

LA RIVISTA DELLE FARMACIE COMUNALI DELLA TUA CITTÀ

pharmacom

Anno IV | Numero 2/2023 | Edizione FERRARA



ALLUVIONE IN EMILIA-ROMAGNA:
dipendenti e Afm
insieme per aiutare



**FARMACIE
COMUNALI
FERRARA**

Stitichezza? Il tuo intestino torna a danzare. Con Sollievo.



**ZERO
SOSTANZE
DI SINTESI**



Un intestino sano è armonia.
Un'armonia di movimenti all'interno del nostro organismo.
Le cattive abitudini alimentari, l'età o la scarsa attività fisica possono rallentare questi movimenti fisiologici e provocare stitichezza.

Con il suo complesso di sostanze vegetali, **Sollievo Fisiolax** favorisce l'evacuazione, con un'azione che **riattiva l'intestino, rispettandolo**.
Un sollievo contro la stitichezza.

PER ADULTI E RAGAZZI

AZIONE NON FARMACOLOGICA

senza
glutine

È UN DISPOSITIVO MEDICO CE 0477

Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso.
Aut. Min. del 13/04/2023



Aboca è una **Società Benefit**
ed è certificata **B Corp**
www.aboca.com/bene-comune

Aboca S.p.A. Società Agricola
Sansepolcro (AR)

Aboca

CONTENUTI

- 4** **SALUTE D'ARGENTO**
Prevenzione vaccinale per la persona anziana
di Nicola Veronese
- 7** **Contrasto alle zanzare**
- 8** **La prevenzione in farmacia**
di Stefano Gamberini
- 9** **Farmacie comunali e Furinkazan insieme per "battere" gli arresti cardiaci**
di Pietrobono Cavicchi
- 10** **Soccorso a sfollati e volontari dell'alluvione**
- 11** **Al concerto di Bruce Springsteen, anche senza glutine!**
- 12** **PIANTE E SALUTE**
Importanza della biodiversità
di Maria Laura Colombo
- 14** **DANZIAMO!**
Giocosport, giocodanza, baby dance
di Alma Brunetto

pharmacom

trimestrale di promozione della salute

Registrazione al Tribunale di Trento
N. 2 del 16 gennaio 2020

CON IL PATROCINIO DI



DIREZIONE E REDAZIONE

Farmacie Comunali s.p.A.

Via Asilo Pedrotti, 18 - Trento
www.farcomtrento.com

DIRETTORE RESPONSABILE

Elisabetta Farina

redazione: efa.comunicazione@gmail.com

PUBBLICITÀ

A.F.M. Farmacie Comunali Ferrara s.r.l.

Via Foro Boario, 55/57 - Ferrara
www.afm.fe.it

Farmacie Comunali s.p.A.

Via Asilo Pedrotti, 18 - Trento
www.farcomtrento.com

HANNO COLLABORATO

Alessandra Borghi, Alma Brunetto,
Pietrobono Cavicchi, Maria Laura
Colombo, Stefano Gamberini,
Nicola Veronese

DESIGN

Granito Marketing

www.granito.marketing

STAMPA

Nuove Arti Grafiche s.c.

www.nuoveartigrafiche.it



editoriale

Slè nota us farà e dè

STEFANO GAMBERINI
Afm Farmacie comunali Ferrara

Siamo rimasti tutti molto colpiti dal dramma che ha vissuto la Romagna il maggio scorso, le cui conseguenze dureranno purtroppo a lungo.

Le persone che non hanno trovato scampo dalle acque, le case annegate fino ai primi piani, le strade trasformate in fiumi e le campagne in laghi, le fabbriche silenziose. Alberi, automobili e ricordi di ogni tipo a galleggiare vuoti di ogni vita alla deriva... sono immagini che non dimenticheremo.

Fin dalle prime ore ci siamo interrogati anche noi in Afm – come cittadini, farmacisti e azienda pubblica – su come potessimo essere di aiuto.

Innanzitutto, abbiamo contattato le aziende farmaceutiche di quei territori per esprimere vicinanza e offrire la nostra disponibilità a inviare farmacisti in caso di necessità, ad esempio per garantire il ripristino del servizio di distribuzione dei farmaci.

Contemporaneamente, come dipendenti, abbiamo deciso di devolvere ore lavoro per sostenere progetti di ricostruzione e ripresa; in pochi giorni sono state raccolte 200 ore/lavoro.

La direzione aziendale ha messo a disposizione una cifra di pari valore a quella raccolta dai dipendenti. Assieme si è deciso di destinare queste risorse alla Biblioteca Manfrediana di Faenza, in particolare alla sezione ragazzi, gravemente danneggiata dalla furia delle acque e divenuta suo malgrado uno dei simboli dell'alluvione. Immaginando quanto la disponibilità di libri e spazi dedicati, possa essere indispensabile ai bambini per superare il trauma e riprendere le attività ludico culturali proprie della loro età; e quanto, tutto questo, abbia a che fare con il loro benessere psico-fisico.

Afm ha anche immediatamente predisposto l'invio di alimenti per celiaci attraverso Aic (Associazione italiana celiachia) dell'Emilia-Romagna per garantire – alle persone alluvionate e ai volontari che là prestano servizio – gli alimenti necessari e non facilmente reperibili in tali circostanze.

Così come ha inviato prodotti di prima necessità al gruppo della Croce rossa di Ferrara, impegnato nella gestione di un campo sfollati organizzato ad Argenta.

Nel vocabolario italiano troviamo due parole bellissime, dalla forte assonanza fonetica e dalla rima perfetta: solidarietà e reciprocità.

La solidarietà che 11 anni fa, in occasione del terremoto, noi abbiamo da subito avvertito come balsamo per le ferite del corpo e dell'anima, non poteva che essere restituita, riversata a chi oggi è nel bisogno.

Questo istinto solidale dev'essere qualcosa che come italiani, fortunatamente, ci appartiene e ci accomuna; se è vero che anche in questa occasione ognuno si è interrogato, chiedendosi quale sostegno potesse offrire.

E tantissimi giovani, che con la forza dei loro muscoli e della speranza nel futuro, hanno dato corpo al famoso detto romagnolo che oggi crediamo essere più di un auspicio.

Sarà una certezza, se tutti decideremo di crederci insieme

Burdèl, arcurdiv: slè nota us farà e dè.

Ragazzi, ricordatevi: se è notte si farà giorno.



IN COPERTINA

Davide Trombetta, presidente Emilia Romagna di Aic (Associazione italiani celiachia) con le farmaciste Borgatti (a sinistra) e Medri della comunale Krasnodar.

Prevenzione vaccinale per la persona anziana

Il nuovo Piano nazionale ne sottolinea l'importanza

di Nicola Veronese

direttore scientifico Sigot (Società italiana di geriatria ospedale e territorio) - Università degli Studi di Palermo

Del tutto recentemente è stato presentato il nuovo *Piano nazionale prevenzione vaccinale* (Pnpv) 2023-2025 con alcuni importanti intenti tra i quali:

- mantenere lo status di polio-free;
- raggiungere e mantenere l'eliminazione di morbillo e rosolia;
- rafforzare la prevenzione del cancro della cervice uterina e delle altre malattie correlate all'Hpv (Human papilloma virus);
- delineare un **"focus di attenzione" nei confronti della persona anziana** nella quale le malattie infettive prevenibili con la vaccinazione possono avere conseguenze anche severe.

