



FARMACOM

Enterogermina[®]

2x100mg/15ml

Alcuni argomenti di questo numero:

- Nasce FreeFood, il nuovo riferimento per gli alimenti speciali
- In farmacia l'abbigliamento per i pazienti psoriasici
- Ritorna Farmacia Vicina in tv
- Tanti appuntamenti per la prevenzione

FARMACIE COMUNALI TORINO S.P.A. - Anno V - Numero 6 - Novembre/Dicembre 2011

IL RADUNO DEI **BABBI NATALE**
PER PORTARE IL SORRISO AI **BAMBINI**

FARMACIE
COMUNALI
DI TORINO

Le più vicine a te.

Orari

delle Farmacie Comunali previsti per il 2011



FARMACIE
COMUNALI
TORINO

La più vicina a te

Gli Orari
delle tue Farmacie
sul cellulare!

F.C.	INDIRIZZO	TELEFONO	ORARIO	
			MATTINA	POMERIGGIO
1	c.so Orbassano 249	011.39.00.45	9:00-12:30	15:00-19:30
2	via Slataper 25/bis/b	011.73.58.14	8:30-12:30	15:30-19:30
4	via Oropa 69	011.899.56.08	8:30-12:30	15:30-19:30
5	via Rieti 55	011.411.48.55	9:00-12:30	15:00-19:30
7	c.so Trapani 150	011.335.27.00	8:30-19:30	
8	c.so Traiano 22/e	011.61.42.84	9:00-19:30	
9	c.so Sebastopoli 272	011.35.14.83	9:00-12:30	15:00-19:30
10	via A. di Bernezzo 134	011.72.57.67	9:00-12:30	15:00-19:30
11	str. Lanzo 98/g	011.226.29.53	8:30-12:30	15:00-19:00
12	c.so Vercelli 236	011.246.52.15	9:00-12:30	15:00-19:30
13	via Negarville 8/10	011.347.03.09	8:30-19:00	
15	c.so Traiano 86	011.61.60.44	9:00-12:30	15:00-19:30
17	c.so V. Emanuele 182	011.433.33.11	8:30-12:30	15:30-19:30
19	via Vibò 17/b	011.21.82.16	8:30-12:30	15:00-19:00
20	via Ivrea 47/49	011.262.13.25	9:00-12:30	15:00-19:30
21*	c.so Belgio 151/b	011.898.01.77	9:00-12:30	15:00-19:30
22	via Capelli 47	011.72.57.42	8:30-12:45	15:15-19:30
23	via G. Reni 155/157	011.30.75.73	8:30-12:30	15:30-19:30
24	via Bellardi 3	011.72.06.05	9:00-13:00	15:30-19:30
25**	stazione Porta Nuova	011.54.28.25	7:00-19:30	
28	c.so Corsica 9	011.317.01.52	8:30-12:30	15:00-19:00
29	via Orvieto 10/a	011.22.15.328	9:00-13:00	15:30-19:30
33	via Isernia 13/b	011.739.98.87	9:00-13:00	15:00-19:00
35	via Cimabue 8	011.311.40.27	9:00-12:30	15:00-19:30
36	via Filadelfia 142	011.32.16.19	8:45-12:30	15:15-19:30
37	c.so Agnelli 56	011.324.74.58	8:45-12:30	15:00-19:15
38	via Vandalino 9/11	011.72.58.46	9:00-13:00	15:30-19:30
40	via Farinelli 36/9	011.348.82.96	8:30-19:00	
41	via degli Abeti 10	011.262.40.80	8:30-12:30	15:00-19:00
42	via XX Settembre 5	011.54.32.87	9:00-19:30	
43	p.zza Statuto 4	011.521.45.81	9:00-19:00	
44	via Cibrario 72	011.437.13.80	8:30-19:30	
45	via Monginevro 27/b	011.385.25.15	9:00-12:30	15:00-19:30
46	p.zza Bozzolo 11	011.663.38.59	8:30-13:30	14:30-19:00
FreeFood	via Orvieto 10/a	011.1978.2044	9:00-13:00	15:30-19:30

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

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



Cari lettori,

sta per concludersi il 2011, dichiarato l'anno del volontariato e della chimica, che ricorderemo nel nostro Paese come anniversario del centocinquantesimo dell'Unità.

Tre ricorrenze che portano a riflettere su alcune trasformazioni del mondo della salute.

Ripercorrendo i 150 anni italiani possiamo ricordare che eravamo poco più di 21 milioni e la speranza di vita media non arrivava a 50 anni, senza contare la mortalità infantile. La principale causa di morte nei primi anni dell'Italia unita, se si escludono gli incidenti, erano le malattie infettive e parassitarie, alle quali erano attribuibili quasi il 30% dei decessi (secondo i dati del 1881), mentre le malattie del sistema cardiocircolatorio (oggi prima causa di morte) si attestavano intorno al 5%.

Emerge un netto miglioramento dell'aspettativa di vita odierna, resa possibile anche da nuovi farmaci tra cui gli antibiotici. A tale aspetto si collega l'importanza della chimica, fondamentale per la nostra comprensione delle trasformazioni molecolari essenziali anche alla produzione di cibo e medicine.

Tra le grandi future sfide della chimica vi è pure la comprensione dell'influenza dei fattori ambientali sui nostri geni e sulla nostra predisposizione ad ammalarsi. Il valore della chimica pone in risalto l'importanza della ricerca: il 2011 è anche l'anno in cui è morto Wilson Greatbatch, l'ingegnere elettronico che resterà nella storia della medicina e della scienza come il papà del *pace-maker* impiantabile, la micromacchina "stimola-cuore" che ha salvato la vita a milioni di pazienti cardiopatici.

La ricerca può indubbiamente apportare grandi migliorie per la salute di tutti, ma che cos'è che sostiene un malato e la sua famiglia? Lo slogan dell'Assessorato alla sanità piemontese risponde efficacemente: Non c'è cura senza cuore. E questo cuore, oltre a essere quello dei tanti operatori, è quello dei volontari che affiancano il singolo nella sua storia di cura anche se non sempre di guarigione. A tutti l'augurio di un sereno Natale.

Buona lettura,

Elisabetta Farina

Dalle Farmacie Comunali

Sicurezza + Legalità = Salute P. 3

La "terapia tessile" arriva in farmacia P. 5

Cittadino del mondo, cittadino di Torino P. 9

Il farmacista ritorna sui banchi P. 13

Entriamo in Farmacia - F.C. 29 P. 14

Salute & Società

Vaccini P. 17

Psicologia & Benessere

La terza età P. 21

Omeopatia

Il metodo della complessità in Medicina Omeopatica (2ª parte) P. 27

Cosmesi

Il trucco nell'era della globalizzazione P. 31

Appuntamenti

I Babbi Natale si radunano all'ospedale Regina Margherita P. 11

È venerdì: guarda Quartarete! P. 11

Giornata mondiale del Diabete P. 37

Giornata mondiale del Parkinson P. 37

Giornata mondiale dell'Aids P. 37

Associazioni

La voce dei pazienti anticoagulati P. 39

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:
Patrizia Cane, Paola Carniel, Davide
Casalini, Alessandro Granucci, Francesca
Lo Curto, Gabriele Lo Grasso, Nicoletta
Melò, Mauro Maurino, Margherita Perino

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

Stampa Tipografia Sosso

Tiratura 18.000 copie

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

Irritazione nasale?



fitonasal

CONTRASTA L'IRRITAZIONE NASALE E PERINASALE
PROTEGGENDO LA MUCOSA E FAVORENDO
INDIRETTAMENTE LA RIGENERAZIONE



Tubo da 10 ml

BIOPOMATA

Bambini e Adulti

- Indicato per bambini dal sesto mese di età in caso di irritazione da raffreddore
- Adatto per bambini e adulti nei casi di secchezza nasale
- Non unge e non cola
- Dona una piacevole sensazione di freschezza senza contenere eucalipto né mentolo
- Non contiene sodio laurilsolfato e sodio laurileteresolfato, derivati del petrolio, parabeni, glicole polietilenico, coloranti e profumi di sintesi- no ogm

Fitonasal bioPomata è indicato in tutti i casi di naso irritato a causa di **rinorrea** (naso che cola) dovuta a raffreddore e a varie forme di riniti, **secchezza e atrofia della mucosa nasale** dovute a condizioni patologiche (quali sinusite, rinite allergica, rinite vasomotoria), a trattamenti farmacologici (quali decongestionanti, cortisonici, antistaminici), a contatto con agenti esterni irritanti (polvere, fumo, smog, pollini o microrganismi).

È indicato anche nei casi di **irritazione della zona perinasale** che si verifica a causa dell'eccesso di muco e dei frequenti strofinamenti.



L'EVOLUZIONE DELLA FITOTERAPIA

È UN DISPOSITIVO MEDICO **CE**

Leggere attentamente il foglio illustrativo e le istruzioni d'uso.

Aboca S.p.A. Società Agricola
Sansepolcro (AR) - www.aboca.it



Sicurezza + legalità = salute

LA SICUREZZA E LA LEGALITÀ PER UNA SALUTE A 360 GRADI

Sicurezza e legalità possono sembrare concetti lontani dal mondo della salute, ma ciò è vero solo in apparenza. Sempre più spesso, infatti, le truffe invadono il mondo della salute: pensiamo ai farmaci contraffatti, agli acquisti via internet in fantomatiche "farmacie" online, ai falsi medici operanti sia in Italia sia all'estero.

Inoltre, variegata, per età e ceto sociale, è la popolazione che viene presa di mira da truffe che incidono sia in modo diretto sull'incolumità e la salute della persona (pensiamo ai ferimenti durante le truffe in appartamento, agli incidenti cardiovascolari conseguenti ecc.) sia in modo indiretto sul suo benessere psicofisico (un esempio può essere lo stato di ansia conseguente il trauma o, ancor peggio, la perdita dell'autonomia a seguito dell'aggressione).

Da queste premesse è nata l'iniziativa "**Sicurezza + Legalità = Salute**", e l'omonimo opuscolo edito da Farmacie Comunali, che vede la collaborazione della Compagnia Carabinieri di Mirafiori, Federfarma Torino, Farmacie Comunali Torino Spa, Associazione Nazionale Dentisti Italiani (Andi) sezione Provincia di Torino, Associazione Lotta Ictus Cerebrale (Alice) della Provincia di Torino. La scienza della sicurezza talvolta è vista come materia assai specialistica o come costo aggiuntivo; ed è diffusa la credenza che la sicurezza sia solo compito degli altri, dello Stato, degli operatori sanitari, delle Forze dell'Ordine, delle Istituzioni.

Al contrario, **il primo a essere responsabile per la sicurezza propria e altrui è l'individuo stesso.**

Una maggiore accortezza dovrebbe accompagnare sia nei disinvolti acquisti fuori dai canali preposti,

dove a prezzi "stracciati" non si possono che trovare farmaci contraffatti e, spesso, nocivi per la salute, sia negli studi medici, e in particolare in quelli dentistici, dove ci si può imbattere in falsi professionisti che operano nell'illegalità, magari dietro il paravento di tariffe contenute.

L'opuscolo "**Sicurezza + Legalità = Salute**" ha l'intento di mettere a disposizione esperienze reali e consigli pratici al fine di prevenire situazioni che possono mettere a repentaglio la nostra sicurezza, il nostro benessere e la nostra qualità della vita, poiché la conoscenza e la coscienza del rischio sono il primo passo per vivere più sicuri. Un pratico vademecum con consigli e riferimenti di Associazioni e Istituzioni per compiere scelte consapevoli e sicure per la salute e per ricordare che dipende da ciascuno di noi la salvaguardia del nostro benessere.



L'iniziativa è stata presentata il 12 ottobre da (sinistra nella foto) Andrea Garrone (vicepresidente Federfarma Torino), Giovanni Barrocu (presidente Alice Subalpina), Filippo Vanni (capitano Compagnia Carabinieri Mirafiori), Agostino Neirotti (presidente Andi Torino) e Gabriele Cavigioli (amministratore delegato Farmacie Comunali)

L'opuscolo, scaricabile dai siti dei partner e distribuito in versione cartacea in vari punti cittadini tra cui le farmacie, è composto da tre sezioni: la prima dedicata al tema delle **truffe e aggressioni** con particolare riferimento alla protezione della casa; la seconda focalizzata all'ambito dei **farmaci e cosmetici contraffatti**; la terza incentrata sull'**abusivismo in ambito odontoiatrico**.





ASPIRINA. TANTI SINTOMI, STESSA SOLUZIONE CONTRO SINTOMI INFLUENZALI E FEBBRE.

In caso di sintomi del raffreddore, mal di gola, dolori influenzali e febbre può esserci una **causa comune che ci unisce tutti: l'infiammazione**. Così come ad unirci può essere una soluzione. Aspirina combatte l'infiammazione e riduce così sintomi influenzali e febbre.

Per maggiori informazioni visita il sito www.aspirina.it



La “terapia tessile” arriva in farmacia

**FARMACIE COMUNALI PROPONGONO IN ESCLUSIVA PER IL PIEMONTE
L’ABBIGLIAMENTO PER MIGLIORARE LA VITA DEI PAZIENTI PSORIASICI**

a cura di **Elisabetta Farina**

Il problema dell’abbigliamento di chi è affetto da Psoriasi è stato preso in considerazione e risolto da una importante azienda italiana, leader nel campo della produzione di tessuti non convenzionali, grazie all’utilizzo di filati ad alta tecnologia.

