà svolta sul territorio.

In particolare i cittadini residenti nel quartiere San Donato, che afferivano al Centro Prelievi TAO dell'ospedale Maria Vittoria, per ragioni legate a un maggior comfort per gli utenti e per ottemperare alle prescrizioni in materia di sicurezza, si rivolgeranno al vicino Centro Prelievi del poliambulatorio di via Le Chiuse 66, recentemente ristrutturato e ora in grado di accogliere anche i pazienti in TAO. Orario prelievi: dal lunedì al venerdì dalle ore 07.30 alle 08.30.

Nella medesima sede verrà rilasciata anche la prescrizione terapeutica, dal lunedì al venerdì dalle ore 14.00 alle 15.30.

La Asl TO 2 nei Distretti delle Circoscrizioni 4 e 5

è dotata anche di altri Centri Prelievi, presso cui continueranno ad afferire i Cittadini residenti nei rispettivi quartieri, per la sorveglianza della terapia anticoagulante orale, sempre con sportello dedicato:

via del Ridotto 3 - orario 8.00-8.30

c.so Toscana 108 - orario 7.45-8.15

via Pacchiotti 4 - orario 7.30-8.30

Nei Distretti Asl TO 2 delle Circoscrizioni 6 e 7, l'attività TAO prosegue senza variazioni di modalità. Inoltre, nel territorio dell'Asl TO 2 è attivo anche il Centro TAO dell'Ospedale Gradenigo in corso Regina Margherita 8.

I pazienti non appartenenti all'Asl TO 2 sono fin da ora indirizzati, con lettera personalizzata, alle sedi più vicine al domicilio.

Gambe sane e belle come a vent'anni.

Corregge

Uniforma

Riattiva

Alleggerisce

Idrata

Tonifica



BB CREAM GAMBE

Corregge gli inestetismi di smagliature, cicatrici e capillari evidenti, mentre restituisce leggerezza tonicità e sollievo.

Destasi

Perfect legs

BB Cream
Tattamento Gambe.
Piacere cosmetico
e benessere.

Dalla ricerca
HYNECOS®
RESEARCH

Da
POOL PHARMA
IN FARMACIA
www.poolpharma.it



**Per una pelle
sana e bella.
Naturalmente.**

*Smagliature, cicatrici,
invecchiamento cutaneo?*
*In farmacia nuovi
"dermo-trattamenti repair".*

Le **smagliature**, spesso causate da aumenti di peso o gravidanza, sono tra gli inestetismi femminili più frequenti. Le **cicatrici** sono le conseguenze visibili di un trauma o di un intervento chirurgico.

Eliminarle completamente non è possibile, ma si possono rendere meno evidenti. L'**invecchiamento cutaneo** è un fenomeno biologico ineluttabile: già al termine della crescita la pelle comincia ad invecchiare!



Da oggi possiamo fare molto per attenuare smagliature, cicatrici e rallentare gli effetti visibili dell'invecchiamento grazie a **Kute-Oil repair** e **Kute-Cream repair**, due innovativi dermo-trattamenti multifunzionali.

La molteplicità di azioni svolte (**tonificante, ricompattante, elasticizzante, rigenerante, idratante, anti-age**) ne fanno due trattamenti specifici per correggere gli inestetismi di **viso, mani e corpo**.

La miscela di ingredienti naturali e l'assenza di sostanze allergizzanti definiscono il profilo di massima sicurezza di **Kute-Oil repair** e **Kute-Cream repair**.

Il **Dragoxat**, innovativo ingrediente presente in **Kute-Oil repair**, favorisce il **rapido assorbimento** degli attivi, mentre il **Lipomoist 2013** presente in **Kute-Cream repair** crea sulla pelle un film altamente idratante e protettivo.

Kute-Oil repair e **Kute-Cream repair** sono disponibili rispettivamente in flacone da 60 ml e in tubetto da 100 ml.

Dalla ricerca Hynecos Research
Da Pool Pharma in farmacia.

MALATI PSICHIATRICI CRONICI

LE CURE IN COMUNITÀ COME SOSTEGNO ALLA FAMIGLIA

a cura della **Fondazione Promozione Sociale onlus**

I malati psichiatrici, affetti da psicosi gravi croniche e con limitata o nulla autonomia, hanno diritto alle cure sanitarie e socio-sanitarie stabilite dai Lea, Livelli essenziali di assistenza sanitaria e socio-sanitaria: cure domiciliari, centri diurni, ricoveri in comunità o gruppi appartamento.