Se prendiamo come esempio l'influenza si nota che tale condizione, spesso sottovalutata, si associa nell'anziano, soprattutto se fragile, non solo ad una più alta incidenza di forme severe di malattia ma anche ad un elevato tasso di malattie respiratorie e cardiovascolari nonché di condizioni tipicamente geriatriche come la disabilità ed alla fine anche rischi di mortalità. In tale contesto, la **vaccinazione antinfluenzale** è fortemente raccomandata nella persona anziana visto l'ottimo rapporto rischi/benefici e tenuto conto che la letteratura scientifica ha recentemente suggerito, oltre alla significativa efficacia nel prevenire la sindrome influenzale anche ulteriori effetti, come la capacità di prevenire nell'anziano il decadimento cognitivo, alcune forme di demenza e molte malattie cardiovascolari.

Un'altra vaccinazione di notevole importanza per la persona anziana è la **vaccinazione anti-pneumococco** che viene raccomandata in unica somministrazione a partire dall'età di 65 anni, eventualmente integrata con una dose di richiamo

con schedula sequenziale prevista solo per alcune situazioni particolari e specifici tipi di vaccino. Questa vaccinazione è veramente importante perché le polmoniti da pneumococco sono molto frequenti nell'anziano, spesso associate a ricovero in ospedale e nella persona anziana fragile sono associate a complicanze e sequele a lungo termine che possono portare anche a morte. Si segnala che la vaccinazione anti-pneumococco

può essere offerta simultaneamente alla vaccinazione antiinfluenzale, ma può pure essere somministrata indipendentemente e in qualsiasi stagione dell'anno, anche perché mentre il vaccino antiinfluenzale deve essere ripetuto ogni stagione per fornire la protezione delle "nuove" varianti del virus dell'influenza che annualmente si presentano, il vaccino anti-pneumococco viene somministrato, secondo le attuali indicazioni, in dose


Ministero della Salute

Vaccinazioni

[Home](#) / [Argomenti - Vaccinazioni per età, categoria e condizione](#) / [Persone di età ≥ 65 anni](#)

Persone di età ≥ 65 anni



Per le persone dai 65 anni in su è raccomandata e gratuita la

- **Vaccinazione anti-influenzale**

La vaccinazione è raccomandata e gratuita per tutte le persone dai 65 anni in su, indipendentemente dalla presenza di particolari situazioni di rischio, con l'obiettivo di estendere la raccomandazione della vaccinazione a tutti le persone al di sopra dei 50 anni.

**AIFA****Agenzia Italiana
del Farmaco**

home > Sicurezza dei farmaci > Come segnalare una reazione avversa

Come segnalare una reazione avversa

Le segnalazioni di sospette reazioni avverse (ADR, Adverse Drug Reaction in inglese) da farmaci e da vaccini consentono di rilevare potenziali segnali di allarme relativi all'uso dei medicinali così da renderli più sicuri, a beneficio di tutti i pazienti.

La normativa europea sulla farmacovigilanza richiede a tutti gli operatori sanitari e ai cittadini di segnalare qualsiasi sospetta **reazione avversa** (grave e non grave, nota e non nota).

Una sospetta reazione avversa può essere segnalata secondo una delle seguenti modalità:

- compilando la scheda di segnalazione e inviandola via e-mail al **Responsabile di farmacovigilanza** della propria struttura di appartenenza, oppure al **Titolare dell'Autorizzazione all'Immissione in Commercio (AIC)** del medicinale che si sospetta abbia causato la **reazione avversa**.
- direttamente on-line sul sito AIFA

www.aifa.gov.it/content/segnalazioni-reazioni-avverse/

singola e una sola volta nella vita.

Un altro vaccino raccomandato in età anziana è quello contro l'**herpes zoster**, virus responsabile della malattia conosciuta con il termine popolare di "fuoco di Sant'Antonio", caratterizzata dalla presenza di vescicole cutanee "brucianti" e dolorose che si distribuiscono sul tronco o in altre parti del corpo "a cintura" (*zoster*); la malattia inoltre può ripresentarsi più volte nel tempo e lasciare una sequela dolorosa anche a lungo termine, la cosiddetta "neuralgia post-erpetica", che riduce in maniera importante la qualità di vita. Alcune stime riportano che in quasi un terzo delle persone anziane affette da herpes zoster persiste un dolore a lungo termine, difficilmente gestibile con la terapia farmacologica. La vaccinazione contro l'herpes zoster è in grado di ridurre di circa il 65% i casi di neuralgia post-erpetica e circa il 50% di tutti i casi clinici di recidiva di malattia. Il Pnpv suggerisce che il vaccino anti-herpes zoster venga somministrato

ai soggetti con 65 anni di età. Anche per questo vaccino, dati sempre più numerosi suggeriscono che, al di là della prevenzione del "fuoco di Sant'Antonio", la **vaccinazione anti-herpes zoster** comporta alcuni effetti benefici sullo stato immunitario generale del soggetto per cui è importantissimo aumentare la copertura vaccinale nella popolazione anziana che attualmente è ancora molto bassa (meno del 3%).

Il Piano nazionale sottolinea l'importanza del richiamo del **vaccino combinato nella formulazione Difto-tetano-pertosse (Dtp)** o Difto-tetano (Dt). La somministrazione raccomandata è quella di una **dose di richiamo del vaccino Dtp**, anche se non vaccinati in precedenza per la pertosse, **ogni 10 anni** per assicurare il persistere della protezione anticorpale. La vaccinazione Dtp è importantissima nella persona anziana in quanto si sta osservando, anche nei paesi industrializzati, un incremento notevole dell'incidenza sia del tetano

che della pertosse e che questo incremento riguarda soprattutto quelle persone, come gli anziani, che presentano una bassa concentrazione anticorpale.

Infine, un accenno, ma significativo, va fatto alla **vaccinazione anti covid-19**. È noto a tutti come questa vaccinazione abbia modificato a livello di popolazione il corso della pandemia covid-19 e nei singoli individui il decorso della malattia che è decisamente meno aggressiva e meglio gestibile clinicamente nei soggetti vaccinati in particolare e soprattutto nelle persone anziane. Una cosa da rimarcare è quella delle dosi di richiamo. Ad esempio, negli anziani fragili, la somministrazione della quarta dose di richiamo del vaccino contro il covid-19 riduce del 74% il rischio di andare incontro a una forma severa di covid-19 e del 90% quella di morte rispetto a sole tre dosi di vaccino. In tale contesto, la quinta dose è attualmente raccomandata a tutte le persone di 80 anni e più, agli anziani ospiti delle strutture residenziali per anziani (Rsa) e ai cittadini di 60 anni e oltre con condizione di fragilità legata a patologie croniche. Su richiesta il richiamo anti-covid-19 potrà essere somministrato anche a tutti i soggetti dai 60 anni in su.