Tepso® (Tessuto per Psoriasi) è il primo tessuto al mondo capace di soddisfare le particolari esigenze dei milioni di malati di Psoriasi, la diffusa malattia della pelle, spesso invalidante, che costringe i pazienti a un uso continuo di creme

Principali caratteristiche del tessuto:

- essere morbido, in modo da non causare danneggiamenti “per attrito” sulla pelle;
- dare un senso di freschezza e di sollievo;
- essere permeabile al vapore acqueo;
- ridurre la comparsa di aloni sui vestiti, causati dal contatto con le lozioni/creme che il soggetto usa sulla pelle (chi soffre di psoriasi deve tenere sempre idratata la pelle, anche sotto i vestiti);
- avere un effetto “contenitivo” delle lozioni sulla pelle, riducendo la dispersione per assorbimento del tessuto o per evaporazione;
- ridurre gli effetti di fastidio legati alla sudorazione;
- nascondere la desquamazione della pelle;
- essere anallergico;
- mantenere inalterate le caratteristiche anche dopo ripetuti lavaggi.

e unguenti per attenuare lo sfregamento degli abiti, tra le cause principali dell’ampliamento della patologia. Dalla ricerca avanzata per dare risposta a tali esigenze è nata l’innovativa gamma di capi d’abbigliamento, calzetteria, intimo e biancheria da letto realizzata con un filato ad alta densità che, grazie alla propria compattezza, permette una scivolosità estrema.

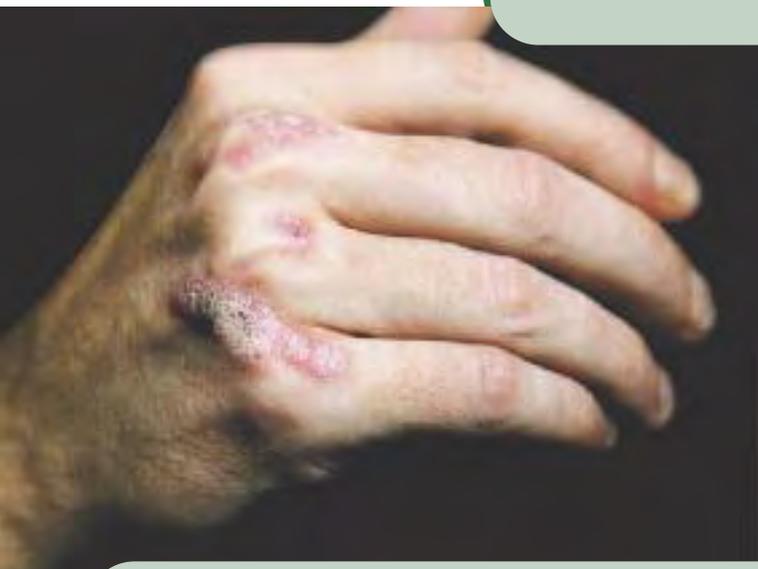
Nell’ottica di essere vicina ai malati e di rispondere alle diverse criticità che le tante patologie creano nella loro vita, Farmacie Comunali

Torino Spa ha siglato un accordo con l’azienda produttrice, che ha sede a Prato in Toscana, per essere punto vendita dei vari prodotti.

Questa iniziativa ha un valore di servizio, soprattutto per coloro che si avvicinano per la prima volta all’acquisto di tali capi, poiché sino a oggi l’acquisto per il territorio del Piemonte poteva avvenire unicamente online tramite il sito dell’azienda. Non era quindi possibile prendere visione direttamente dei prodotti e valutarne l’elevata qualità (aspetto non trascurabile visti i costi elevati). Inoltre, per coloro che non sono avvezzi all’acquisto via web e per gli anziani, tale modalità poteva costituire una difficoltà nel percorso di cura.

Com’è nato e che cos’è il Ptfè?

Da una collaborazione fra il professor Lo Scocco, primario del reparto di dermatologia dell’ospedale di Prato, il professor Bartolini, coordinatore Uni per la commissione Sicurezza sui prodotti tessili, l’Adipso (Associazione per la Difesa degli Psoriasici) e un’azienda italiana, leader nel settore dei tessuti tecnologicamente avanzati, è nato il progetto per realizzare un tessuto avente questo profilo. Si è così identificato un filato rispondente a tali requisiti: il Ptfè (polietilenfluoroetilene), un tessuto con coefficiente di attrito ridotto, oleorepellente, morbido, fresco e resistente ai lavaggi.



Ricerca Dermatologica

Eucerin[®]

LA SCIENZA CHE SI VEDE SULLA PELLE.

E se l'idratazione
nascesse dalla tua pelle

Dalla scoperta di un Premio Nobel,
una linea completa che attiva la rete idrica della tua pelle.

La pelle ha una **naturale rete di idratazione**,
costituita dalle Acquaporine: autentici canali che regolano
e distribuiscono l'acqua tra una cellula e l'altra.
Da questa scoperta, frutto della ricerca
di un **Premio Nobel**,
nasce Eucerin AQUAporin ACTIVE,
una linea completa per viso e corpo
che attiva la rete delle Acquaporine
idratando la tua pelle in modo omogeneo,
anche negli strati più profondi.
Per un'idratazione che nasce dalla tua pelle.



Da oggi, invece, i vari prodotti saranno presenti presso la Farmacia Comunale 46 di piazza Bozzolo 11 (nelle vicinanze dell'ospedale dermatologico San Lazzaro) e, grazie alla presenza capillare sul territorio cittadino, anche ritirabili presso una delle altre 33. Gli indumenti e gli accessori realizzati con il filato ad alta tecnologia svolgono un ruolo importante per i pazienti psoriasici quasi come un medicinale, tanto da poterli definire una "terapia tessile". Infatti, le varie indicazioni che i dermatologi forniscono alle persone affette da Psoriasi comprendono la preferenza di indumenti che non creino irritazioni e l'attenzione agli sfregamenti che determinano un peggioramento della malattia. Ulteriore aspetto non secondario è che la Psoriasi, patologia che colpisce circa 130 milioni di popolazione nel mondo, procura non solo disagio fisico ma anche un vero e proprio stress psicologico, con imbarazzo e isolamento.

Non solo per la Psoriasi, anche per lo sport

Le particolarità del P1fe rendono il tessuto adatto anche in caso di dermatiti atopiche, eczemi, ustioni e trapianti di pelle. Può altresì essere utilizzato come prevenzione del decubito. Lasciando l'ambito sanitario a pensando allo sport, coloro che praticano il ciclismo e la corsa traggono giovamento dalle proprietà del P1fe in tutte quelle situazioni in cui avviene sfregamento vigoroso e ripetuto.

Non a caso questo tessuto è stato anche definito dall'Adisipo (Associazione per la Difesa degli Psoriasici) "un tessuto innovativo per migliorare la qualità della vita dei pazienti psoriasici".

Come di consueto il 29 ottobre di ogni anno si celebra la WPD (World Psoriasis Day) ovvero la "Giornata Mondiale della Psoriasi", un appuntamento a cui Farmacie Comunali Torino Spa ha voluto simbolicamente partecipare rendendo disponibili da ottobre i prodotti.



appuntamento

A lezione in Farmacia

Dopo il grande successo dell'incontro sulle intolleranze alimentari di settembre, proseguono gli incontri presso la **Farmacia Comunale 22 in via Capelli 47**:

- **Lunedì 7 novembre** la biologa Enrica Bertolusso tratterà il tema **dolori osteo-articolari e/o muscolari**;
- **Martedì 29 novembre** alle ore 14.00 Barbara Bordigia, biologa, terrà una conferenza sugli **oli essenziali e uso terapeutico**.

Per prenotare telefonare al numero 011.72.57.42.

Presso la FC22 prosegue anche l'iniziativa dell'**Aging test** per monitorare il livello di stress ossidativo. Poiché a causa di un imprevisto era stato annullato l'appuntamento di settembre, sono state fissate le giornate di **venerdì 4 novembre** e **venerdì 2 dicembre**.

Riprendono con un ricco programma le conferenze presso la **Farmacia Comunale 45** di via Monginevro 27/b (ingresso alla sala conferenze in **via Scalenghe angolo via Monginevro**):

- **Mercoledì 16 novembre** dalle 18.00 alle 19.30 il tema

problematiche inerenti l'ipertensione e l'ipercolesterolemia. Il medico risponde sarà trattato da Primiano Lombardi, cardiologo Ospedale S. Croce di Moncalieri;

- **Venerdì 18 novembre** dalle 14.00 alle 15.30, la biologa Enrica Bertolusso terrà la conferenza sul tema **rimedi fitoterapici per il trattamento dell'acne**. Al termine verrà offerto un Bio Caffè;
- **Domenica 27 novembre** dalle ore 15.00 alle 18.00, un appuntamento particolare: **Vieni a conoscere Gianluca Mech**, ideatore del progetto Tisanoreica. L'autore presenterà e autograferà il suo libro *La dieta tisanoreica e il suo cuore verde, la decottopia*. A seguire dibattito con possibilità di porre quesiti e dialogare con Mech, spesso ospite della trasmissione *Porta a Porta*.
- **Venerdì 2 dicembre** dalle 14.00 alle 15.30 ritorna la biologa Enrica Bertolusso a parlare dell'**utilizzo della fitoterapia per alleviare i dolori articolari e muscolari nelle patologie croniche o da traumi**. Al termine dell'incontro sarà proposta una degustazione di tisane. Per prenotare telefonare al numero 011.385.25.15.

Nuovo Zerinol Gola. Doppio effetto, doppia libertà.



ANESTETICO

**DOPPIO
EFFETTO**

ANTINFIAMMATORIO

Quando la gola fa male è difficile fare le cose più facili. Quando parli, quando mangi, persino quando respiri il dolore aumenta e ti senti tagliato fuori da tutto. Oggi, però, puoi provare Zerinol Gola. È nuovo ed è un rimedio a doppio effetto, anestetico e antinfiammatorio: addormenta il dolore e, allo stesso tempo, ti aiuta a liberarti rapidamente dall'infiammazione. Così puoi tornare a fare le cose che vuoi.

RAPIDO SOLLIEVO DAL MAL DI GOLA.



Cittadino del mondo, cittadino di Torino

SOSTEGNO DALLE FARMACIE COMUNALI PER LA SALUTE NEI CENTRI DI ACCOGLIENZA

Margherita Perino

*direttore Organizzazione e Operatività aziendale
Farmacie Comunali di Torino*

È ancora vivo in tutti il ricordo del dramma vissuto da miriadi di profughi che nell'inverno e primavera 2011 hanno affrontato un viaggio disumano in cerca di un luogo di accoglienza che permettesse loro una vita dignitosa e libera. Immediata fu allora la decisione dell'Azienda Farmacie Comunali Torino Spa di intervenire con aiuti, dovuta non solo agli impegni Statutari aziendali espressamente ribaditi nel Contratto di Servizio firmato con il Socio di Maggioranza, la Città di Torino, ma anche al grande cuore degli Amministratori dell'Azienda, sempre pronti a dare un apporto significativo nelle grandi e gravi calamità. L'Azienda Farmacie Comunali di Torino ha infatti nell'humus quella propensione all'attenzione verso le esigenze dei cittadini, perseguita anche dalla Città di Torino, profondamente influenzata negli ultimi secoli dall'attività di straordinarie figure laiche e religiose impegnate nel sociale.

L'attenzione rivolta alle necessità contingenti locali si è estesa anche alle urgenze internazionali, riconoscendo che l'uomo è "cittadino del mondo" e come tale deve godere di diritti inviolabili di dignità e integrità fisica e psichica.

La conoscenza dell'attività e finalità perseguite dal Consorzio Connecting People ha permesso a Farmacie Comunali Torino Spa di individuare nel Consorzio il partner ideale per un progetto ad ampio respiro: facilitare una solidarietà strutturata in impegno specifico per creare ambienti di accoglienza umani, per interventi di carattere sanitario con invio di medicinali e medicazione e donazioni di apparecchiature medico sanitarie.

In una società civile **la sofferenza umana deve trovare una rete di solidarietà** per il sollievo delle tante sfaccettature di cui si compone, compresi la solitudine e il dolore morale, e questa rete deve essere ancor più robusta quando la sofferenza incontra la fascia di età più tenera, ovvero **l'infanzia**. La donazione ha compreso infatti articoli di accessori per l'alimentazione dei bambini e sarà ripetuta nell'ambito di necessità che il Consorzio rappresenterà come indispensabili per un'armonica crescita dei piccoli ospiti.

