

# Pilliole

LA RIVISTA DELLA TUA FARMACIA

## Per l'Ucraina Farmacisti insieme in un'unica raccolta fondi



**Volontari**  
Farmacisti  
subito operativi



**Covid**  
Stop fake news  
su antibiotici



**Ferite**  
Non trascurare  
quelle piccole

CON TUTTI  
I TURNI FINO  
A GIUGNO 2022

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
**FEDERFARMAVERONA**

**AGIFAR**  
VERONA



**FARMACIEUNITE**  
Protagonisti del nostro futuro

**Agec**  
Insieme viviamo la Città

# UNITI PER L'UCRAINA

**I FARMACISTI VERONESI TI INVITANO AD ADERIRE  
ALLA RACCOLTA FONDI NAZIONALE  
PER L'ACQUISTO DI FARMACI DESTINATI ALL'UCRAINA**

**PER LE DONAZIONI  
CODICE IBAN :**

**IT93Q0875310202000000900184**

**INTESTATARIO :**

**ASSOCIAZIONE NAZIONALE  
DEI FARMACISTI VOLONTARI**

*Donna anche tu!*





## Dalle difficoltà della pandemia alle atrocità della guerra

**P**roprio mentre il mondo intero provava a ritrovare fiducia e a lasciare alle spalle il periodo buio della pandemia, proprio quando la speranza di ritrovare una nuova normalità iniziava a pervadere il pensiero di tutti noi, certi ormai che, grazie ai vaccini e ai test antigenici, avremmo potuto finalmente gestire il contagio del Covid 19 e imparare a convivere con questa difficile realtà, il cuore del nostro Continente è stato sventrato da un'inaccettabile guerra, che rappresenta oggi per la società intera uno dei momenti più bui della storia.

Il nostro Paese ha reagito con la consueta generosità agli appelli delle Organizzazioni internazionali così anche noi - farmacie e farmacisti - ci siamo attivati subito per la raccolta di prodotti e di fondi a sostegno della popolazione ucraina devastata da questo terribile conflitto.

Grazie al coordinamento della nostra Federazione nazionale con la Protezione Civile, con la Croce Rossa Italiana e tante altre Associazioni a sfondo umanitario attive sul territorio, la macchina degli aiuti si è mossa velocemente, in maniera organizzata ed efficiente.

In primis l'Associazione Farmacisti Volontari che ha raggiunto in pochi giorni l'hangar nella sede operativa della Protezione Civile con un carico di farmaci raccolti per la prima emergenza sanitaria della popolazione inerme.

Ancora una volta, dunque, ci siamo, siamo qui, siamo pronti a fare quanto di nostra competenza, a fare la nostra parte a sostegno di una comunità in ginocchio che ora verrà ospitata anche in Italia e avrà bisogno di aiuto, ascolto, appoggio.

Le nostre farmacie faranno rete con le Istituzioni e saranno come sempre in prima linea a difesa di valori quali la condivisione, la resilienza, il diritto alla salute e alla vita. Valori etici imprescindibili dalla nostra professione e dal nostro ruolo sul territorio.

Le farmacie sono e saranno, con il consueto spirito di assistenza verso i più fragili, a disposizione di questo popolo in fuga da una guerra che non può lasciare spazio all'indifferenza.

Dott.ssa Elena Vecchioni  
Presidente di Federfarma Verona

## PILLOLE

La rivista della  
tua Farmacia

[www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it)

### Editore:

Federfarma Verona

### Presidente:

Elena Vecchioni

**Il Comitato Scientifico di  
Federfarma è composto dai seguenti  
Farmacisti in Verona:**

Elena Vecchioni, Gianmarco Padovani,  
Matteo Vanzan, Martina Trittoni,  
Claudia Sabini, Marcello Bacchielli,  
Paola Fiocco, Stephane Giarolo,  
Stefano Pacenti, Nadia Segala,  
Daniela Vaccari

### Direttore responsabile:

Nicoletta Fattori

e-mail: [nicoletta.fattori@gmail.com](mailto:nicoletta.fattori@gmail.com)

### Editing:

Area Scripta - Verona

### Per la pubblicità:

Federfarma Verona

[info@federfarmaverona.it](mailto:info@federfarmaverona.it)

telefono 045.594774

### Hanno collaborato a questo numero:

Stefano Bellini, Elisabetta Crobetti,  
Davide Calcinato, Lorenzo Dani,  
Francesca Guernieri, Clizia Dani

### Progetto grafico:

ConTesto Editore scarl

### Fotografie:

Redazione *Pillole*,

Ufficio stampa Federfarma Verona

Adobe Stock

### Foto di copertina:

Adobe Stock e Redazione

### ClipArt:

Debby



### Registrazione

del Tribunale C.P. di Verona,  
nr 1610 del 23 settembre 2004

La tiratura di questo numero  
è stata di 21.000 copie

**Stampa:** Unidea (Verona)

## Mission



Il Consiglio Direttivo di Federfarma Verona

PILLOLE è il Free Press trimestrale di Federfarma Verona a carattere scientifico-divulgativo e di facile lettura che viene distribuito nelle 257 farmacie aderenti a Federfarma Verona.

È un prodotto editoriale pensato per i cittadini e il suo sistema di diffusione è capillare, in grado di raggiungere gli utenti del circuito delle farmacie dell'intera provincia. La sua grafica e i caratteri sono stati studiati per essere fruiti con maggiore facilità anche dalle persone con problemi di vista. PILLOLE gode del Patrocinio della Provincia di Verona e rappresenta uno strumento di comunicazione tra farmacisti e cittadini orientato allo sviluppo delle politiche di prevenzione e tutela della salute collettiva. Le caratteristiche del giornale (che riporta i turni delle farmacie per l'intero trimestre, una doppia pagina di numeri utili, accanto ad informazioni su salute pubblica, campagne di prevenzione e normative di settore) ne fanno uno strumento di consultazione continuativa da parte del lettore. Il Comitato Scientifico, appositamente costituito da Federfarma Verona, garantisce sui contenuti.

PILLOLE è sfogliabile anche on line  
nel sito [www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it)

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA

**FEDERFARMAVERONA**

La tua Farmacia ti offre in omaggio  
questa copia di Pillole



# IN QUESTO NUMERO

## Primo Piano

- Farmacisti veronesi uniti per l'Ucraina 4
- Ministero della Salute ringrazia le farmacie 8
- Come curare le piccole ferite 14
- Super Giornata di Raccolta del farmaco 18
- Regione Veneto: a Verona piccoli pazienti ucraini 22
- La valanga rosa delle farmaciste 24
- Dormire sereni esigenza salutare 28
- Attenzione alla scadenza dei farmaci 32
- Domande sullo *screening* colon retto 36
- Pillole di Movimento in farmacia 40



## SALUTE

Covid: no agli antibiotici

Importanza del ferro in gravidanza

## BAMBINI

Come evitare il soffocamento da cibo

## BENESSERE

Anziani: *Vecchiaia serena nei condomini solidali*

Sport: *Spalle forti aiutano la cervicale*

Animali: *Uccellini domestici da amare e curare*

## INFORMAZIONI UTILI

Farmacie di turno

Numeri di emergenza

12

50

42

44

46

48

52

59



# Uniti per l'Ucraina

I **farmacisti della provincia di Verona promuovono un'unica raccolta fondi**

il cui ricavato è totalmente destinato alla cittadinanza ucraina.

È importante **non disperdere le forze** e soprattutto essere sicuri  
che **ogni singolo euro vada veramente a buon fine.**

La **Protezione Civile** destinataria di tutto quanto verrà donato è l'istituzione  
in grado di **mirare l'acquisto di beni, medicinali, presidi medici e strumentazioni,**  
cibo e tutto quello che la **macchina internazionale dell'emergenza**  
ritiene necessario fornire al Paese martoriato dalla guerra

di Davide Calcinato

I farmacisti di tutta la provincia di Verona sono uniti contro l'atrocità della guerra in Ucraina e promuovono la raccolta nazionale in favore della popolazione per supportare gli interventi coordinati dalla Protezione Civile.

«In qualità di farmacisti, per definizione stessa della nostra professione, siamo naturalmente portati all'assistenza di chi si trova in stato di necessità - spiega **Federico Realdon**, presidente dell'Ordine dei Farmacisti di Verona e della Consulta regionale degli Ordini -. Il desiderio di "fare qualcosa" da parte nostra e della cittadinanza vede la farmacia al centro delle richieste di donazione di medicinali e presidi utili all'emergenza umanitaria in atto.

Con l'obiettivo di **non disperdere le preziose risorse** acquistando beni non rispondenti alle reali necessità del popolo ucraino **chiediamo ai veronesi di aderire a questa specifi**



Pillole 4



## LA RACCOLTA APERTA AI CITTADINI

Conto corrente intestato all'Associazione Nazionale dei Farmacisti Volontari c/o Banca di Credito Cooperativo di Pianfei e Rocca de' Baldi

**IT93Q0875310202000000900184**

**Causale "Emergenza Ucraina"**

**ca raccolta fondi** indirizzata solo ad interventi mirati e garantiti».

Per questo motivo e su indicazione della FOFI, Federazione degli Ordini dei Farmacisti Italiani, l'intera rappresentanza dei farmacisti veronesi che comprende oltre all'Ordine, l'Associazione farmacisti volontari in protezione civile, Federfarma, le farmacie comunali Agec, Farmacie Unite e Agifar l'Associazione dei Giovani farmacisti, ha deciso di unire le forze promuovendo una raccolta fondi da convogliare sul conto corrente dell'Associazione Nazionale dei Farmacisti Volontari.

### **Gli interventi operativi**

Due squadre veronesi dell'Associazione farma-

cisti Volontari in Protezione Civile sono intervenute già nella prima settimana di combattimenti.

Il **primo viaggio a Palmanova**, in provincia di Udine, dove presso la sede operativa del Dipartimento della Protezione Civile nazionale sono state conferite **1.720 confezioni di farmaci per un valore di 6.800 euro**.

«Ci siamo subito attivati insieme a tutte le associazioni di Farmacisti Volontari d'Italia raccogliendo quasi 7.000 euro per acquistare il carico di medicinali, in linea con le esigenze impelenti comunicateci dalla Commissione Europea, che ho portato personalmente a Palmanova - riferisce **Paolo Pomari** presidente dell'Associazione Farmacisti volontari in Protezione Civile di Verona - -. In Ucraina c'è bisogno di tutto, in primo luogo di acqua e medicinali. Pensare alle tremende sofferenze cui sono sottoposti i cittadini, in particolare

## Pillole 5



bambini, malati e anziani ci vede uniti in un grande lavoro di squadra nazionale. Rimaniamo sempre allertati e a disposizione per qualsiasi ulteriore intervento».

Presso l'hub della Croce Rossa Italiana di Avezzano in provincia de L'Aquila, invece, i farmacisti Matteo Vanzan, Gaetano Martelletto e Laura Marrara hanno smistato insieme ad altri volontari una enorme quantità di farmaci, controllando le scadenze, dividendoli per principio attivo e specialità.

«Arrivavano in continuazione decine di pallet di farmaci provenienti da ogni regione d'Italia - spiega

**Matteo Vanzan** dei Farmacisti Volontari in protezione Civile di Verona -. Siamo stati impegnati in un lavoro certosino e necessario ai sanitari che in emergenza devono accedere in maniera veloce e precisa ai prodotti, il **90% dei quali farmaci salvavita**, indispensabili alla popolazione. **Nulla va sprecato** perché nell'eventualità che giungano medicinali non presenti nella lista fornita dalla Protezione Civile, rientrano subito nella disponibilità dei donatori. Siamo tutti molto motivati e abbiamo risposto immediatamente alla chiamata perché la situazione è di una drammaticità inimmaginabile e nel nostro piccolo, anche svolgendo un lavoro di logistica, ci siamo sentiti utili ai cittadini ucraini».

#### Sette Tir di medicinali

«Grazie all'incessante lavoro dei Farmacisti Volontari, impegnati nelle operazioni di stoccaggio e imballaggio dei medicinali presso l'interporto di Avezzano, un primo carico di farmaci e presidi medico-chirurgici cui si sono aggiunti altri sette tir sono arrivati in Ucraina - dice



**Andrea Mandelli**, presidente della F.O.F.I. -. A nome di tutta la Professione, desidero ringraziare la presidente dell'Associazione Nazionale Farmacisti Volontari per la Protezione Civile, Enrica Bianchi (a destra nella foto della pagina precedente), e tutti i volontari, per lo sforzo e l'impegno profusi nel dare una **risposta concreta** ai bisogni di assistenza dei cittadini ucraini costretti in condizioni di estrema precarietà sociale e sanitaria. Invito colleghi e cittadini a prendere parte allo **straordinario slancio di solidarietà** messo in campo dai farmacisti, sostenendo la raccolta fondi

fortemente voluta dalla FOFI e dall'Associazione Farmacisti Volontari (coordinate bancarie a pag. 5) per contribuire fattivamente alle urgenti necessità sanitarie del popolo ucraino».

#### Raccolta esclusiva per le farmacie Ue

Un'altra sottoscrizione dedicata però unicamente alle farmacie è stata aperta da Federfarma nazionale nell'ambito della più ampia iniziativa della PGEU, Pharmaceutical Group of the European Union, il gruppo farmaceutico dell'Unione europea che rappresenta più di 400.000 farmacisti alla cui presidenza siede Roberto Tobia il segretario di Federfarma. «Le **single farmacie veronesi** stanno contribuendo anche alla **raccolta fondi comunitaria** che coinvolge le Associazioni provinciali e le Unioni regionali della nostra Federazione - spiega **Elena Vecchioni** presidente di Federfarma Verona -. Ci sentiamo parte dei **farmacisti europei uniti nella condanna** delle atrocità di questa guerra insensata che ha colpito la popolazione inerme seminando morte e distruzione».

# BIOTON®

ENERGIA NATURALE

#perunavitabuona



Bioton è una linea di integratori pensati per chi ama vivere ogni momento con **vitalità e passione**.  
Creati con **ingredienti naturali ad azione adattogena** per uomini e donne che cercano  
il benessere attraverso l'**equilibrio** della propria **energia fisica e mentale**.

**SELLA**

  
QUALITÀ FARMACEUTICA

  
PRODOTTO IN ITALIA

**ALTA**  
CONCENTRAZIONE

**FORMULE**  
UNICHE  
con adattogeno



[www.sellafarmaceutici.it](http://www.sellafarmaceutici.it) • [www.bioton.it](http://www.bioton.it)



biotonsella



bioton\_integratori #perunavitabuona

# Danno i numeri

Le farmacie veronesi alle prese con una moltitudine di servizi Covid rivolti ai cittadini, tirano le somme di un periodo "caldo" che non è ancora alle spalle.

Nell'arco di 15 mesi sono state **1 milione e 720 mila le prestazioni aggiuntive** tra vaccinazioni, test antigenici rapidi e prenotazioni presso gli Hub.

Sempre senza dimenticare la **normale routine** della farmacia con la dispensazione dei farmaci, le prestazioni tradizionali e la **telemedicina** **che nel 2021 è cresciuta del 79%** grazie all'apprezzamento dei pazienti

di Davide Calcinato

**S**ono numeri da capogiro quelli registrati nelle farmacie territoriali veronesi dal 1° gennaio 2021 ad oggi. A partire da quella data, infatti, le farmacie hanno cominciato ad offrire alla cittadinanza circa 1.720.000 prestazioni sanitarie fondamentali per combattere la pandemia da Covid 19, che non è ancora sconfitta.

Si è partiti con i **test antigenici rapidi**, che ad inizio marzo 2022 avevano già abbondantemente superato l'incredibile quota di un milione e mezzo (esattamente 1.584.282) e poi, da aprile 2021 e per quasi 10 mesi le **prenotazioni delle vaccinazioni presso gli hub ospedalieri** che hanno aiutato oltre 100.000 veronesi a recarsi in tranquillità presso le sedi vaccinali. Il lavoro dei farmacisti, che potevano accedere in tempo reale alla piattaforma regionale, ha aiutato soprattutto gli anziani e coloro che non sanno usare le nuove tecnologie.

Da luglio 2021, infine, sono cominciate le **vaccinazioni in farmacia**, un servizio molto apprezzato dal momento che la popolazione l'ha scelto 34.300 volte per l'inoculazione di prime, seconde e dosi booster (aggiornamento alla prima settimana di marzo 2022). Non si devono dimenticare, inoltre, la **distribuzione delle bombole di ossigeno**, gli **ampliati orari di apertura**, la **consegna a domicilio dei farmaci**, la **distribuzione per conto di farmaci ospedalieri** accessibili oggi con maggiore facilità agli utenti della farmacia, le **misure di sicurezza** messe in atto fin dalla prima ora della pandemia, il **reperimento delle mascherine** e l'**aumento dei servizi digitali**. E tutto questo mantenendo sempre al massimo la **qualità della dispensazione del farmaco**, prima mission della farmacia, e di altri servizi tradizionali come la misurazione della pressione arteriosa, solo per citare uno dei più apprezzati, cui si è

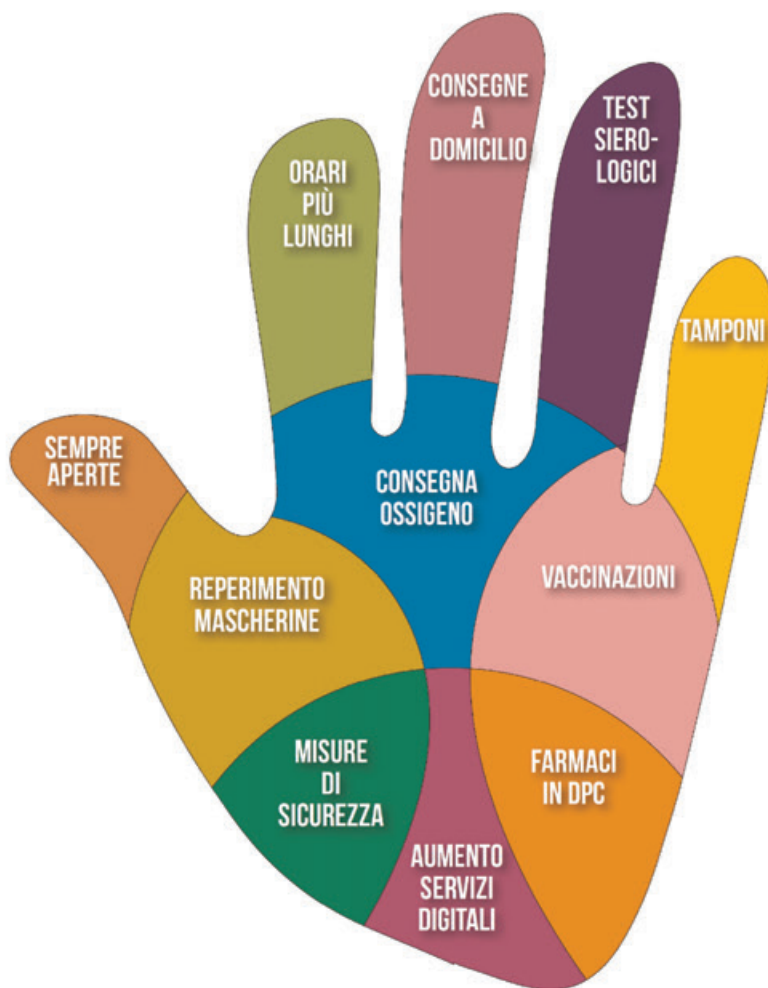
Pillole 8

aggiunta tutta una serie di prestazioni che rientrano nella telemedicina.