In conclusione, il Piano nazionale prevenzione vaccinale è uno strumento molto utile che fornisce indicazioni sia in ambito di sanità pubblica che di salute per il singolo individuo; tutti gli operatori sanitari e in generale tutte le persone anziane debbono tener conto di queste indicazioni che identificano le vaccinazioni come metodo cruciale di prevenzione delle malattie infettive che spesso sono causa di patologie severe, disabilità e alla fine ridotta qualità di vita.

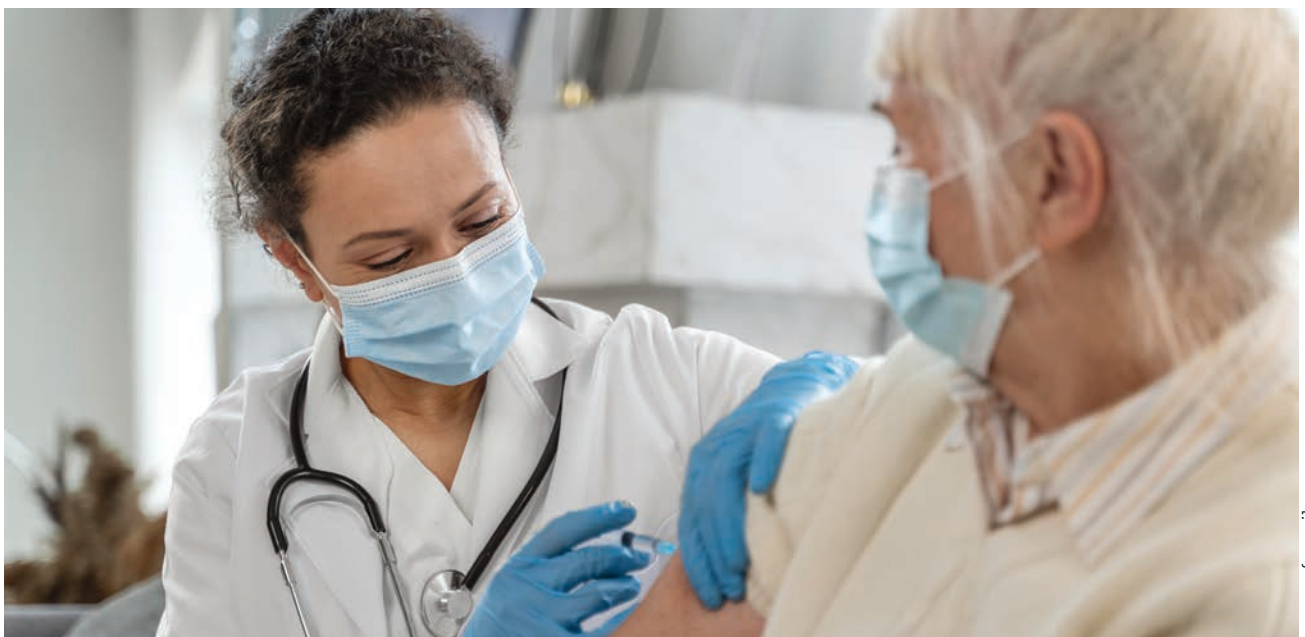


image: freepik



Teva per te

Nuove confezioni
che cambiano
per le tue esigenze.



Grazie all'ascolto di pazienti come te, Teva ha migliorato **la grafica delle confezioni** dei propri medicinali per renderla ancora più chiara e completa. Il nome del prodotto, il dosaggio, il pittogramma e lo spazio dedicato agli appunti sul retro*, possono aiutare ad assumere i medicinali in modo ancora più corretto e consapevole.

*Disponibile in base alla
dimensione della confezione

La nostra esperienza per la tua salute.

tevaitalia.it





Sede: Via Foro Boario, 55/57
44122 Ferrara
Telefono: 0532 91515
E-mail: afm@afm.fe.it
PEC: posto@pec.afm.fe.it
Sito Internet: www.afm.fe.it

Centro Aerosolterapia e Servizi

Viale Krasnodar 25
tel.0532 909315, Fax 0532 906860
E-mail: centroaerosol@afm.fe.it

Farmacia Comunale n. 1 PORTA MARE

C.so Porta Mare, 114
Tel. 0532 751404-753284, Fax 0532 759161
in servizio 24 ore su 24 e 365 giorni l'anno
E-mail: farmaciaportamare@afm.fe.it

PORTA MARE SERVIZI

C.so Porta Mare, 106/108
Tel. 0532 752116, Fax 0532 758095
E-mail: portamareservizi@afm.fe.it

Farmacia Comunale n. 2 ESTENSE

Via Bologna, 175
Tel. 0532 765797, Fax 0532 799441
E-mail: farmaciaestense@afm.fe.it

Farmacia Comunale n. 3 GAIBANELLA

Via Brigata Partigiana Babini, 32
Tel. 0532 718049, Fax 0532 717000
E-mail: farmaciagaibANELLA@afm.fe.it

Farmacia Comunale n. 4 ARIANUOVA

Via Arianuova, 117
Tel. 0532 247764, Fax 0532 217987
E-mail: farmaciaarianuova@afm.fe.it

Farmacia Comunale n. 5 MIZZANA

Via Modena, 185
Tel. 0532 52204, Fax 0532 777070
E-mail: farmaciamizzana@afm.fe.it

Farmacia Comunale n. 6 DEL NAVIGLIO

Via Naviglio, 11
Tel. 0532 62408, Fax 0532 747266
E-mail: farmaciadelnaviglio@afm.fe.it

Farmacia Comunale n. 7 BARCO

Via Bentivoglio, 156/b
Tel. 0532 51005, Fax 0532 777077
E-mail: farmaciabarco@afm.fe.it

Farmacia Comunale n. 8 STAZIONE

P.le Stazione, 5
Tel. 0532 52064, Fax 0532 777084
E-mail: farmaciastazione@afm.fe.it

Farmacia Comunale n. 9 FORO BOARIO

Via Zappaterra, 1
Tel.0532 93714, Fax 0532 905021
E-mail: farmaciaforoboario@afm.fe.it

Farmacia Comunale N. 10 KRASNODAR

V.le Krasnodar,39
Tel. 0532 903296, Fax 0532 905028
E-mail: farmaciakrasnodar@afm.fe.it

Farmacia Comunale N. 11 PONTEGRADELLA

Via Pioppa, 170
Tel. 0532 753509, Fax 0532 759147
E-mail: farmaciapontegradella@afm.fe.it

Contrasto alle zanzare

Kit antilarvali gratuiti in farmacia

È entrato nella fase operativa il piano per la lotta alle zanzare e al controllo delle malattie da esse trasmesse messo a punto dall'assessorato alle Politiche sociali e sanitarie del Comune di Ferrara. Un impegno che vede l'Amministrazione comunale attiva su più fronti, dalla pulizia e disinfestazione delle caditoie stradali sino alla distribuzione gratuita alla cittadinanza di kit larvicidi, passando per un costante monitoraggio dell'efficacia delle azioni.