Nella nostra esperienza abbiamo riscontrato che, sovente, sono i familiari per primi a vivere il problema del loro congiunto malato psichiatrico come se si trattasse di “una disgrazia personale, da risolvere in famiglia” e non come un “problema sanitario”, da affrontare con chi è preposto a curare. Se il congiunto avesse un cancro non avrebbero di certo le stesse remore che hanno nel chiedere ai Centri di salute mentale (Csm) le cure necessarie.

Il caso che descriviamo di seguito dimostra la concreta esigibilità del diritto alla cura e alla continuità terapeutica, dopo l’ennesimo ricovero in Tso (Trattamento sanitario obbligatorio), ottenuto attraverso una richiesta scritta.



Le norme sui Lea (decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 29 novembre 2001, reso cogente dall’articolo 54 della legge 289/2002) hanno confermato la gratuità delle prestazioni sanitarie rivolte alle persone con problemi psichiatrici, stabilendo che per le «prestazioni terapeutiche e socio-riabilitative in struttura a bassa intensità assistenziale» la quota a carico dell’Asl è di almeno il 60% del costo totale.

La storia di Paolo B. e della sua famiglia

La famiglia B. abita in una cittadina della provincia ed è composta da padre e madre ultrasettantenni, nonché dal figlio Paolo, di anni 49, affetto da una grave forma di schizofrenia e disturbi bipolari, con atteggiamenti aggressivi, assolutamente non in grado di programmare il suo futuro e incapace di provvedere autonomamente alle proprie esigenze fondamentali di vita.

Paolo entra ed esce da ospedali e case di cura; il Csm dell’Asl di residenza non garantisce un sostegno adeguato per cui, una volta a casa, Paolo non assume i farmaci, non si cura, non frequenta il centro diurno.

I genitori sono ormai sfiniti e totalmente in balia del figlio. C’è anche una sorella, Giovanna, sposata e che vive in un’altra città ed è molto preoccupata sia per il fratello, che per i suoi genitori, incapaci di reagire e di chiedere il sostegno necessario al Csm.

INSIEME

PER UNA PULIZIA* FINO A

7 VOLTE
SUPERIORE



La decisione di opporsi alle dimissioni

Al primo ricovero di Paolo in ospedale, in regime di Tso, Giovanna convince i genitori a opporsi alle dimissioni dall'ospedale e a inviare una lettera raccomandata per chiedere la continuità delle cure fino al ricovero in una comunità. Il fac-simile della lettera lo aveva già recuperato dal sito www.fondazionepromozionesociale.it.

Nella lettera raccomandata A/r vengono precisate le condizioni di malattia di Paolo e sono richiamate le leggi vigenti in base alle quali i genitori chiedono all'Asl di residenza di disporre gli interventi occorrenti per garantire le necessarie cure al figlio, se del caso in un'altra struttura sanitaria e/o socio-sanitaria. I familiari dichiarano inoltre di non essere più in grado di accoglierlo a domicilio, anche a causa delle loro peggiorate condizioni di salute.

Come abbiamo precisato all'inizio è indispensabile infatti il coinvolgimento e l'adesione dei familiari che convivono con il malato alle iniziative attivate per chiedere l'intervento dell'Asl, in quanto devono aver compreso che è in questo modo che possono garantire al loro congiunto le cure di cui ha urgente bisogno.

Le difficoltà dei familiari

Nella lettera raccomandata si chiede una risposta scritta all'Asl, ai sensi della legge 241/1990, sulla trasparenza amministrativa, perché è la modalità che permette di stabilire rapporti corretti tra le parti coinvolte. La risposta, ovviamente, può non essere immediata.

Nel caso di Paolo, vista l'assenza di risposte da parte dell'Asl, la sorella entra in ansia. Vorrebbe rivolgersi ad un avvocato, telefonare al reparto dell'ospedale, sollecitare il giudice tutelare, chiedere un incontro al direttore generale dell'Asl, informare la dirigente del settore psichiatria della Giunta regionale.