"In costante contatto con la realtà in rapido cambiamento e con le esigenze della popolazione". È la nuova farmacia, così come si è evoluta tra il 2020 e il 2022, diventando a tutti gli effetti "Farmacia dei Servizi" e il vicepresidente di Federfarma Verona

**Gianmarco Padovani** si sofferma sull'analisi dei dati. «Dopo i picchi di dicembre e gennaio che hanno registrato una media mensile di 300.000 test antigenici rapidi, ora i numeri stanno calando e a febbraio nelle farmacie di Verona e provincia che effettuano il servizio sono stati eseguiti 130.000 tamponi rapidi. Si tratta di una **vittoria della sanità regionale** e una conseguenza della **massiccia vaccinazione contro il Covid 19** a cui le farmacie stanno partecipando attivamente, senza dimenticare che questa è stata anche la prima stagione invernale in cui il farmacista ha potuto non solo dispensare il vaccino, ma eseguire la vaccinazione antinfluenzale per la quale ci stavamo professionalmente preparando da tempo - prosegue Padovani -. Maggiore copertura dal virus SarsCov2 significa minore contagio ed ecco perché nonostante le farmacie

siano oggi le uniche sedi presso cui effettuare i tamponi rapidi (ad eccezione dei pazienti fragili che non possono ricevere la vaccinazione per motivi di salute) si assiste ad un trend calante. Se mi guardo indietro faccio fatica a rendermi conto di quante cose siano cambiate a partire dall'allestimento dei gazebo esterni e delle zone dedicate alla vaccinazione all'interno delle farmacie. Ora sembra tutto normale, ma confesso che la **gestione di un volume tanto consistente di cittadini**, oltre la normale *routine* della farmacia, è stata a tratti davvero molto impegnativa. Un altro aspetto che ci ha tenuto molto occupati è stato il continuo e spesso **frenetico aggiornamento legislativo**, con i decreti approvati spesso di notte ed operativi poche ore dopo. Il paziente che entra in farmacia sa di trovare **sempre la risposta più pertinente**, ma non è stato sempre facile. Mi viene alla mente, tra tanti, l'ultimo adeguamento degli importi relativi alle mascherine



FFP2 diventate obbligatorie in determinati contesti e calmierate dalla sera alla mattina a 0,75 centesimi. Anche quando avremmo avuto, in realtà, qualche giorno di tempo per adeguarci, abbiamo deciso di abbassare immediatamente il costo al pubblico perché **era questo che serviva, subito, alla cittadinanza**. In linea con le decisioni di Federfarma nazionale e gli accordi stipulati da Federfarma Veneto con i vertici della Regione, la vita delle farmacie veronesi è entrata in un "turbine" di novità che, secondo quanto ci riconoscono i pazienti ogni giorno, siamo riusciti a gestire con professionalità. Siamo davvero orgogliosi, e non è un modo di dire, di avere contribuito all'abbassamento della curva pandemica e di essere sempre più un anello indispensabile alla sanità pubblica come ha recentemente confermato il ministro della Salute Roberto Speranza».

#### Farmacie elogiate dal Ministro

In riferimento anche al periodo pandemico il

presidente di Federfarma nazionale **Marco Cossolo** ha recentemente ringraziato il ministro della Salute Roberto Speranza per aver ribadito (\*) il ruolo della farmacia come "anello di congiunzione tra cittadino e Servizio Sanitario Nazionale nell'ambito della riforma della sanità territoriale".

«È il risultato del lavoro di Federfarma che nelle sedi istituzionali, e in particolare durante la discussione sul cosiddetto Dm 71 (la riforma dell'assistenza territoriale ispirata dal nuovo Patto per la Salute n.d.r.) ha illustrato il valore del modello di farmacia di relazione, pilastro sul quale fondare la riforma dell'assistenza territoriale - sottolinea Cossolo - . Siamo fieri di questo riconoscimento. Il mio grazie va a tutti quei colleghi che sono stati pronti ad **accogliere il cambiamento per operare al servizio della comunità** durante il periodo pandemico. Le farmacie sono state fondamentali per assicurare ampi livelli di copertura vaccinale su tutto il territorio nazionale e per garantire l'efficace tracciamento dei contagi attraverso l'effettuazione dei tamponi antigenici rapidi».

«Grazie a quei colleghi che con abnegazione hanno lavorato sempre, ampliando orari e turni per assicurare una farmacia 'sempre aperta', pronta a rispondere ai nuovi bisogni di salute dei cittadini. Federfarma continua a essere a disposizione del ministro - conclude Cossolo - per dare il proprio contributo tecnico alla definizione del nuovo ruolo svolto dalla Farmacia all'interno del processo di territorializzazione della sanità, insieme agli altri professionisti sanitari».

### Telemedicina in farmacia

I servizi tecnologici innovativi in farmacia sono una realtà che si sta rapidamente consolidando. Lo dimostrano i risultati dell'attività di Telemedicina realizzata dalle farmacie nel triennio 2019-2021.

Sono oltre 6.500 le farmacie italiane che, finora, hanno erogato oltre 700.000 prestazioni sanitarie nell'arco di sette anni. In particolare, nel 2021 sono state complessivamente erogate 250.946 prestazioni, in **aumento del 79%** rispetto al 2020 (quando ne erano state erogate 140.370).

«I dati proiettati anche sul territorio veronese, evidenziano l'apprezzamento dei cittadini a questo tipo di servizio in farmacia - riprende **Gianmarco Padovani** -. L'enorme aumento della Telemedicina relativo allo scorso anno è certo da attribuire in prima battuta alla pandemia e

alla difficoltà di accesso alle strutture ospedaliere. Questa prassi "emergenziale" si è presto consolidata poiché i pazienti hanno riscontrato alta **professionalità, accoglienza, facilità di accesso, velocità di esecuzione e refertazione**. Tutto nella farmacia di fiducia sotto casa. Questo dimostra, oltre all'apprezzamento del nostro operato, che quanto più è semplice tanto più la prevenzione sanitaria viene praticata con risultati eccezionali per la salute del singolo e per la spesa sanitaria». In dettaglio, nel 2021 sono stati effettuati in tutta Italia, 159.322 elettrocardiogrammi, 56.117 monitoraggi Holter cardiaci e 35.507 monitoraggi della pressione arteriosa nelle 24h.

### Emersione dei soggetti a rischio

A seguito di questi esami eseguiti in farmacia 12.226 pazienti sottoposti a elettrocardiogramma sono stati invitati a contattare il proprio medico curante per **ulteriori valutazioni** o approfondimenti diagnostici; 7.787 cittadini sottoposti a Holter sono stati invitati a **contattare subito il medico curante** per aritmie maggiori come fibrillazione atriale, aritmie ventricolari minacciose, blocchi atrio-ventricolari avanzati. In 800 persone le anomalie rilevate con l'Holter sono state giudicate **serie**, con conseguente segnalazione di necessità di recarsi in **Pronto Soccorso o urgentemente dallo specialista**.

In 13.248 persone il monitoraggio della pressione arteriosa nelle 24 ore ha fatto riscontrare un **trend pressorio anormale**. Questi pazienti sono stati invitati a contattare il proprio medico curante per **ulteriori approfondimenti diagnostici**. La **raccolta dei dati sanitari** relativi alle prestazioni erogate ha permesso, nel corso degli anni, elaborazioni di rilevante interesse scientifico, realizzate in collaborazione con l'Istituto Superiore di sanità, Università Italiane e Società scientifiche nazionali ed estere.

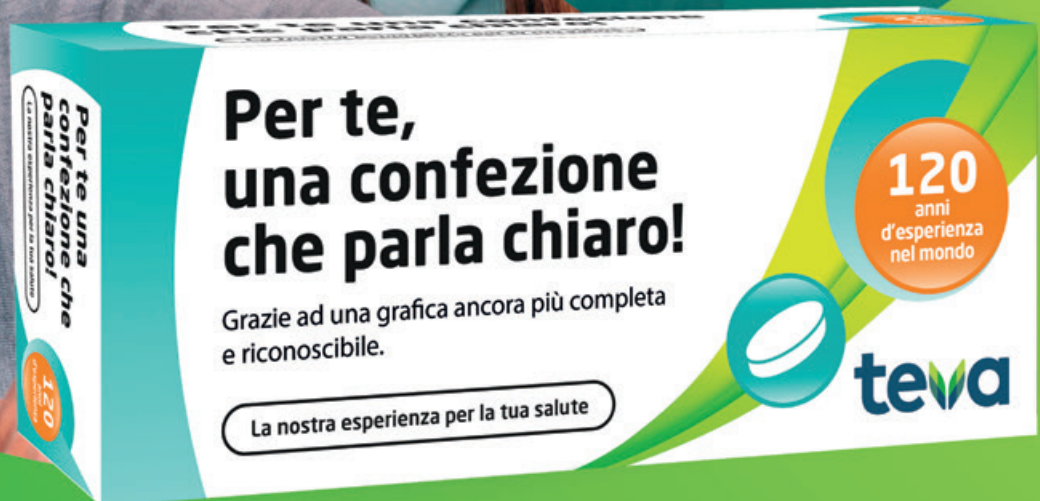
«Questi dati dimostrano che la farmacia è un presidio di prossimità territoriale tecnologicamente avanzato, efficiente ed efficace, anello di congiunzione tra Servizio Sanitario Nazionale e cittadini - termina Padovani riportando le parole del presidente di Federfarma nazionale Marco Cossolo -. La farmacia di relazione, orientata alle necessità di salute della persona, si sta concretizzando ulteriormente. I servizi di telemedicina sono un fondamentale strumento per rendere l'assistenza sanitaria più vicina e accessibile al cittadino».

(\*) Audizione in Commissione Affari sociali della Camera del 15/02/2022

teva

*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



# Non serve al Covid

Gli **antibiotici** non curano il Covid e l'Agenzia Italiana del Farmaco lo deve ribadire perché si contano ancora molti abusi e utilizzi impropri. La scorretta assunzione di questi farmaci che **combattono i batteri non i virus** è pericolosa per il singolo paziente e per tutta l'umanità perché ha già provocato la cosiddetta **antibiotico-resistenza**. Nel 2019 solo in Europa sono morti 1,27 milioni di pazienti perché gli antibiotici somministrati non sono riusciti a debellare la malattia

di Elisabetta Crobetti

**G**li antibiotici non servono per curare il Covid-19. Lo ribadisce l'Agenzia italiana del farmaco (AIFA) a seguito dell'ennesima recente *fake news* che ha provocato, anche, la difficoltà a reperire determinate molecole per pazienti che ne hanno realmente necessità.

Più in generale c'è ancora bisogno di dire, nonostante lo si faccia ormai dal 2020, che **gli antibiotici sono utili per curare le infezioni batteriche, non quelle causate da virus come il Sars-CoV-2**. E lo stesso vale anche per l'influenza stagionale.

Lo dicono da sempre i farmacisti che ogni giorno devono spiegare ai cittadini di non utilizzare mai e poi mai un antibiotico senza avere consultato il medico curante. Il problema maggiore si riscontra quando rimangono in casa confezioni parzialmente utilizzate per

altre patologie.

Farmaci che vengono "auto prescritti" dai cittadini con danni potenziali anche molto gravi come gli effetti collaterali, oltre al fatto che, come nel caso del Covid appunto, non cura affatto la patologia in sé.

Inoltre l'utilizzo improprio e massiccio di questa categoria di farmaci provoca un fenomeno molto preoccupante chiamato anti-

## ANTIBIOTICI

Le ricerche moderne iniziarono con la scoperta casuale della penicillina nel 1928 da parte di Alexander Fleming. Oltre dieci anni dopo Ernst Chain e Howard Walter Florey riuscirono a ottenere gli antibiotici in forma pura. Per questo tutti e tre ricevettero il premio Nobel per la medicina nel 1945.

Pillole 12

## PER UN USO CONSAPEVOLE DEGLI ANTIBIOTICI

- ✓ **Per la tua salute:** Uniti possiamo proteggere l'efficacia degli antibiotici prescrivendoli e usandoli responsabilmente
- ✓ **Per il tuo animale di compagnia:** L'uso non responsabile degli antibiotici può causare danno alla salute dell'uomo, degli animali e all'ambiente
- ✓ **Per l'ambiente:** Non disperdere nell'ambiente gli antibiotici avanzati o scaduti. Chiedi al farmacista come smaltirli correttamente



Ministero della Salute



[www.salute.gov.it/nuovocoronavirus](http://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus)

## PER UN USO CONSAPEVOLE DEGLI ANTIBIOTICI

- ✓ Usali sempre e solo su indicazione del medico, evita il fai-da-te
- ✓ Segui sempre le indicazioni del medico sulla loro modalità di impiego e sulla durata della terapia
- ✓ Ricorda: gli antibiotici non sono efficaci contro l'influenza e il raffreddore



Ministero della Salute



[www.salute.gov.it/nuovocoronavirus](http://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus)

biotico-resistenza. Accade ormai frequentemente che quando davvero serve, l'antibiotico non riesca a fare effetto e il paziente abbia bisogno di molto più tempo per guarire oppure, purtroppo, muoia.

### Cure fai da te

La storia di questi ultimi due anni riporta l'uso improprio da parte di Aifa e della corrispettiva agenzia europea, l'EMA, di molti antibiotici e cortisoni usati impropriamente dai pazienti per la cura fai da te del Covid. Ma le presunte e fasulle terapie riguardano anche parafarmaci e integratori, come vitamina D, o prodotti a base di curcuma. Tutto su indicazioni diffuse da personaggi al di fuori della comunità scientifica. Anche la prestigiosa Fondazione Umberto Veronesi ribadisce l'invito ad utilizzare spirito critico e a documentarsi presso fonti ufficiali, come le "Raccomandazioni per la gestione domiciliare del Covid", periodicamente aggiornate dall'Aifa.

Una volta ancora, quindi, l'appello a non prendere medicine a caso che possono essere inutili e dannose, così come dannose sono le persone che veicolano informazioni sanitarie sbagliate. Gli antibiotici, quindi, da farmaci salvavita, possono trasformarsi nell'esatto contrario.

### Antibiotico-resistenza

Già antibiotici risultano sempre meno efficaci a causa del loro iper e scorretto utilizzo, tanto da rendere alcuni germi resistenti alle molecole farmacologiche più utilizzate che solo fino a qualche anno fa erano al vertice dell'efficacia terapeutica.

Roberto Tobia, segretario di Federfarma nazionale e presidente Pgeu, il coordinamento dei farmacisti dell'Unione Europea, ha recentemente parlato dell'impatto dell'antibiotico-resistenza in termini di vite umane: solo nel 2019 sono state 1,27 milioni le persone morte in Europa per questo motivo (dato pubblicato sulla rivista scientifica *Lancet*). In pratica i medici non sono riusciti a trovare l'antibiotico "giusto" che avrebbe salvato il malato perché i batteri risultavano immuni al farmaco.

E questo accade proprio per l'indiscriminato utilizzo di questi preziosissimi farmaci, che a partire dal XX secolo hanno dato una svolta alla medicina, costituendo un eccezionale strumento farmacologico contro malattie che prima erano mortali. Un esempio su tutti è quello della polmonite.

### In farmacie notizie scientifiche

La farmacia di comunità è fondamentale per far capire ai suoi utenti quanto sia importante limitare l'uso degli antibiotici e assumerli solo sotto stretto controllo medico. Federfarma Verona ribadisce la quotidiana disponibilità dei farmacisti al consiglio scientificamente corretto per la salute di tutta la famiglia. Senza dimenticare oltre al fenomeno della farmaco-resistenza anche l'inquinamento ambientale causato dall'abuso globale dei farmaci su tutti gli esseri viventi. È ormai provato che l'utilizzo massivo degli antibiotici negli animali da allevamento "passa" nel corpo umano attraverso il consumo della carne.

È anche così che la circolazione nell'ecosistema di questi medicinali diventa abnorme.

# Piccole ma importanti

Abrasioni superficiali o **lievi ferite** quotidiane non devono essere prese alla leggera, ma affrontate secondo uno specifico iter.

Il farmacista consiglia quanto è corretto mettere in atto per non provocare le **infezioni**, pregiudicando o rallentando la guarigione.

Come agiscono i diversi principi attivi dei disinfettanti in caso di **ferita aperta** o delle pomate/gel per gli **ematomi**.

È importante **sfatare i miti popolari** come quello che induce a lasciare la ferita "all'aria" per accelerare la cicatrizzazione

di Lorenzo Dani - farmacista

**P**rocurarsi tagli, graffi o semplici abrasioni è cosa di tutti i giorni. Basta uscire all'aria aperta nelle tiepide giornate primaverili, correre a piedi nudi sul prato e saltellare un po' maldestramente, inciampare e ruzzolare per terra, graffiarsi lungo i sentieri sterrati delle colline, ma anche semplicemente svolgere normali lavori casalinghi o il giardinaggio. Trattare una piccola ferita è il gesto di primo soccorso più praticato in casa e a maggior ragione nella bella stagione. La farmacia è il sito ideale per ricevere le corrette indicazioni del primo soccorso

poiché è bene sapere che non si deve dare nulla per scontato, ma seguire un preciso protocollo che rispetti le norme igieniche insieme all'utilizzo di prodotti sicuri ed efficaci finalizzati alla corretta cicatrizzazione della lesione per evitare il pericolo della sepsi, più comunemente detta infezione.

È sbagliato, quindi, prendere alla leggera le piccole ferite perché attraverso queste lacerazioni della pelle si corre, appunto, il rischio che penetrino nel corpo microrganismi in grado di infettare più o meno profondamente.