Per limitare la proliferazione degli insetti - nello specifico la zanzara tigre (*Aedes albopictus*) e la zanzara comune (*Culex pipiens*) - il Comune di Ferrara ha stretto accordi con Afm e con Federfarma per avviare la **distribuzione nelle farmacie comunali e private di set contenenti prodotti antilarvali**, da dosare nei pozzetti delle abitazioni private, richiedibili e utilizzabili in autonomia dai cittadini in quanto privi di rischi per la salute.

Tali kit possono essere ritirati nelle farmacie aderenti - riconoscibili dall'esposizione di una vetrofania - compilando un modulo richiedibile in farmacia oppure scaricabile sui siti del Comune di Ferrara e di Ferrara Tua.

La presenza delle zanzare viene monitorata attraverso 90 ovitrappe installate sul territorio, e nel frattempo Ferrara Tua, nel periodo da aprile a ottobre, è stata incaricata dal Comune di trattare con prodotti antilarvali i tombini, le caditoie e tutti i potenziali ristagni d'acqua nelle aree pubbliche, ed eventualmente a disinfestare con trattamenti adulticidi spray da nebulizzare, ma solo in casi di infestazione straordinaria o di emergenza a seguito di eventuale recrudescenza di casi di malattie e di epidemie trasmesse da vettori.

Grazie a una convenzione tra il Comune e il *Consorzio futuro in ricerca* (partecipato anche dall'Università di Ferrara) si attuerà un progetto di ricerca per valutare l'efficacia dei trattamenti effettuati (sia adulticidi sia larvicidi) eseguiti in aree pubbliche e private. I dati raccolti ed elaborati porteranno a una relazione finale annuale utile per poter trovare spunti di miglioramento delle azioni da intraprendere.

Per approfondire la conoscenza delle zanzare e delle patologie da loro trasmesse ed essere informati su progetti, azioni di monitoraggio e contenimento, consultare www.zanzaratigreonline.it



Paola Nocenti (a destra), direttore generale Afm Ferrara, con Luca Cimarelli, presidente di Ferrara Tua, e l'assessore Cristina Coletti alla presentazione del piano antizanzare.

Comune di Ferrara www.cronaccacomune.it

LA PREVENZIONE in farmacia



L'impegno di Afm Ferrara

DI
STEFANO GAMBERINI
Afm Farmacie comunali Ferrara

Prevenire è meglio che curare, recita un vecchio adagio di Bernardino Ramazzini da Carpi, medico della Corte Estense vissuto nella seconda metà del '600, ormai entrato a far parte delle nostre poche certezze.

E la prevenzione fa certamente bene al paziente, ma allo stesso tempo allo stato e alla tenuta del suo sistema sanitario; visti i costi gravosi di ospedalizzazioni, terapie, giornate di lavoro e produttività perdute ecc. che potrebbero essere risparmiati attraverso una buona prevenzione diffusa.

In quest'ottica si inserisce il nuovo ruolo delle farmacie che, sintetizzando, va sotto il nome di *Farmacia dei servizi* e si sta affermando come uno degli strumenti più utili per garantire diagnosi precoce, controllo all'aderenza terapeutica dei pazienti, indicazione di comportamenti e stili di vita adeguati a mantenersi in buona salute.

Un recente studio ha evidenziato che il 58% degli italiani è in grado di raggiungere una farmacia entro 5 minuti, il 98% entro mezz'ora. Grazie alla flessibilità oraria e a

un'organizzazione delle farmacie sempre più orientata ai bisogni degli utenti, questo avviene ormai a ogni ora del giorno e della notte, tutti i giorni della settimana.

Capillarità e competenza

La capillarità territoriale delle oltre 18.000 farmacie italiane e la competenza dei suoi operatori sono punto di riferimento per i cittadini, così come per le aziende sanitarie, che a loro affidano sempre più servizi fino a poco tempo fa gestiti direttamente:



La saletta attrezzata dedicata al servizio di telemedicina a Porta mare servizi.

Il diabete, l'ipertensione, le iperlipidemie sono tra le patologie a più alta incidenza epidemiologica e tasso di morbilità e mortalità più elevata, in relazione al rischio cardiovascolare che rappresenta la principale causa di morte nel nostro paese e nel mondo. Ma anche **tra le maggiormente sottostimate**, visto che senza un controllo rapido e indolore come quello che si può fare anche in farmacia, non verrebbero smascherate. In Italia i diabetici sono circa 3,5 milioni e almeno 1 milione sarebbero i diabetici che ancora non sanno di esserlo. 15 milioni sarebbero gli ipertesi, ma almeno la metà lo ignora. Il 40% delle persone che soffre di dislipidemie non ha ricevuto ancora diagnosi al riguardo. Di conseguenza a queste persone non sono ancora applicati protocolli terapeutici e di monitoraggio continuo, con gravi rischi facilmente prevedibili.

erogazione di presidi, prenotazioni, campagne di screening... consentendo un risparmio economico e di operatori da destinare ad altri ruoli.

Soffermandoci però all'aspetto più strettamente legato alla prevenzione, va detto che il ruolo del farmacista nell'intercettare il più precocemente possibile una malattia (in particolare quelle di tipo cronico che maggiormente affliggono la popolazione) è fondamentale. Perché diabete, ipertensione, iperlipidemie... sono malattie tanto potenzialmente gravi, quanto subdole.

Capaci di rimanere silenti per lunghissimi anni, prima di esprimersi attraverso sintomi evidenti. Fino al momento in cui i danni d'organo risultano conclamati, le possibilità di cura più problematiche e le terapie meno efficaci.

Afm da sempre ha sposato l'idea di non limitarsi alla dispensazione del farmaco, ritenendo il farmaco una fondamentale risorsa, ma di secondo livello. Il primo intervento è sicuramente il consiglio, l'indicazione dei

comportamenti da adottare per allontanare o limitare un evento patologico.

L'ascolto, la conoscenza delle problematiche e il rapporto di fiducia, che si instaura in un clima di familiarità tra il farmacista e i suoi clienti, sono alla base di un percorso di accompagnamento finalizzato al benessere e alla miglior qualità di vita possibile.

Dalla diagnostica all'informazione

In quasi tutte le nostre farmacie abbiamo, poi, anche semplici strumenti diagnostici per l'autodeterminazione della glicemia e dell'emoglobina glicata, che consentono di fotografare l'assetto glicemico e, nel caso, sottoporre al proprio curante un risultato non in linea con i parametri di normalità. Così come la determinazione dei valori ematici di colesterolo e trigliceridi o della pressione arteriosa.

Grazie alla telemedicina, poi, nella nostra Porta Mare Servizi è oggi possibile effettuare esami più complessi come elettrocardio-

grammi, Ecg Holter e Holter pressorio, che consentono una rapida valutazione attraverso l'intervento di un medico specialista che collabora a distanza con il nostro ambulatorio, accorciando e semplificando percorsi di diagnosi spesso lunghi e tortuosi. Lo stesso per quanto riguarda la polisinnografia, gestita presso il nostro centro Aerosolterapia di Viale Krasnodar, in aggiunta alla possibilità di effettuare terapie inalatorie e visite Orl, già da molto tempo in essere.