Per fortuna, prima di agire chiede consiglio alla Fondazione che le invia la seguente lettera: «**Per garantire la continuità terapeutica non serve l'avvocato: la lettera raccomandata che è stata spe-**

dita è sufficiente, ma occorre spedire la lettera raccomandata (A/r) agli indirizzi indicati nel nostro facsimile e non ad altri. I titolari (chi decide e chi paga) sono quelli indicati. Non deve essere Lei a chiedere incontri. Nella lettera che ha spedito chiede una risposta scritta a cui l'Asl è tenuta ai sensi della legge 241/1990. Non faccia nient'altro. In caso di comunicazioni verbali e/o telefoniche, prenda nota di giorno, data, ora e nome di chi la fa. Ci chiami e concorderemo il da farsi».

L'Asl garantisce la continuità terapeutica

Qualche giorno dopo, il responsabile del Dsm dell'Asl di residenza invia una lettera con la quale informa che è stato autorizzato l'inserimento con retta a carico dell'Asl, presso la comunità di riabilitazione psichiatrica del signor Paolo B. Il paziente lascerà il Servizio psichiatrico di diagnosi e cura (Spdc) dove è ricoverato, per entrare in comunità, accompagnato dagli operatori della comunità ospitante. Nella lettera si comunica, inoltre, che, nel caso risultassero posti disponibili in una struttura residenziale nell'ambito del territorio dell'Asl, il paziente potrà essere trasferito. In ogni caso il programma terapeutico riabilitativo verrà costantemente monitorato dagli operatori della comunità e dagli operatori del Csm.

Pertanto, nel giro di quindici giorni dall'invio della lettera di opposizione, è stata individuata la comunità terapeutica.

Conclusioni

Al termine del periodo di riabilitazione Paolo viene trasferito in una comunità alloggio socio-sanitaria, dalla quale scappa più volte; in tutti i casi viene intercettato dagli operatori del Csm e rientra in comunità, anche se non sempre nella stessa.

La sorella continua a seguirlo; passa molti giorni delle sue ferie per far visita a lui e ai loro genitori ed è in contatto con gli operatori della comunità in cui lui vive. Pur tra alti e bassi, riconosce che Paolo ora è curato e seguito bene.

Fondazione Promozione Sociale onlus
via Artisti 36, Torino - tel. 011.812.44.69 - e-mail: info@fondazionepromozionesociale.it

Il prossimo numero sarà dedicato alle persone con disabilità intellettiva in situazione di gravità, per quanto riguarda le prestazioni, il centro diurno e il ricovero residenziale.

LA TUA BOCCA
È UN AMBIENTE DA PRESERVARE.

Da 30 anni al fianco degli specialisti



IN FARMACIA



Preserva la salute di denti e gengive con Dentosan.

Dentosan è la linea completa di prodotti per l'igiene orale quotidiana, scientificamente studiati per combattere e prevenire la formazione della placca batterica, causa dei principali disturbi gengivali.

DENTOSAN®

Lo specialista della tua igiene orale.

Chiedi al tuo farmacista.

 RECORDATI

ASSOCIAZIONE VOLONTARI OSPEDALIERI

L'ASCOLTO E LA CONDIVISIONE COME "TERAPIA" DI SOLIDARIETÀ



AVO TORINO
ASSOCIAZIONE VOLONTARI OSPEDALIERI

VOLONTARI IN CORSA. TERAPIA DELL'AMICIZIA

Regala tre ore ogni settimana
per donare la tua **presenza**
e il tuo **sorriso**

È probabile che molti Lettori già conoscano l'Associazione Volontari Ospedalieri (AVO) Torino, ai cui scopi ben si addicono le parole:

**Saper tacere perché l'altro parli.
Saper aspettare che l'altro parli.
Intuire che c'è un silenzio che è condivisione.**

Il fine dell'AVO è l'umanizzazione delle strutture ospedaliere e di ricovero attraverso la prestazione gratuita dei suoi volontari. Col loro caratteristico "camice azzurro" sono circa 900 e operano in sedici strutture di Torino, sia negli ospedali, sia nelle Residenze per anziani o con pazienti che presentano particolari patologie, e si mettono a disposizione di chi possa avere bisogno di un sorriso, di una parola, di un gesto volti all'accoglienza, all'ascolto, ai bisogni dell'"Altro".