È bastata una piccola operazione per ridare una mano a Joy; era inservibile da 19 anni. Un morso di serpente l'aveva immobilizzata sin da quando era bambino. Joy è una delle 1750



CONNECTING PEOPLE
PERSONE CULTURE SERVIZI

persone provenienti dalla Libia, originarie dell'Africa subsahariana, giunte sulle spiagge di Lampedusa e poi trasferite in Piemonte. Joy è uno dei 450 richiedenti asilo che sono stati accolti nella nostra regione dal **Consorzio Connecting People** e dalla rete di cooperative sociali, associazioni, volontari a esso collegata che hanno deciso di mettersi a disposizione per dare una chance a chi, fuggito dalla guerra, chiede asilo e protezione in Italia. 450 nuovi piemontesi ai quali, oltre a garantire vitto e alloggio, viene offerta assistenza sanitaria, assistenza sociale, supporto psicologico, scuola di italiano, mediazione linguistica. In tutta Italia, **Connecting People** accompagna quotidianamente i migranti nel loro percorso di richiesta d'asilo e protezione. Li aiuta a ricostruire la loro storia, a comprendere la loro condizione e a imparare a capire la società in cui sono sbarcati. È per partecipare alla gestione del fenomeno migratorio in tutta Italia che nella primavera 2005 è nato il **Consorzio Connecting People** che dai 4 soci di allora oggi può contare sul contributo di oltre 20 soci, tra consorzi, cooperative sociali e sanitarie, associazioni. Interviene in tutta Italia e partecipa oltre che alla gestione di servizi al dibattito e alla costruzione di una cultura di integrazione che sia di vantaggio sia dei migranti che degli italiani. Ha aperto 12 sportelli di orientamento per rifugiati nelle principali città italiane, è partner dell'Oim, dell'Aicre e dell'Università della Sapienza di Roma nel lavoro di censimento e studio del fenomeno dell'asilo in Italia. Ha una rivista "Storie di questo mondo" attraverso cui prova a raccontare ciò che accade nei 22 centri che gestisce e in cui ospita 4.000 persone. Si interroga sul futuro dei nostri territori e ha presentato in Parlamento un pacchetto di proposte per rendere più facili processi d'integrazione. Nel fare questo dà lavoro a centinaia di italiani e stranieri, diffonde i valori della legalità e della solidarietà. Lavorare in un centro d'accoglienza dà modo di esplorare un nuovo mondo, che ha radici in terre lontane, ma anche di scoprire una nuova Italia fatta di persone, organizzazioni, aziende che donano tempo, denaro, beni per rendere più fertile il percorso di donne, uomini e bambini che potranno diventare nostri concittadini. Tra le imprese che hanno sostenuto **Connecting People** in questo progetto, c'è **Farmacie Comunali** che, oltre a regalare dei prodotti per i bimbi e per il primo soccorso di cui dotare i centri, si è messa a disposizione per agevolare la fornitura di medicinali e per offrire consulenza sull'allestimento degli spazi adibiti a infermeria all'interno dei centri d'accoglienza. Per informazioni su attività e progetti: www.connecting-people.it

Mauro Maurino - Connecting People

OSA METTERE A NUDO LA BELLEZZA DELLA TUA PELLE

È UN FATTO: OPTIVA AQUA CAPTURE È UN SIERO CHE PENETRA A FONDO
NELLO STRATO SUPERFICIALE DELLA PELLE

È UN FATTO: RINFORZA LA BARRIERA IDRATANTE DELLA PELLE

È UN FATTO: È PROVATO CHE DONA ALLA PELLE UN ASPETTO VISIBILMENTE PIÙ SANO

... TANTI MOTIVI PER MOSTRARTI AL MONDO COSÌ COME SEI

DIVENTA TU STESSA LA PROVA IN 14 GIORNI



Optiva
THE BEAUTY
OF CERTAINTY™



I Babbi Natale si radunano all'ospedale Regina Margherita. Vieni anche tu!

Ciascuno di noi può essere Babbo Natale per un giorno e portare il sorriso sul volto di tanti bambini. Infatti, **domenica 4 dicembre** dalle ore 10 alle 14 si ripete l'iniziativa del raduno dei Babbi Natale di fronte all'Ospedale infantile Regina Margherita. L'evento è organizzato dalla *Fondazione Forma* dell'Ospedale Infantile, nata dalla volontà di alcune famiglie di dare un contributo fattivo e concreto alla struttura ospedaliera pediatrica della loro città.

Quest'anno anche Farmacie Comunali Torino Spa aderisce all'iniziativa e diventa punto di distribuzione degli abiti di Babbo Natale. Da novembre è possibile acquistare nelle **34 farmacie comunali l'abito per partecipare al grande raduno**. Il costo di 5 euro è devoluto alla Fondazione (www.fondazioneforma.it). Il 4 dicembre vi sarà inoltre una simpatica novità: saranno esposti e premiati i Babbi Natale realizzati dalle tante scuole primarie e dell'infanzia del Piemonte



Perché partecipare il 4 dicembre? La risposta è racchiusa in queste frasi scritte dai genitori di una bimba, ex paziente del Regina Margherita: "Carissimi Amici, vi chiediamo, con tutto il nostro cuore, di mamma e papà di una bimba a lungo ricoverata in ospedale, cinque minuti del vostro tempo. Vogliamo spiegarvi il senso e l'importanza della nostra partecipazione al Raduno dei Babbi Natale, che si terrà a Torino il prossimo 4 dicembre di fronte all'Ospedale Infantile Regina Margherita. Le oltre 2.000 persone che lo scorso anno hanno aderito, indossando il magico abito, potranno testimoniare l'atmosfera che si è creata durante l'evento. A renderla speciale e unica erano proprio quelle centinaia di manine e occhi increduli che ci hanno salutato dalle finestre dell'ospedale emozionandoci per tutta la giornata. Vi chiediamo inoltre di aiutarci a divulgare questa iniziativa, con i vostri familiari e amici affinché quel giorno, insieme, potremo guardare il mondo con la semplicità dei bambini. Vi aspettiamo numerosissimi domenica 4 dicembre al magico raduno di Torino vestiti da Babbo Natale!"

che hanno aderito al concorso **forma il tuo Babbo Natale**. Le sagome neutre sono state inviate alle scuole affinché dalla creatività e manualità degli alunni potessero nascere tanti Babbi Natale, ma anche per sviluppare la sensibilità degli alunni nei confronti dei piccoli pazienti loro coetanei.

È venerdì: guarda Quartarete!

RITORNA LA RUBRICA DELLE FARMACIE COMUNALI

Riprende **Farmacia vicina**, l'iniziativa televisiva nata all'inizio del 2011 e dedicata all'informazione e alla promozione della salute. Si tratta di una striscia di trenta minuti in onda su Quartarete due volte al mese e inserita all'interno di "Gente che parla", programma di informazione e servizio, condotto da Cristiano Tassinari e Paola Gatti. Il programma televisivo si colloca in un processo comunicativo messo in moto affiancando vari strumenti (la rivista cartacea, il sito web ecc.) per raggiungere il maggior numero di persone e le tipologie di pubblico più diverse. Come già nella prima edizione, in studio si parla dei servizi offerti in farmacia e sono fornite informazioni e consigli sui temi della salute, del benessere e della sanità cittadina o regionale.

Si entra poi virtualmente in farmacia per incontrare e conoscere i farmacisti delle

34 farmacie comunali che propongono utili informazioni sul corretto utilizzo dei farmaci, sugli stili di vita ecc.



Farmacia vicina

da venerdì 4 novembre a venerdì 16 dicembre

su **4 quartarete**

dalle ore 10.00 alle ore 10.30
info e aggiornamenti:

www.fctorinospa.it - www.quartarete.tv

La realizzazione del programma è stata possibile anche grazie al sostegno di Mylan.

I contenuti sono pensati e realizzati sempre con una particolare attenzione ai riferimenti locali della salute, nella medesima linea editoriale seguita dalla rivista, per permettere al cittadino di ritrovare sul territorio gli operatori e i servizi presentati nel corso del programma.



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

visita il nostro sito web: www.docgenerici.it



DOC
GENERICI PER SCELTA



Il Farmacista ritorna sui banchi

L'ESPERIENZA DEL MASTER UNIVERSITARIO IN FARMACIA TERRITORIALE

Gabriele Lo Grasso

farmacista Farmacia Comunale 42 di Torino

L'Università di Torino, in collaborazione con l'Ordine dei Farmacisti di Torino, ha organizzato per l'Anno Accademico 2010/11 un master universitario di secondo livello in *Farmacia Territoriale* di durata annuale intitolato a Chiara Colombo, figlia del direttore di Federfarma Piemonte, scomparsa prematuramente per una grave malattia.

Il master ha avuto un grande successo: nonostante fossero solo trenta i posti disponibili, hanno partecipato alla selezione più di settanta farmacisti provenienti da tutte le regioni d'Italia.

A seguito del grande successo, a settembre 2011 ha preso il via la seconda edizione del master. Al master partecipano giovani farmacisti, tra cui il sottoscritto, d'età compresa tra i trenta e i quarant'anni, tutti animati da una forte motivazione a migliorare nella propria formazione e professionalità.

La direzione del master è affidata alla professoressa Paola Brusa, docente di Tecnica e Legislazione Farmaceutica presso la Facoltà di Farmacia dell'Università di Torino, che organizza le attività didattiche e segue da vicino il percorso formativo dei partecipanti. La professoressa Brusa, in collaborazione con il Comitato Scientifico, ha voluto privilegiare soprattutto l'aspetto pratico della formazione: accanto a una parte teorica che si svolge attraverso la frequenza alle lezioni ogni lunedì mattina nella sede di Federfarma a Torino, tutti i partecipanti sono impegnati a svolgere un tirocinio di cinquecento ore presso farmacie selezionate a scelta, per poter mettere in pratica tutte le nozioni apprese e relazionarle attraverso la stesura di relativi progetti formativi.

Le lezioni dei corsi vengono tenute da team di professionisti del settore, quali formatori, professori universitari, psicologi, medici e farmacisti.

I corsi sono articolati in tre aree:

- l'area *umanistica*, che tratta dei Principi di comunicazione interpersonale per migliorare l'aspetto comunicativo e relazionale nell'interazione con gli utenti della farmacia;
- l'area *scientifica* che mira ad analizzare le patologie più comuni e a fornire elementi per un utilizzo più funzionale e razionale dei farmaci a disposizione;
- l'area *normativa e legislativa*.

Alcuni farmacisti che hanno frequentato la prima edizione del master, tra cui Gabriele Lo Grasso (secondo da destra), insieme al presidente dell'ordine dei Farmacisti di Torino, Mario Giaccone (terzo da sinistra) e alla professoressa Brusa (terza da sinistra)



Al termine di ogni corso i partecipanti vengono sottoposti a una valutazione delle competenze acquisite *in itinere* e del livello di apprendimento raggiunto e a conclusione del percorso formativo dovranno affrontare la discussione di una tesi per il conseguimento del master.

L'elevata qualità della proposta formativa del master rappresenta un'occasione unica per i giovani partecipanti per aspirare ad avere in futuro un ruolo chiave nell'organizzazione e amministrazione della farmacia così come un'opportunità per affrontare con maggiore professionalità i bisogni e le aspettative dell'utenza di oggi. La "farmacia dei servizi" sta assumendo una rilevanza sempre maggiore nel tessuto sociale e appare doveroso, per chi lavora in quest'ambito, stare al passo con i tempi e rispondere alle nuove esigenze con una costante preparazione. Farmacie Comunali Torino Spa ha dato la possibilità a due giovani farmacisti di partecipare alla prima edizione del master, mettendo a disposizione (anche grazie al sostegno e al desiderio dei farmacisti comunali) due borse di studio dedicate in memoria della collega Denise Licitra, che ha sempre svolto il suo lavoro accompagnando la professionalità alla gentilezza e al sorriso. L'azienda crede principalmente nella formazione e investe in modo particolare sui giovani che vogliono crescere per migliorare il servizio alla collettività. Particolare cortesia, disponibilità all'ascolto e professionalità del personale rendono, infatti, l'azienda Farmacie Comunali un importante punto di riferimento nel comprensorio torinese.



FARMACIA COMUNALE

N°29

DA NOVEMBRE C'È **FreeFood**, IL NUOVO RIFERIMENTO PER GLI ALIMENTI SPECIALI
DI CELIACI, DIABETICI, NEFROPATICI E PORTATORI DI INTOLLERANZE ALIMENTARI

La farmacia comunale 29 nasce nel lontano 1972 in via Giachino 53. Nonostante sia un locale piccolo, è un punto di riferimento per gli impiegati e per gli operai immigrati dal Sud che ogni mattina prestano la loro opera nelle fabbriche del cuore industriale di Torino Nord: le acciaierie Teksid, la Michelin, la Savigliano, la Superga, la Fiat. Negli anni il profilo industriale del quartiere muta, le fabbriche vengono prima dismesse e poi abbattute, nasce il polo tecnologico dell'Environment Park. La Torino operaia muta pelle e i giovani si spostano verso altri quartieri, qui restano gli anziani con i loro ricordi. A partire dagli anni novanta arriva una nuova ondata migratoria che proviene da tutti i paesi del mondo. La farmacia comunale di via Giachino dal 2002 diventa il punto di riferimento dei bambini e delle mamme marocchine, africane, slave, cinesi, sudamericane, che ora abitano il quartiere in un fantastico crogiuolo di lingue commiste all'italiano in cui tutti si rispettano e convivono. Andare a lavorare è una scoperta continua di usi e costumi lontani e ha un profondo significato di solidarietà e aiuto sociale. Il quartiere muta ancora, la sopraelevata di corso Mortara viene abbattuta e al posto delle macerie delle fabbriche nascono gli edifici della Spina 3, che ospitano nel 2006 i giornalisti che seguono le olimpiadi invernali di Torino.

Nel 2007 la farmacia comunale si trasferisce nei nuovi locali di via Orvieto 10/a, nel cuore dell'ex villaggio olimpico. Lo spazio ampio e luminoso permette di allestire il laboratorio di autoanalisi e di aprire il punto prenotazioni delle visite mediche per l'Asl, l'offerta merceologica si amplia e la farmacia si specializza nel settore cosmetico diventando anche centro dermocosmetico di un rinomato brand. Attualmente abbiamo deciso di aumentare le competenze anche in campo erboristico e omeopatico con viva soddisfazione della nostra clientela, sempre più sensibile alla naturalità dei prodotti.

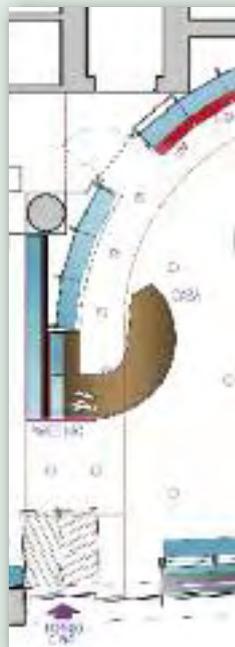
Via Orvieto è ora una zona ad alta densità popolare che sta riscuotendo un rinnovato interesse per l'offerta di alloggi nuovi a prezzi estremamente competitivi e che si sta arricchendo di tutta una serie di servizi al cittadino, di negozi e di supermercati divenendo sempre più **l'area residenziale maggiormente scelta** dalla "giovane" famiglia torinese.