Proprio per il valore che, come farmacie comunali, attribuiamo a questo nostro ruolo di supporto alla prevenzione, cerchiamo di mantenere i prezzi di queste prestazioni a un livello di accessibilità per tutti.

Infine, mi piace ricordare come anche questa rivista – Pharmacom –, a cui dedichiamo tempo e passione, intenda essere uno strumento semplice e rapido dove trovare informazioni utili e sicure per la propria salute.

La farmacia dei servizi, per noi, è anche questo.

Farmacie comunali e Furinkazan insieme per “battere” gli arresti cardiaci



DI PIETROBONO CAVICCHI
farmacista Afm Ferrara

Serata di formazione intensa e di grande interesse quella che si è svolta il 22 marzo presso la storica sede della palestra Furinkazan di Ferrara.

Col patrocinio delle Farmacie comunali, guidati dagli operatori del 118 Fabrizio Biolcati e Laura Cavallari, il personale delle farmacie comunali assieme all'intero staff tecnico del Furinkazan hanno aggiornato le conoscenze teoriche e pratiche sull'utilizzo del defibrillatore semiautomatico e sulle manovre di rianimazione, sia negli adulti che nei bambini, secondo il protocollo American

heart association (Aha).

Quattro ore di corso con prova pratica finale che hanno permesso ai partecipanti di aggiornare le conoscenze sulle nuove manovre da eseguire in caso di necessità per la rianimazione cardio polmonare, le tecniche di disostruzione da corpo estraneo e soprattutto sull'uso del defibrillatore e su come e quando chiamare i soccorsi.

Grande soddisfazione da parte di tutti i partecipanti e della Direttrice generale di Afm Ferrara, Paola Nocenti.

Afm (con due delle principali farmacie: Porta Mare e Krasnodar) e il Furinkazan (con oltre 100 atleti tra amatori e agonisti) sono realtà particolarmente attente all'aggiornamento del personale preposto all'utilizzo del defibrillatore e per le manovre di rianimazione affinché nei rispettivi ambiti siano sempre presenti operatori in

possesso dei requisiti necessari. Tale formazione può essere utile pure come bagaglio personale nel momento in cui ci si trovasse a intervenire in una situazione di bisogno. La conoscenza dei corretti comportamenti da attuare in caso di necessità dovrebbe divenire patrimonio di ogni persona, sin dall'età scolare. Infatti, ciascuno di noi, anche se non operatore sanitario, può formarsi seguendo corsi qualificati. In caso di arresto cardiocircolatorio i dati internazionali confermano che l'unica terapia dimostrata efficace, a patto che venga eseguita tempestivamente, è la defibrillazione precoce, abbinata a una rianimazione cardiopolmonare. Infatti, se il cuore e i polmoni si fermano, cessa il rifornimento di sangue e, conseguentemente, di ossigeno ai tessuti e agli organi, dei quali il più sensibile alla carenza di ossigeno è il cervello: già dopo pochi minuti di assenza di circolazione il cervello subisce danni irreversibili, ovvero gravissime lesioni che potrebbero comportare danni all'uso della parola, al movimento e alle capacità cognitive e quindi alla qualità di vita dell'individuo.

Da non sottovalutare è poi la manutenzione dei defibrillatori semiautomatici (Dae) che se non effettuata può rendere inutilizzabile l'apparecchiatura.



Soccorso a sfollati e volontari dell'alluvione

L'aiuto su più fronti inviato da Afm

Nel racconto dell'editoriale avete conosciuto lo spirito e l'impegno che le Farmacie comunali di Ferrara, unendo la forza sia dei singoli dipendenti sia dell'Azienda, hanno messo in campo nell'arco di tempi brevi per inviare aiuti ai territori dell'Emilia-Romagna colpiti dalla recente alluvione. Nelle fotografie di questa pagina, proseguiamo il racconto per condividere con voi i momenti della consegna delle donazioni e le realtà nelle quali saranno utilizzate.

ANCHE I VOLONTARI HANNO BISOGNO DI PROTEZIONE DALLE ZANZARE



Il dottor Stefano Gamberini, a nome delle Farmacie comunali di Ferrara, consegna i prodotti donati alla Croce rossa italiana sezione di Ferrara impegnata nella gestione del campo allestito ad Argenta per accogliere gli sfollati dalle zone limitrofe allagate. I prodotti sono repellenti e creme dopo puntura perché i volontari operano in contesto di grande densità di zanzare.

LIBRI PER NUTRIRE LA CRESCITA DI BAMBINI E BAMBINE



La donazione, effettuata dai dipendenti e insieme all'azienda Afm, è destinata alla ricostruzione delle sale alluvionate e alla ricostruzione del patrimonio librario della Biblioteca manfrediana di Faenza (www.manfrediana.it/manfrediana-ragazzi/). La sezione ragazzi, con oltre 30.000 volumi, è dedicata a bambine e bambini dai primi mesi di vita fino ai 12 anni. Ai bambini più piccoli è riservato un angolo morbido con albi illustrati e libri cartonati. Numerosi anche i silent book e quelli con i simboli della Comunicazione alternativa aumentativa (Caa). La biblioteca aderisce al progetto Nati per leggere, della cui importanza abbiamo scritto lo scorso nel numero 4 della nostra rivista.

LA CELIACHIA NON SCOMPARE CON L'ALLUVIONE



Durante le calamità le persone celiache, sia tra gli sfollati sia tra i volontari, si trovano a vivere le criticità del momento peggiorate anche dalla difficoltà di procurarsi il cibo senza glutine necessario come un farmaco per la loro situazione di salute. Le Farmacie comunali di Ferrara hanno quindi deciso di donare prodotti senza glutine, consegnandoli a Davide Trombetta, presidente Emilia Romagna di Aic (Associazione italiani celiachia). Nella fotografia, con le farmaciste Borgatti (a sinistra) e Medri della comunale Krasnodar, sede del punto specializzato in alimenti per celiaci di Afm Ferrara. (emiliaromagna.celiachia.it/emergenza-alluvione-emilia-romagna/)



Al concerto di Bruce Springsteen, anche senza glutine!

In occasione del concerto di Bruce Springsteen – svoltosi al Parco Bassani di Ferrara il 18 maggio scorso – le farmaciste Federica Trevisani e Angela Vaccari di Afm hanno collaborato con l'Associazione italiana celiachia (Aic) di Ferrara per l'allestimento di un fornitissimo stand posizionato all'interno dell'area concerto, con alimenti destinati alle persone celiache.

Un'attenzione fortemente sostenuta dal presidente di Ferrara holding servizi, Luca Cimarelli, dagli organizzatori e da Aic per venire incontro alle esigenze di persone affette da celiachia che non dovevano vedere preclusa la possibilità di partecipare in sicurezza e tranquillità – potendo disporre di alimenti sicuri a loro destinati – a un evento dalla portata storica per la città di Ferrara come questo, che ha visto la partecipazione di 50.000 persone.