Pillole 14

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
FEDERFARMAVERONA 



Pillole 15

## ALCUNI TRA I DISINFETTANTI PIÙ USATI

<b>Benzalconio cloruro</b>	È un battericida ed un conservante, efficace anche contro alcuni virus. Agisce sui microrganismi come la clorexidina, sciogliendoli e bloccando delle funzioni vitali a livello cellulare. A differenza della clorexidina, non danneggia parti delicate come gli occhi.
<b>Clorexidina</b>	È una sostanza antibatterica che scioglie letteralmente il corpo del batterio. È meno efficace, però, su funghi e virus.
<b>Iodopovidone</b>	È un potente disinfettante a base di iodio e polivinilpirrolidone, antibatterico ad ampio spettro che combatte anche lieviti, muffe, funghi, virus e protozoi. Sostituisce la vecchia tintura di iodio, dato che rispetto a questa è meno tossico.
<b>Perossido di idrogeno</b>	I suoi effetti sono benefici per la guarigione delle ferite aperte, agendo rapidamente per uccidere la maggior parte dei germi. Il meccanismo di disinfezione è basato sul rilascio di radicali liberi di ossigeno, per cui va usato con cautela. L'elevato potere ossidante è in grado di indurre la denaturazione delle proteine dei microrganismi patogeni, alterandone fortemente la struttura e uccidendoli.
<b>Sodio ipoclorito</b>	L'ipoclorito di sodio è il principale componente della varechina, il noto prodotto impiegato per sbiancare e smacchiare capi d'abbigliamento e per detergere e disinfettare pavimenti e superfici. A basse concentrazioni (0,05%) è anche un ottimo disinfettante grazie al suo forte potere ossidante (è un derivato del cloro).

Spesso si ritiene, sbagliando, che lasciare le piccole ferite ad asciugare all'aria aperta sia efficace per la guarigione, considerando l'utilizzo del cerotto del tutto superfluo: così facendo le ferite in realtà si asciugano sì rapidamente, ma formando una crosta che rallenta il processo di cicatrizzazione. In condizioni di scarsa umidità, infatti, le cellule epiteliali non sopravvivono e tendono a migrare sotto la crosta, rallentando di fatto il processo di cicatrizzazione.

La ricerca clinica ha dimostrato quindi che un ambiente umido favorisce la guarigione, previene la formazione di cicatrici e la formazione delle croste.

È importante anche la scelta della medicazione perché l'utilizzo di un prodotto "occlusivo" sviluppa un ambiente caldo-umido che favorisce la crescita dei batteri. Una medicazione semi-permeabile invece, permette lo scambio di gas e vapore acqueo tra la lesione e l'ambien-

te esterno.

Nel caso di abrasioni e ferite superficiali in genere, il sanguinamento è limitato e gestibile tamponando la zona e mettendo eventualmente del ghiaccio.

### **Cosa si deve fare**

I tre passaggi fondamentali da mettere sempre in atto sono: pulizia, disinfezione e applicazione del cerotto.

**Pulizia:** questa fase è molto importante perché permette di rimuovere eventuali corpi estranei (terra, polvere, schegge) ed evitare di trascinarli all'interno della ferita. Per la pulizia è sufficiente dell'acqua corrente pulita anche se è preferibile una soluzione fisiologica sterile (denominata anche Soluzione Salina, una soluzione acquosa di Cloruro di Sodio, cioè uno dei dispositivi medici che dovrebbero sempre essere presenti nella Cassetta di Primo Soccorso).

Dopo aver lavato le mani con acqua e

sapone, si inizia a pulire la ferita partendo dal centro della lesione e spostandosi verso l'esterno, per evitare che i germi entrino nella ferita; quindi si asciuga tamponando con una garza sterile. Il cotone, invece, non è consigliato perché le fibre possono depositarsi nel cuore della lesione e non sono poi facili da rimuovere in un secondo momento.

**Disinfezione:** i disinfettanti che si possono usare sono tanti, dall'acqua ossigenata agli antisettici a base di clorexidina, mentre è meglio evitare l'alcol etilico perché potrebbe bruciare ancor di più la ferita.

**Applicazione di un cerotto:** si deve posizionare prima un'estremità sulla cute integra cercando di far coincidere la parte con il tampone assorbente sulla lesione, successivamente si deve tirare leggermente il cerotto e far aderire anche l'altra estremità.

### Tenere d'occhio la ferita

Durante i primi giorni, è necessario prestare attenzione per garantire che la guarigione avvenga nel miglior modo possibile. Oltre al fatto che la ripresa è molto soggettiva vanno considerati anche il tipo di pelle, la posizione, la profondità della lesione, tutti elementi che entrano in gioco in questo complesso processo. Durante il monitoraggio di una ferita, i seguenti sintomi dovrebbero allertare e indurre a chiedere il parere di un operatore sanitario: bordi rossi e gonfi della ferita, sensazione di calore localizzato, dolore persistente e formazione di pus giallastro.

### I lividi

L'ematoma è un accumulo di sangue nei tessuti superficiali o profondi, causato dalla rottura di uno o più capillari a seguito di un trauma. I lividi sottocutanei sono i più comuni e sono caratterizzati da gon-

## INFEZIONE

Si parla di infezione quando microrganismi, come batteri, funghi o virus penetrano e si moltiplicano nell'organismo. Se l'infezione è tenuta sotto controllo dal sistema immunitario e non provoca danni evidenti, si parla di **infezione latente**. Per generare un'infezione il microrganismo deve oltrepassare le barriere esterne dell'organismo (la pelle o le mucose), essere patogeno (ossia capace di produrre danni all'organismo) e, infine, essere presente in quantità sufficiente da superare le difese naturali organiche.

fiore doloroso e colore bluastrò. Per curarli è sufficiente bagnare la zona interessata con acqua fredda o ghiaccio istantaneo e quindi applicare un **gel** che favorisca la circolazione sanguigna, a base di escina o ippocastano.

Spesso, l'escina si ritrova in abbinata alla dietilamina salicilato, sostanza dalle buone proprietà antidolorifiche e antinfiammatorie.

### Importanza dell'antitetanica

In caso di ferite, soprattutto se provocate da chiodi, attrezzi da giardinaggio e strumenti acuminati, profonde e sporche, è elevato il rischio di tetano (malattia infettiva acuta non contagiosa causata dal batterio *Clostridium tetani*). È necessario, allora valutare lo stato di protezione nei confronti della malattia e sarà poi il medico a decidere se il paziente deve ripetere la specifica vaccinazione. Il consiglio del farmacista è quello di tenere sempre aggiornato il libretto delle vaccinazioni ricordandosi di effettuare gli eventuali richiami. Bisogna sapere che il tetano non rientra nel novero delle infezioni eradicabili, in quanto ha una presenza ubiquitaria in natura, cioè si trova dappertutto, resistendo nella forma di spore anche per molto tempo, fattore quest'ultimo che ci garantisce che il tetano rimarrà una minaccia sempre presente. Ciò vale a ribadire che l'utilità della vaccinazione antitetanica è esclusivamente individuale ed a nessun titolo la protezione vaccinale di un singolo potrà proteggere gli altri.

# Tutti vincitori

Sono circa **13.000 le confezioni di medicinali e prodotti per la salute** donati dai veronesi durante la **XXII Giornata di Raccolta del farmaco**.

Una gara di solidarietà collettiva che non si è fermata neanche davanti ai pesanti strascichi economici derivanti dalla pandemia.

Le persone che si trovano in **stato di povertà sanitaria** nella nostra provincia possono ora utilizzare farmaci per un **valore di oltre 100.000 euro**.

Alla vigilia della pensione il monito del **Vescovo Mons. Zenti**: «Sulle persone comuni si può sempre contare, **comincino a donare anche i ricchi**».

Nonostante il grande successo della raccolta è stato coperto solo il 48% dell'effettiva necessità di farmaci espressa dagli enti socio assistenziali

di Stefano Bellini

«**V**erona, una delle città con il massimo numero di realtà socio assistenziali e volontaristiche d'Italia, non deve nemmeno chiedere ai cittadini che spontaneamente aiutano chi si trova in difficoltà. Le persone abbienti del nostro territorio prendano esempio dalla popolazione e donino senza riserve, per il bene di tutti.

Fra poco andrò in pensione e voglio lasciare come eredità questo monito ai ricchi: allo stesso tempo un grido di allarme e di grande speranza per la collettivi-



Pillole 18

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
**FEDERFARMAVERONA**





tà». Si era espresso in questi termini il Vescovo di Verona Mons. Giuseppe Zenti prima della raccolta e, non sappiamo se i ricchi, ma sicuramente la gente non si è tirata indietro e ha pensato a chi non ha i soldi per comperare nemmeno un antipiretico.

Durante la 22° Giornata di Raccolta del Farmaco del Banco Farmaceutico (8-14 febbraio) i cittadini veronesi sono entrati in **154 farmacie territoriali** e hanno donato **12.900 confezioni di farmaci per un totale medio di 105.000 euro** (dato in linea con la raccolta

dell'anno scorso).

Nel **Veneto in 501 farmacie** sono state raccolte oltre **38.000 confezioni** (valore medio 300.000 euro) destinate a 110 enti che assistono circa 70.000 persone in difficoltà.

«Un primato, quello delle farmacie veronesi aderenti all'iniziativa, che ci teniamo volentieri stretto - ha ricordato il Presidente della Provincia, Manuel Scalzotto. - Lo abbiamo visto in questi due anni terribili, per la salute e per l'economia: senza solidarietà e cooperazione non si va distanti.



Colgo l'occasione di questa iniziativa per ringraziare tutti i farmacisti che, durante l'emergenza, hanno fatto il proprio lavoro, e anche qualcosa in più, per aiutare le nostre comunità a superare i momenti più critici senza far venire meno la loro operatività "tradizionale"».

Pochi giorni dopo la fine della raccolta le confezioni sono state consegnate in Piazza Bra ai rappresentanti di **21 enti che assistono oltre 20.000 persone in stato di povertà sanitaria** di tutta la provincia.

«È commovente pensare a quanti veronesi hanno donato durante la settimana di raccolta - sottolinea il sindaco di Verona Federico Sboarina -. La vicinanza a chi è più debole, il gesto di generosità della gente comune che lavora e deve fare i conti con le difficoltà economiche di tutti i giorni, a maggior ragione in questo periodo, assume una valenza particolarmente significativa».

«La giornata di raccolta del farmaco non finisce mai di stupire in positivo. Anche quest'anno nonostante la pandemia siamo riusciti ad

## Pillole 21



. Tra vaccinazioni e tamponi la settimana di Raccolta del farmaco è stata particolarmente impegnativa per le farmacie, ma come sempre ne è valsa la pena visto il risultato ottenuto e la partecipazione sincera di ogni singolo cittadino».

«Siamo entusiasti della risposta avuta dai nostri concittadini come risulta dai numeri delle donazioni fatte nelle farmacie Agec - dice Maurizio Ascione Ciccarelli presidente Agec- . Ed è la conferma del ruolo sociale svolto dal presidio delle farmacie veronesi, uno dei punti di forza del nostro welfare municipale».

In **tutta Italia sono state raccolte oltre 485.000 confezioni di medicinali** (per un valore superiore a 3,8 milioni di euro) che aiuteranno 600.000 persone povere di cui si prendono cura 1.807 realtà assistenziali convenzionate con la Fondazione Banco Farmaceutico.

Tali realtà hanno espresso a Banco Farmaceutico un fabbisogno pari a 1.007.056 farmaci che, grazie alla Raccolta, sarà coperto al 48%.

All'iniziativa hanno aderito **4.889 farmacie italiane** e sono stati coinvolti oltre 17.000 farmacisti. **I titolari delle farmacie hanno donato oltre 700.000 euro.**

Le realtà che offrono medicine agli indigenti risentono ancora della crisi economica innescata dalla pandemia.

Nel 2021 597.560 persone povere non hanno potuto acquistare i medicinali con un incremento del 37,63% rispetto al 2020.

organizzare e portare a termine la GRF grazie a un grande lavoro di squadra impensabile fino a qualche settimana fa a causa delle restrizioni sanitarie imposte dal Covid - spiega Matteo Vanzan, coordinatore regionale della Fondazione Banco Farmaceutico -. Grazie di cuore a tutti e per primi ai cittadini, molti dei quali **pensionati**, che sono entrati in farmacia appositamente per partecipare alla raccolta e poter essere vicini in maniera tangibile a chi soffre».

«Sono fiera delle farmacie veronesi che con i loro collaboratori hanno partecipato a questo grande gesto di carità insieme ai volontari, in particolar modo gli Alpini, che hanno invitato la popolazione a donare - dice Elena Vecchioni, presidente di Federfarma Verona -

# È naturale

## voler dormire bene

Formula unica ai polifenoli



### FORMULA INNOVATIVA CHE ASSOCIA 3 COMPONENTI:

- 🍃 **MELISSA:** per facilitare l'addormentamento e migliorare la qualità del sonno.
- 🍃 **SEMI D'UVA ricchi in polifenoli:** per la loro azione antiossidante.
- ⊕ **MAGNESIO:** contribuisce alle normali funzioni psicologiche ed è coinvolto nel normale funzionamento del sistema nervoso.

### INTEGRATORE ALIMENTARE A BASE DI MAGNESIO ED ESTRATTI VEGETALI

- 30 capsule di origine vegetale.
- Adatto ai vegani. Senza glutine. Senza lattosio.

Gli integratori alimentari non vanno intesi come sostituti di una dieta variata, equilibrata e di uno stile di vita sano. Prima dell'uso leggere le avvertenze riportate sulla confezione.

[www.boiron.it](http://www.boiron.it)



La tua salute merita il più grande rispetto

# Valanga rosa

Una **professione sanitaria** che riceve sempre più il consenso femminile.

Cresce il numero delle **donne in farmacia** dove si conta oggi  
circa l'**80% della forza lavoro complessiva**.

La farmacia è il punto di riferimento di tutta la famiglia gestita  
principalmente da **mamme, mogli, figlie, compagne, nonne**.

Alta professionalità, ma anche **condivisione** e grande  
attenzione alla **tutela delle donne** in condizione di fragilità

a cura della redazione

---

**U**n mondo molto "al femminile" che cresce in sensibilità e accoglienza. La farmacia è sempre più rosa e secondo le statistiche **le donne rappresentano circa l'80%** della sua professionalità con l'ulteriore dato in crescita delle **farmaciste titolari** che nello scorso anno, secondo il rapporto di Federfarma "La farmacia italiana 2020/2021", hanno superato i colleghi uomini arrivando al **55%** della forza imprenditoriale. Quello della farmacia è un ambiente lavorativo che offre un **terreno culturale** perfetto per fare propri e veicolare i principi del rispetto e della non violenza verso tutti, con un occhio di attenzione alla tutela e alla promozione della donna.

«La comunità vede nella farmacia un indi-

spensabile punto sanitario - spiega **Nadia Segala** membro del Consiglio direttivo di Federfarma Verona -, ma la donna ancora di più. La propensione naturale per la cura della famiglia e la facilità dei rapporti interpersonali porta l'utente donna, di tutte le età, a chiedere spesso, oltre all'intervento di carattere professionale, il consiglio che investe la sfera del privato. Lo stretto contatto umano, quella che una volta si chiamava complicità femminile, è tangibile tutti i giorni in farmacia, e senza nulla togliere alla professionalità e alla gentilezza da parte dei colleghi uomini.

Ritengo sia anche questa la motivazione che spinge tante giovani laureate in farmacia ad intraprendere una professione gratificante

Pillole 24



che offre un luogo di lavoro sereno, aperto, vario, dove la componente umana ed esperienziale riveste un ruolo importante. Penso ai consigli legati alla maternità, alle fasi di cambiamento fisiologico dalla pubertà alla menopausa che vengono supportati dalla preparazione scientifica in uno studio che deve essere aggiornato in continuazione. Tutto ciò è molto stimolante dal punto di vista professionale e umano.

Dall'altra parte del bancone c'è l'**utenza al femminile** che si affida alla farmacia perché trova sempre consigli scientificamente corretti per ogni problematica sanitaria di tutto il nucleo familiare. È la mamma che cura la salute, più in generale il benessere, dei figli e del marito, la figlia che assiste i genitori e i parenti anziani, la nonna che accudisce i nipoti. Anche se ultimamente noto con grande piacere un aumentato coinvolgi-

mento dei nonni che spingono orgogliosamente carrozzine o biciclette.

Tutte le richieste che riceviamo in farmacia vengono analizzate molto seriamente, anche quelle che all'apparenza possono sembrare più "leggere" - sottolinea Segala -. Prendiamo ad esempio la cura della pelle. Per noi donne non si tratta di uno sfizio, ma di una vera esigenza per tutto l'arco dell'esistenza e quello della cosmesi è per questo motivo un reparto tradizionalmente gestito da farmaciste altamente preparate per rispondere ad ogni singola esigenza alla quale dedicano tempo e attenzione, senza fretta. È un settore complesso in cui è necessario **conoscere a fondo la chimica** per poter comprendere e spiegare l'attività delle diverse molecole, gli effetti di un prodotto rispetto al tipo di pelle, anche quella problematica, o fiaccata da terapie farma-

cologiche promuovendo sempre l'attenzione, la cura di sé per esaltare la bellezza femminile, a tutte le età, anche durante la malattia.

Varcata la porta della farmacia si respira un **clima di serenità** percepito e molto gradito dagli utenti che spesso entrano anche solo per un saluto o per chiedere un consiglio. In farmacia si mette in pratica il **rispetto** tra gli individui di cui la donna è da sempre portavoce, ma anche i valori della solidarietà e dell'attenzione al prossimo.

Ma non è solo questo - prosegue Segala -. In farmacia si punta alla **formazione** e all'aggiornamento professionale con approfondimenti in determinati ambiti scientifici legati anche alla sfera psicologica. Non posso non ricordare, ad esempio, il percorso del "Progetto Mimosa" **contro la violenza sulle donne** che ha portato la farmacia ad impegnarsi in questo delicatissimo ambito e a rivestire una significativa funzione di raccordo tra le donne vittime di abusi e le associazioni, nonché le istituzioni, dedicate alla loro tutela sul territorio.

Ecco perché in farmacia si vive tutti i giorni nel concreto la Giornata Internazionale della Donna, nata per ricordare le conquiste sociali, economiche e politiche delle donne, che purtroppo devono affrontare ancora troppe discriminazioni e violenze fisiche, psicologiche, economiche anche nelle società più evolute.

Tra le condizioni determinanti per la libertà e la stima di se stesse c'è l'**indipendenza economica** che spesso, però, anche quando viene raggiunta costringe la donna a subire, ancora oggi, pesanti differenze retributive rispetto ai colleghi maschi.

Possiamo affermare che in farmacia si sperimenta concretamente la **parità economica di genere** perché i contratti di lavoro nazionali non discriminano la lavo-

ratrice come avviene, invece, in molti altri ambiti professionali. E non è cosa da poco se proprio recentemente è stato stimato che serviranno altri 136 anni per vedere nel concreto la condizione della donna perfettamente equiparata a quella dell'uomo - conclude Segala -. In questo senso la farmacia può orgogliosamente affermare, nel suo piccolo, di essere già nel futuro».