È per questo motivo che la farmacia comunale 29 si evolve nuovamente per meglio accogliere una clientela che si sta espandendo e per offrire servizi alla popolazione non solo residente nel quartiere e, perché no?, non solo residente in Torino: a novembre nascerà **FreeFood**, il reparto interamente dedicato all'alimentazione speciale per celiaci, diabetici, nefropatici e portatori di intolleranze alimentari. **Non un corner all'interno della farmacia, ma un negozio di circa 120 mq**, con un vasto assortimento di prodotti secchi, 15 metri di esposizione di surgelati e prodotti freschi su ordinazione. Un punto dedicato in cui adulti e bambini potranno trovare tutti cibi buoni e "permessi", comprese fantastiche torte di compleanno fatte appositamente per loro.

FreeFood offre un servizio anche online. È, infatti, possibile prenotare i prodotti sfogliando il catalogo sul sito **www.freefood.it**. La ricerca dell'alimento è realizzabile per "patologia", "produttore" e "necessità" (ad esempio senza zucchero, senza glutine ecc.). Per utilizzare il servizio online, è necessario recarsi alla farmacia comunale 29 e attivare la carta fedeltà.



Da sinistra, le dottoresse Farzaneh Farzin, Paola Carniel, Costanza Vassallo, Nicoletta Melò con la magazziniera Maria Bonaccorsi (seconda da sinistra)



Due rendering che illustrano l'aspetto del reparto FreeFood della Farmacia Comunale 29; in basso, uno schema della disposizione interna



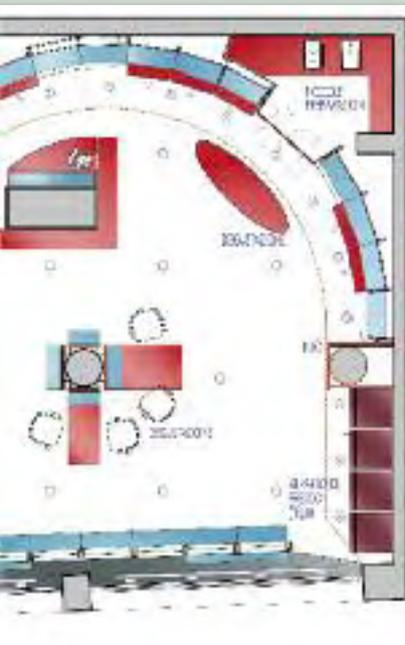
FreeFood è stato concepito per differenziarsi da altre realtà a oggi esistenti. Dopo una approfondita analisi del fabbisogno in tale ambito, si è proceduto a coinvolgere uno studio di architetti che potesse fornire un'impronta unica e originale con l'obiettivo di:

- organizzare un **percorso circolare** che potesse "accompagnare" e "guidare" il cliente nella fruizione libera nel punto vendita;
- **predisporre gli spazi espositivi in maniera razionale** affinché fossero chiare le suddivisioni tra famiglie di prodotti (per celiaci, diabetici, nefropatici ecc.) con l'obiettivo di facilitare al massimo il cliente;
- arredare gli interni in modo **funzionale ma al contempo piacevole ed elegante** in linea con un gusto contemporaneo estremamente "avvolgente" caratterizzato da colori vividi;

- rendere il locale estremamente luminoso grazie alla presenza di grandi vetrine e di scaffali e mensole trasparenti che ne riflettano la luce naturale e creare **spazi confortevoli anche per il consumo in loco di alimenti**;
- offrire un'**area di degustazione** che sarà oggetto di incontri e iniziative di vario genere (ad esempio **dimostrazioni di cucina**, spazio per **consultare libri**).

Paola Carniel

direttore Farmacia Comunale 29



Il mio percorso nelle Farmacie Comunali di Torino ebbe inizio due anni fa e ciò che mi entusiasmò fu il grande fermento d'idee. Questo spirito propositivo ha portato alla realizzazione di diversi progetti, l'impegno è quello di rispondere alle richieste dei cittadini torinesi in tema di salute fornendo un sempre più ampio ventaglio di servizi. In quest'ottica nel mese di novembre inauguriamo **FreeFood**, un centro dedicato a chi ha speciali esigenze nutrizionali.

FreeFood vuol essere un luogo moderno, accogliente e vitale come il quartiere che lo ospita, dove potersi incontrare non solo per fare la spesa ma anche per uno spuntino, una degustazione oppure un corso di cucina e approfondire le tematiche legate alla nutrizione.

Per rendere possibile tutto ciò, la collega Farzaneh e io abbiamo conseguito l'abilitazione alla somministrazione al pubblico di alimenti e bevande con il superamento di un esame al termine di un corso tenuto da un ente certificato dalla Regione Piemonte. Durante il corso abbiamo approfondito diversi argomenti tra cui le norme igienico-sanitarie degli alimenti, delle strutture e degli ambienti, le tecniche di conservazione, manipolazione e trasformazione degli alimenti, la merceologia alimentare e la normativa a tutela del consumatore. La nostra speranza è che questa, che per noi è una nuova avventura, si riveli un modo per avvicinare ancora di più le Farmacie Comunali di Torino alla popolazione.

Nicoletta Melò

Giusto[®]
SENZA GLUTINE

**Gran scelta.
Gran festa!**

NUOVO

più morbido
con gocce di cioccolato



**UNICO
SUL MERCATO**

4 bontà, con 16 ore di lievitazione naturale, per soddisfare le preferenze di tutti.

I grandi classici **Panettone** e **Pandoro** ed il nuovo **Panettone al Cioccolato** sono preparati secondo tradizione.

E per dare più gusto al tuo Natale, Giusto propone una irresistibile specialità: il **Pandoro Cuor di Cacao**, l'unico pandoro senza glutine farcito con deliziosa crema al cacao.

In Farmacia

GIULIANI



VACCINI



Tra diritto e dovere, con le vaccinazioni partecipiamo all'eliminazione di alcune malattie

a cura di **Elisabetta Farina**

Nel 1778, il medico inglese Edward Jenner utilizzò con successo il pus di una vacca infetta da vaiolo per immunizzare il proprio figlio contro la malattia: nacque così il vaccino. Il principio su cui si basano i vaccini è ancora oggi lo stesso, anche se la tecnica di preparazione si è raffinata. Un vaccino è un prodotto costituito da una piccolissima quantità di microrganismi (virus o batteri) uccisi o attenuati, o da una parte di essi, progettato in modo da stimolare nel corpo la naturale reazione immunitaria, cioè il meccanismo naturale di difesa del nostro corpo, per costruire una specifica resistenza alle infezioni senza che si sviluppino i sintomi e le complicanze della malattia. L'impatto delle vaccinazioni sulle malattie può essere sintetizzato in 3 passi successivi: il *controllo della malattia*, cioè la riduzione del numero di malati a maggior rischio di complicanze (ad esempio gli anziani per la vaccinazione antinfluenzale o i bambini nel primo anno di vita per la vaccinazione antipertosse); la *riduzione assoluta del numero di malati* in uno o più paesi, fino alla eliminazione della malattia, come si è verificato per la poliomielite nelle Americhe o per il morbillo in Finlandia; l'*eliminazione di una malattia a livello mondiale*. Questo traguardo, noto come eradicazione e raggiunto nel 1980 per il vaiolo, fa sì che

non esista più il rischio di contrarre la malattia e consente quindi di interrompere la vaccinazione.

La prossima malattia candidata all'eradicazione è la poliomielite.

In Italia, in ambito pediatrico, esistono dei vaccini obbligatori per legge e vaccini raccomandati.

Entrambi seguono un *calendario vaccinale* ben definito, cioè un piano

che prevede una serie di vaccinazioni in riferimento all'età e alle circostanze in cui i vaccini vanno somministrati.

Cosa succede in Piemonte

In Piemonte i vaccini pediatrici si dividono in due classi: **prioritari e altri**.

Rientrano tra i prioritari quelli contro il morbillo, la rosolia, la parotite, la polio, il tetano, la difterite, la pertosse, l'epatite B, l'*haemophilus influenzae B*. Sono inclusi anche i vaccini destinati ai bambini che devono affrontare viaggi in zone nelle quali sono presenti malattie scomparse in Piemonte e quelli necessari ai pazienti affetti da alcune patologie.

Sono disponibili gratuitamente presso i Servizi vaccinali. Della seconda categoria, invece, fanno parte, per esempio, l'antirabbia, l'antiepatite A, l'antifebbre Tifoide e l'antipneumococco. Sono disponibili a prezzo di costo presso le Asl. Nell'anno 2010 è partita anche la campagna di vaccinazione gratuita antimeningococco.

Per i vaccini prioritari, la famiglia di ogni nuovo nato riceve una lettera dall'Asl con l'invito a recarsi presso i Servizi vaccinali per la somministrazione. Al momento della prima dose viene rilasciato un certificato, aggiornato in tempo reale, con le indicazioni per i successivi richiami. Per gli altri vaccini è il pediatra a offrire le informazioni sulle possibilità offerte.

Vaccino contro il Papilloma umano

La Regione Piemonte offre gratuitamente il vaccino contro il Papilloma umano (Hpv), responsabile del carcinoma della cervice uterina, alle giovani nel loro undicesimo e quindicesimo anno di età. L'offerta fa parte di una campagna di vaccinazione nazionale che si concluderà nel 2012 con le ragazze nate nel 2001. Le ragazze coinvolte nel programma sono invitate, tramite lettera dell'Azienda sanitaria locale di riferimento, a rivolgersi ai Servizi vaccinali per effettuare la vaccinazione.

Il vaccino antinfluenzale

È iniziata il 15 ottobre e si concluderà il 31 dicembre la campagna di vaccinazione antinfluenzale 2011-2012, come indica la circolare del ministero della Salute sulla



Edward Jenner, considerato il padre dell'immunizzazione

ESI

Dal 1975 garantiamo un benessere naturale

Linea
Leader
in ITALIA!

NO•DOL

GLUCOSAMINA MSM COMPLEX



TRAUMGEL

CEROTTI

CREMA

ARTIGLIO DI DIAVOLO

UN AIUTO NATURALE PER I
PROBLEMI ARTICOLARI

Infolline: 019 40192234 - esitalia.com

prevenzione e controllo dell'influenza. La vaccinazione è soprattutto consigliata per le categorie di cittadini cosiddette a rischio: si tratta, ad esempio, degli anziani sopra i 65 anni, i malati cronici, le donne in gravidanza al secondo o terzo trimestre, ma anche i medici e il personale sanitario di assistenza e i soggetti addetti a servizi pubblici di primario interesse collettivo (ad esempio forze dell'ordine e vigili del fuoco). Per queste categorie la vaccinazione è gratuita.

In viaggio e in difesa dai pollini

Esistono anche **vaccinazioni consigliate** da effettuare **in caso di viaggi** all'estero, in particolare in Stati o zone

caratterizzate da un'alta endemia per determinate patologie infettive. A Torino i riferimenti sono il Servizio di Medicina dei Viaggi - Centro di riferimento regionale per la Medicina dei viaggi presso l'Ospedale Amedeo di Savoia e l'Ambulatorio di Medicina del viaggiatore in via della Consolata 10. Sono milioni le persone che cercano ogni anno di combattere il fatale incontro con i pollini.

Eppure per la stragrande maggioranza di loro una soluzione definitiva c'è: il vaccino. **L'immunizzazione verso i pollini** è efficace, riduce in maniera significativa i sintomi e la necessità di ricorrere a farmaci e non ha effetti collaterali degni di nota.



Per approfondire:

www.levaccinazioni.it
www.ilgirodelmondo.it (sezione "vaccini")
www.epicentro.iss.it (voce "vaccinazioni")

I nostri amici a quattro zampe

Il Regolamento comunitario dispone che gli animali da compagnia (cani, gatti, furetti) durante gli spostamenti tra i Paesi europei siano accompagnati da un passaporto che attesti la validità della vaccinazione antirabbica e degli eventuali richiami. Per i residenti nella città di Torino bisogna rivolgersi al Servizio Veterinario dell'Asl To 1 in Via Parella 6 (tel. 011.709.58.815).

redazionali

Da Rausch un'innovazione per le persone affette da allergie

Sempre più persone soffrono di irritazioni del cuoio capelluto e hanno dei capelli fragili e sfibrati. Lo specialista svizzero dei prodotti di cura alle erbe, Rausch AG Kreuzlingen, affronta questi problemi ampiamente diffusi con la messa sul mercato di una **linea di prodotti innovativi e delicati**: uno shampoo ipoallergenico lenitivo e un balsamo a base di estratto di semi a cuore, una pianta rampicante esotica conosciuta anche con il nome di *cardiospermum*. Entrambi i prodotti sono il risultato di molti anni di ricerca e sviluppo e recano il marchio di qualità *aha!* di Service Allergie Suisse, una filiale del Centro svizzero per le allergie, la pelle e l'asma. Sono quindi conformi a tutti i criteri e le rigide direttive prescritte da questa istituzione.



Mal di gola? Troviamo insieme la soluzione con Benagol

Il mal di gola è un disturbo molto frequente che colpisce a ogni età ed è causato dall'infiammazione della parte più profonda del cavo orale. Solitamente è il segnale di una risposta difensiva in atto e, soprattutto in inverno, è sintomo di malattie stagionali causate da temperature rigide, pioggia e vento, che mettono in pericolo la salute delle vie respiratorie. Per il mal di gola sono indicati prodotti da banco ad azione locale come pastiglie, spray e collutori. Questi presidi migliorano rapidamente il quadro sintomatologico perché rilasciano direttamente i principi attivi e contenendone una minor quantità rispetto a capsule e compresse, limitano l'insorgenza di eventuali effetti collaterali dannosi allo stomaco.