Numerose persone, anche straniere, presenti al concerto hanno ringraziato sentitamente per il servizio dedicato al senza glutine che le ha felicemente stupite poiché mai lo avevano riscontrato in altri eventi musicali e non. L'augurio è che Ferrara possa essere ricordata quale la prima città dei "concerti senza glutine", un'idea da esportare in occasione di eventi, per accogliere le necessità spesso non considerate dei celiaci.

Per Afm e Aic un'ulteriore possibilità di collaborazione che di fatto rende ancora più

saldo il rapporto fra le farmacie comunali di Ferrara e i pazienti celiaci del territorio che da molto tempo sanno di poter contare sulla grande varietà di prodotti disponibili presso la farmacia comunale di Viale Krasnodar e sulla professionalità delle sue farmaciste che le vede impegnate nell'informazione sulla gestione di questa patologia anche in contesti diversi dal banco della farmacia. Oltre questo concerto, sono infatti diversi gli eventi

che hanno portato le farmaciste "sul campo" con lo stand del senza glutine, ad esempio durante il Ferrara food festival o in occasione dei campionati giovanili di canoa presso l'oasi di Vigarano Pieve, iniziative di cui abbiamo dato testimonianza in numeri precedenti di Pharmacom.



Le dottoresse Trevisani e Vaccari (farmaciste della comunale Krasnodar) con Luca Cimarelli, presidente Ferrara holding servizi, e Matteo Fornasini, assessore al Turismo della città di Ferrara, e con i volontari di Aic Ferrara.

NOVITÀ AL CENTRO AEROSOLTERAPIA E SERVIZI

Una nuova collaborazione con la dottoressa Chiara Bonora è stata attivata al Centro Aerosolterapia. La dottoressa è specializzata in visite audiologiche, valutazioni vestibolari, visite foniatriche per disfonia e disturbi del linguaggio per adulti e bambini al di sopra dei tre anni di età, nonché a effettuare insufflazioni endotimpaniche e Politzer. La dottoressa Bonora è presente presso il Centro Aerosol il venerdì pomeriggio dalle ore 15 alle 17.30 e il sabato mattina dalle ore 9.00 alle 12.30.

Il nuovo orario del Centro

lunedì 7.30 - 13.30
martedì 7.30 - 13.30 e 15.30 - 18.30
mercoledì 7.30 - 13.30
giovedì 7.30 - 13.30
venerdì 7.30 - 13.30 e 15.00 - 17.30
sabato 9.00 - 12.30

Per prenotazioni e informazioni

Telefono: 0532.909315
E-mail: centroaerosol@afm.fe.it
Dal lunedì al venerdì ore 07.30 - 13.30
Martedì ore 16.30 - 18.30

Ulteriori informazioni anche presso le 11 farmacie comunali

Importanza della biodiversità

Peculiarità e caratteristiche della flora italiana

di Maria Laura Colombo - membro del Tavolo tecnico del Settore delle piante officinali, Ministero delle politiche agricole, alimentari e forestali e già docente di Botanica farmaceutica per il corso di laurea in Farmacia e corso di laurea in Tecniche erboristiche, Università di Torino

L'Italia presenta una flora particolarmente ricca e varia, soprattutto grazie alla posizione geografica che le permette di avere cime montuose circondate nel contempo dal mare, alla conformazione stretta e particolarmente allungata proprio nel mare e grazie anche alla particolare geologia del sottosuolo, del clima e di riflesso della vegetazione.

Proprio per la conformazione geografica, in Italia si distinguono quattro *province biogeografiche*: alpina, appenninica, italo-tirrenica e adriatica.

Forse può essere utile chiarire il significato di "flora" e di "vegetazione", termini che spesso erroneamente sembrano quasi equivalersi, riportando la definizione del vocabolario Treccani: la flora è "il complesso delle piante, spontanee, naturalizzate o largamente coltivate in un dato territo-

rio o ambiente" mentre la vegetazione rappresenta "il complesso delle piante di un ambiente considerate nel loro modo di aggregarsi e nei loro rapporti con i fattori dell'ambiente".

Un censimento in divenire

Riguardo l'eccezionale ricchezza della flora selvatica italiana, soprattutto di quella cosiddetta vascolare (cioè di piante dotate di radici, fusto e foglie, anche se di piccole dimensioni) si può senza dubbio parlare di una maggior varietà di specie, rispetto alle flore di altri paesi europei. Oltretutto c'è da considerare il fatto che, anche ai giorni nostri, è un continuo ritrovare specie e/o sottospecie nuove, da parte degli studiosi botanici, mai descritte prima e che vengono riportate con minuzia di particolari in opportuni trattati scientifici.

Basandosi su tali presupposti, è stato creato un **database della flora delle varie regioni italiane** cui si può accedere gratuitamente online all'indirizzo **dryades.units.it/home/index.php** Può essere definito una lista in divenire, proprio perché è regolarmente aggiornato con i nuovi ritrovamenti effettuati dagli studiosi botanici.

Se si desidera avere un quadro a livello mondiale di tutta la flora censita, si può consultare il database – altrettanto gratuito e semplice nella consultazione – **World flora online (Wfo) www.worldfloraonline.org/**, anch'esso costruito sul concetto della "working list".

Una ricchezza da salvaguardare

Da quanto finora detto, la flora italiana presenta quindi una grande ricchezza di specie: la flora dei muschi e dei licheni è una delle più ricche d'Europa, anche le piante vascolari sono ben rappresentate e comprendono 6.711 specie, ovvero 144 Pteridofite (cioè le felci), 39 Gimnosperme (cioè Conifere, ginepro e altre piante senza fiori, però con le pigne) e 6.528 Angiosperme (cioè piante dotate di fiori a volte colorati ed appariscenti, a volte invece poco appariscenti e verdastr).

Va inoltre ricordato che circa il 15% di tutte le specie della flora italiana è costituito da specie endemiche; si tratta cioè di specie uniche e caratteristiche di un determinato habitat esclusivo: ad esempio una zona insulare oppure una peculiare e isolata vallata alpina oppure ancora una costa bassa e sabbiosa del mar Adriatico ecc. Ovviamente le specie endemiche sono praticamente uniche e vanno preservate



con particolare cura.

L'Italia è anche particolarmente ricca di foreste, in graduale e continua espansione: da 8.675.100 ettari del 1985 si è passati a 10.987.805 ettari del 2013, con un incremento pari al 26,7%.

Questa ricca biodiversità vegetale è però costantemente minacciata e rischia di essere perduta, spesso per cause umane: distruzione degli habitat, degrado ambientale, mancata salvaguardia degli ecosistemi naturali. Non ultimo, il pericolo della ingerenza di specie invasive aliene – magari portate dal vento, dagli uccelli oppure anche dai mezzi di trasporto – che molto spesso si inseriscono negli habitat naturali, cercando di colonizzarli e talvolta addirittura di prevalere sulla flora spontanea. In questo caso vi è però una attenzione particolare e un controllo del territorio da parte di un consorzio di studiosi botanici italiani.