Per farne parte occorre aver compiuto 18 anni ed essere desiderosi di "dedicare" tre ore alla settimana agli "Altri". A quel punto basterà contattare la segreteria. Dopo l'iscrizione, si deve frequentare il *Corso di Formazione di base*, che si tiene due volte l'anno, ed effettuare un tirocinio affiancato da un volontario già in servizio.

AVO Torino
via San Marino 10
tel. 011.3187634
(lunedì e giovedì ore 17-19;
mercoledì e venerdì ore 10-12)
e-mail: info@avotorino.it - web: www.avotorino.it

I prossimi appuntamenti

Il prossimo *Corso di Formazione di base* si terrà dall'8 al 31 ottobre 2013 presso l'Educatore della Provvidenza in corso Trento 13 a Torino, dalle 18 alle 20, dove docenti di varie discipline mediche e socio psicologiche accosteranno i volontari alla relazione d'aiuto e all'etica dell'associazione per mezzo di un ciclo di otto incontri.

Un importante appuntamento l'AVO Torino avverrà **sabato 19 ottobre** in occasione della sua **V Giornata Nazionale**, che prevede un ricco programma:

- **nella mattinata**, presso il Circolo dei Lettori di Via Bogino 9, Ugo Cavallera, assessore regionale alla Sanità piemontese, Gianni Oliva, scrittore, e le Associazioni di volontariato che operano nelle strutture ospedaliere e nelle RSA della nostra città parteciperanno a una **tavola rotonda**;
- sempre al Circolo dei Lettori, **durante tutta la giornata** si potranno ammirare opere frutto dell'arte e dell'estro dei volontari AVO. **La mostra** prosegue domenica 20 presso la sede dell'associazione;
- **alle 17, al Teatro San Giuseppe** di via San Francesco da Paola un Trio di arpe eseguirà melodie che spazieranno dal barocco al jazz. Seguirà un atto unico comico-satirico interpretato da una compagnia teatrale di Novara, ambientato ai tempi di Giuseppe Verdi;
- durante tutto il giorno, **in piazza Carlo Alberto** sarà allestito un gazebo gestito dall'AVO Giovani, allo scopo di far conoscere alla cittadinanza le iniziative e lo spirito avoini.



NUROFEN

Influenza e Raffreddore



Sollievo mirato dai sintomi influenzali



E' un medicinale che può avere effetti indesiderati anche gravi. Leggere attentamente il foglio illustrativo.
Non somministrare nei bambini al di sotto di 12 anni. Autorizzazione del 18/02/2013.

UNA NOTTE DEDICATA ALLA RICERCA

TRA ENTUSIASMO E CURIOSITÀ

ANCHE LA FARMACIA SI RACCONTA

LA NOTTE
DEI RICERCATORI
IN ITALIA
27 SETTEMBRE 2013

Elisabetta Farina

La Notte dei Ricercatori (www.nottedeiricercatori.it) è un'iniziativa nata per sensibilizzare il grande pubblico sul tema della ricerca scientifica e sulla figura del ricercatore. **Venerdì 27 settembre** ha luogo l'ottava edizione dell'evento che, come di consueto, si svolge contemporaneamente in tutta Europa e in numerose città Italiane.

In Piemonte il filo conduttore di questa edizione è l'acronimo FACES (Fostering Advanced Communication to Enrich Science&Society), infatti il focus di questa edizione è sulla comunicazione che alimenta il rapporto tra scienza e società (<http://piemonte.nottedeiricercatori.it>).

Come ormai tradizione, anche la Facoltà di Farmacia dell'Università di Torino aderisce all'iniziativa, presentando alcuni spaccati dell'attività svolta, ad esempio i Laboratori Galenici, e avvicinando grandi e piccini sia alla figura del ricercatore, sia a quella del farmacista. In particolare, i ragazzi hanno modo di divertirsi apprendendo al tempo stesso cosa sia l'arte del farmacista e quanto possano i medicinali essere modificati in base alle singole esigenze.

Il successo riscosso ogni anno ricompensa l'impegno di studenti e docenti e riconferma l'interesse del grande pubblico per i temi della ricerca e del mondo della Farmacologia in particolare.