Da Vicks un aiuto effervescente contro la tosse grassa

Dall'esperienza Vicks nasce un prodotto contro la tosse grassa che unisce l'efficacia di uno sciroppo al rapido sollievo delle compresse effervescenti. **Vicks Tosse Mucolitico** contiene ambroxolo, principio attivo che agisce per fluidificare il muco e favorirne l'espulsione. L'ambroxolo viene sprigionato grazie alle bollicine effervescenti attive per agire in modo rapido ed efficace contro la tosse. È comodo da usare, grazie alle pratiche confezioni in bustine singole e ha un gradevole gusto di agrumi. Può essere assunto con antidolorifici e antibiotici, ha una tollerabilità clinicamente provata e può essere utilizzato dai diabetici o da chi sta seguendo una dieta a basso contenuto calorico, dato che non contiene zucchero. **Vicks Tosse Mucolitico** ha una lunga durata d'azione e può essere somministrato a partire dai 12 anni.



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



BioNike
SALUTE E BELLESSERE

DEFENCE XAGE
DECIDI TU
DA CHE ETÀ
RICOMINCIARE

*NICKEL TESTED
SENZA CONSERVANTI
SENZA PROFUMO
SENZA GLUTINE



IL PASSATO DELLA TUA PELLE RITORNA PRESENTE

DEFENCE XAGE sfrutta la forza di JUVENIKINA6, un complesso di attivi concepiti per riattivare le funzioni dell'epidermide. La tua pelle diventa più tonica, elastica, luminosa e le rughe sono visibilmente attenuate.

www.bionike.it - www.salvalapelle.it -

BioNike: da 50 anni in farmacia.



La terza età

Una stagione della vita o una risorsa nel terzo millennio?



Patrizia Cane

*psicologa, Servizio di Psicologia dell'Età Evolutiva dell'Asl To4, Chivasso e Centro Medico Psicologico Torinese
Via Napione 15, Torino - e-mail: patriziacane@libero.it*

Arriviamo con questo all'ultimo tra gli articoli dell'anno 2011 riservati alla psicologia e dedicati ad alcune tra le età e situazioni della vita più tipiche: adolescenza, matrimonio e genitorialità, vacanza, quotidianità tra lavoro e famiglia, terza età. Non che si siano scelte quelle più importanti, ritenendo le altre meno degne di interesse e rilevanza, ma si è pensato di trattare alcune tra quelle che possono risultare più impegnative e problematiche.

Intanto una precisazione: negli ultimi decenni è stata rivista l'indicazione d'età che era stata fissata per definire e delimitare le varie fasi di sviluppo. Se si pensa per esempio all'inizio dell'età adulta, oggi non si definirebbe tale un uomo di 18-20 anni, che molto probabilmente vive ancora in famiglia, è alle prese con studi superiori da terminare o universitari appena intrapresi e che men che mai si sentirebbe pronto a creare un proprio nucleo familiare. Al di là di ciò che forse può ancora essere valido solo nel mondo legale, è oggi considerato adulto colui che, a 25-30 anni, ha delineato la propria vita futura, ha più o meno scelto quale sarà la sua professione (almeno si spera, compatibilmente anche con le possibilità e fattibilità concrete) ed è impegnato nel perseguimento e ottenimento di obiettivi abbastanza chiari e definiti.

Allo stesso modo, assolutamente rivista è l'età che viene identificata come l'inizio della Terza Età. Se un tempo, anziano era colui che si aggirava sui 55 anni, anche perché proprio quella era la soglia fissata per l'ingresso nell'età della pensione, oggi tale limite è slittato di almeno 10 anni e oltre (e verosimilmente continuerà ad avanzare). Del resto ai nostri tempi è molto diversa la condizione fisica e psichica di una persona di 65-70 anni rispetto a quella che poteva essere tre o quattro decenni fa.

Oggi, anche grazie ai grossi passi in avanti che hanno fatto la ricerca medica e farmacologica, il grado di sanità e benessere fisico è notevolmente migliorato: la percentuale

di persone autonome, indipendenti, efficienti e in buono stato di salute, anche se magari con qualche acciaccio, è decisamente più elevata rispetto a ciò che si poteva riscontrare negli anni '60-'70 e ancora '80.

Questo ha permesso di "riscoprire" l'età anziana e le molteplici possibilità di crescita personale che essa può offrire. Un tempo infatti l'invecchiamento era visto come un periodo di solitudine, triste, quasi caratterizzato esclusivamente "dall'attesa della morte".

Oggi, invece, si sa come questa fase della vita possa essere ricca e interessante, un'opportunità dunque per fare tutte quelle cose che si sarebbero sempre volute fare, ma per le quali non si è mai avuto il tempo. Durante la fase lavorativa della nostra vita (come si è evidenziato nello scorso numero) la maggior parte di noi è occupato da mille attività: lavoro, famiglia, figli, gestione della casa, scuola e attività sportiva dei figli, propria attività fisica, se si riesce, e chissà cos'altro. Il tempo per coltivare quelli che potrebbero essere i nostri hobby e le nostre passioni è veramente limitato. Ecco quindi che l'anzianità, quel periodo principalmente connotato dall'interruzione della propria attività professionale, offre un monte ore notevole e inusuale, tale da permettere di dedicarci a svariate attività. Innumerevoli, ad esempio, sono i musei, le pinacoteche, le mostre permanenti o temporanee, i siti archeologici, gli eventi di musica e spettacolo, presenti nella nostra città e sul territorio piemontese. Per non parlare delle biblioteche, presenti sia a livello "centrale" che "circoscrizionale", dove si possono trovare libri, pubblicazioni e documenti di ogni genere, compresa la possibilità di leggere i quotidiani in loco.

Parecchi quartieri hanno poi un circolo o associazione dove ci si può trovare per discorrere, giocare a carte o partecipare a varie iniziative che vengono organizzate, comprese feste, balli, ecc.

Kelémata

NATURA SCIENZA BELLEZZA

PURI DISTILLATI DI

PIANTE OFFICINALI

Per Capelli forti e sani

Dall'esperienza dei **Laboratori Farmaceutici Kelémata** nella coltivazione e nell'impiego delle piante officinali, nascono i nuovi trattamenti che **attingono dalla natura le sostanze più attive** per nutrire, ristrutturare e rinforzare il cuoio capelluto.

Una linea completa di **Shampoo, Balsami** e **Treatments specifici** per prendersi cura di ogni tipo di capelli in modo naturale ed efficace.

SEMI DI LINO
RISTRUTTURANTE



KARITE
RIGENERANTE



FIORDALISO
FORTIFICANTE



Se poi il proprio interesse è maggiormente enogastronomico, si può avere l'imbarazzo della scelta tra feste e sagre paesane dove, soprattutto nel periodo che va da aprile a ottobre, si possono degustare prodotti tipici, a fianco o sopra la pista da ballo campagnola.

Anche gli appassionati di turismo potranno soddisfare i loro interessi, intraprendendo viaggi più o meno lunghi, grazie anche al notevole ribasso di prezzi degli ultimi anni dei biglietti aerei. Senza dimenticare che meravigliose gite fuori porta, a costo quindi molto più contenuto, possono essere fatte nella nostra regione, che offre mete abbondanti e interessantissime.

Per non parlare dell'opportunità di avvicinare tutte quelle attività, legate al nuovo mondo della tecnologia, che magari per anni sono sembrate troppo difficili e distanti da noi: sto parlando del famoso "computer" e di "internet". Molteplici sono oggi i corsi, anche gratuiti, di avvicinamento e formazione a questi strumenti, a cui partecipano proprio anche molti anziani. Essi scoprono così che, non solo non era una cosa così impensabile e assurda, ma anzi colgono il piacere di aver imparato qualcosa di nuovo, che offre peraltro possibilità di intrattenimento e informazione che non avevano immaginato.

Ma, soprattutto, l'anzianità e il tempo libero offrono l'opportunità di dedicare tempo ai nipoti. È vero e innegabile quanto i nonni costituiscano una risorsa indispensabile e preziosissima per genitori che lavorano, alle prese con orari scolastici che quasi mai collimano con i propri e con costi di babysitteraggio o di doposcuola inaccessibili.

Si dice oggi: "Se i nonni non ci fossero, bisognerebbe inventarli!". E coloro che per vari motivi non possono usufruirne, sicuramente rimpiangono tale opportunità. Ma per i nonni stessi è un piacere difficilmente rinunciabile: passare delle ore con i bimbi, vederli crescere giorno dopo giorno, apprezzare con loro le piccole conquiste quotidiane e intrattenerli a casa o ai giardini occupandosi delle loro esigenze, costituiscono dei momenti preziosi e densi di gioia e vitalità. Spesso poi capita all'anziano di scoprirsi seduto per terra a giocare alle macchinine con il nipotino, o alla nonna di ritrovarsi a pettinare e vestire le Barbie "per il Gran Galà della serata". O meglio, ai genitori arrivati per prendere la prole può capitare di ritrovare figlio e nonno seduti davanti alla Play Station, intenti a giocare la finale del campionato di calcio.

È vero però che l'anzianità può voler anche dire difficoltà e limitazioni: è in questo periodo che talora arrivano malattie importanti, talora invalidanti, che comincia a essere riconoscibile un certo decadimento fisico e mentale e che ci si trova dunque ad aver a che fare con necessità di aiuto, assistenza e cura. In tal caso prevale la sensazione di "essere di peso" e di percepire la difficoltà che fanno i propri famigliari a conciliare le nuove richieste con un'organizzazione di vita già molto faticosa. Spesso uno dei compiti più gravosi per il "nuovo anziano" è percepire di

essere diventato l'ultima generazione in vita, di essere passato cioè in quella fase dove non ci si occupa più dei propri figli, ma in cui si può aver bisogno di loro, in modo più o meno intenso.

Ciò che sembra più difficile è riuscire ad accettare di non essere più "produttivi": il nonno di oggi è colui che nel dopoguerra ha dovuto darsi da fare, ingegnarsi nel migliorare dei modi per crearsi una speranza e un futuro, lavorare in modo indefesso durante gli anni della crescita economica, essendo cioè una risorsa indispensabile per la propria crescita e per la propria famiglia; è abituato a "fare", a lavorare, a non star fermo e difficilmente riesce a integrare il concetto di colui che non fa più nulla e non "rende" più. Idea che viene ancor più amplificata nel mondo contemporaneo, dove pare non esserci tempo e spazio per chi non è produttivo e non è inserito nella macchina economica.



Ma, come abbiamo visto, questo non è assolutamente vero: gli anziani sono una risorsa preziosissima e indispensabile, non solo come nonni, quindi come coloro che possono sopperire alla necessità di accudire i nostri figli, non potendo noi trovare altra soluzione, ma anche come persone ricche di un bene inestimabile oggi, il tempo. Quante attività, esigenze sociali e strutture ricettive esistono proprio perché gestite, amministrare e condotte da volontari, perlopiù anziani, che possono mettere a disposizione la loro esperienza e il loro tempo. Da attività ricreative ad associazioni di volontariato, sempre più il sociale si avvale di queste persone. Si pensi ai "nonni-vigile", che fuori dalle scuole o sugli scuolabus accompagnano e sorvegliano i bambini, o al personale di assistenza presente in certe strutture ospedaliere e di cura.

Si tratta dunque di come si volge lo sguardo alla Terza Età, di che tipo di "occhiali" si indossano per guardare a questa nuova condizione, quelli pessimisti o quelli ottimisti. Certo che bisogna fare i conti con nuove difficoltà, con limitazioni più o meno importanti e con una salute a volte compromessa, ma bisogna essere in grado di mettere in campo una nuova modalità creativa e positiva di gestire il

Fai il pieno di energia!

Vitalmix®



La qualità
in Farmacia

MONTEFARMACO OTC
Si prende cura del tuo benessere

tempo e le energie, essendo consapevoli che l'aspettativa di vita oggi si è decisamente alzata e che la qualità della vita stessa è nettamente migliorata rispetto ai decenni passati. Bisogna altresì avere la forza di riconoscere il bisogno e di chiedere aiuto, ai familiari, alle strutture e ai servizi, senza per questo cadere nella trappola della richiesta eccessiva, vincolante e che sviluppa sensi di colpa.

Nella nuova relazione che si sviluppa tra genitori anziani e figli adulti è importante che imparino i primi a dipendere dai propri figli e questi a prendersi cura di loro, senza

che questo venga vissuto come un peso, un obbligo o un "ricatto affettivo". Talora, infatti, si insinua in questo rapporto quello che viene definito "conflitto di lealtà", dove i figli sentono l'obbligo di dover saldare il debito con i genitori, che hanno donato loro la vita e che si sono presi cura di loro da bambini, pur se questo va al di là delle loro competenze e possibilità fisiche e oggettive.

Sarebbe auspicabile che genitori e figli riuscissero a vivere la dipendenza come un'occasione di crescita e miglioramento delle relazioni familiari, non quindi come un vincolo, raggiungendo così un equilibrio tra assenza ed eccessiva lealtà.

Salutandovi a questo punto per l'anno in corso e pensando che magari alcuni di voi prenderanno spunto da queste righe per organizzare al meglio le prossime festività natalizie, tra una visita a un museo, un concerto, un ballo e un pranzo di famiglia, colgo l'occasione per augurare a voi tutti Buone Feste e Buon 2012.

Per conoscere alcune delle **offerte culturali della Città di Torino**:

www.comune.torino.it e poi vedere sezione "Calendario eventi culturali in città" oppure fare riferimento a Comune di Torino, Piazza Palazzo di Città n. 1 oppure www.visitatorino.com dove ci si può iscrivere per ricevere la Newsletter periodica che informa sulle varie attività del territorio;

Per avere informazioni capillari sulle **attività cittadine**, rivolgersi alle singole circoscrizioni;

Per conoscere alcune delle **offerte culturali della Regione Piemonte**:

www.regione.piemonte.it/cultura/cms/promozione-delle-attivita-culturali.html oppure fare riferimento a Regione Piemonte, tel. **011-432.16.47**, numero verde: **800.333.444**

redazionali

Influvivis, efficace fin dai primi sintomi dell'inverno

Influvivis di Planta Medica è un integratore alimentare 100% naturale ideale per aiutare l'organismo a reagire contro i fastidi legati ai primi sintomi influenzali: la sua formulazione lo rende un valido aiuto ai meccanismi fisiologici che l'organismo mette in atto per rispondere ai disagi tipici della stagione invernale. Un mix di piante innovativo ed efficace grazie all'azione sinergica e complementare di: *Sambuco* succo concentrato noto per la sua attività sulle vie respiratorie; *Spirea* estratto liofilizzato, utile come coadiuvante del processo di sudorazione; *Acerola* succo concentrato ad azione antiossidante.