### **Ottomarzo, Femminile, Plurale**

Nell'ambito dell'edizione 2022 della manifestazione "Ottomarzo, Femminile, Plurale" l'assessore alle Pari opportunità del Comune di Verona **Francesca Briani** ha invitato anche Federfarma Verona insieme ai rappresentanti delle molte istituzioni e associazioni coinvolte, a presentare in anteprima le molteplici attività a sostegno di una cultura che vede **la donna come una risorsa preziosa da tutelare** e incentivare nelle aspirazioni, nei sogni, nell'affettività. «Questa manifestazione con i suoi oltre quaranta eventi - ha spiegato Briani - rappresenta la forza e l'impegno di una rete territoriale sempre più capillare che, anche in un contesto di emergenza sanitaria, ha saputo far squadra e continuare la propria opera nei diversi ambiti di competenza. Da qui la creazione, anche per l'edizione di quest'anno, di una manifestazione ricca di contenuti ed eventi. Un calendario di iniziative che ribadiscono la necessità di continuare a portare avanti l'azione culturale, sociale ed educativa per l'**affermazione della parità dei diritti tra i generi**, all'interno del principio generale del rispetto dei diritti umani. Un concetto che diventa oggi ancora più importante, di fronte alle terribili immagini che, dall'inizio del conflitto, quotidianamente, ci hanno mostrato la disperazione del popolo ucraino colpito e costretto alla fuga».

# Linea diretta con la Regione Veneto

**Quattro bimbi ucraini malati oncologici** sono i primi pazienti arrivati a **Verona** grazie a un grande lavoro di squadra.

L'Ateneo scaligero nel **progetto di medicina rigenerativa**

**Hemera** per la **riparazione delle lesioni spinali**

in collaborazione con l'Ufficio Stampa della Regione Veneto



## Primi piccoli pazienti oncologici dall'Ucraina

**S**ono arrivati il secondo week-end di marzo alla Azienda Ospedaliera di Verona i primi quattro bambini ucraini malati di tumore, provenienti dalla martoriata città di Kharkiv, e prelevati da una missione umanitaria composta da una squadra ABEO di Verona, da personale medico e infermieristico di

Oncologia Pediatrica dell'Ospedale della Donna e del Bambino del direttore Simone Cesaro. I bimbi erano accompagnati dalle loro mamme e in alcuni casi da altri familiari (una nonna, un fratellino e una sorellina). Inoltre, è prevista l'accoglienza della sorella di un paziente ucraino già ricoverato a Verona.

L'intervento è stato coordinato congiuntamente con l'AOUI, le associazioni umanitarie Il Ponte - Mict e la Paul O'Gorman Lifeline. Il pullman che ha accompa-



gnato il convoglio umanitario è stato messo a disposizione da ATV scaligera e dall'azienda collaboratrice Peschiera Viaggi. «Una bella squadra che ha reso possibile questa iniziativa significativa - dice il governatore del Veneto Luca Zaia - con slancio e professionalità. L'AOUI di Verona ha dato una risposta forte e generosa ad una delle peggiori atrocità causate dalla guerra in Ucraina, come l'impossibilità di proseguire in loco le cure oncologiche a questi piccoli doppiamente sfortunati.

## Progetto per le lesioni spinali

**L**a Regione Veneto si compimenta con l'Università di Verona, coprotagonista di un progetto di medicina rigenerativa tutto italiano con un obiettivo straordinario: creare una terapia per riparare le lesioni spinali.

Il progetto scientifico è stato denominato "Hemera", spin off attraverso il quale l'Ateneo Scaligero, con La Statale di Milano e in collaborazione con l'Istituto Clinico Humanitas, e punta a una terapia innovativa, tutta italiana, per affrontare una patologia gravissima come le lesioni spinali.

«La scienza ha la missione di non fermarsi mai per cercare soluzioni a tante patologie fino a poco tempo fa ritenute incurabili - sottolinea il governatore Zaia - e vedere che, sempre più spesso, su queste nuove frontiere c'è la ricerca del Veneto inorgoglisce e accresce la speranza di poter ridare qualità di vita a persone che l'hanno persa. Tutto questo non ha prezzo, così come non hanno prezzo la dedizione e la preparazione dei ricercatori che vi lavorano».

# Ricarica notturna

Perché il **sonno sia ristoratore** non basta un semplice calcolo delle ore.

Fondamentale è la sua qualità **senza risvegli frequenti o precoci**,

e la riduzione del tempo necessario per addormentarsi.

Secondo l'**Organizzazione Mondiale della Sanità** la pandemia da Covid 19

ha notevolmente peggiorato la situazione che nei soggetti colpiti

implica una generale **diminuzione della qualità di vita**.

Per dormire sereni è utile seguire linee guida di comportamento

tra le quali **non appisolarsi sul divano** prima di andare a letto.

Un valido aiuto può arrivare anche da antiossidanti ed estratti vegetali

di Francesca Guernieri - farmacista

---

**D**ormire bene è uno dei pilastri fondamentali che assicurano al nostro corpo benessere, anche mentale.

Dormire è, infatti, un'esigenza basilare che, insieme ad una sana alimentazione e al regolare esercizio fisico, contribuisce al mantenimento dell'equilibrio psico-fisico dell'organismo.

Durante il sonno il corpo subisce la diminuzione di un ormone chiamato "cortisolo", responsabile dello stress, ma anche

l'abbassamento fino a 2° C della temperatura corporea che normalmente è compresa tra i 36 ed i 36.8° C. In generale tutto rallenta come i battiti cardiaci, mentre la pressione sanguigna tende a scendere poiché per favorire l'addormentamento l'organismo riduce la frequenza respiratoria che facilita il rilassamento anche dei tessuti interni.

Dormire fa molto bene, inoltre, alla memoria, alla risposta immunitaria dell'organismo nonché al tono dell'umore.

Pillole 28

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
**FEDERFARMAVERONA** 



Pillole 29

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
**FEDERFARMAVERONA** 

Per quanto riguarda la pelle, inoltre, è un vero toccasana poiché aumenta la produzione di collagene e attiva il sistema che ripara i danni causati dai radicali liberi dell'ossigeno (ROS) durante l'arco della giornata. Infine le ore di riposo inducono alla sintesi degli ormoni

tiroidei, dell'ormone della crescita e della melatonina, che è appunto l'ormone del sonno.

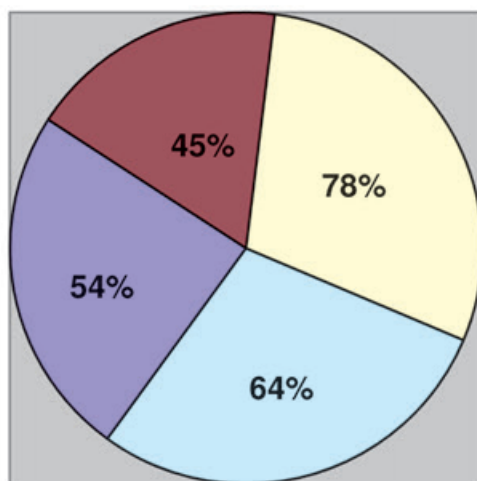
### Problema mondiale

Secondo il rapporto 2020 dell'OMS l'Organizzazione Mondiale della Sanità (vedere grafico nella pagina) lo stato di pandemia e di lockdown hanno contribuito ad un aumento dei disturbi del sonno legati soprattutto alla paura e alla precarietà. Addirittura il 78% della popolazione al risveglio non si sente bene, il 64% ha bisogno di maggior tempo per addormentarsi e il sonno è disturbato da risvegli che nel 54% dei casi sono addirittura frequenti, e infine il 45% dei soggetti analizzati si sveglia molto prima rispetto al periodo ante Covid.

L'insonnia, cioè la difficoltà nell'addormentamento oppure nel mantenimento di un sonno continuo si ripercuote anche nelle ore di veglia e quindi sullo svolgimento della giornata portando ad affaticamento diurno, stati ansiosi e disturbi dell'umore.

### Sonno ristoratore

Perché il sonno sia davvero ristoratore non basta, quindi, solo analizzarne la durata ma diventa determinante la qualità. Per durata si intende il tempo totale del sonno, indicativamente tra le 7-9 ore che però possono variare da individuo ad individuo e che diminuiscono fisiologicamente all'aumentare dell'età. L'intensità invece è



- **Frequenti risvegli**
- **Risveglio precoce**
- **Al risveglio non si sentono bene**
- **Più tempo per addormentarsi e più risvegli**

data dal sonno profondo e la continuità, anzi la discontinuità, dalla presenza dei risvegli notturni. Da valutare poi anche i cosiddetti micro risvegli, dei quali spesso nemmeno ci si accorge, che minano però la stabilità delle ore di sonno.

In pratica, se si potesse scegliere, è meglio dormire poco, ma bene e ne sanno qualcosa i soggetti che riescono a dormire a comando durante il giorno innescando il sonno polifasico al cui risveglio, dopo pochi minuti, si sentono "rigenerati".

### Favorire l'addormentamento

Premesso che l'attività fisica regolare, sconsigliata però nelle ore serali, favorisce l'addormentamento, una possibile ulteriore soluzione al problema insonnia, addormentamento e qualità del sonno può essere rappresentata dall'assunzione di integratori alimentari a base di Magnesio, estratti vegetali ed antiossidanti.

### Magnesio

Si tratta di un minerale con molteplici attività a livello cellulare, prima fra tutti la sua azione antiossidante e nervosa poiché partecipa alla trasmissione neuromuscolare degli impulsi nervosi.

Il magnesio stimola, infatti, i recettori GABA che si trovano a livello delle cellule nervose, portando ad un rilassamento muscolare, diminuendo la tonicità e gli spasmi muscolari. Tutto ciò si traduce in uno stato di rilassamento fisico che induce più velo-

## Aiutare l'induzione al sonno

- 1) Andare a letto sempre alla stessa ora
- 2) Fare regolare esercizio fisico moderato entro le quattro ore prima di coricarsi
- 3) Consumare una cena leggera
- 4) Evitare sostanze eccitanti come il caffè o il tè nelle 4 ore che precedono il sonno
- 5) Evitare l'uso di dispositivi elettronici poiché la luce blu modifica i ritmi circadiani
- 6) Mantenere la stanza silenziosa e fresca
- 7) Evitare di appisolarsi sul divano per non interferire con l'addormentamento
- 8) Non guardare l'orologio durante la notte

cemente il sonno.

### Estratti vegetali

Tra gli estratti vegetali con attività sul sonno possiamo ritrovare Melissa, Passiflora, Valeriana.

### Melissa

La *Melissa officinalis* è una pianta aromatica della famiglia delle Lamiaceae.

Si tratta di una pianta perenne cespugliosa che può raggiungere i 70-80 centimetri di altezza le cui foglioline possiedono una gradevolissima fragranza di limone. I mesi di raccolta sono da maggio a giugno.

Grazie alla presenza dell'acido rosmarinico possiede un'azione sedativa che favorisce l'addormentamento e riduce l'ansia.

L'acido rosmarinico, infatti, si lega ai recettori GABA e ne inibisce la degradazione con effetti benefici su qualità e durata del sonno.

### Passiflora

La *Passiflora incarnata* è una pianta rampicante erbacea perenne. La parte medicamentosa è rappresentata dalle foglie (più raramente dai frutti) costituite principalmente da molecole come i flavonoidi e alcaloidi.

Le sue azioni sono sedative sul sistema nervoso centrale inducono ad un sonno fisiologico migliorandone la qualità.

Riduce inoltre anche i risvegli notturni senza

## Sistemi di riparazione endogeni

Si tratta di meccanismi a cui la cellula ricorre in situazioni di emergenza in grado di riparare errori indotti da vari fattori (danni da radicali liberi dell'ossigeno, danni da raggi UV..ecc).

però provocare stordimento al risveglio.

### Valeriana

La *Valeriana officinalis* è una pianta erbacea perenne.

La parte medicamentosa è costituita dalle sue radici, rizomi e stoloni che sono ricchi di molecole come gli acidi valerеници (valerianone e gli esteri del borneolo).

La sua principale azione è depressiva del sistema nervoso centrale indicata soprattutto in stati di agitazione e insonnia nervosa.

Riduce inoltre il tempo per l'addormentamento, migliora la qualità del sonno nelle prime ore della notte e non provoca stordimento al risveglio.

### Antiossidanti

Di derivazione vegetale sono ad esempio i polifenoli, molecole che abbondano soprattutto nella frutta e nella verdura fresca, ma anche nel tè, nel vino, nel cacao e nei derivati.

La loro funzione è quella di proteggere le cellule dai danni causati dai radicali liberi, che si sviluppano con il normale metabolismo cellulare o a causa di eventi esterni (radiazioni, fumo, agenti inquinanti, raggi UV, stress emotivo e fisico, additivi chimici, attacchi virali e batterici ecc.).

Tra i più potenti antiossidanti del regno vegetale troviamo i polifenoli estratti dai semi dell'uva che svolgono un'azione di protezione delle cellule cerebrali e neurali dallo stress ossidativo della giornata, inoltre, stimolano i sistemi di riparazione cellulare endogeni.

Prima dell'assunzione di qualsiasi integratore è bene però consultarsi con il parere del farmacista e del medico che saranno in grado di analizzare situazione per situazione indicando la migliore soluzione al problema.

# Da non assumere

Ma sì usiamoli, tanto durano ben oltre la data di scadenza.

Quanti lo credono e al bisogno **riesumano dall'armadetto dei medicinali blister, flaconi, tubetti scaduti** da mesi o addirittura anni.

Ancora peggio quando le confezioni sono aperte e quindi suscettibili di un **deterioramento in alcuni casi velocissimo**, anche nell'arco di pochi secondi.

**Pomate, colliri, pastiglie, sospensioni, granulati devono essere controllati** con regolarità eliminando correttamente ciò che ormai è inutilizzabile.

Ne guadagnerà la salute del paziente e dell'ambiente.

La tabella AIFA nel sito di Federfarma e il quotidiano consiglio del farmacista

di Stefano Bellini

**P**rima di spiegare quando e perché sia dannosa l'assunzione di prodotti deteriorati, si deve distinguere tra la confezione aperta e quella chiusa che riporta sempre la data entro la quale si può usare un farmaco beneficiando appieno e in sicurezza della sua efficacia.

Anche in questo caso ci sono precise regole da seguire, ma utilizzato la prima volta le cose cambiano molto ed è importante sapere che la validità può ridursi anche, nel caso estremo, a pochi secondi come per le fiale da iniezione, o a pochi giorni come per i colliri e le pomate in vaso.

## Tabella vademecum

Per fare chiarezza e rendere la popolazione sempre più consapevole sul corretto utilizzo dei medicinali L'Agenzia Italiana del farmaco (AIFA) ha redatto una specifica tabella visionabile anche nel sito di Federfarma (\*) nella quale è possibile sapere nel dettaglio in quanto tempo i farmaci, nelle diverse formulazioni, si deteriorano una volta aperti.

## Tossico o inutile

Non dimentichiamoci che, qualora non arrivasse ad essere tossico, ma perdesse "solo" la sua efficacia, un **farmaco a principio atti-**

### Quando scade un farmaco una volta aperta la confezione

Su tutte le confezioni, con il lotto e la data di fabbricazione, è riportata la scadenza. La scadenza indicata sulla confezione va riferita alle confezioni integre, correttamente conservate.

FORMA FARMACEUTICA	VALIDITA' (SALVO DIVERSA INDICAZIONE)
colliri (flaconcino)	15-20 giorni
colliri (monodose)	scadenza confezione
compresse blister	scadenza confezione
compresse flacone	4-6 mesi
fiale endovena	pochi minuti
fiale intramuscolo	pochi minuti
gocce	1-2 mesi
gocce per naso	15-20 giorni
granulati barattolo	1-2 mesi
granulati busta	5 giorni
polveri da sciogliere	5 giorni
pomate tubo	2-3 mesi
pomate oftalmiche	15 giorni
pomate vaso	5-7 giorni
sciroppi	1-2 mesi
siringhe	pochi minuti
spray per naso	15-20 giorni

**IN CASO DI DUBBIO NON ESITARE A CONSULTARE IL TUO FARMACISTA**

**vo zero** è potenzialmente molto dannoso poiché, non facendo il suo dovere, è come se il paziente saltasse una o più dosi, non rispettando il piano terapeutico del medico curante volto alla guarigione dalla malattia o, nel caso della patologia cronica, alla sua stabilità. La cosiddetta "**aderenza alla terapia**" che vede in prima linea il farmacista nel suo quotidiano contatto con il paziente, è una delle condizioni fondamentali per la buona riuscita di una cura sanitaria. Più il paziente assume correttamente e regolarmente i farmaci prescritti dal medico e maggiore sarà il successo della terapia.

### Scadenza sulla confezione

In genere la validità è compresa tra 1 e 5 anni, ma anche quando le confezioni sono chiuse è fondamentale il sito in cui vengono conservate. Il prodotto che viene dispensato **in farmacia è**

**garantito dalla piena trasparenza della filiera** del farmaco, dall'azienda farmaceutica e fino al magazzino, a cura della distribuzione intermedia e poi nella farmacia dove le **temperature sono controllate** e nei casi prescritti tenute sotto stretto specifico mantenimento.

Si comprende bene quanto sia arduo, se non impossibile, tracciare il prodotto venduto in internet e soprattutto da un soggetto non autorizzato dal Ministero della Salute.

Ogni prodotto dedicato alla cura della salute deve godere di **garanzie specifiche**, ben diverse da quelle di una qualsiasi altra referenza commerciale.

Una volta giunto nelle mani dell'utente, il farmaco deve ricevere ulteriori attenzioni necessarie affinché possa continuare ad essere uno strumento di salvaguardia della salute e non il contrario.

## Conservazione domestica corretta

Quando si parla di luogo fresco e asciutto per la conservazione domestica dei farmaci non è un "modo di dire", si tratta, infatti, della necessaria condizione per preservare l'efficacia del prodotto sia per quanto riguarda il principio attivo che gli eccipienti. Il posizionamento dell'armadietto dei medicinali è quindi molto importante. Non si dovrebbe, nonostante la prassi sia molto diffusa, tenerlo nel bagno, che insieme alla cucina è l'ambiente più umido della casa. È da considerare, inoltre, e soprattutto se non si dispone dell'aria condizionata, l'orientamento degli ambienti prediligendo quelli esposti a nord-est, soprattutto d'estate.