Appa: dalla galenica alla solidarietà

Dal 2008 la onlus *Aid Progress Pharmacist Agreement (A.P.P.A.®)*, che tra le sue principali attività si occupa di attivare laboratori galenici nei paesi in via di sviluppo, in collaborazione con l'Università degli Studi di Torino, partecipa alla Notte dei Ricercatori di Torino e Cuneo presentando e spiegando al pubblico la galenica ed il proprio Progetto, con lo scopo di valorizzare la figura professionale del farmacista descrivendone una peculiarità, quella delle preparazioni galeniche, spesso sottovalutata o poco conosciuta. Lo stand di A.P.P.A.® si rivolge ad un pubblico vasto: adulti e bambini possono "toccare con mano" la galenica grazie a studenti di farmacia e farmacisti che collaborano con il Progetto e che si rendono disponibili a fare allestire diverse forme farmaceutiche ai



Sopra Francesca Di Marco (al centro) e sotto Marco Sapino durante l'edizione del 2012

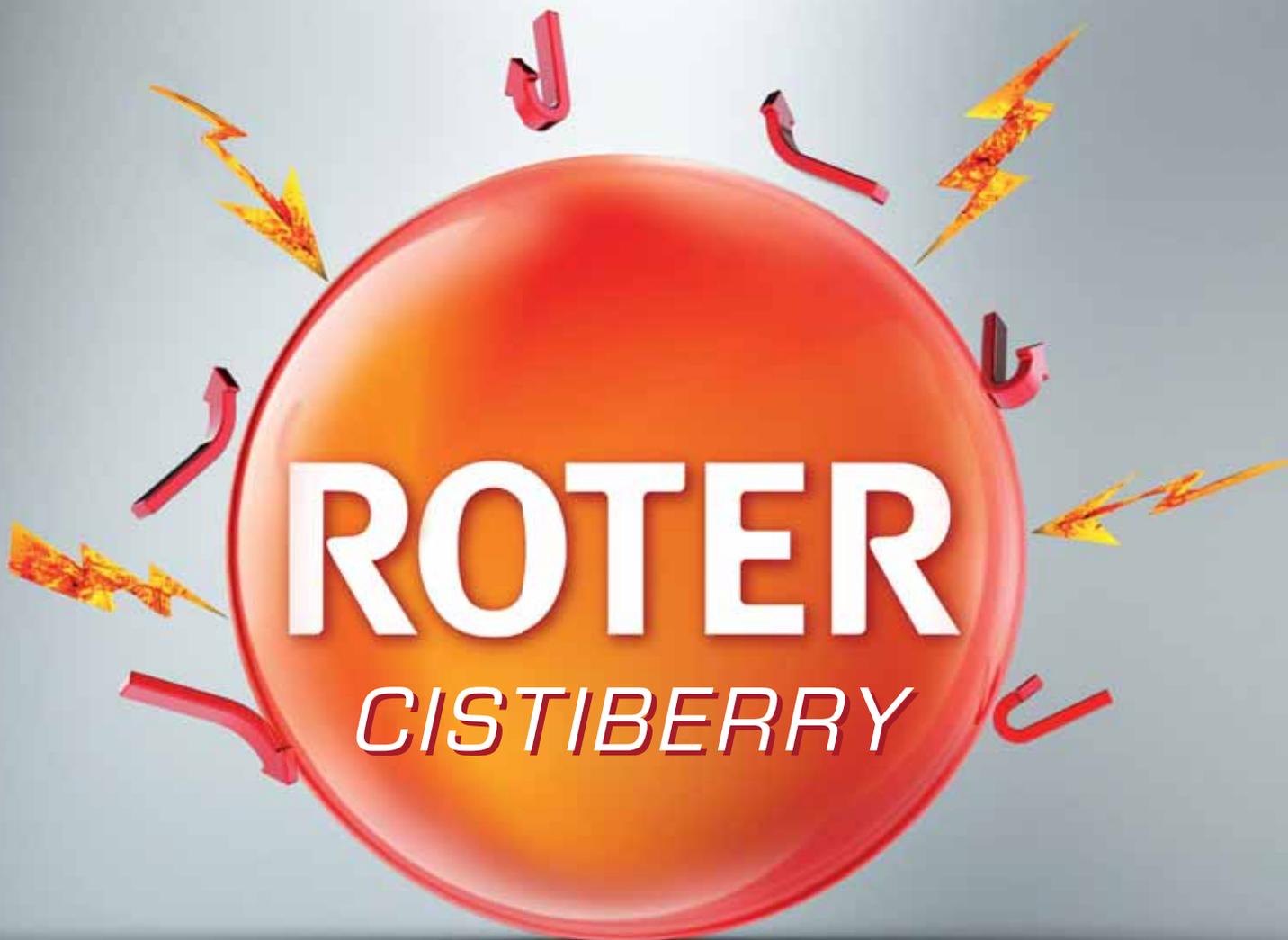
passanti. Durante la manifestazione il pubblico può provare a cimentarsi nel ruolo del farmacista, allestendo capsule con incapsulatrici manuali, supposte, geli e creme.