Influvivis sciropo è: senza conservanti, eccipienti di sintesi e coloranti; senza glutine; adatto anche per bambini sopra i 3 anni di età; gradevolissimo al sapore.



Defence XAGE per prevenire e attenuare i segni del tempo

Da BioNike sette prodotti specifici che agiscono in sinergia e sette azioni complementari per aumentare la produzione degli elementi fondamentali della pelle (acido ialuronico, collagene, laminina, fibronectina), migliorarne l'elasticità e levigarla, attenuare le rughe, definire e risollevarla, attenuare le rughe, definire e risollevarla i contorni del viso e donare un aspetto più luminoso. Vero e proprio concentrato di bellezza e novità assoluta della linea è l'*attivatore concentrato essenziale* che contribuisce ad attenuare le micro-rugosità e le rughe anche profonde. **Defence Xage** è composta da *rivitalizzante antirughe giorno* e *ridensificante antirughe notte* – che possono essere usati per migliorare e accelerare il rinnovamento cellulare, oltre che da *lifting anti-età giorno* e *filler anti-età notte* – perfetti per le pelli più mature. Completano l'offerta i due sieri *ristrutturante giorno* e *riparatore notte*.



Infiammazioni? Dolori articolari e muscolari? C'è NoDol

NoDol Esi è una linea di prodotti utili nella protezione delle cartilagini e nel ripristino della naturale flessibilità articolare, grazie a ingredienti efficaci per il benessere delle articolazioni, quali Glucosamina, M.S.M., Condroitina, Manganese. Ai 2 integratori alimentari, **NoDol capsule** e **liquido** (a base di Glucosamina, Condroitina, e altri principi vegetali), si affiancano oggi 4 dispositivi medici CE con principi naturali: **NoDol crema**: in caso di dolori e rigidità articolari; **NoDol Artiglio del diavolo gel**: in caso di contratture di varia natura; **NoDol cerotti**: in caso di dolori reumatici e muscolari, traumi sportivi, torcicollo e lombalgie, garantisce un rilascio costante e prolungato (24 ore) dei principi naturali; **NoDol traumangel**: in caso di urti, ematomi, traumi e contusioni.



PERCHÉ DEVI SPENDERE DI PIÙ?

I farmaci generici hanno lo stesso principio attivo dei farmaci di marca e sono equivalenti in efficacia e qualità. E spesso costano meno.

**CHIEDI MYLAN
AL TUO FARMACISTA.**



Scopri all'interno della rivista come leggere il QR Code con il cellulare ed accedere alle informazioni.



In Italia e nel mondo, Mylan è sinonimo di qualità.

Riconosciuta e premiata negli USA come miglior produttore di farmaci generici, Mylan vanta processi produttivi ed un controllo qualità certificati secondo rigorosi standard americani ed europei.

Di Mylan ti puoi fidare.

www.mylan.it

 **Mylan**
your life



Il metodo della complessità in Medicina Omeopatica (2ª parte*)

Davide Casalini

medico e omeopata (www.omphalon.it)

Riprendendo il discorso metodologico in Medicina Omeopatica, abbiamo visto che nel tentativo di rispettare la complessità del sistema uomo si possono definire i rimedi per Famiglie. Ogni Famiglia omeopatica è caratterizzata dal riunire nello stesso gruppo rimedi con gli stessi Temi Fondamentali. Dall'analisi dei sintomi e dei dati presenti in letteratura si può infatti cercare quali sono le modalità espressive più tipiche di ogni rimedio e verificare le analogie tra rimedi diversi. Di solito ognuno di questi gruppi ha come capostipite un policresto¹ che viene in questo caso studiato come una sorta di "archetipo", un modello dinamico con specifiche strategie adattative e non un farmaco in grado di guarire tutto. Disporremo così accanto ad *Arnica*, *Belladonna*, *Sulphur* o *Sepia* di una Famiglia costituita di molti altri "piccoli" rimedi.

Tutti i rimedi all'interno della stessa Famiglia presentano forti analogie strutturali oltre che a livello di biologia, tossicologia, farmacologia e mitologia. Allo stesso tempo ognuno di essi ha caratteristiche proprie e una azione terapeutica specifica; questo, come già accennato, permette di disporre di un maggior numero di farmaci specifici per le diverse patologie. I dolori pungenti e penetranti di un paziente che mostra i Temi Fondanti della Famiglia delle silicee, verrà curato meglio con *Bambusa* se presenta dolori e blocchi a tutta la colonna, con *Equisetum* se ha cistiti ricorrenti o con *Silicea* se manifesta frequentemente sinusiti e torcicollo. Attualmente sono state studiate e utilizzate con successo terapeutico più di 40 Famiglie, ognuna delle quali comprende una media di 20 rimedi.

Si passa così dalla Famiglia dei ragni o dei serpenti del mondo animale, ai sali di metalli attraversando il regno vegetale delle belle liliacee o delle profumate labiate.



Ma tutte queste nozioni tecniche a cosa ci servono e che differenza fanno, si chiederà giustamente l'attento lettore. In realtà ritengo che siano fondamentali per diversi motivi. Innanzitutto perché se la Medicina Omeopatica ha come unico obiettivo l'individuo nella sua unicità anche la terapia non può essere altrimenti che un rimedio unicista. I rimedi complessi o i cocktail di rimedi singoli hanno dimostrato la loro efficacia limitata oltre che la totale estraneità con il principio del Simile in omeopatia. Non c'è dubbio che sia una meta ambiziosa e difficile quella di cercare un rimedio che si avvicini il più possibile alle caratteristiche di una persona; un percorso rischioso e con frequenti errori, per cui è normale che si possa cambiare rimedio per cercare di trovare il maggior beneficio possibile per il paziente. Questo, però, non è una valida motivazione per assurgere a metodo questa pratica necessaria: non esiste nessuna "cipolla da sbucciare", nessuna serie di rimedi da prescrivere per arrivare a cogliere l'essenza di una persona.

Ogni individuo è nei suoi tratti essenziali sempre lo stesso dall'infanzia fino al giorno della sua morte: possiamo migliorare e ottimizzare le strategie adattative per accettare, integrare e gestire al meglio le parti di noi che ci piacciono come quelle che non ci aggradano. Nella pratica omeopatica tutto questo si traduce nel fatto che se io soffro di fibromialgia o di attacchi di panico o di emicrania e ogni volta questi sintomi mi fanno soffrire perché limitano la mia libertà e mi fanno sentire dipendente, i rimedi che mi potranno aiutare avranno, ad esempio, a che fare con la Famiglia dei rimedi marini conosciuti per questi e altri Temi Fondamentali. E se un rimedio come *Astacus* o *Limulus* mi ha aiutato veramente, lo stesso rimedio mi potrà aiutare a distanza di tempo anche nelle manifestazioni acute.

¹ **Policresti:** si intendono quei rimedi che nel repertorio presentano più di 10.000 sintomi. Spesso sovrapprescritti, hanno perso le loro indicazioni terapeutiche caratteristiche per diventare delle specie di panacee.

Risultano i più comunemente conosciuti; tra di essi possiamo citare: *Sulphur*, *Lycopodium*, *Sepia*, *Natrum Muriaticum*, *Calcarea Carbonica*...



Il migliore amico del suo respiro.



Aspiratore nasale per neonati

+ 3 beccucci morbidi usa e getta
**SENZA FIALATI,
SENZA BISFENOLO A**

Ricambi beccucci aspiratore

10 o 20 pezzi



Nebul A 2 ml

Soluzione fisiologica
MONODOSE per
L'AEROSOLTERAPIA.



Nebul Spray 120 ml

Soluzione fisiologica isotonica
BIOMARINA per la pulizia del
NASO e dell'ORECCHIO.

Nebul 5 ml

Soluzione fisiologica sterile
per **LYGIENE NASALE**
QUOTIDIANA.



NEBOL 

Linea Nebul per adulti, bambini e neonati.

Questo non per ideologia, ma per il semplice motivo che il modo di esprimere la mia sofferenza avrà sempre a che fare con il tema della dipendenza/indipendenza. Per cui non è pensabile che ieri il mio rimedio, o meglio, il modello antropologico che meglio mi si addiceva fosse *Astacus* e domani, come d'incanto, divento *Pulsatilla* che pur di farsi coccolare e sentire accettata abdicerebbe volentieri alla propria indipendenza. Allo stesso tempo non può esistere un rimedio costituzionale "di fondo" - forse per curare "l'anima"? - che però non sappia far fronte alle manifestazioni somatiche del paziente e debba essere sostituito o integrato nei sintomi acuti da rimedi sintomatologici; in questi casi una buona pratica di fitoterapia sarebbe assai più indicata, in attesa di trovare un rimedio che sia in grado di stimolare il sistema a reagire.

Lo studio allargato alle Famiglie omeopatiche permette anche di non incorrere in un altro grave quanto frequente errore: la banalizzazione diagnostica. Pensare che *Lachesis* e *Sepia* siano i rimedi per la menopausa o peggio ancora che *Lycopodium* è il rimedio per l'insicurezza e *Aconitum* quello per la paura della morte, risulta nel XXI secolo veramente ridicolo e poco professionale. La morte, come l'insicurezza, sono aspetti con i quali si confronta

tutta la popolazione, nessuno escluso. Al massimo potremmo ritenere caratteristico non avere paura della morte o del dolore, ma difficilmente il contrario. Quello che ci può servire dal punto di vista terapeutico è studiare come questi concetti vengano affrontati nelle diverse Famiglie omeopatiche così come dai singoli individui; c'è chi farà fronte all'insicurezza cercandosi un valido sostegno come nel caso delle calcaree, chi invece farà di tutto per mantenersi prestante e negare il problema, allenandosi incessantemente in palestra, come nel caso delle marziali composte come *Arnica*. Solo in questo modo il rimedio, collocato all'interno di una Famiglia, riacquista la sua funzione di modello antropologico, in grado di poter descrivere per similitudine le fragilità, i punti di rottura dell'individuo e orientare prognosi e terapia.

La Legge del Simile su cui si fonda la Medicina Omeopatica, in fondo, corrisponde in termini moderni al concetto di bio-diversità e altro non è che il rispetto dell'unicità della persona con la sua sofferenza. Ovviamente per poter arrivare a riconoscere questa individualità sono necessari due elementi fondamentali: una seria professionalità da parte del medico e la costruzione di una sincera collaborazione medico-paziente.

Lo studio per Famiglie dei rimedi omeopatici permette di affrontare in modo antropologico i sistemi complessi di cui tanto si parla oggi in ambito scientifico. In questo senso la Medicina Omeopatica mostra di disporre di un impianto metodologico adeguato a un dibattito serio con le altre discipline che si occupano di salute e terapia. Il confronto multidisciplinare è la vera sfida che le "medicine" devono saper cogliere e affrontare nell'immediato futuro, per poter far fronte alle moderne richieste dei pazienti non solo sulla guarigione, ma anche sull'ascolto e sulla qualità della vita.

In ultimo mi vorrei soffermare sulla questione della fede. Spesso e volentieri, da omeopata, ci si sente dire "Non uso l'omeopatia perché non ci credo" oppure "Io, dottore, credo moltissimo nell'omeopatia". La Medicina Omeopatica ha poco a che vedere con un atto di fede o con una ideologia: troppe sono già state strumentalizzate e abusate. Preferisco pensare che l'aspetto "alternativo" dell'omeopatia sia correlato piuttosto al concetto di rischio. Come scrive Tobie Nathan, famoso etnopsicanalista e antropologo, "per introdurre la creatività, elemento indispensabile alla costruzione di un discorso scientifico, e quindi la possibilità di nuovi spazi terapeutici, bisognerebbe costringere i terapeuti a cimentarsi nella descrizione più raffinata possibile delle loro tecniche e ad assumersi dei rischi assieme ai propri pazienti".

(*la prima parte dell'articolo è stata pubblicata sul numero precedente della rivista)

Omphalon è una associazione culturale nata dalla collaborazione e dall'amicizia di un gruppo di medici e veterinari omeopati unicisti, che desiderano un confronto sulla pratica clinica e la condivisione della passione per la ricerca e lo studio.

Nel tentativo di diffondere e facilitare un confronto, l'Associazione **Omphalon** organizza incontri introduttivi alla Medicina Omeopatica per Terapeuti. Per maggiori informazioni visitare il sito www.omphalon.it o contattare info@omphalon.it.





**VICKS TOSSE MUCOLITICO
INIZIA AD AGIRE VELOCEMENTE
PER SCIogliere LA TOSSE GRASSA**



Guarda come una compressa effervescente di Vicks Tosse Mucolitico si scioglie in acqua e capirai cosa sta per succedere. Inizia ad agire velocemente per sciogliere la tosse grassa.

VICKS *respira la vita*

È un medicinale a base di Ambroxolo Cloridrato. 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 dubbi rivolgersi al medico o al farmacista. Aut. Min. 05/08/2011.



Il Trucco nell'era della globalizzazione

Un make-up pensato per le carnagioni di ogni etnia

Francesca Lo Curto

consulente Cosmesi

In questi ultimi anni le nostre città sono diventate sempre più cosmopolite, basta guardarsi in giro per vedere ragazze e donne di diverse etnie con abbigliamento e look diversi tra loro tra cui il make-up, con il quale interpretano la loro personalità e valorizzano il proprio aspetto.