Sia l'Italia che l'Europa intera in questi ultimi anni non sono rimaste indifferenti al pericolo di impoverimento del numero delle specie vegetali spontanee e hanno messo in atto alcune misure di contenimento e di controllo del territorio. Possiamo ricordare **Rete natura 2000**, costituita da *Zone di protezione speciale*, *Siti d'importanza comunitaria* e *Zone speciali di conservazione*, in applicazione della direttiva europea "Habitat". Rete natura 2000 è quindi uno strumento di protezione. Attualmente in Italia Rete natura 2000, protegge 2.589 siti, per una superficie totale di 6.391.381 ettari, pari al 19,3% del territorio nazionale.

Un altro riferimento base per la conservazione della biodiversità in Italia è la **Legge quadro sulle aree protette** n. 394 del 6 dicembre 1991, in virtù della quale sono presenti in Italia 871 aree protette, che occupano una superficie a terra di 3.163.591 ettari (10,5% del territorio nazionale).

Un altro apporto alla salvaguardia della biodiversità a livello europeo sono le **disposizioni sul greening**. Tali disposizioni di legge prevedono che tutti gli agricoltori europei devono lasciare incolto almeno il 5% dei loro terreni produttivi, proprio a salvaguardia della biodiversità. Tuttavia, nel 2022, allo scoppio della guerra in Ucraina, si presentò il problema in Europa del rifornimento di cereali, coltivati in larga misura in Ucraina e rimasti appunto bloccati in territorio ucraino. Nella primavera 2022 l'Europa fece una deroga e sbloccò provvisoriamente questi terreni incolti e a riposo nelle aree di interesse ecologico (almeno 4 milioni di ettari) per aumentare la produzione comunitaria di cereali e scongiurare così la carenza di offerta sui mercati. Si tratta tuttavia di una misura temporanea dettata dalla necessità e dalle urgenze dovute alla guerra in corso.



image: freepik

"Biodiversità" è una parola nuova, entrata negli ultimi anni nel vocabolario italiano, che deriva dalla fusione dei termini inglesi *biological* e *diversity*.

Dalla flora alle api

La flora spontanea costituisce la base culturale – fra l'altro – anche del nostro patrimonio e delle nostre tradizioni erboristiche. Diverse piante endemiche oppure semplicemente protette hanno interesse officinale e per soddisfare la richiesta industriale senza depauperare il territorio, esse vengono coltivate con successo. Si può ricordare il genepi per produrre il noto liquore, la stella alpina per produrre creme per la cosmesi del viso, l'arnica per la produzione di gel e creme con diverse applicazioni. La salvaguardia della biodiversità vegetale favorisce anche la sopravvivenza delle api, che trovano così la possibilità di nutrirsi del nettare di tante piante selvatiche, favorendo

l'impollinazione e il mantenimento del ciclo delle piante anche spontanee.

In questi ultimi decenni si è particolarmente alzata l'attenzione sulla sopravvivenza e sul benessere delle api, sopravvivenza messa in crisi nel passato dall'uso intensivo di determinati fitofarmaci. Grazie all'intervento a livello europeo dell'Agenzia europea per la sicurezza alimentare con sede a Parma (European food safety agency - Efsa) e, in Italia, all'intervento del Ministero della salute, si è ridotto e soprattutto diversificato l'impiego di determinati fitofarmaci dannosi per la salute delle api.

Il vivo interesse per il benessere delle api è anche correlato al fatto che le api non soltanto ci danno i prodotti dell'alveare, ma sono i principali insetti impollinatori per più del 70% delle specie vegetali. In questo 70% sono comprese anche le piante alimentari: alberi da frutto, la maggior parte delle verdure, oltre che migliaia di piante spontanee anche di interesse officinale.

Un mondo complesso e variegato basato su equilibri che dobbiamo conoscere, amare e salvaguardare.

GIORNATE PER INFORMARE E SENSIBILIZZARE

2 febbraio
21 marzo
20 maggio
22 maggio

Giornata mondiale delle zone umide
Giornata internazionale delle foreste
Giornata mondiale delle api
Giornata mondiale della biodiversità

Giocosport, giocodanza, baby dance

La danza propedeutica per i bambini

DI
ALMA BRUNETTO

Ufficio stampa della Federazione italiana danza sportiva del Piemonte

La danza sportiva viene considerata da molti come una disciplina a sé e non come uno sport, come andrebbe veramente valutata.

Non è solo un passatempo: **la danza sportiva** è, a tutti gli effetti, una disciplina olimpionica che **farà il suo ingresso ai giochi olimpici di Parigi 2024** con la variante della breakdance, che è in grandissima ascesa negli ultimi anni.

È per tutti, non esiste un'età, tutti possono approcciarsi alla danza sportiva, il target è molto variegato. Per i bambini è più di una disciplina, a livello di formazione personale e psicologica è completa sia emotivamente, che caratterialmente ed è utile alle capacità matematiche. Infatti, per imparare a ballare correttamente un bambino dovrà imparare coreografie e passi, e grazie a questo potenzierà le sue capacità logiche aiutando la concentrazione e la lucidità.

Un mix di movimento associato al linguaggio artistico, al suono e alla sua

coordinazione. Iniziare al più presto per un bambino, vuol dire frequentare una scuola di ballo già dalle scuole materne, grazie a metodi che accostano la danza al gioco, e quindi a fare un percorso di crescita dove le componenti principali sono l'immaginazione, la creatività e tanta fantasia.

Giocosport, giocodanza, baby dance viene chiamata in molteplici modi la danza sportiva propedeutica rivolta ai più piccoli fino alla scuola primaria. Lo scopo è quello di diffondere la pratica e la promozione della danza sportiva, per trasmettere a bambini e ragazzi la volontà di raggiungere risultati attraverso un sano agonismo e un gesto atletico arricchito da armonia, musicalità, interpretazione e coordinamento dei movimenti.

Giocosport è, infatti, un'attività basilare ludico-scolastica, libera, creativa e ricreativa, stimolante e socializzante, formativa ed educativa. Per i bambini più piccoli la danza sportiva semplificata nelle sue forme e regole "non codificate", la rende divertente ed

fotografia Annalisa Avataneo



fotografie di Letizia Arcudi



interessante, senza dimenticare l'elemento ludico. Un processo di alfabetizzazione motoria per la conoscenza sempre più consapevole del proprio corpo alla progressiva capacità di dominio intelligente del movimento.

La disciplina della danza sportiva diventa uno strumento di educazione sportiva e giocando sempre meglio, il bambino può imparare che lo sport è gioia di vivere, desiderio di esprimersi in libertà, l'incontro ed il confronto con gli altri, il rapporto con la natura e l'ambiente sociale.

La danza fa emergere quella aggressività costruttrice e creatrice che è tipica dei soggetti umani più maturi, mentre l'agonismo sportivo ne è la massima espressione e può proporsi come traguardo educativo.