Quest'anno c'è una novità: al pubblico che si avvicinerà per scoprire la galenica e per sentire i racconti del progetto A.P.P.A.®, saranno distribuiti campioni di preparati galenici come disinfettanti, collutori e creme con attività antinfiammatoria. L'appuntamento è dalle 17.00 (fino ad esaurimento scorte) presso i due stand A.P.P.A.® in piazza Castello a Torino e in piazza Torino a Cuneo.

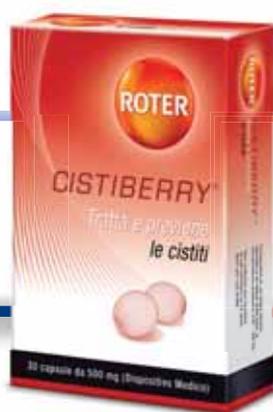
Tre farmacisti, collaboratori delle Farmacie Comunali di Torino e di A.P.P.A.®, hanno partecipato per diversi anni alla Notte dei Ricercatori e vi prenderanno parte anche quest'anno.

Sono Francesca Di Marco, Sara Mao e Marco Sapino che si sono avvicinati al progetto A.P.P.A.® per svolgere la propria tesi sperimentale di laurea che li ha portati nel laboratorio del Tchad in Africa centrale.

CISTITE e INFEZIONI URINARIE?



RESPINGE
la cistite



CONTRASTA
le infezioni urinarie

*Blocca l'adesione dei batteri al tratto urinario e ne interrompe la proliferazione.
Con Cranberry Active® estratto di mirtillo rosso altamente concentrato.*



8 711744 030520

I LUNEDÌ DELLA PREVENZIONE ALLA CIRCOSCRIZIONE 8

Presso il Molecular Biotechnology Center - Scuola di Biotecnologie dell'Università di Torino
Aula "Leonardo" in Via Nizza 52. L'ingresso è libero fino ad esaurimento posti.

30 settembre - ore 16.30

L'approccio ecologico-sociale ai problemi alcolcorrelati e complessi. Metodo Hudolin

Dr. Mauro Torchio (epatologo, internista)
e Ivana De Micheli (presidente Associazione "A.C.A.T. Torino Centro")
A cura dell'associazione "A.C.A.T. Torino Centro"

7 ottobre - ore 16.30

La prevenzione della sordità e del tumore della laringe

Prof. Giovanni Cavallo (otorinolaringoiatra)
A.O. Città della Salute e della Scienza di Torino

14 ottobre - ore 16.30

L'inserzione percutanea della valvola aortica

Dr. Maurizio D'Amico (cardiologo)
A cura dell'associazione "Amici del Cuore"

21 ottobre - ore 16.30

Il Progetto: Torino-nomalditesta

Prof. Franco Mongini (neurologo)
A.O. Città della Salute e della Scienza di Torino

28 ottobre - ore 16.30

La dimensione affettiva, sessuale e relazionale nel paziente traumatizzato cranico: un caleidoscopio di emozioni

Dr.ssa Roberta Virgilio (psicosessuologa)
A cura del Servizio Disabilità e Sessualità - Servizio Passepartout - Comune di Torino / Associazione ADN