Un ambiente che generalmente rimane stabile perché privo di finestre, quindi di luce, e termosifoni è lo sgabuzzino. Anche il salotto poiché solitamente ampio e arioso può essere una stanza idonea. Salvo indicazioni diverse riportate sulle confezioni, i medicinali vanno conservati **a temperature comprese tra i 20 e i 25° C**. Ci sono però delle eccezioni come insuline o vaccini che devono essere conservati in frigorifero a una temperatura tra i 2 e gli 8° C considerando anche il tragitto verso casa che dovrà essere, soprattutto in estate o se teniamo alto il riscaldamento dell'auto, il più breve possibile. Quando ci si reca in farmacia per medicinali delicati sarà opportuno pianificare la visita alla farmacia immediatamente prima di rientrare a casa. Anche in questi casi è fondamentale il consiglio del farmacista che fornirà tutte le indicazioni necessarie alla perfetta conservazione del prodotto.

## Attenzione ai più piccoli

Una raccomandazione di carattere generale di fondamentale importanza riguarda i bambini che per nessun motivo devono poter accedere all'**armadietto dei medicinali**, che deve essere sempre chiuso a chiave, ma alle medicine in generale, quindi neanche quelle che si lasciano per praticità sul tavolo o una mensola facilmente raggiungibile. Ricordiamo che i piccoli possono scambiare pastiglie e sciroppi per caramelle e succhi di frutta arrivando perfino, e più comunemente di quanto si pensi, all'intossicazione da farmaci. Attenzione anche ai detersivi e alle cosiddette pods (letteralmente "baccelli") che a causa della loro colorazione particolarmente

attraente vengono pericolosamente scambiate dai bambini per caramelle. Inutile dire che tutti i prodotti tossici per ingestione, contatto e inalazione (detergenti, spray per la pulizia delle superfici, brillantanti, acetone, smalto, creme etc.) devono essere posti in luoghi assolutamente non accessibili ai bambini.

## Cosa deve insospettire

Le precauzioni sull'utilizzo di un prodotto farmaceutico aumentano a seguito dell'apertura della confezione. Quando il **farmaco cambia colore, consistenza, odore o limpidezza** nel caso di una soluzione o sospensione allora siamo in presenza di un medicamento alterato che non deve in alcun modo essere assunto. Esso andrà correttamente smaltito nel contenitore della farmacia oppure presso le isole ecologiche che offrono questo servizio.

Esistono però molti casi in cui le caratteristiche esteriori del prodotto traggono in inganno poiché non destano alcun sospetto e il farmaco appare, anche dopo anni, come appena aperto. Sono i **casi più subdoli**, quelli che inducono a ritenerli innocui e quindi è proprio questo il momento di recarsi presso la farmacia di fiducia e chiedere immediatamente consiglio al farmacista che saprà valutare la situazione caso per caso.

## Validità farmaco per farmaco

Per alcune tipologie di farmaco l'apertura della confezione determina l'inizio di un **conto alla rovescia velocissimo** "annullando" la data di scadenza posta sulla confezione. Il caso classico del **collirio** è indicativo: se la sua scadenza è fissata per il 5 gennaio 2023, una volta aperto è bene sapere che dopo un paio di settimane il prodotto è da ritenersi scaduto. **Pillole, compresse, capsule** sono generalmente più stabili rispetto alle soluzioni liquide o alle sospensioni, ma, anche in questi casi sono fondamentali le regole della corretta conservazione. Sempre, comunque, vale l'osservazione e l'**atteggiamento precauzionale** e qualsiasi sospetto ci deve fare optare per l'eliminazione del prodotto o per la **richiesta di aiuto al farmacista di fiducia**. Inutile dire che se ci troviamo in presenza di una **pomata secca** o dall'aspetto disomogeneo delle componenti, questa sarà da eliminare, così come una pastiglia che si polverizza al minimo contatto.

## Smaltimento corretto

La confezione, ma anche la singola pastiglia, scaduta o deteriorata dovrà essere correttamente smaltita nel **contenitore della farmacia oppure presso le isole ecologiche** che offrono questo servizio. Si deve sapere, infatti, che gettare un **farmaco scaduto** nello sciacquone del WC o nel lavandino è fonte di un pericoloso inquinamento delle acque superficiali che incide in maniera diretta sulla salute e la vita degli animali acquatici e indirettamente, ma in maniera incisiva poiché tutti gli esseri viventi sono strettamente collegati tra loro, su quella dell'uomo.

I principi attivi, infatti, continuano ad agire (anche nel bidone del secco) e quindi l'unica possibilità di rispettare la natura - ma anche la legge - e di conseguenza la nostra salute è di conferire i farmaci scaduti secondo i termini di legge. L'**ecofarmacovigilanza** (EPV) da anni vede impegnati gli studiosi nel controllo e nella lotta di questo deleterio inquinamento ambientale causato dall'uomo spesso per leggerezza e ignoranza.

## Contro lo spreco dei farmaci

Si chiama "Recupero farmaci validi non scaduti" il progetto che vede coinvolti Azienda Ulss 9 Scaligera, Fondazione Banco Farmaceutico e da anni le farmacie di Federfarma Verona e Assofarm. L'iniziativa solidale offre la possibilità ai cittadini di portare in farmacia i **medicinali inutilizzati, ma ancora validi e in perfette condizioni**. Negli specifici contenitori posti all'interno delle farmacie sono conferiti prodotti che vengono successivamente consegnati dai Farmacisti Volontari in Protezione civile al Cesaim, il Centro Salute per Immigrati di Verona e all'Ummi l'Unione Medico Missionaria Italiana con sede presso l'ospedale Sacro Cuore di Negrar. In questo modo nulla viene sprecato aiutando cittadini in stato di povertà sanitaria e compiendo contemporaneamente un gesto ecosostenibile di alta valenza civica.

## Farmaci in vacanza

Quando si va in vacanza è necessario portare con sé non solo i blister, ma anche le confezioni dei farmaci per non confondersi nella loro assunzione in presenza, magari, di pastiglie similari. Importantissimo è il viaggio che deve prevedere, soprattutto con l'aumentare delle temperature, una **borsa a parte, meglio se**

## Principio attivo ed eccipienti

Tutti i medicinali sono costituiti da principi attivi e da vari eccipienti. Il **principio attivo** è il componente dei medicinali da cui dipende la sua azione curativa, il medicinale vero e proprio.

Gli **eccipienti** sono invece componenti inattivi del medicinale, privi di ogni azione farmacologica. Hanno la funzione di proteggere il principio attivo dagli agenti esterni che potrebbero danneggiarlo (il caldo, il freddo, l'umidità o altre sostanze chimiche), di aumentare il volume per consentire la preparazione di compresse o di qualsiasi altra forma farmaceutica di dimensioni accettabili, di rendere stabili soluzioni o sospensioni evitando la sedimentazione del principio attivo sul fondo dei contenitori e di facilitare l'assorbimento del principio attivo nell'organismo, di rendere il sapore dei medicinali più gradevole e altro ancora.

(Fonte Ministero della Salute)

**refrigerata**, e in alcuni casi necessariamente. Il deterioramento dei medicinali, infatti, a seconda della formulazione, può avvenire, in maniera molto veloce e non è escluso il fatto che all'arrivo nella località turistica prescelta, i medicinali della terapia, anche salvavita, possano risultare già avariati.

Un discorso a parte merita il **viaggio in aereo** soggetto a rigide normative anti terrorismo. Si consiglia, in linea generale, di portare sempre con sé i farmaci, nel **bagaglio appresso**, insieme alle relative ricette descrittive del medico curante per poter fornire ai controlli tutte le necessarie delucidazioni al personale aeroportuale.

La **documentazione** risulta inoltre necessaria qualora si debba ricorrere all'acquisto dei farmaci in un Paese estero consentendo al paziente di entrare in possesso del medesimo preparato, di un farmaco equivalente (spesso chiamato "generico") con lo stesso principio attivo oppure di un prodotto di altra marca, ma con la medesima efficacia terapeutica. Per tutti questi casi e molti altri che si possono presentare la **farmacia risulta il polo sanitario di riferimento** col quale rapportarsi magari qualche settimana prima della partenza per viaggiare in sicurezza e godersi appieno le agognate vacanze.

(\*) <https://www.federfarma.it/Farmaci-e-farmacie/1-consigli-del-farmacista/Scadenza-e-validita.aspx>

# Domande dirette

L'**Osservatorio nazionale screening** ha messo nero su bianco i quesiti più frequenti della popolazione e le risposte degli **operatori sanitari**.

I farmacisti sono i primi interlocutori perché proprio **in farmacia il cittadino ritira e riconsegna il kit da laboratorio dello screening coloretale**.

La procedura è semplice, veloce, gratuita e la campagna preventiva molto efficace perché individua anche piccolissime formazioni benigne

di Stefano Bellini

**L**a ricerca del sangue occulto nelle feci serve a salvare vite umane. E lo fa con un esame veloce, indolore, gratuito e semplice, anche dal punto di vista logistico. Anzi ancora più semplice da quando le **farmacie territoriali** sono state recentemente individuate come il **polo sanitario di riferimento più idoneo e comodo al cittadino**. In farmacia, infatti, a seguito della lettera invito mandata dall'Aulss 9 Scaligera, si ritira e si riconsegna entro 48 ore il kit laboratoriale. Sempre più facile, dunque anche perché esiste la piena libertà di scegliere la farmacia all'interno del territorio provinciale, senza più il limite del comune di residenza. Importante il ruolo del farmacista che ha tra gli altri, il compito di informare la cittadinanza sull'utilità del controllo biennale tra i 50 e i 69 anni, ma anche quello di spiegare le corrette procedure di esecuzione della

raccolta del materiale biologico, le tempistiche nonché rispondere ai dubbi del cittadino spesso legate alla paura.

Per aumentare ulteriormente l'adesione dei cittadini l'Osservatorio nazionale screening ha sentito l'esigenza di redigere una serie di indicazioni di facile comprensione rivolte alla popolazione.

## I numeri del rischio

Il carcinoma del colon retto è una malattia "importante" in termini di salute pubblica poiché è la seconda causa di morte per tumore in entrambi i sessi.

La buona notizia è che la **prevenzione diagnostica riveste un ruolo determinante**, al contrario ad esempio del tumore al polmone per il quale non esistono campagne di screening di alcun tipo. Il 90% delle persone si ammala di tumore coloretale dopo i 50

anni, ed è dimostrato scientificamente che lo screening riduce la mortalità per tumore coloretale di almeno il 20%.

### Perché l'esame del sangue occulto?

I tumori del colon retto si sviluppano molto lentamente a partire da piccole formazioni

benigne chiamate polipi (adenomi), che possono iniziare a sanguinare diversi anni prima

della comparsa di altri disturbi. All'inizio questo sangue non si vede a occhio nudo, ma può essere identificato con un esame delle feci chiamato "ricerca del sangue occulto".

Se lo troviamo quando è ancora molto piccolo, il tumore può essere curato in modo definitivo. Secondo l'esperienza scientifica, fare l'esame del sangue occulto ogni due anni dopo i 50 anni può salvare molte vite.

### Un esame semplice

Quello utilizzato nello screening è il test più adatto per trovare tracce di sangue indicative della presenza di polipi o tumori.

Per fare l'esame dobbiamo raccogliere nell'intimità di casa, un piccolo campione di feci e metterlo nel flaconcino che ci è stato fornito dal programma di screening.

Non dobbiamo seguire una dieta particolare e basterà che preleviamo un unico campione di feci. L'esame è gratuito e non è necessaria la richiesta medica.

### E se l'esame risulta negativo?

La risposta ci verrà spedita a casa. Se non abbiamo superato l'età massima per l'invito di screening, riceveremo un nuovo invito dopo due anni.

È importante fare l'esame ogni due anni perché è dimostrato che questo test può salvare la vita solo se ripetuto regolarmente.

### Efficacia

L'esame del sangue occulto è molto efficace per individuare il tumore dell'intestino, anche quando è molto piccolo e non avvertiamo nessun disturbo.

Come ogni esame però, presenta dei limiti. Infatti, può capitare che un polipo o anche una lesione tumorale ci siano ma non sanguinino il

## 4 SEMPLICI PASSI PER Lo SCREENING DEL COLON-RETTO IN FARMACIA

**1** RICEVI la lettera di invito a CASA

**2** RITIRA il kit in FARMACIA presentando la lettera e la Tessera Sanitaria



**3** RACCOGLI un campione di feci con l'apposito bastoncino

**4** CONSEGNA il campione in FARMACIA

giorno dell'esame.

Non sottovalutiamo quindi eventuali disturbi che possono manifestarsi anche dopo un esame. Se prima del prossimo invito notiamo del sangue nelle feci o abbiamo dei disturbi intestinali persistenti, rivolgiamoci al nostro medico.

### E se l'esame risulta positivo?

Su 100 persone che eseguono il test, circa 5 possono risultare positive per la presenza di tracce di sangue nelle feci.

La presenza di sangue nelle feci può essere dovuta a cause non tumorali, come per esempio un'altra indagine, chiamata colonscopia oppure la presenza di emorroidi.

### Sanità unita

Gli operatori sanitari sono tutti concordi nell'affermare l'alta valenza di questa indagine diagnostica eseguita a tappeto su tutta la popolazione nelle fasce di età a maggior rischio.

L'invito è quello di non avere assolutamente paura perché l'intento dello screening è proprio quello di individuare i casi nel loro insorgere intervenendo subito, se ce ne fosse bisogno, anticipandone così lo sviluppo.

I farmacisti sostengono in tutti i modi le campagne preventive che sono lo strumento più efficace per la tutela della salute. Lo si è visto con il Covid, ma lo si verifica da anni con la misurazione della pressione arteriosa e della fibrillazione atriale per le malattie cardiovascolari, della glicemia per il diabete, con la mammografia per il tumore del seno, il pap test per il carcinoma dell'utero e, appunto, l'esame del sangue occulto fecale per il tumore intestinale.

# Federfarma Verona - l'Associazione delle 257 farmacie di Verona e provincia - ti offre questo servizio

## FARMACO PRONTO



L'Associazione Titolari di Farmacia della provincia di Verona sotto l'egida dell'Ordine dei Farmacisti di Verona, offre ai cittadini anziani, disabili o alle persone sole in casa un servizio gratuito di consegna domiciliare di farmaci urgenti. È un servizio di Federfarma Verona attivato tramite i Medici della Guardia medica territoriale

Se siete persone anziane o sole o disabili e vi ammalate durante le ore in cui è in funzione il Servizio di Guardia medica, chiamate il Medico in servizio presso la Guardia medica



Il Medico in servizio si recherà presso di voi per la diagnosi e la prescrizione della terapia



Il Medico una volta effettuata la prescrizione attiverà il servizio telefonando allo 045 509892 corrispondente a La Ronda, società incaricata da Federfarma Verona



L'operatore verrà presso il vostro domicilio per prelevare la ricetta e si recherà poi presso la Farmacia

L'operatore vi consegnerà a domicilio i farmaci prescritti senza ricevere nulla per il servizio poiché è sostenuto interamente da Federfarma Verona. Dovrete solo rimborsare il costo relativo al ticket come riportato nello scontrino rilasciato dal Farmacista



Consegna a domicilio  
**FARMACI URGENTI**  
Il servizio è gratuito  
**045 509892**



# NOVITÀ IN FARMACIA

## Linea lenitiva completa per naso e labbra



Il **Laboratorio Farmaceutico "A. SELLA"** propone in esclusiva italiana **LetiBalm**, l'unico **balsamo lenitivo ed emolliente formulato specificamente per naso e labbra**, dedicato agli adulti e ai bambini. LetiBalm è indicato in inverno, quando il clima aggrava le condizioni della pelle, ma viene consigliato per tutto l'anno a chi soffre di allergie ed è costretto a soffiarsi spesso il naso. Infatti LetiBalm è la soluzione ideale per proteggere la zona tra il naso e le labbra, con tripla azione. **AZIONE RIPARATRICE:** grazie a Centella Asiatica, Vitamina E e Acido Salicilico, LetiBalm svolge un'efficace azione riparatrice, contro la secchezza, le screpolature e le ferite superficiali di naso e labbra. **AZIONE PROTETTIVA:** l'Hamamelis Virginiana, la Melissa Officinale e la Centella Asiatica svolgono un'ottima azione protettiva, volta a ridurre il danno provocato dal soffiarsi il naso e dagli agenti atmosferici (freddo, vento e sole). **AZIONE REIDRATANTE:** la Vitamina E, il Burro di Cacao e l'Olio di Girasole contribuiscono all'azione reidratante di questo balsamo innovativo. Accanto al **LetiBalm per gli adulti**, SELLA propone **LetiBalm Pediatrico**, una formulazione specifica per la pelle dei bambini, al Burro di Karité.

## Per ridurre stanchezza e affaticamento



**Nutri'Fatica**, integratore a base di magnesio di Boiron, permette di apportare **l'80% della quantità di magnesio raccomandata quotidianamente (300 mg al giorno)**, oltre alle **vitamine del gruppo B e la vitamina PP, la vitamina E e il selenio**. Combinando i sali di glicerosolfato e carbonato, questo prodotto assicura **un assorbimento ottimale e una elevata tollerabilità**. Il formato **da 80 compresse** consente 1 ciclo di trattamento completo.

Per gli adulti si consiglia l'assunzione di 2 compresse 2 volte al giorno, per gli adolescenti 1 compressa 2 volte al giorno, da assumere con un po' d'acqua, preferibilmente dopo colazione e dopo cena, rinnovando il ciclo di trattamento qualora necessario.

# Sport come medicina

In farmacia **"Pillole di Movimento"** con la distribuzione di migliaia di **coupon-bugiardini** per corsi gratuiti in 15 centri sportivi della provincia. Obiettivo **la salute della popolazione** che secondo le indicazioni delle organizzazioni sanitarie deve passare **attraverso il movimento**.

Si può scegliere tra **sedute ginniche** e di **danza** presso le palestre, **esercizi in acqua** o **attività da svolgere all'aperto**.

Federfarma Verona ha risposto alla chiamata di UISP Sport per Tutti nella promozione dello **sport come "terapia per il corpo"** paragonandola a quella delle corrette cure farmacologiche

a cura della redazione

**I**l movimento fisico paragonato per efficacia terapeutica ai medicinali che guariscono dalle patologie.

È questo l'obiettivo di "Pillole di Movimento" la campagna nazionale di Uisp -Unione Italiana Sport Per tutti che si pone l'obiettivo di contrastare la sedentarietà e promuovere la cultura del movimento.

Il progetto nato a Bologna nel 2010 è approdato a Verona grazie alla sinergia tra Uisp Verona Aps, Federfarma Verona, Ulss 9 Scaligera, Comune di Verona e Città di Legnago.