Appunto la diversa provenienza geografica, ci pone di fronte a visi e a pelli diverse, con esigenze differenti e un unico fine: un trucco accurato ma naturale.

Per fare questo è opportuno valutare e studiare i visi delle donne provenienti dai vari continenti tenendo conto del colore della loro pelle e dei tratti del loro viso.

Adesso proveremo a descrivere un make-up il più possibile adatto a 3 tipologie diverse di donne: arabe, asiatiche, africane o di pelle nera.

La donna araba

Le donne arabe, spesso per ragioni legate a motivi religiosi, coprono il loro capo con un velo chiamato *chador*, nascondendo così i capelli; in questo caso ricopre una forte importanza il trucco, soprattutto quello degli occhi da loro molto amato e utilizzato.

La prima cosa da fare è illuminare e schiarire leggermente l'incarnato con un **fondotinta** liquido dai toni dorati e fissarlo con un **cipria compatta** dello stesso colore; in seguito applicare sulle guance una piccolissima quantità di **fard** color pesca per dare una leggerissima tonalità rosata alla pelle.

E ora passiamo agli occhi: per questo tipo di make-up il punto di forza è l'**eyeliner** da stendere sia nella rima palpebrale superiore sia in quella inferiore.

Dopo avere applicato l'**eyeliner**, si schiarisce l'occhio con un **ombretto chiaro** e luminoso nei toni del beige o del rosa cipria e in successione se ne applica un altro nei **toni più scuri** del prugna-viola oppure

del verde-dorato. Questo secondo ombretto si applica sulla palpebra mobile e si sfuma verso l'esterno, per allungare otticamente l'occhio, oppure solo sulla parte finale, per dare sempre l'effetto allungato.

Per ultimo, applicare un'abbondante quantità di **mascara** sia sulle ciglia superiori che inferiori. Importantissimo: non dimenticare di applicare una **matita morbida**, tipo *kajal*, all'interno dell'occhio per dare quell'effetto misterioso e sensuale, tipico dello sguardo delle donne arabe.

Le labbra andranno colorate con un **rossetto** o con un **gloss** dai colori caldi o leggermente rosati.

La donna asiatica

La donna asiatica possiede una bellissima carnagione levigata, gli occhi a mandorla, un viso rotondo e un naso piccolo e poco pronunciato.

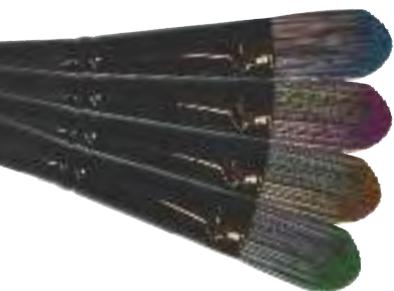
La finalità principale di questo make-up è quella di dare più evidenza agli zigomi per affinare la rotondità del volto e creare una maggiore intensità agli occhi che, essendo appunto a mandorla tendono ad avere la palpebra superiore rilassata; ecco come fare:

Il **fondotinta** deve essere leggerissimo in quanto serve più che altro a correggere il colore dell'incarnato tendente al giallo; quindi via libera a fondi dai colori rosa-salmone o nocciola chiaro che neutralizzano i pigmenti gialli della pelle.

La donna asiatica ama tantissimo la **cipria in polvere**, la classica polvere di riso, ottima per fissare il fondotinta precedentemente applicato.

Per incavare leggermente le guance e affinare i contorni del viso si può usare un **fard color biscotto** oppure una **terra dorata** nei toni del beige (assolutamente non rossiccia), partendo sempre dai lati delle guance fino alle tempie, senza esagerare per non creare delle macchie.

Come abbiamo detto, è molto importante anche truccare gli occhi: per ingrandirli e valorizzarli si disegnano con una **matita scura** (marrone o nera) e sopra la matita si



NUOVO

RAUSCH
HERBAL COSMETICS
FROM SWITZERLAND

Cuoio capelluto irritato e molto sensibile?

Cura sensibile al cardiospermum

ipoallergenico

- senza conservanti, profumi e coloranti
- ottima tollerabilità, confermata sotto controllo dermatologico/clinico

Raccomandato per primo



Cardiospermum holicacabum L.

Le virtù delle erbe – effetto percepibile

www.rausch.ch



applica un **ombretto scuro** (grigio o marrone) spostandosi su tutta la palpebra mobile e finendo l'applicazione verso l'esterno per dare più profondità.

Sotto l'occhio è consigliata anche l'applicazione di un **correttore fluido**, sempre di colore beige-rosato, per dare maggiore luce allo sguardo.

L'applicazione del **mascara** è molto importante, soprattutto nelle ciglia più esterne; infine per dare maggiore intensità all'occhio si può applicare nel suo interno una matita beige che ingrandisce e regala più profondità.

Con l'aiuto di una **matita labbra** dal colore neutro, regolarizzare le labbra e dare loro una forma arrotondata

Consulenza cosmesi

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

Presenze Francesca Lo Curto

Novembre	F.C.	Indirizzo	
mercoledì	2	23	via G. Reni 155
martedì	8	35	via Cimabue 8
mercoledì	9	8	c.so Traiano 22/e
venerdì	11	25	c/o FF.SS. Porta Nuova
sabato	12	21	c.so Belgio 151/b
martedì	15	42	via XX Settembre 5
mercoledì	16	5	via Rieti 55
venerdì	18	38	via Vandalino 9
sabato	19	9	c.so Sebastopoli 272
martedì	22	37	c.so Agnelli 56
mercoledì	23	24	via Bellardi 3
venerdì	25	4	via Oropa 69
sabato	26	22	via C. Capelli 47
martedì	29	29	via Orvieto 10/a
mercoledì	30	42	via XX Settembre 5

Dicembre	F.C.	Indirizzo	
venerdì	2	35	via Cimabue 8
sabato	3	7	c.so Trapani 150
martedì	6	10	via A. di Bernezzo 134
mercoledì	7	9	c.so Sebastopoli 272
venerdì	9	5	via Rieti 55
sabato	10	21	c.so Belgio 151/b
martedì	13	25	c/o FF.SS. Porta Nuova
mercoledì	14	23	via G. Reni 155
venerdì	16	37	c.so Agnelli 56
sabato	17	8	c.so Traiano 22/e
martedì	20	4	via Oropa 69
mercoledì	21	7	c.so Trapani 150
venerdì	23	24	via Bellardi 3
sabato	24	22	via C. Capelli 47
venerdì	30	42	via XX Settembre 5
sabato	31	38	via Vandalino 9

Presenze Tamara Siani

Novembre	F.C.	Indirizzo	
giovedì	3	28	c.so Corsica 9
venerdì	4	17	c.so V. Emanuele II 182
sabato	5	15	c.so Traiano 86
lunedì	7	33	via Isernia 13/b
martedì	8	43	p.zza Statuto 4
mercoledì	9	11	str. Lanzo 98/g
giovedì	10	46	p.zza Bozzolo 11
venerdì	11	12	c.so Vercelli 236
lunedì	14	13	via Negarville 8
martedì	15	29	via Orvieto 10/a
giovedì	17	19	via Vibò 17/b
venerdì	18	41	via degli Abeti 10
sabato	19	2	via Slataper 25/bis
lunedì	21	44	via Cibrario 72
martedì	22	17	c.so V. Emanuele II 182
mercoledì	23	45	via Monginevro 27/b
giovedì	24	28	c.so Corsica 9
venerdì	25	33	via Isernia 13/b
lunedì	28	36	via Filadelfia 142
martedì	29	43	p.zza Statuto 4

Dicembre	F.C.	Indirizzo	
giovedì	1	29	via Orvieto 10/a
venerdì	2	2	via Slataper 25/bis/b
sabato	3	1	c.so Orbassano 249
lunedì	5	41	via degli Abeti 10
martedì	6	40	via Farinelli 36/9
mercoledì	7	11	str. Lanzo 98/g
venerdì	9	20	via Ivrea 47
lunedì	12	12	c.so Vercelli 236
martedì	13	13	via Negarville 8
giovedì	15	17	c.so V. Emanuele II 182
venerdì	16	43	p.zza Statuto 4
sabato	17	36	via Filadelfia 142
lunedì	19	28	c.so Corsica 9
martedì	20	29	via Orvieto 10/a
mercoledì	21	19	via Vibò 17
giovedì	22	33	via Isernia 13/b
venerdì	23	45	via Monginevro 27/b
martedì	27	44	via Cibrario 72
giovedì	29	46	p.zza Bozzolo 11
venerdì	30	1	c.so Orbassano 249
sabato	31	15	c.so Traiano 86



Nuovo Benagol[®] Ginger e Spezie



L'azione antisettica di Benagol unita ad eccipienti capaci di indurre una sensazione di calore nella bocca e nella gola

al fine di ottenere una maggiore carnosità; in seguito applicare il **rossetto**: la scelta del colore è libera e può variare secondo le occasioni e l'abbigliamento.

La donna nera o africana

Il trucco delle donne nere o africane è sicuramente differente da tutti gli altri: qui dobbiamo giocare al contrario, schiarire e mettere in evidenza con toni più chiari, usare colori freddi tipo il rosa, l'azzurro, il lilla.

La pelle delle donne di colore è spesso un po' oleosa, con pori dilatati e quindi per la base ha bisogno di prodotti leggeri e privi, appunto, di oli.

Questo tipo di incarnato ha all'interno dei pigmenti grigi che vanno neutralizzati con l'aiuto del fondotinta adatto, che però non è ancora un prodotto facilmente reperibile, nonostante in questi ultimi anni ci siano dei centri specializzati nella vendita di questi articoli.

Per ovviare a tale difficoltà, si può fare un tentativo con i colori normalmente in commercio: di solito le donne africane amano vedersi più chiare e allora sulla loro pelle si può utilizzare il **fondotinta** più scuro esistente nelle varie gamme e per fissarlo usare, invece che la normale cipria,

una **terra dai toni rossi** che spegnerà l'eventuale pigmento grigio tipico di questa carnagione. Così avremo un'incarnato leggermente più chiaro e luminoso; sulle guance applichiamo un **fard** di colore rosa o fucsia ben sfumato: questo colore addolcisce tantissimo i lineamenti un po' pronunciati delle ragazze africane, donando un effetto più dolce ed etereo.

Per il trucco degli occhi possiamo utilizzare un ombretto nei toni dell'azzurro o del verde, applicandolo esclusivamente sulla palpebra mobile e contornando successivamente l'occhio con una matita nera oppure sempre con nero.

Dopo un'accurata passata di **mascara** possiamo ancora applicare all'interno dell'occhio una matita uguale al colore dell'ombretto per dare maggiore risalto agli occhi con quel bellissimo colore ambrato o cioccolato.

Per quanto riguarda le labbra, teniamo presente che nelle donne di colore è la parte del viso di maggiore evidenza: è quindi meglio applicare un **rossetto** o **lucidalabbra** trasparente, al limite con chiaro scuri, per dare il senso di trucco curato che però non evidenzia troppo le labbra già di per sé importanti.

redazionali

DermoPURIFYER contro pelle impura e acneica

La ricerca Eucerin, in stretta collaborazione con esperti dermatologi, ha messo a punto un complesso di componenti che tiene conto di un'evidenza scientifica: i principali fattori che causano pelle impura e acne sono 4 (Seborrea, Ipercheratinizzazione, Proliferazione dei batteri, Infiammazione). La detersione e la cura quotidiana della pelle, quindi, non rappresentano più una semplice questione estetica, o almeno non solo, e i prodotti utilizzati devono garantire particolare efficacia e delicatezza. La Linea Eucerin **DermoPURIFYER** combatte efficacemente i 4 fattori, con principi attivi specifici: L-Carnitina, Acido Lattico, Decandiolo, Licochalcone A. I prodotti della linea **DermoPURIFYER**, studiati per ogni livello di severità di pelle impura e acne, ridonano purezza e omogeneità alla pelle.

Aspirina: da oltre un secolo... ti semplifica la vita

In oltre 110 anni di storia **Aspirina** è diventata di utilizzo comune per tantissimi sintomi: mal di testa, dolori di varia natura, mal di gola, febbre, sintomi del raffreddore e dell'influenza. Senza dimenticarne l'utilizzo, da parte di milioni di persone, a beneficio del sistema cardiovascolare, grazie all'azione antiaggregante dell'acido acetilsalicilico. Ma a cosa deve **Aspirina** questa sua straordinaria versatilità? Forse non tutti sanno che non solo i dolori di vario genere ma anche sintomi del raffreddore, mal di gola, influenza e febbre... insomma, la maggior parte di quei sintomi e disturbi che caratterizzano proprio la stagione in cui stiamo entrando, hanno un comune denominatore: l'infiammazione. E **Aspirina** agisce proprio sull'infiammazione, offrendo un'unica soluzione per tanti sintomi.

Capelli forti e sani con le piante officinali

Dall'esperienza dei Laboratori Farmaceutici Kelémata nella coltivazione e nell'impiego delle piante officinali, nascono i nuovi trattamenti che attingono dalla natura le sostanze più attive per nutrire, ristrutturare e rinforzare il cuoio capelluto. Da Kelémata una linea completa di Shampoo, Balsami e Trattamenti specifici per prendersi cura di ogni tipo di capelli in modo naturale ed efficace. Come l'**Olio Ristrutturante ai Semi di Lino**, un vero ricostituente intensivo per i capelli aridi e sfibrati, o la **Maschera Rigenerante al Burro di Karité**, un concentrato che nutre e protegge la brillantezza dei capelli colorati e trattati.