4 novembre - ore 16.30

La Fibrillazione Atriale: dalla prevenzione alla cura

Dr. Brscic (medico responsabile Elettrofisiologia) e Dr. Pezzulich (medico responsabile Emodinamica)
A cura della clinica "Maria Pia Hospital"

Per informazioni: Informa8

Via Ormea 45 (piano terra)

Tel. 011.44358.37/95/83

e-mail: informa8@comune.torino.it

www.comune.torino.it/circ8

Trio Carbone Plus: no al gonfiore, si alla leggerezza



A chi non è mai capitato di provare la fastidiosa sensazione di gonfiore intestinale dovuta alla formazione di gas, che comprimono le pareti dello stomaco e dell'intestino e provocano ricorrenti dolori più o meno intensi? Far finta di niente non è possibile! Modificare i ritmi della nostra vita intensa o cambiare radicalmente l'alimentazione non è sempre facile. Perché, allora, non avere almeno a portata di mano **Trio Carbone Plus**, un prodotto naturale e vincente della Divisione Dietetici di Pool Pharma che possiamo trovare in farmacia? I principi attivi vegetali (carbone vegetale, finocchio, camomilla, menta, angelica, senna) contenuti nelle compresse di **Trio Carbone Plus**, opportunamente bilanciati, possono aiutare a eliminare i fastidiosi gonfiore e gli spasmi che condizionano l'umore e a farci ritrovare il naturale benessere.

New Nirvanesque: doppia azione Neuro-Cosmetica® floreale



Grazie ad un fito-complesso super collaudato, distende le rughe d'espressione in sole 2 ore e, attraverso un estratto di Peonia brevettato, conserva la vitalità delle encefaline cutanee: preziosi peptidi in grado di de-stressare e distendere la pelle, come dopo una vacanza!

Applicatela con l'esclusiva tecnica ispirata ai gesti dell'Ayurveda e studiata nella più celebre Spa NUXE di Parigi. Nei punti vendita, le Consulenti NUXE vi consiglieranno la Crema Nirvanesque più adatta al vostro tipo di pelle e vi suggeriranno i 4 semplici gesti per amplificarne i risultati. Non fatevi scappare l'innovazione NUXE per levigare le rughe d'espressione!

È nostra cura



sostenere insieme la salute di tutti

In Teva sappiamo che quando le persone vogliono scegliere come curarsi possono contare sul consiglio del farmacista. Per questo lavoriamo al suo fianco. Produciamo e distribuiamo **farmaci equivalenti** sicuri e convenienti e rendiamo disponibili per il farmacista una serie di **servizi di elevato valore professionale**.

CURIAMO IL PRESENTE PER SOSTENERE IL FUTURO.

**N.1 AL MONDO
NEI FARMACI
EQUIVALENTI**

www.tevalab.it

Teva Italia S.r.l.
Viale Del Mulino, 1
Milanofiori
Assago - Milano
www.tevaitalia.it

BRUCIORE DI STOMACO?



**FUORI
DENTRO**



**PER IL BRUCIORE DI STOMACO
OCCASIONALE, PUOI PROVARE MAALOX.**
NELLA FORMULAZIONE ADATTA ALLE TUE ESIGENZE.

**PER IL BRUCIORE DI STOMACO
FREQUENTE E RIGURGITI ACIDI,
PUOI PROVARE MAALOX REFLUSSO.**



SONO MEDICINALI. LEGGERE ATTENTAMENTE I FOGLI ILLUSTRATIVI. ATTENZIONE I MEDICINALI VANNO ASSUNTI CON CAUTELA PER UN BREVE PERIODO DI TEMPO, NON SUPERARE LE DOSI CONSIGLIATE E SOLO PER LE INDICAZIONI RIPORTATE NEL FOGLIO ILLUSTRATIVO. MAALOX REFLUSSO È UN MEDICINALE PER ADULTI A BASE DI PANTOPRAZOLO. AUTORIZZAZIONE DEL 14/06/2013.



SANOFI

MAL DI TESTA, MAL DI DENTI O DOLORI MESTRUALI?

ENANTYUM

AGISCE VELOCEMENTE CONTRO IL DOLORE.



IN CASO DI
DOLORE INTENSO
ANCHE A
STOMACO VUOTO.