Come avviene il percorso?

Attraverso una serie di azioni che si possono sintetizzare in: spazio, azione, comunicazione e regola. Lo spazio viene vissuto dal bambino come esplorazione e gestione consapevole delle dimensioni spaziali, in pratica si lavora sulle abilità motorie, ad esempio avanti - dietro, destra - sinistra, aperto - chiuso.

Per l'azione il piccolo entra nella fase della percezione e analisi della situazione. La comunicazione è insolita perché priva di parole o informazioni verbali, si realizza attraverso l'equilibrio, il ritmo, la distanza e attraverso il movimento si comunica con il corpo.

La scoperta delle regole nasce e si scopre per caso, quando ci si accorda per giocare.

Come si attuano praticamente tutti questi elementi?

Si utilizzano dei giochi mirati. Ad esempio, nel giocodanza propedeutico, *Tutti nel fiume*: si balla in maniera libera a tempo di musica. Allo stop della musica tutti i bambini devono entrare nel fiume, che l'insegnante avrà avuto cura di delimitare in precedenza e rimanere immobili come statue. Oppure in *Le formichine*: l'insegnante predisporrà un percorso a terra e i bambini dovranno avanzare avendo cura che il tallone del piede tocchi la punta del piede davanti.

Nel giocosport si può iniziare con degli esercizi di riscaldamento, correre, camminare, saltellare in varietà di direzioni, con cambi di velocità nelle esecuzioni alternati a cambi di stazione del corpo rispetto al suolo, con l'utilizzo della musica moderna far eseguire movimenti in forma libera e in forma guidata, singolarmente e in coppia o gruppo oppure utilizzare dei giochi che possano coinvolgere contemporaneamente tutti gli elementi del gruppo: il gioco collettivo, rappresenta un momento di socializzazione e di espressione del gruppo nella sua interezza.

L'esperienza di una insegnante

Letizia Arcudi, laureata all'Accademia

nazionale di danza a Roma, è una performer, insegnante e coreografa di origine indiana. Tra i suoi ultimi studi di formazione c'è l'alto corso professionale diretto dal maestro Steve Lachance e nel 2003 è stata una delle concorrenti più talentuose della terza edizione del programma *Amici*. Da ottobre 2016 insegna danza moderna presso la scuola *Insieme Per Fare* e giocodanza ai piccoli della fascia di età 3-5 anni e ci racconta la sua esperienza con una quarantina di pargoli da 7 anni.

“A quell'età occorre creare un rapporto empatico perché l'attenzione è veramente minima. Si deve alternare la tecnica al gioco con ascolto della musica e allo stesso tempo si insegna a muoversi nello spazio. Quando si propongono elementi più impegnativi, occorre farlo per un massimo di 5 minuti, altrimenti cala l'attenzione. È una generazione che ha grandi difficoltà di attenzione, distratti come sono dai telefonini e dai social.

Un ruolo che trasforma da insegnante a educatore: bisogna saperli stimolare e farli appassionare. Sicuramente con quelli più grandi si ottengono maggiori soddisfazioni, perché si possono realizzare coreografie.

I bambini ti lasciano dei ricordi indelebili, si affezionano e te lo dimostrano attraverso dei fiori o dei messaggi, come quella volta che una bimba mi ha disegnato marrone, perché essendo di origine indiana la carnagione è più scura!”.



**FARMACIE
COMUNALI
FERRARA**

LE NOSTRE PROMOZIONI

OFFERTE VALIDE PER GIUGNO-LUGLIO-AGOSTO 2023



Polase
CLASSICO

PER COMBATTERE STANCHEZZA E FATICA FISICA
con Potassio e Magnesio

INTEGRATORE ALIMENTARE DI SALI MINERALI

**POLASE gusto arancia
integratore - 24 bustine
€14,90**

€ 13,90

**FENISTIL 1% tubo da 30g
gel per eritemi, punture d'insetto,
infiammazioni della cute
€11,30**

€ 8,90



Fenistil 0,1% gel

Indicazioni terapeutiche:
Fenistil gel è indicato per il trattamento locale dei sintomi
- delle infiammazioni della pelle con prurito (dermatiti pruriginose)
- dell'orticaria solare
- delle punture d'insetto

Tubo da 30g



**LASONIL
ANTIDOLORE**

IBUPROFENE SALE DI USINA 10% GEL

TUBO DA 120g

**LASONIL
antidolore gel 10%
tubo da 50g e 120g
€9,55 - €13,65**

€ 7,50 - € 10,90



Enterogermina
4 MILIARDI/5 ml
SOSPENSIONE ORALE

Sprei di Bacillus licheniformis polivalente resistente

**ENTEROGERMINA 4 ml
confezioni da 20 flaconcini
€26,90**

€ 24,50



Flectorgo
25 mg capsule molli
Diclofenac epalamina

Medicinale equivalente

20 Capsule molli

Uso orale

**FLECTORGO 25 mg
20 capsule molli
€10,90**

€ 6,90



SPIDIDOL
400 mg

Comprese rivestite con film

Ibuprofene sale di arginina

12 compresse

**SPIDIDOL 400mg
12 compresse
€10,90**

€ 8,90



EVO

MISURATORE DI PRESSIONE
AUTOMATICO DA BRACCIO

Automatic arm blood pressure monitor

Intensità di compressione

Intensità di compressione

Intensità di compressione

Intensità di compressione

Intensità di compressione

Intensità di compressione

Intensità di compressione

Intensità di compressione

Intensità di compressione

Intensità di compressione

**M-AID TECH EVO
misuratore pressione
€115,00**

€ 49,00

**FLECTORARTRO 1% gel
confezione da 100 g
€12,90**

€ 8,90

Flectorartro 1% gel
Diclofenac

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel

Confezione a pressione sottovuoto 100 g di gel



**SPIDIDOL 400mg
12 compresse
€10,90**

€ 8,90

**IALUSET PLUS tubo da 25g
crema in caso di ferite infette e ustioni
€11,90**

€ 8,90



LA NOSTRA MIGLIORE CREMA ADESIVA

**Kukident
EXPERT**

CREMA ADESIVA PER DENTIERE TOTALI E PARZIALI

Kukident
CREMA ADESIVA PER DENTIERE TOTALI E PARZIALI

COMPLETE
Neutro

Kukident
CREMA ADESIVA PER DENTIERE TOTALI E PARZIALI

COMPLETE
Plus Original

Kukident
PLUS

MAXI
CONVENIENZA

**KUKIDENT
formato maxi
€13,05 - €13,99**

€ 12,00 - € 12,99

Tutti i solari della linea
DEFENCE SUN BioNike

sconto -40%



CLEARBLUE
test di gravidanza
rilevazione precoce
€19,86

€ 9,50



CLEARBLUE
test di gravidanza con
indicatore delle settimane
€26,99

€ 10,00



SUPRADYN
magnesio e potassio
integratore - 24 bustine
€17,90

€ 12,90

Offerte valide fino a esaurimento scorte.

I prodotti in promozione sono esclusi dalla carta fedeltà