Le confezioni di "Pillole di Movimento" distribuite nella provincia scaligera contengono

**coupon gratuiti redatti in forma di pseudo figlietto illustrativo** che permettono di scegliere tra una rosa di attività sportive e motorie come danza, discipline orientali, corsi in acqua e all'aperto.

La scatola, molto simile a quella di un farmaco da banco, viene consegnata dal farmacista così come un qualsiasi prodotto della farmacia e consente di poter usufruire gratuitamente di ore di attività presso le 15 associazioni e società sportive scaligere che aderiscono all'iniziativa.

«Le 257 farmacie di Federfarma Verona, da sempre attente alla salute dei cittadini e impegnate in numerose campagne preventi-

Pillole 40

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
FEDERFARMAVERONA 



ve incentrate anche sulla promozione dell'attività fisica, giocano un ruolo fondamentale in questa iniziativa che coinvolge tutte le fasce d'età della popolazione - spiega Elena Vecchioni, presidente di Federfarma Verona -. Ci impegnamo nonostante il complesso periodo che sta vivendo la farmacia territoriale, perché crediamo che il movimento fisico sia fondamentale per combattere patologie, anche molto gravi, e contribuisca psicologicamente ad un ritorno alla "normalità" dopo anni di pandemia». «Divulgare sani e corretti stili di vita diventa importante anche per superare gli effetti

della pandemia - dice Simone Picelli, presidente di Uisp Verona Aps -. Lo facciamo collaborando con punti di riferimento importanti per le nostre comunità come le farmacie, la pubblica amministrazione, i media e le organizzazioni per la salute pubblica».

### “Pillole di Movimento” in numeri

15 Associazioni e società sportive coinvolte nella provincia di Verona  
 31 Comitati Uisp provinciali;  
 258 Farmacie veronesi coinvolte  
 480.000 confezioni di "Pillole di movimento" distribuite in tutta Italia;  
 370 tra associazioni e società sportive dilettantistiche coinvolte a livello nazionale;  
 235 Comuni italiani



# Salute Bambini

## Cibi killer

Il **soffocamento da cibo** è una delle **principali cause di decesso in età pediatrica**. Tra gli alimenti più insidiosi i **würstel**. Gli **adulti devono informarsi anche sul pronto soccorso**

È una delle principali cause di morte nei bambini di età inferiore ai 3 anni, ma la quota di incidenti rimane elevata fino ai 14 anni di età. Si stima che **in Europa, ogni anno, 500 bambini muoiano soffocati**. In Italia, è stato osservato, negli ultimi 10 anni, un trend stabile della quota di incidenti, con circa **1.000 ospedalizzazioni all'anno**. Le stime più recenti, calcolate includendo anche i "quasi-eventi" e gli episodi di minore gravità che si sono cioè risolti grazie all'intervento della famiglia, senza la necessità di rivolgersi ai sanitari, mostrano come l'incidenza reale del fenomeno sia 50-80 volte superiore rispetto a quella dei ricoveri e si traduca sul territorio nazionale in **80.000 episodi l'anno stimati**.

Gli **alimenti costituiscono una delle cause principali di soffocamento in età pediatrica**: tra il 60% e l'80% degli episodi di soffocamento è imputabile al cibo. Gli alimenti che causano più spesso incidenti sono gli **ossicini di pollo e le lische di pesce** (32%) seguiti dalle **noccioline** (22%) e dai **semi** (16%). Tuttavia, gli alimenti che causano più spesso questo tipo di incidenti non sono gli stessi che causano le conseguenze più severe. **Gli incidenti gravi fino al decesso**, infatti, sono causati in misura maggiore dalla **carne** e in particolare dai **würstel**.

Un altro aspetto da rilevare è che circa la metà degli incidenti da corpo estraneo si verifica **sotto la supervisione dell'adulto** il che denota la generale ignoranza in materia.

La fascia di età in cui i bambini sono esposti a un **maggior rischio di soffocamento da cibo è tra gli 0 e i 4 anni**. Questo è dovuto alle caratteristiche psico-fisiologiche del bambino: **vie aeree di diametro piccolo e forma conoide** (fino alla puber-

tà); **scarsa coordinazione** tra masticazione e deglutizione dei cibi solidi (che non è innata come per i liquidi); **dentizione incompleta** (i molari, necessari per ridurre il cibo in un bolo liscio, crescono intorno ai 30 mesi); **frequenza respiratoria elevata e tendenza a svolgere più attività contemporaneamente**: mangiano mentre corrono, giocano, parlano o guardano la TV, tablet, etc). Per quanto riguarda le **dimensioni**, sia gli alimenti piccoli (ad esempio noccioline e semi) che quelli troppo grandi (ad esempio grossi pezzi di frutta e verdura cruda) sono pericolosi in quanto, i primi rischiano di finire nelle vie respiratorie prima che il bambino riesca a morderli, mentre i secondi sono difficili da gestire durante la masticazione. **Quella tonda (ciliegie e uva) e quella cilindrica (würstel e carote) sono le forme più pericolose** poiché queste tipologie di alimenti, se aspirati, possono bloccarsi nell'ipofaringe ostruendo completamente il passaggio dell'aria. Infine, per quanto riguarda le **consistenze**, quelle più pericolose, con differenti meccanismi, sono quella **dura**, quella **appiccicosa** (come il burro d'arachidi), quella **fibrosa** (sedano) e quella **comprimibile** (würstel e marshmallow). Gli alimenti duri e fibrosi sono difficili da masticare per la fisiologica mancanza di denti del bambino. Gli alimenti comprimibili possono scivolare nelle vie aeree prima che il bambino riesca a morderli e adattarsi alla forma dell'ipofaringe (grazie alla loro consistenza), ostruendo il passaggio dell'aria. Gli alimenti appiccicosi risultano difficili da rimuovere se rimangono bloccati nelle vie aeree, una volta aspirati.

Risulta quindi evidente quanto sia fondamentale la **corretta preparazione dei cibi**. Tagliare gli ali-

Alimenti pericolosi (categorie principali)	Età fino alla quale evitare l'alimento	Preparazione raccomandata
Alimenti di forma tondeggiante (es. uva, ciliegie, olive, mozzarelline, pomodorini, polpettine)		Tagliare in pezzi piccoli (circa 5 mm). Prestare attenzione nel rimuovere i semi e i noccioli.
Alimenti di forma cilindrica (es. wurstel, salsicce, carote)		Tagliare prima in lunghezza (a listarelle) e poi in pezzi più piccoli (circa 5mm), MAI a rondelle. Prestare attenzione nel rimuovere eventuali budelli o bucce.
Arachidi, semi e frutta secca a guscio	4/5 anni	Se comunque somministrati, tritare finemente o ridurre in farina.
Cereali in chicchi (es. orzo, mais, grano) e muesli		Tritare finemente/Utilizzare i cereali sotto forma di farina anziché di chicchi interi (dopo l'anno i bambini non dovrebbero più mangiare farine).
Frutta disidratata (es. uvetta sultanina)		Mettere a bagno/ammorbidire e tagliare finemente.
Alimenti che si rompono in pezzi duri e taglienti (es. cracker e biscotti di consistenza molto dura)		Ridurre in farina/sbriciolare (dopo l'anno i bambini non dovrebbero più mangiare farine).
Burro di arachidi e altri alimenti della stessa consistenza		Spalmare uno strato sottile sul pane.
Pezzi di frutta e verdura cruda, o solo parzialmente cotta, con consistenza dura (es. mela) e/o fibrosa (es. sedano, ananas)		Cuocere fino a quando raggiungono una consistenza morbida, o grattugiare finemente. Prestare attenzione nel rimuovere eventuali semi, noccioli, filamenti, e bucce.
Verdure a foglia		Cuocere fino a quando raggiungono una consistenza morbida e tritare finemente. Qualora fossero consumate crude, sminuzzare finemente. Prestare attenzione nel rimuovere filamenti e nervature.
Carne, pesce		Cuocere fino a quando diventano morbidi e poi tagliare in pezzi piccoli. Prestare attenzione nel rimuovere nervature e filamenti, gli ossicini dalla carne, le lisce dal pesce.

menti cilindrici a listarelle, quelli tondi in quarti, eliminare nervature e filamenti, cuocere i cibi fino a quando diventano morbidi, tagliare in pezzi piccoli o tritare/grattugiare degli alimenti pericolosi è un buon punto di partenza.

Alcuni cibi, però, sono proprio da **evitare fino ai 4 anni** circa: **frutta a guscio e semi** (a causa dell'elevato rischio di aspirazione a cui si associano), così come **caramelle e gomme da masticare**.

Anche la posizione durante il pasto ha la sua importanza. **Il bambino deve mangiare a tavola, seduto con la schiena dritta**. Non deve mangiare mentre gioca, è distratto dalla tv o da videogiochi, corre o si trova in un veicolo in movimento, come l'automobile. **L'adulto deve creare un ambiente rilassato e tranquillo**, evitare distrazioni e non dare alimenti al bambino mentre sta piangendo o ridendo. **I piccoli devono sempre essere controllati mentre mangiano** e non devono mai essere lasciati soli. È consigliato, inoltre, incoraggiare il bambino a **mangiare lentamente**, a fare bocconi piccoli e a masticare bene prima di deglutire. Senza **mai forzarlo** è opportuno dare al bambino alimenti appropriati al suo livello di sviluppo e **mai cibo difficile da masticare o inappropriato al suo specifico grado di maturazione**.



Oltre a risultare fondamentale la conoscenza delle regole di scelta e preparazione degli alimenti e di comportamento a tavola per la prevenzione del soffocamento da cibo (esempio, nel caso di uso di **posate in plastica**, prevedere che queste siano dure e resistenti) è necessaria per gli adulti, l'**educazione al primo soccorso** e in particolare alle **manovre di disostruzione** e alla **rianimazione cardio polmonare**.

*Dati tratti dal Registro Susy Safe (Surveillance System on Foreign Body Injuries in Children) strumento internazionale di controllo per le lesioni causate da ingestione, aspirazione, inalazione o inserimento di corpi estranei.*



# Salute Anziani

## Vecchiaia dignitosa

Sono i **condomini solidali** la nuova frontiera della **terza e quarta età**. I progetti di **co-housing** ci sono e **adesso è finalmente l'ora di metterli in pratica**

**D**i esempi in Europa e nel mondo ce ne sono già molti e adesso è davvero l'ora di cambiare anche in Italia dove i "condomini solidali" sono realtà ancora sporadiche. Le **Residenze sanitarie assistite** che una volta si chiamavano Case di Riposo e ancora oggi sono l'unica soluzione di vita offerta dalla Sanità pubblica a tutti coloro che non riescono più a gestire la propria vita in autonomia, devono cambiare volto e **puntare alla domiciliarizzazione**.

Obiettivo è di **lasciarsi alle spalle l'ospedalizzazione**, o meglio di allontanarla il più possibile. Anche perché spesso anziani che in realtà avrebbero bisogno solo di essere supportati in alcuni ambiti della quotidianità, in queste strutture personalizzate e tristi si lasciano andare, **schacciati dalla malinconia e dal senso di straniamento**. La vita in questo modo si spegne prima e sicuramente peggio.

Non che non si sapesse prima, ma la pandemia ha evidenziato ancora di più questa **cruda e drammatica realtà**. Diciamo che si è stati costretti a guardarla in faccia e a non fare finta che sia l'unica soluzione, insieme a quella di accogliere in casa assistenti domestiche, meglio note come "badanti".

Le stime parlano di **oltre 250mila anziani italiani ospiti della RSA**, strutture che arrivano a circa 7mila unità, fiorite in ogni dove vista la forte richiesta e l'innegabile *business*. Un altro dato significativo è che attualmente gli ultra 65enni, costituiscono il 25-30% dell'intera popolazione italiana e quasi 3 milioni di anziani vivo-

no da soli a casa.

La "Commissione ministeriale per la riforma dell'assistenza sanitaria e sociosanitaria della popolazione anziana" istituita nel settembre del 2020 dal ministro della Sanità, Roberto Speranza e presieduta da monsignor Vincenzo Paglia, presidente del Pontificio consiglio della Famiglia sta lavorando ad un progetto che si spera quanto più rivoluzionario e che sarà supportato economicamente dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza (PNRR).

Di sicuro di tempo da perdere non ce n'è considerando l'età media molto elevata della popolazione italiana, seconda solo al **Giappone** dove però è istituzionalmente **maggiore la sensibilità verso le persone anziane**. Basti pensare ai reparti nipponici dove si combatte fin dall'accettazione quella che rappresenta una vera piaga da noi sottaciuta: il "**delirium ospedaliero**". Una sorta di straniamento e doloroso decadimento mentale transitorio che si manifesta durante il ricovero e purtroppo molto spesso evolve, nel giro di pochi mesi, in demenza vera e propria anche dopo il ritorno a casa del paziente. I ritmi innaturali dell'ospedale, le luci forti, il sonno interrotto, i rapporti personalizzati e la lontananza degli affetti più cari fanno precipitare l'anziano in un vortice dal quale spesso, appunto, non si riprende più. Negli ospedali del Sol Levante le persone fragili con le più diverse patologie vengono accolte in reparti dedicati, accoglienti e sensibili al loro *status* dove il **personale sanitario debitamente formato li aiuta a supe-**



rare il difficile periodo con l'arma della dolcezza e l'affetto dei parenti considerati un imprescindibile supporto per la guarigione del paziente anziano, non un "fastidio" da allontanare, spesso in malo modo, dal capezzale.

Speriamo davvero che la Commissione sia un prezioso strumento per favorire una transizione dalla residenzialità ad una efficace presenza sul territorio attraverso l'assistenza domiciliare, il sostegno alle famiglie e la telemedicina.

L'auspicio è che l'Italia possa offrire a breve un nuovo modello di assistenza sanitaria e sociale che aiuti gli anziani a vivere nelle loro case, nel loro habitat, nel tessuto familiare e sociale.

La strada da imboccare è quella della rete di **co-housing, minialloggi protetti**, chiamati appunto condomini solidali, con la presenza di più anziani a cui viene garantita la propria *privacy* e *routine*, ai quali vengano forniti servizi e aiuti a vario livello, dalla preparazione del cibo, alla pulizia della casa, all'analisi del sangue, alla vista medica, al supporto h24 per chi

ne ha bisogno. **Vivere, quindi, non sopravvivere** parcheggiati e depressi in luoghi dove l'ospite staziona in una camera e non sempre singola, dove niente gli parla della sua esistenza e del suo passato.

Un aiuto potrà sicuramente venire anche dalla **telemedicina** e dalla **casa domotica**, come già si registra in alcune realtà italiane che hanno realizzato queste residenze collettive accessibili a tutta la popolazione.

Esistono pubbliche amministrazioni che hanno stanziato dei contributi a cui possono accedere sia soggetti pubblici che privati, finalizzati a sostenere interventi di coabitare sociale ed altre forme di residenzialità innovativa.

**Non si tratta di utopia**, ma di una visione diversa dell'esistenza, che deve poter essere spesa nel miglior modo possibile non dimenticando che l'unico modo per vivere a lungo è quello di invecchiare, ma con la propria dignità e ancora in grado di trasmettere alle nuove generazioni tutto il meglio della propria esperienza.



# Quattro passi di Salute

## Spalle forti

La **tonicità muscolare** della parte alta della schiena **allontana i dolori cervicali** e migliora la **postura**. Sulle spalle anche l'accumulo dello **stress quotidiano**

**A**llenare le spalle è fondamentale per gli sportivi di ogni disciplina, ma serve a tutti per ottenere una giusta postura e aiutare la cervicale. In generale i muscoli delle spalle sono molto importanti e non è necessario utilizzare pesi o attrezzi da palestra per farli funzionare al meglio. Anche **semplici esercizi** domestici eseguiti con regolarità settimanale saranno in grado di fornire più forza e tonicità, ma anche **sciogliere le rigidità** accumulate proprio sulle spalle dalle lunghe ore al computer. Un aggravio ulteriore deriva dalla **tensione nervosa** che si concentra proprio nella parte alta della schiena prendendo su di sé, fisicamente, tutto lo stress.

### Non è inevitabile

Un atteggiamento posturale scadente viene troppo spesso accettato come naturale e fisiologica conseguenza del passare degli anni, ma non è per niente saggio. Si deve sapere che la postura ha **effetti su molte funzioni fisiologiche**. La **respirazione** per prima trae giovamento dallo stare dritti perché la cassa toracica non viene compressa e quindi i polmoni lavorano meglio aumentando la loro capacità. Ne risentono positivamente anche gli **ormoni** come il testosterone ed il controllo del cortisolo che è considerato l'ormone dello stress. Senza parlare, poi, della riduzione di molteplici forme di dolore reumatico. Insomma una cattiva postura ha effetti negativi sulla qualità della vita sia fisica che psicologica.

### In allenamento

Per gli sportivi, allenare i muscoli significa non

solo ottenere migliori *performance*, ma diminuire la possibilità di **infortuni** perché il corpo sarà più forte e quindi in grado di riprendersi molto più in fretta da traumi piccoli o grandi. In alcune discipline dove la spalla è fondamentale e riveste un ruolo primario per la riuscita del gesto tecnico, come il basket, la pallavolo, il nuoto, la canoa o il tennis una spalla più forte è inoltre fondamentale per la qualità della prestazione.

### Controllare i carichi

Nella vita di tutti i giorni sono tante le occasioni che mettono a dura prova la schiena e in particolare le spalle. Parliamo dei gesti comuni che sono anche quelli più frequenti, come **sollevare i sacchetti della spesa**, prendere in braccio i bambini o gli animali, spostare mobili e scatoloni. Se non limitiamo e controlliamo questi **movimenti di carico** con un'adeguata forza muscolare è facile assumere, anche in giovane età, una postura non idonea, piegata in avanti che deve essere subito corretta per non fare insorgere dolori, spesso focalizzati sulla cervicale, ma anche debolezza agli arti superiori. Tenere le spalle dritte, rilassate, portarle come si dice comunemente "indietro" aiuta anche nella camminata che diventerà più fluida e meno faticosa.

### Problemi alla cervicale

Le prime vertebre della colonna sono le più "impegnate" perché devono sostenere tutto il giorno l'organo più pesante e compatto del corpo umano: **la testa**. Il suo peso è in media di 5 kg, ma aumenta e di molto quando la tenia-



mo innaturalmente flessa di lato (mentre si telefona con il cellulare) o in avanti quando siamo al computer. I **legamenti della cervicale** deformandosi, quindi, anche per molte ore al giorno hanno bisogno di tempo per tornare, poi, nella loro corretta posizione. I **prolungati sforzi gravano sulle vertebre cervicali** e il conseguente stato doloroso può addirittura diventare invalidante quando arriva a provocare forti mal di testa o addirittura gli acufeni, sibili percepiti all'interno dell'orecchio h24. Gli **allenamenti di rinforzo dei muscoli** sono quindi necessari, ma per ottenere reali benefici nel medio e lungo termine è utile rafforzare tutto il gruppo muscolare composto da trapezio, deltoide, sotto e sovraspinato, sottoscapolare, piccolo e grande rotondo.