DA OGGI ANCHE IN BUSTINE



VOLTADVANCE

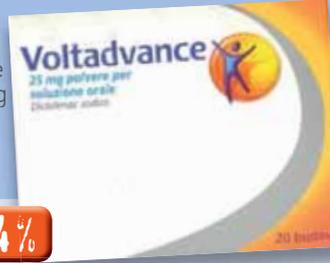
VOLTAREN
Emulgel 2% gel
60g

-25%



~~€ 11,90~~
€ 8,90

Polvere
20 bustine
25 mg



-24%

~~€ 9,10~~
€ 6,90



-39%

VOLTADOL
cerotti
medicati
140 mg

~~€ 21,00~~
€ 12,90

NUROFEN
INFLUENZA-RAFFREDDORE
12 compresse



-13%

~~€ 7,45~~
€ 6,50

NEO NISIDINA
12 compresse
effervescenti



-25%

~~€ 5,30~~
€ 4,00

PARACETAMOLO
NOVA ARGENTIA
20 compresse da 500 mg



-22%

~~€ 3,70~~
€ 2,90

NEBUL
SOLUZIONE FISIOLÓGICA
25 flaconi da 2 ml



-43%

~~€ 8,57~~
€ 4,90

RIMEDI STAGIONALI

AFTIR

GEL ANTIPAR
40 g



-46%

~~€ 14,50~~
€ 7,90

OLIO SH
150 ml



-20%

~~€ 14,00~~
€ 11,20

LOZIONE SPR
100 ml



-20%

~~€ 14,00~~
€ 11,20

SHAMPOO
150 ml



-20%

~~€ 13,50~~
€ 10,80

PETTINE



-20%

~~€ 9,00~~
€ 7,20

OGNI DUE PEZZI ACQUISTATI DI AFTIR IL PETTINE È IN OMAGGIO

**CLENNY A FAMILY
AER COMP**

-35%



~~€ 60,40~~
€ 39,00

**CLENNY
CARDIO TOP**



-43%

~~€ 120,00~~
€ 69,00

**CLENNY
CARDIO EASY**

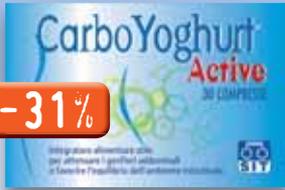


-29%

~~€ 69,00~~
€ 49,00

RIMEDI STAGIONALI

CARBOYOGHURT ACTIVE
30 compresse



-31%

~~€ 8,50~~
€ 5,90

INFLORAN BIO
12 flaconi



-52%

~~€ 14,30~~
€ 6,90

VIVIGERMINA FORTE
10 flaconi da 10 ml



-51%

~~€ 12,00~~
€ 5,90

YOVIS VIAGGIO
INTEGRATORE ALIMENTARE
12 bustine



-21%

~~€ 12,50~~
€ 9,90

CORYFIN C

24 caramelle



-27%

~~€ 6,70~~
€ 4,90

SUPRADYN

15 compresse effervescenti



-20%

~~€ 10,90~~
€ 8,70

FLECTOR

5 cerotti medicati - 180 mg



-20%

~~€ 14,90~~
€ 11,90

FASTUM ANTIDOLORIFICO

1% - Gel
Tubo 50 g



-20%

~~€ 8,30~~
€ 6,60

RILASTIL AQUA
CREMA MANI
75 ml



-51%

~~€ 7,90~~
€ 3,90

RILASTIL AQUA
STICK LABBRA
5 ml



-51%

~~€ 5,90~~
€ 2,90

DERMON

DOCCIASCHIUMA
400 ml



-39%

~~€ 8,00~~
€ 4,90

INTIMO
500 ml



-51%

~~€ 9,90~~
€ 4,90

AFTACOL
EMOFORM COLL
120 ml



-34%

~~€ 8,90~~
€ 5,90

AFTAGEL
EMOFORM GEL
8 ml



PLAK OUT ACTIVE



Clor.
0,12%

~~€ 7,20~~
€ 5,90

TAU MARIN
27 - 33



Clor.
0,20%

-40%

~~€ 3,30~~
€ 1,99

ROTER CISTIBERRY
30 compresse



-22%

~~€ 27,00~~
€ 21,00

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

Offerte valide dal 1° Settembre al 31 Ottobre 2013 o fino ad esaurimento scorte