PROCTOLYN® Integra Plus

NOVITÀ

**Per il naturale
benessere
del plesso
emorroidario**

*Da Recordati la combinazione
di Diosmina, Ruscus Aculeatus,
Rutina e Vitis Vinifera per favorire
la naturale circolazione venosa
del plesso emorroidario*

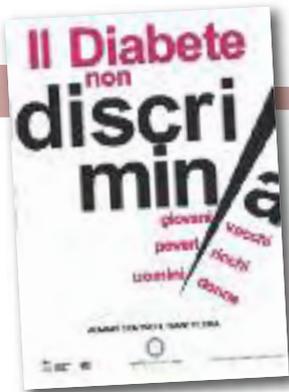


- 1 sola bustina al giorno
- 800 mg di bioflavonoidi
- Sapore gradevole
- Azione antiossidante



RECORDATI OTC

Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta variata, equilibrata e di uno stile di vita sano.



Giornata Mondiale del Diabete



La **Giornata Mondiale del Diabete** è stata introdotta per la prima volta nel 1991 in risposta all'aumentata preoccupazione pubblica sull'aspetto pandemico del diabete nel mondo. Da allora, tale giornata si è sviluppata progressivamente e oggi riunisce milioni di persone in oltre 160 Paesi. Viene celebrata ogni anno il 14 novembre e la campagna 2011 è dedicata all'Educazione e Prevenzione della malattia, tema scelto per il periodo 2009-2013.

Lo slogan scelto quest'anno per la campagna è: **Agiamo contro il diabete. Ora.** Cinque i messaggi chiave:

- Il diabete uccide: 1 persona ogni 8 secondi, 4 milioni di persone all'anno;

- Il diabete non fa discriminazioni: tutte le età, i ricchi e i poveri, di tutti i paesi;
- Il diabete non può essere ignorato: 4 milioni di vite perdute in un anno, 1 milione di amputazioni ogni anno, significative perdite di produttività;
- Le cure vitali, un diritto, non un privilegio. Educazione, farmaci e tecnologie;
- Scegliete la salute: alimenti e ambiente salutari, attività fisica. Voi potete fare la differenza.

Anche le Farmacie Comunali di Torino partecipano come ogni anno all'iniziativa: **da lunedì 14 a sabato 19 presso le 34 farmacie sarà realizzata gratuitamente l'autoanalisi della glicemia.**



Giornata Nazionale del Parkinson

Il 27 novembre si celebra la terza **Giornata Nazionale della Malattia di Parkinson**, campagna destinata a combattere la scarsa informazione sulla malattia, a sensibilizzare sull'importanza della diagnosi precoce e diffondere la conoscenza sulle opportunità terapeutiche di questa grave patologia. Grazie alla collaborazione nata tra Farmacie Comunali e l'Associazione Amici Parkinsoniani Piemonte e dell'Aip (Associazione Italiana Parkinsoniani), Sezione "G. Cavallari" di Torino, nelle 34 farmacie comunali è presente durante

tutto l'anno materiale informativo sulla malattia, sulle attuali terapie e sulle strategie più innovative, utili per migliorare la qualità di vita dei pazienti. Saperne di più è un passo fondamentale verso una cura migliore e una più serena gestione in ambito familiare della malattia, che da oltre 60 anni colpisce ogni anno circa 6.000 persone in Italia. A Torino a fine ottobre è stata inaugurata la nuova sede dell'Associazione in corso Cincinnato n.233/A (tel. 011.311 93 92 - e-mail info@parkinsoninpiemonte.it - N° Verde 800 88 44 22).

Giornata Mondiale dell'Aids



Il primo dicembre ricorre la **Giornata Mondiale Aids**, per ricordare al mondo intero che questo virus circola su tutta la terra, si trasmette attraverso i rapporti sessuali, il sangue e dalla madre portatrice al figlio e che può pertanto contagiare qualsiasi persona che non metta in atto delle misure di prevenzione quando si trova in tali situazioni di vita. La Giornata ricorda altresì che ciascuno di noi può dare il proprio contributo alla lotta contro l'Aids, sia non discriminando le persone sieropositive, sia con azioni che vanno dal sostegno economico a progetti assistenziali o di ricerca all'impegno nelle associazioni di volontariato che operano in questo settore. Come oramai da molti anni, l'associazione Arcobaleno Aids, in collaborazione con l'ospedale Amedeo di Savoia e l'Avis, organizza **domenica 27 novembre**, in vicinanza e preparazione alla giornata mondiale Aids, **in piazza Castello a Torino**, uno stand clinico e informativo. Sarà possibile effettuare in maniera gratuita anche il test

Hiv, con una risposta nel giro di 15-20 minuti. Questa manifestazione vuole ribadire in maniera anche un po' provocatoria che non bisogna avere paura del test! Così come "in piazza" si misura la pressione arteriosa o la glicemia (per prevenire o diagnosticare in tempo, rispettivamente, l'ipertensione o il diabete), anche il test Hiv deve essere considerato uno strumento di prevenzione precoce, perché ancora troppe persone scoprono la malattia quando è già in fase avanzata. Quest'anno, inoltre, la Giornata ha un significato particolare: ricorrono i 30 anni dalla prima diagnosi di Aids. **All'iniziativa torinese aderisce Farmacie Comunali Torino Spa che ha realizzato**, in collaborazione con il dottor Giancarlo Orofino - medico infettivologo dell'ospedale Amedeo di Savoia e vicepresidente dell'Associazione Arcobaleno Aids, **un opuscolo** dedicato al tema della conoscenza e della prevenzione dell'Hiv e Aids, **che sarà distribuito sia domenica 27 sia presso le 34 farmacie comunali.**



SANDOZ

A healthy decision

per tutte le età della donna LINEA WOMAN CARE SANDOZ



AUTORIZZAZIONE DE: 22/04/2011



- * **RepHresh® MipHil** Riequilibrio del pH vaginale
- * **Replens® MD** Secchezza vaginale
- * **Mifluor®** Scarsa secrezione vaginale

SONO DISPOSITIVI MEDICI CE.
LEGGERE ATTENTAMENTE LE
AVVERTENZE E LE ISTRUZIONI
PER L'USO.

in farmacia

La voce dei pazienti anticoagulati

L'aiuto ai pazienti e l'attività istituzionale dell'Aipa

a cura di **Elisabetta Farina**

L'Aipa (Associazione Italiana Pazienti Anticoagulati) è un'associazione di volontariato, nata oltre vent'anni fa a Padova grazie a un gruppo di medici e pazienti, con sedi in oltre 70 ospedali italiani. La sezione di Torino è stata costituita tredici anni fa e da novembre ha la sede operativa all'Asl di via Pacchiotti 4, all'angolo con corso Monte Grappa, conservando lo stesso numero telefonico: 011.485.178. È sempre stata condotta dal presidente Alessandro Granucci, che è anche il presidente nazionale di FederAipa. Lo abbiamo incontrato per conoscere più da vicino l'associazione e le sue attività.

Prima di tutto, cosa si intende per "pazienti anticoagulati"?

La terapia anticoagulante orale (Tao) è un trattamento salvavita utilizzato per la prevenzione delle malattie tromboemboliche che riguardano l'1,1% della popolazione. Nel nostro paese si stima siano circa un milione e mezzo i pazienti in terapia anticoagulante. Un numero in continuo aumento a causa del progressivo invecchiamento della popolazione e la prevalenza di alcune patologie come la fibrillazione atriale. Altre indicazioni alla Tao sono le protesi, le malattie valvolari cardiache, l'ictus cerebrale, la trombosi venosa profonda e l'infarto del miocardio.

Come si svolge l'attività di Aipa a favore dei pazienti?

Essere un paziente in trattamento anticoagulante significa vivere una condizione di rischio continuo a cui rispondiamo - come Aipa - con il nostro sostegno psicologico, il nostro sorriso, i nostri consigli e tanta disponibilità. E in questo ci troviamo fianco a fianco dei medici, assicurando aiuto e collaborazione, promuovendo e organizzando incontri medici-pazienti, distribuendo pubblicazioni come il nostro Vademecum. La FederAipa da sempre non si preoccupa solo dei circa 250 mila pazienti, che sono assistiti benissimo nei centri specializzati, ma ha a cuore soprattutto l'altro milione di pazienti in terapia anticoagulante e che sfuggono alla sorveglianza dei centri, andando a infoltire la numerosa schiera dei "fai da te", soggetti ad altissime probabilità di recidive di infarti e/o ictus.

Ma perché sfuggono?

Sfuggono perché i centri specializzati sono insufficienti o carenti di personale e perché non sono omogeneamente

*Alessandro Granucci,
presidente di Aipa Torino
e di FederAipa*



distribuiti sul territorio nazionale: 80% al nord, 15% al centro e 5% al sud.

Quale ritiene sia l'attività maggiormente apprezzata tra quelle svolte da Aipa Torino?

Sicuramente l'invio della terapia via fax presso le farmacie, evitando così a moltissimi anziani di uscire nuovamente di casa per recarsi presso il centro a ritirare il referto del prelievo fatto al mattino.

Intensa è l'attività che FederAipa persegue a livello istituzionale per il raggiungimento di obiettivi di tutela dei malati e di miglioramento del percorso di diagnosi e cura.

Una commissione di medici, spinta anche da FederAipa, ha lavorato presso il Ministero della salute, ed emanato un documento per le "Linee guida della Tao", affidando nuovi compiti ai Centri di Sorveglianza confederati nella Fcsa e chiamando a una funzione attiva i medici di famiglia. A seguito di questo documento è stato siglato un accordo nella conferenza Stato-Regioni concernente "le linee di indirizzo per il miglioramento della qualità e la sicurezza dei pazienti in terapia antitrombotica". Dopo circa un anno e mezzo dall'accordo, solo in Piemonte la Regione ha iniziato a fare un sondaggio sui centri Tao, inviando a tutti un questionario da compilare per raccogliere dei dati. Spetterà, quindi, alle sezioni Aipa, ai centri Fcsa stimolare le autorità politiche e sanitarie locali e ai pazienti anticoagulati sensibilizzare i medici di famiglia.

Un messaggio che desidera lanciare non soltanto ai pazienti Tao ma a tutti i nostri lettori?

Il volontariato ha di fronte a sé un grande compito, che diventa sempre più a tutto campo. L'impegno di ogni volontario può contribuire a dare ai malati di qualsiasi patologia un reale miglioramento della qualità della vita.

IL BRUCIORE DI STOMACO TI INSEGUE?



**NUOVE
CONFEZIONI**

Maalox

460 mg + 400 mg
sospensione orale

alluminio
ossido,
idrato
+
magnesio
idrossido

Uso orale

20 Bustine 4,3 ml



sanofi-ave

Maalox Plus
compresse masticabili

12 compresse 1,60 g/ml



sanofi-ave

*Bustine
monodose
da bere*

*Tascabili in
compresse*

MAALOX. AIUTA A SPEGNERE LO STOMACO IN FIAMME.

È un medicinale. Leggere attentamente il foglio illustrativo. Attardarsi 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. Domanda di autorizzazione alla pubblicità, depositata al Ministero della Salute in data 22.06.2011.

SANOFI 



Clenny Family Aerosol

~~€ 50,40~~

€ 39,00

Clenny Microspeed Aerosol

~~€ 100,73~~

€ 79,00

~~€ 7,50~~

€ 5,90

Umificatore

~~€ 39,90~~

€ 24,90

~~€ 8,57~~

€ 4,90



Ricariche

€ 4,90

~~€ 8,98~~

Nebul Aspiratore nasale

~~€ 9,57~~



€ 6,90

~~€ 9,70~~

€ 5,90



Le più vicine a te.

*Offerta valida dal 1° Novembre al 31 Dicembre 2011 o fino ad esaurimento scorte

RIMEDI STAGIONALI

Aspirina

Confezioni da 10 e 20 compresse, e bustine di granulato

~~€ 5,40~~

€ 4,90

~~€ 7,50~~

€ 6,90



~~€ 4,50~~

€ 4,00



~~€ 7,50~~

€ 6,90

Bustine e compresse da 400 mg

Linea Neoborocillina

Pastiglie gola



~~€ 5,80~~

€ 4,20



Linea Sinecod
Fluidificante e sedativo per tosse

€ 4,90

Spray nasale

~~€ 7,40~~

€ 7,10



Sciroppo Mucolico

~~€ 8,05~~

€ 7,90



Spray nasale

~~€ 5,55~~

€ 4,90



Compresse e bustine

~~€ 8,38~~

~~€ 8,20~~



€ 5,90

Lenatrac

Cerotti

~~€ 12,10~~

Croma



~~€ 15,90~~

€ 8,90

Linea cerotti Respirazione

Confezione da 10 e 30 cerotti

~~€ 8,37~~

€ 7,90



~~€ 20,97~~

€ 18,90

~~€ 10,00~~Hormafflor plus e
Hormafflor fl.

€ 4,50

Integratore biologico
Confezione da 12 bustine~~€ 12,00~~

€ 5,90

Integratore alimentare
Confezione da 7 flaconcini o
15 capsule

€ 5,90

Integratore alimentare
Confezione da 12 flaconcini~~€ 13,00~~

€ 11,90

Fermenti lattici
In capsule, bustine o flaconcini

€ 8,90



Mylan

~~€ 7,90~~

1 Test di gravidanza

~~€ 10,00~~~~€ 12,00~~

2 Test di gravidanza

~~€ 15,50~~~~€ 7,50~~Integratore alimentare
Confezione da 30 compresse

€ 4,90

AMBROKOLO

~~€ 4,50~~~~€ 5,80~~

LATTULOSIN

~~€ 5,40~~

€ 4,90

€ 3,90

Compresso
effervescentiIntegratore alimentare
Confezione da 20 compresse
o in sciroppo

€ 3,90

~~€ 5,50~~~~€ 5,00~~In collaborazione con: **Mylan**I prodotti in offerta non sono cumulabili con la tessera fedeltà salvo particolari promozioni.
Offerta valida dal 1° Novembre al 31 Dicembre 2011 o fino ad esaurimento scorte.