#### **Anche l'occhio...**

Dal punto di vista esteriore è superfluo dire quanto sia importante avere spalle toniche e considerando che i muscoli sono gli unici organi in grado di "rigenerarsi" è confortante sapere che **l'allenamento risulta proficuo a tutte le età.**

Seguendo un programma costante fin da giovani si costruirà un'ottima base per il periodo della maturità e un grande aiuto per la terza età a partire dalla quale la colonna vertebrale tende a piegarsi in avanti. Contrastare questa condizione è possibile grazie ad esercizi mirati e calibrati per ogni soggetto, che interessino tutta la schiena con particolare attenzione proprio alle spalle.

Pillole 47

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
**FEDERFARMAVERONA**



# Salute Animali

## Non solo belli

La salute degli **uccellini esotici** è delicata e deve essere tutelata dal **veterinario**. Attenzione alla **scarsa igiene della gabbia**, ai **parassiti** e agli insetti come la **zanzara**

**C**anarini, cocorite, guance arancio, e molti altri, sono **uccellini esotici** che l'uomo alleva per il suo piacere e che devono vivere in gabbia l'intera esistenza. La necessaria premessa è che sono **animali da compagnia come tutti i nostri amici domestici** e come il cane o il gatto devono essere trattati con rispetto, con amore, portati periodicamente dal **veterinario** affinché possano vivere il più a lungo possibile **in salute**. La sensazione è che spesso siano considerati solo come begli "oggetti" che possono essere sostituiti, scambiati o peggio eliminati, più che come creature sensibili che allietano con i loro magnifici canti. E in grado di **provare gioia, ansia, dolore**, sia fisico che psicologico.

Prima di tutto deve essere scelta una **gabbia adeguatamente grande**, affinché possano effettuare almeno piccoli voli, attrezzata a seconda della specie e posizionata in un luogo riparato, ma spazioso e fruito dai componenti della famiglia affinché non si sentano abbandonati. Inutile dire che un uccellino da solo si annoia e può arrivare anche all'**autolesionismo** per farci capire che soffre.

Come per tutti gli animali bisogna offrire la **giusta alimentazione**, mentre l'**osservazione** è fondamentale per accorgersi in tempo che qualcosa non va nella sua **salute**. In generale quando l'uccellino è apatico, abbacchiato, non mangia o non beve, presenta il piumaggio arruffato e opaco, se si nota dissenteria o starnutisce significa che è malato e necessita della **visita di un veterinario** con il consiglio di spostarlo in una gabbietta da solo nell'eventualità che si tratti di una patologia infettiva.

Gli uccelli domestici sono spesso soggetti a malattie che possono diffondersi in fretta se vivono in colonie ed è quindi molto opportuno **vaccinarli contro le patologie più comuni**.

Un aspetto fondamentale per la loro buona vita è la **corretta igiene delle gabbie**, compreso il **cambio giornaliero di acqua e cibo**, necessario per combattere malattie e parassiti. Patologie come **coccidiosi** e **colibacillosi**, i cui sintomi sono dissenteria, perdita di peso e sbavature all'angolo del becco, sono provocate proprio dalle gabbie sporche o dall'ingestione di cibo avariato. Senza trattamento, l'uccello muore da 4 a 5 giorni dopo la comparsa dei primi sintomi.

Per il trattamento delle malattie indicate in questo articolo, ma non solo, è necessario uno specifico intervento del veterinario, tralasciando **le pericolose cure fai da te**.

Molto comuni sono i **problemi respiratori** provocati da umidità e freddo tipici della stagione invernale, ma attenzione anche al vento e agli sbalzi di temperatura tipici della primavera e dell'autunno. Si noterà in questo caso una respirazione irregolare, faticosa, a scatti.

Habitat inadatti, alimentazione scarsa o inadeguata, ma anche i parassiti come i pidocchi, gli acari, il ragnetto rosso possono essere responsabili dell'**anemia**. Questa patologia provoca una rapida perdita di peso mentre le zampette, il becco e in generale la pelle diventano pallidi.

Il **colera aviario** (causato dal batterio *Pasteurella multocida*) è una grave malattia altamente contagiosa che attacca diverse specie di uccelli e provoca la morte improvvisa. Quando ne sono affetti gli uccellini smettono di mangiare e di



bere. L'epidemia si manifesta in un arco di tempo che va da 4 a 9 giorni e in questo caso è tassativa la **disinfestazione di tutta la gabbia**, compresi abbeveratoi, mangiatoie, giochini e altalene.

Una patologia aggressiva che può essere scambiata all'inizio per raffreddatura è la **corizza infettiva** (causata dal batterio *Haemophilus gallinarum*) che provoca starnuti, infiammazione degli occhi e dei seni nasali. Se non curata in tempo può addirittura provocare la perdita degli occhi. I soggetti colpiti devono essere subito portati dal veterinario per un rapido trattamento farmacologico.

Tra le più comuni malattie degli uccellini domestici c'è l'**encefalomielite aviaria** (causata dal Picornavirus) che attacca principalmente esemplari giovani (da 1 a 3 settimane) provocando rapidi tremori del corpo, movimenti incerti e progressiva paralisi. Poiché per questa patologia non esiste una cura, **la terapia migliore è la prevenzione** tramite la vaccinazione degli adulti che, se protetti, metteranno alla luce pulcini sani. La stessa cosa vale per la **borsite** che rende immuni i soggetti vaccinati e la loro prole. I sintomi sono arruffamento del piumaggio, tremore, rumore respiratorio, dissenteria e uno stato di decadimento generale. La vaccinazione è inoltre indispensabile per allontanare lo spettro della malattia di **New Castle**, che è molto contagiosa. L'uccellino manifesta prurito, starnuti, tosse, rantoli; tutte queste difficoltà respiratorie sono associate a movimenti anomali della testa che può venire nascosta tra le spalle o anche tra le zampe, si può assistere anche ad una innaturale camminata all'indietro.

Quando l'uccello tende a **strappare le proprie piume o quelle dei suoi simili** beccandosi dobbiamo allertarci. Questa cattiva abitudine, di cui

l'uccello avrà difficoltà a sbarazzarsi, è causata da noia, paura, sovrappopolazione, arrivo di un nuovo uccello o stress. Il beccare può anche essere la conseguenza di una **mancanza di cibo** (soprattutto di vitamina) o di una mancanza di igiene. Questa manifestazione di disagio è **più comune negli uccelli con un alto quoziente intellettivo** (are, pappagalli), che si annoiano.

Le parti del corpo più colpite dall'**acariosi** sono il **becco e le zampe** sulle quali si noteranno una crosta grigiasta, simile ad una calcificazione, condizione che, se non trattata in tempo, può portare a deformità e morte dell'uccello. La causa è un acaro (*Chemidocoptes mutans*) che si sviluppa per igiene insufficiente. Molto colpiti sono i parrocchetti, detti cocoriti.

Un nemico condiviso con l'uomo è la **zanzara**, sia comune che tigre, la cui puntura può provocare il **vaiolo aviare o diftero vaiolo**, malattia causata da un virus, il Pox virus, che causa imponenti lesioni con escare (croste) e ponfi cutanei o polmoniti fulminanti. In località particolarmente colpite è il caso di chiedere il consiglio di un esperto per valutare il posizionamento di zanzariere.

Ci sono poi altre malattie, magari più rare negli uccellini da compagnia, che colpiscono in maniera massiccia i volatili da allevamento o gli uccelli acquatici. Un esempio su tutti è l'**influenza aviare**, patologia molto contagiosa che obbliga gli allevatori all'immediato abbattimento di tutti i soggetti presenti nei capannoni e alla loro profonda disinfezione. Anche in questo caso siamo in presenza di una zoonosi e l'uomo dovrebbe porsi una domanda, come per tutte le patologie legate agli allevamenti intensivi, sulla "convenienza" - etica a parte - di un sistema che risulta non sostenibile per il pianeta, sotto molti aspetti.

# Ferro per due

In **gravidanza** aumenta il fabbisogno di ferro e secondo l'OMS  
circa il 40% delle gestanti è anemico.

Le cause dell'**anemia sideropenica** possono essere ricercate anche  
nella carenza di acido folico o in particolari stati patologici.

Non si devono mai assumere integratori di ferro senza il consiglio medico  
anche perchè il **sovradosaggio può provocare danni** alla salute.

Attenzione agli **effetti collaterali** a carico soprattutto dell'apparato digerente

a cura di Elisabetta Crobetti

**È** l'Organizzazione Mondiale della Sanità a sottolineare l'importanza del ferro durante la gravidanza, periodo in cui nella gestante il suo fabbisogno aumenta del doppio, passando da 10/15 a 20/30 mg giornalieri.

Le motivazioni sono da ricercare nel modificato metabolismo della futura mamma che deve provvedere, oltre alla buona salute di due corpi durante i nove mesi di attesa, anche a creare una scorta di nutrienti utili al bebè nei primi tre mesi di vita. È da tenere presente, inoltre, che nell'organismo della donna in attesa aumenta il volume del sangue in circolo.

L'organismo normalmente immagazzina le sue scorte di ferro, ma durante la gravidanza esse possono, appunto, diminuire. Per questo motivo la donna in attesa può andare incon-

tro ad anemia, chiamata sideropenica.

Secondo l'OMS **circa il 40% delle donne in gravidanza è anemico**, e in un caso su due si tratta di anemia **da carenza di ferro**. Il fabbisogno di questo minerale cresce progressivamente con un picco nell'ultimo trimestre di gravidanza. Tra le cause c'è una predisposizione genetica, ma l'anemia può essere provocata anche da una carenza di **acido folico, di vitamina B12 o di vitamina A**, oppure da uno stato di infiammazione cronica, da infezioni o da malattie ereditarie (come la talassemia).

La causa più comune di anemia durante la gravidanza resta però la **carenza di ferro** che, peraltro, è la carenza nutrizionale più diffusa.

Se il livello dell'emoglobina è troppo basso aumentano le possibilità di parto prematuro

Pillole 50

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
FEDERFARMAVERONA 

L'ANEMIA SIDEROPENICA è causata da un deficit di ferro nell'organismo.

Il ferro è un elemento indispensabile per l'organismo, essendo un costituente essenziale di molecole quali l'emoglobina, contenuta nei globuli rossi. È quindi evidente che una sua carenza comporti l'insorgenza di manifestazioni patologiche. Paradossalmente, tuttavia, un eccesso di ferro, soprattutto se in forma di radicali liberi, può condurre a patologie addirittura più pericolose di quelle dovute alla carenza. Chiedere quindi sempre al medico curante prima di assumere integratori di ferro.

e possono insorgere altre complicazioni. Inoltre la carenza di ferro può interferire con la crescita del feto e il suo sviluppo. Le future mamme che durante la gravidanza soffrono di un'anemia sideropenica (cioè da carenza di ferro) non ingrassano tanto quanto sarebbe necessario per garantire la salute del bambino.

Per questo è importante, durante i nove mesi, tenere sotto controllo la situazione con periodici esami del sangue.

Le **avvisaglie della carenza di ferro** sono un senso di malessere generale, pallore, stanchezza, mal di testa e vertigini, nausea. Sarà il medico a valutare quando questi sintomi siano davvero riconducibili alla carenza da ferro.

### Alimentazione

La corretta alimentazione è molto importante in gravidanza e dovrà essere mantenuta durante tutti i mesi di gestazione. Le fonti principali di ferro sono le carni rosse, ma anche pesce, legumi, uova, verdura a foglia verde scura e frutta secca.

### Integratori di ferro

Una supplementazione a basse dosi può essere raccomandata, ma sempre su consiglio medico, per la prevenzione della carenza di ferro e delle sue conseguenze soprattutto durante il secondo e il terzo trimestre della gestazione.

La corretta assunzione di integratori di ferro in gravidanza, e solo in caso di reale necessità, è stata associata a un minor rischio di anemia della donna soprattutto a fine gestazione.

Attenzione però, perché alcuni alimenti o bevande (come i latticini e il caffè) possono ridurre l'efficacia degli integratori di ferro che, inoltre, possono scatenare **effetti collaterali**



come stitichezza e diarrea.

Se da una parte è quindi chiara l'importanza di prevenire o contrastare una eventuale carenza di ferro, dall'altra è bene **evitarne il sovradosaggio**. Infatti, l'assunzione di quantità eccessive di ferro è stata associata a sintomi come capogiri, problemi di stomaco (nausea e vomito), mal di testa, fiato corto e stanchezza.

Va da sé che in una fase della vita così delicata non si deve improvvisare nulla, nè tanto meno affidarsi alla rete o prendere ad esempio il consiglio di amici o parenti, ma affidarsi sempre al proprio medico che valuterà la situazione caso per caso, consigliando la gestante in maniera corretta per il bene suo e del nascituro.

Anche il farmacista è sempre a disposizione della mamma in attesa per qualsiasi informazione utile che riguardi la salute e il benessere durante la gravidanza che deve essere vissuta come un periodo sereno, nel migliore dei modi.



I seguenti turni di Guardia Farmaceutica potrebbero subire delle modifiche non prevedibili al momento della stampa di "Pillole"

**Per conoscere sempre dov'è la farmacia aperta più vicina a te scarica gratuitamente l'App "Farmamia Verona" sullo store google play di android e su apple store**

### DALLE ORE 9:00 DEL 19 MARZO ALLE ORE 9:00 DEL 21 MARZO 2022

LINFA	Centro Storico - VR	C.so Porta Nuova, 27	PIEROPAN	Minerbe	Via Roma, 1
BORGO MILANO	Borgo Milano - VR	C.so Milano, 69	DE TOMI	Carpi Villabartolomea	Via Maestrello, 26
COM.LE S. ROCCO	Quinzano - VR	Via Fabbr. Scolastico, 33	ISALBERTI	Bovolone	P.za V. Emanuele, 15
SANTA CATERINA	Porto San Pancrazio	Via P. e S. Stoppele, 25/B	DONATO	Sommacampagna	Via Osteria Grande, 26
DEI SANTI	Cadidavid - VR	Via Belfiore, 59	COM.LE S. MARTINO	Corrubio di Negarine	Via Cedrare, 51
MANTOVANI	Mizzole	Via E. Nicolini, 8	GIUBERTONI	Peschiera d/Garda	Via Milano, 22
VR EST	S. Mart. Buonalbergo	Viale del Lavoro, 39	MERCANTI	Rizza di Villafranca	Str. La Rizza, 208
RIZZINI	Monteforte d'Alpone	Via V.Veneto, 22			

### DALLE ORE 9:00 DEL 21 MARZO ALLE ORE 9:00 DEL 23 MARZO 2022

AL SEMINARIO	Veronetta - VR	Via Int.Acqua Morta, 42	BACCHIELLI	Oppeano	Via XXVI Aprile, 18
COM.LE Bgo NUOVO	Borgo Nuovo - VR	Via Taormina, 23/C	MAD. D. SALUTE	Porto di Legnago	P.za d. Costituzione, 21
ARMANI	Golosine - VR	Via Tanaro, 11	LUGAGNANO	Lugagnano	Via Pelacane, 16 A
SACRA FAMIGLIA	Sacra Famiglia - VR	Via Vigasio, 51	DEI COLLI VERONESI	Negrar	Viale Europa, 3
COM.LE CADIDAVID	Cadidavid - VR	Via F. Carmagnola, 36	ALL'ADIGE	Sega di Cavaion	Via Marconi, 20
POMARI	S. Mart. Buonalbergo	Via Nazionale, 9/B	COM. DOSSOBUONO	Dossobuono	Via Stazione, 34
VILLABELLA	Villabella S.Bonifacio	Loc.Villabella, 24/H	VALEGGIO	Valeggio sul Mincio	P.za San Rocco, 15
BASSETTO	Veronella	Via S. Marcello, 4	COM.LE BASSINI	Vigasio	P.za Papa A. Luciani, 6
S. PAOLO	S. Giovanni Ilarione	P.za dell'Osto, 37	S. GIOV. BATTISTA	Erbè	Via XXV Aprile, 11

### DALLE ORE 9:00 DEL 23 MARZO ALLE ORE 9:00 DEL 25 MARZO 2022

S. NAZARO	Veronetta - VR	Via Muro Padri, 56	MAGAGNOTTO	Roncà	Via Giovanni XXIII, 6
VITTORIO VENETO	Borgo Trento - VR	Via Dei Mille, 22	NARDI	Ronco all'Adige	Viale V.Veneto, 10
BETTINI	Saval - VR	Via Marin Faliero, 71	FIDES	Casaleone	Via V.Veneto, 43
COM.LE TOMBA	Borgo Roma - VR	Via Centro, 237	ORLANDO	Boschi S. Anna	Via Caseggiato, 5
MAD. D. SALUTE	Mad. di Dossobuono	Via Mantovana, 127/B	PRECRUTI	S.Vito di Bussolengo	Via Piemonte, 81/B
GHIAIA	Castel d'Azzano	Via Mascagni, 77	ALL'ANGELO	Negrar	Via S. Martino, 3
PANTHEON	Santa Maria In Stelle	Via della Collina, 1/C	ALLA MADONNA	Bardolino	Via Croce, 35
VITTORIA	S. Mart. Buonalbergo	Via P. Piazzola, 18/20	CENT.LE NERI	Isola della Scala	Via Spaziani, 8
AL REDENTORE	S. Bonifacio	P.za Costituzione, 21			

### DALLE ORE 9:00 DEL 25 MARZO ALLE ORE 9:00 DEL 27 MARZO 2022

COGHI	Borgo Trento - VR	Via IV Novembre, 11	NUOVA CAMPAGNOLA	Zevio - Campagnola	Via G. Pascoli, 10/B
COM.LE CHIEVO	Chievo - VR	Via Berardi, 94	SABINI	Roncanova Gazzo V.se	Via Roma, 19/21
COM.LE GOSOLINE	Golosine - VR	Via Po, 8	COPIARDI	S. Pietro di Legnago	Via Padana Inf. Ovest, 17
FONGARO	Biondella - VR	Via Cipolla, 11	COM.LE SONA	Sona	P.za della Vittoria, 10
VANZAN	S. Pietro di Lavagno	Via Fontana, 44	BRAGHETTA	S. Ambr. Valpolic.	Via G. Matteotti, 10/A
GIUSTI	Albaredo d'Adige	P.za V. Emanuele, 3	CENT.LE MONTRESOR	Valeggio sul Mincio	P.za Vittorio Veneto, 11
SALUS	S. Giovanni Ilarione	Viale dell'industria, 72	FERRON	Vigasio	Via Risorgimento, 2/A
SARTORI	Vallese di Oppeano	Via Spinetti, 97			

### DALLE ORE 9:00 DEL 27 MARZO ALLE ORE 9:00 DEL 29 MARZO 2022

S. ANASTASIA	Centro Storico - VR	Via Massalongo, 3/C	ALL'ANGELO	Villabartolomea	Corso Fraccaroli, 135
S. MARCO	Borgo Milano - VR	Via A. Gramsci, 6	BELLINI	Asparetto di Cerea	Str. Prov. 2 Isollella, 52A
SOPRANA	Parona - VR	L.go Stazione Vecchia, 6	COM.LE PALAZZOLO	Palazzo di Sona	Via IV Novembre, 46
ZAI	Zai - VR	Via Francia, 1	BRAGHETTA	Fumane	Viale Verona, 71
CECCHERELLI	Borgo Trieste - VR	Via Pisano, 51	DEL GARDA	Garda	Corso Italia, 78
DELL'ASSUNTA	Grezzana	Via Roma, 43	ALPO	Alpo di Villafranca	Via Don A. Provolo, 4
BASSETTO	Coriano V.se Albaredo	Via Gennari, 28	PERINA	Valeggio sul Mincio	Via Gottardi, 30
NICOLI	Belfiore	Via Monti Lessini, 4	RIZZOLO	S. Anna d'Alfaedo	P.za V. Emanuele, 5
DANI	Palù	Via Roma, 16			

### DALLE ORE 9:00 DEL 29 MARZO ALLE ORE 9:00 DEL 31 MARZO 2022

COM.LE GRATTACIELO	Centro Storico - VR	P.za Santo Spirito, 2/B	SANTAMARIA	S. Maria di Zevio	Via 1° Maggio, 8/A
BURRI	Borgo Trento - VR	Via Mameli, 4	COM.LE FAKES	Bovolone	Via San Pierin, 59
DELL'IMMACOLATA	S. Marco - VR	Via Don L. Sturzo, 3	SEGALA	Angiari	Via Lungo Busse', 890
SS. REDENTORE	Marchesino Buttap.	Via Monte Carega, 4	BENINCASA	Bussolengo	Via De Gasperi, 31
S. ANTONIO	Borgo Venezia - VR	Via Col. Fincato, 66	SANT'ANNA	Calmasino Bardolino	Via Verona, 63
ANTICHE TERME	Caldiero	Via Strà, 50	MORTARI	Villafranca	Via Pace, 29
BIONDANI	Pressana	Via Giovanni XXIII, 1	AMBROSINI	Caprino V.se	P.za Roma, 18
MAINIERI	Cerro Veronese	P.za Alferia, 1			

**DALLE ORE 9:00 DEL 31 MARZO 2021 ALLE ORE 9:00 DEL 2 APRILE 2022**

S. TOMIO	Centro Storico - VR	Via Mazzini, 11	MELA	Villafontana	Via Villafontana, 30
BORGO ANTICO	Avesa - VR	Via Podgora, 16 B	BERTOLASO	S. Pietro di Morubio	Via Kennedy, 3
BACCHINI	Borgo Roma - VR	Via Giuliari, 23	S.VITO	S.Vito di Cerea	Via Mantova, 66
GIAROLO	S. Michele Extra - VR	Via A. Fedeli, 50	COM. SOMMACAMP.	Sommacampagna	Via Gidino, 2
S. APOLLINARE	Lugo di Grezzana	Via Bombieri, 16	SETTIMO MIGLIO	Settimo di Pescantina	Via Bertoldi, 84
NIGRI	S. Mart. Buonalbergo	P.za del Popolo, 2	MAD. d. SOCCORSO	Torri del Benaco	Via Gardesana, 1205
FARINELLI	Costalunga Monteforte	Via Aroldi, 25	PARMIGIANI	Quaderni di Villafranca	Via De Amicis, 22
AL POMO D'ORO	Cologna Veneta	Via Cavour, 66/68	PEDROTTI	Trevezuolo	Via Roma, 47 A
SELVA DI PROGNO	Selva di Progno	Via Trento, 2			

**DALLE ORE 9:00 DEL 2 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 4 APRILE 2022**

PONTE PIETRA	Veronetta - VR	Regaste Redentore, 8/C	COM.LE BARIONI	Ca' d'Oppi-Oppeano	Via Croce, 93
PANCALDO	Corte Pancaldo - VR	Via L. Pancaldo, 34	STORI	Sanguinetto	Via Battisti, 124
COM.LE OLIMPIA	Stadio - VR	Via Palladio, 61	ZERBINATO	Bevilacqua	Via Roma, 239
S. PANCRAZIO	Porto S. Pancrazio - VR	Via Galilei, 70	BALCONI	Balconi di Pescantina	Via Brennero, 71/B
POZZO	Pozzo S. Giov. Lupat.	Via XXIV Maggio, 16	ALLA MADONNA	Piovezzano Pastrengo	Via Due Porte, 41/C
FRACASTORO	Prova di S. Bonifacio	Via Prova, 55/A	COM.LE MARTINELLI	Villafranca	Corso V. Emanuele, 236
MONTANARI	Vago di Lavagno	Via Copernico, 5	SILVI	Pellegrina-Isola d/Scala	Via Abetone, 85
LESSINIA	Boscochiesanuova	P.za della Chiesa, 25	VALDADIGE	Peri di Dolcè	Via Brennero, 303

**DALLE ORE 9:00 DEL 4 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 6 APRILE 2022**

S. FERMO	Centro Storico - VR	Stradone S. Fermo, 40	S. NICOLÒ	Roverè	P.za V. Emanuele, 32
PADOVANI	Borgo Trento - VR	Via Mameli, 39	CROSARE	Bovolone-Crosare	Via Crosare, 125
PALLADIO	Stadio - VR	Via Albere, 63	BOCCHI	Legnago	Via Minghetti, 9
SOAVE	S. Massimo - VR	Via S. Lucillo, 8	TREVENZOLI	S. Pietro Incariano	Via Ingelheim, 1
MARCHIORI S. CROCE	B.go S. Croce - VR	Via Villa Cozza, 28	S. GIORGIO IN SALICI	San Giorgio In Salici	Via Don V. Castello, 8
MARTELLETTO	Colognola ai Colli	Via Montanara, 32	RUZZA	Peschiera d/Garda	Via Marzan, 4
CENT.LE MARCHESIN	Cologna Veneta	P.za Garibaldi, 3	CAVALIERI	Povegliano	P.za IV Novembre, 11
ANSELMI	Vestenanova	Via Monte Grappa, 13	COSTABELLA	S. Zeno di Montagna	Loc. Ca' Montagna, 13

**DALLE ORE 9:00 DEL 6 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 8 APRILE 2022**

S. ZENO	S. Zeno - VR	P.za Corrubbio, 1	ROSSIGNOLI	Albaro Ronco a/Adige	Via della Repubblica, 3
CAPRI	Bassona - VR	Via Bassone, 56	SANTA CHIARA	Sorgà	Via Battisti, 13
PACI	Castel d'Azzano	P.za Gilardoni, 4	CHERUBINE	Cherubine di Cerea	Via Leopardi, 18
S. CHIARA	Borgo Venezia - VR	Via Montorio, 59/A	COM.LE VITALBA	Sona	Via Festara, 1/A
SAN LORENZO	Caldiero - Caldierino	Via Verona, 10	EFFELUNGA	S. Maria di Negrar	Via Casette, 2
FRASSOLDATI	Soave	P.za Castagnedi, 9	FARINOLA	Affi	Via Danzia, 3
PIEROPAN	Tregnago	Via Battisti, 18	SAN BENEDETTO	Peschiera d/Garda	Via Bell'Italia, 47
LESSINI	Erbezzo	Via Roma, 64	PIZZOLETTA	Pizzoletta Villafranca	Via Duca d'Abruzzi, 6

**DALLE ORE 9:00 DEL 8 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 10 APRILE 2022**

CENTRALE	Centro Storico - VR	P.za Erbe, 18/20	ARFIERO	Legnago	Viale dei Caduti, 69
S. LUCIA	S. Lucia - VR	Via Mantovana, 62/A	COM.LE MATTIOLI	Maccacari Gazzo V.se	P.za Maccacari, 66
GAROFOLI	S. Giovanni Lupatoto	Via Garofoli, 135/137	S. VALENTINO	Bussolengo	L.go S. D'Acquisto, 16
COM. MAD. d.CAMPAG.	Mad. di Camp. - VR	Via Monte Bianco, 1	SAN FLORIANO	S. Pietro in Cariano	Via Don Cesare Biasi, 47
SAN FELICE	San Felice Extra	Via Belvedere, 57/A	GARDESANA	Castelnuovo del Garda	Via Montini, 2
S.BIAGIO	Colognola ai Colli	Via Strà, 47	INTERN. MARCHESINI	Malcesine	Via Gardesana, 149
S. FRANCESCO	Locara di S. Bonifacio	Via Fossacan, 4/C	MAD. d. POPOLO	Villafranca	Via Marsala, 23
ISOLA RIZZA	Isola Rizza	Via L. Ferrari, 61	MODERNA NERI	Isola della Scala	Via Garibaldi, 1

**DALLE ORE 9:00 DEL 10 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 12 APRILE 2022**

CASTELVECCHIO	Centro Storico - VR	Corso Porta Palio, 2/A	TURRI	Velo Veronese	P.za della Vittoria, 12/A
S. ANNA	Saval - VR	Via Da Mosto, 27	DELLA MADONNA	Zevio	P.za Marconi, 2
COM.LE S. MASSIMO	S. Massimo - VR	Via Don G. Trevisani, 39	MARCOLUNGO	Nogara	Via G. Dalla Chiesa, 25
FIORINI	Raldon S. Giov. Lupat.	P.za De Gasperi, 43	DE STEFFANI	Cerea	P.za Matteotti, 5
S. GIUSEPPE	Borgo Venezia - VR	Via Spolverini, 2/H	CAVALCASELLE	Cavalcaselle	Via XX Settembre, 99
BELLAMOLI	Poiano - VR	Via Poiano, 99	S. ROCCO	Pescantina	Via Pozze, 13/B
ZORZI	Arcole	Via Padovana, 104	COSTERMANO	Costermanto	Viale della Repubblica, 2
DAL COLLE	Cazzano di Tramigna	P.za Matteotti, 41	BALLADORO	Povegliano	Via A. De Gasperi, 1
S. MARIA	Roveredo di Guà	Via Alighieri, 11			

**DALLE ORE 9:00 DEL 12 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 14 APRILE 2022**

MARTINI	Centro Storico - VR	Via Stella, 9	S. RITA	Roverchiara	Via Roma, 42
XXIV GIUGNO	S. Massimo - VR	Via XXIV Giugno, 32/A	TREGNAGO	Salizzole	P.za Castello, 34
ROMA	Borgo Roma - VR	Via Centro, 53	ARFIERO	Vangadizza Legnago	Via Pellini, 25
SARTORI	Castel d'Azzano	Via Marconi, 42	DOMEGLIARA	Domegliara	Via del Pontiere, 2A
FITTA	S. Giovanni Lupatoto	P.za Umberto I, 57	CHIMICA ORLANDI	Cavaio V.se	Via Fracastoro, 1/I
COM.LE QUINTO	Quinto - VR	Via Valpantena, 42	ZACCARIA	Brenzono	Via Colombo, 8
PORTIOLI	Illasi	Via Dante Alighieri, 26	SALIONZE	Salionze Valeggio s/M	Via del Garda, 34
COM.LE GAZZOLO	Gazzolo di Arcole	Via Casalveghe, 10	S. LEONARDO	Pradelle Nog.le Rocca	Via IX Maggio, 38

**DALLE ORE 9:00 DEL 14 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 16 APRILE 2022**

<b>INTERNAZ. CAPRI</b>	Centro Storico - VR	P.za Brà, 28
<b>S. PAOLO</b>	Veronetta - VR	Via S. Vitale, 1/A
<b>LA MIA FARMACIA</b>	Golosine - VR	Via Murari Bra', 53
<b>COSSATER</b>	S. Giovanni Lupatoto	P.za Umberto I, 120
<b>S. GIUSEPPE</b>	S. Bonifacio	Corso Venezia, 21
<b>S. STEFANO</b>	Stallavena/Grezzana	Via Chiesuola, 1/A
<b>BELLONZI</b>	Mezzane di Sotto	Via S. Giovanni Di Dio, 5
<b>PAVAN</b>	Bonavigo	Via Roma, 10

<b>BOSELLI</b>	Caselle di Nogara	Via Costa, 4
<b>LORA</b>	Terrazzo	Via Baldini Sinistra, 18
<b>SEGALA</b>	Bussolengo	Via Gardesana, 23b
<b>FAPPANI</b>	Arbizzano	Via Valpolicella, 46
<b>BENATI</b>	Lazise	Via A. Della Scala, 56
<b>AL GIGLIO</b>	Villafranca	Corso V. Emanuele, 222
<b>AGOSTI</b>	Caprino V.se	Via S. Pancrazio, 3

**DALLE ORE 9:00 DEL 16 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 18 APRILE 2022**

<b>AL GIGLIO</b>	Centro Storico - VR	Corso Porta Borsari, 46
<b>ALLA CONCEZIONE</b>	Veronetta - VR	Via S. Nazaro, 71
<b>S. MASSIMO</b>	S. Massimo - VR	Via Stanga, 4
<b>SANTA TERESA</b>	Borgo Roma - VR	Via Centro, 13
<b>DELLA PUNTA</b>	S. Giovanni Lupatoto	Via Marconi, 22
<b>CENT.LE S.MICHELE</b>	S. Michele Extra - VR	Via Unità d'Italia, 120
<b>CENT.LE SOAVE</b>	Soave	P.za al Combattente, 1
<b>BASSETTO</b>	S. Stefano di Zimella	Via Martiri d/Libertà, 76

<b>INFANTI</b>	Badia Calavena	Via Battisti, 21
<b>BORDOGNA</b>	Bovolone	Via Garibaldi, 17
<b>ZANONI</b>	Porto di Legnago	Via Mazzini, 2
<b>PUMO</b>	Lugagnano	Via Cao del Pra', 53
<b>S. ROCCO</b>	Pedemonte	Via Campostrini, 45
<b>PIETROPOLI</b>	Sandrà Castelnuovo	Via Salgari, 5
<b>FORETTE S. MARTINO</b>	Vigasio - Forette	Via Custoza, 2/A
<b>SARTORI</b>	Pesina - Caprino	Via S. Luigi, 175

**DALLE ORE 9:00 DEL 18 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 20 APRILE 2022**

<b>MAD. d. POPOLO</b>	Centro Storico - VR	Via Garibaldi, 20
<b>REALDON</b>	S. Lucia - VR	Via Villafranca, 48
<b>GIOVANNI XXIII</b>	Pozzo S. Giov. Lupat.	Via Cesare Battisti, 27
<b>COM.LE CADORE</b>	Ponte Crencano - VR	Via Poerio, 28/A
<b>LIO</b>	S. Michele Extra - VR	Via Unità d'Italia, 169
<b>SAN GIOVANNI</b>	S. Bonifacio	Via Fiume, 59
<b>OLIVATO</b>	Cologna Veneta	Viale del Lavoro, 1/A
<b>ALBERTINI</b>	Cerea	Via Municipio, 4/A

<b>S. NICOLA</b>	Castagnaro	Via Dante Alighieri, 200
<b>CENT.LE BUSSOLENGO</b>	Bussolengo	P.za della Vittoria, 1
<b>GARGAGNAGO</b>	Gargagnago-S.Ambr.V.	Via Corte Ronchi, 81/D
<b>CASTELNUOVO</b>	Castelnuovo d/Garda	P.za della Libertà, 10
<b>PERETTI</b>	Dossobuono	Via Cavour, 86
<b>GIOVANNINI</b>	Mozzecane	Via C. Montanari, 39
<b>RIZZOTTI</b>	Rivoli Veronese	Via Vigo, 4

**DALLE ORE 9:00 DEL 20 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 22 APRILE 2022**

<b>DUE CAMPANE</b>	Centro Storico - VR	Via Mazzini, 52
<b>DONADUZZI</b>	Valdona - VR	Via Marsala, 19/A
<b>PONTE CATENA</b>	Zona Navigatori - VR	Via Vasco De Gama, 6/C
<b>MANFRINI</b>	Buttapietra	P.za Roma, 41
<b>COM. PALAZZINA</b>	Palazzina - VR	Via S. Giov. Lupat., 22/B
<b>ALL'ALBARO</b>	Montorio - VR	P.za Buccari, 3
<b>GALLO</b>	Zimella	Via Dei Dogi, 23
<b>PALLARO</b>	Montecchia di Crosara	Via Roma, 12
<b>SS. PIETRO E PAOLO</b>	Zevio	Via Altichiero, 42

<b>ZANONI</b>	Concamarise	Via Capitello, 24
<b>MAZZON</b>	Legnago	Via Casette, 16
<b>S.TERESA</b>	Caselle Somacamp.	Via Scuole, 25
<b>FIORI</b>	Prun di Negrar	Via Aleardi, 3
<b>FERRARI</b>	Valgataro Marano Valp.	Via del Lavoro, 3A
<b>PACENGO</b>	Pacengo di Lazise	Via Peschiera, 8
<b>SCALIGERA</b>	Mozzecane - S. Zeno	Via Ugo Foscolo, 19
<b>MONTE BALDO</b>	Rivalta Bentino Belluno	Via Don Cesare Scala, 27

**DALLE ORE 9:00 DEL 22 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 24 APRILE 2022**

<b>LINFA</b>	Centro Storico - VR	Corso Porta Nuova, 27
<b>BORGO MILANO</b>	Borgo Milano - VR	Corso Milano, 69
<b>COM.LE S. ROCCO</b>	Quinzano - VR	Via Fabbr. Scolastico, 33
<b>DEI SANTI</b>	Cadidauid - VR	Via Belfiore, 59
<b>SANTA CATERINA</b>	Porto San Pancrazio	Via P. e S. Stoppele, 25/B
<b>MANTOVANI</b>	Mizzole	Via E. Nicolini, 8
<b>VR EST</b>	S. Mart. Buonalbergo	Viale del Lavoro, 39
<b>RIZZINI</b>	Monteforte d'Alpone	Via Vittorio Veneto, 22

<b>DE TOMI</b>	Carpi Villabartolomea	Via Maestrello, 26
<b>ISALBERTI</b>	Bovolone	P.za V. Emanuele, 15
<b>PIEROPAN</b>	Minerbe	Via Roma, 1
<b>DONATO</b>	Sommacampagna	Via Osteria Grande, 26
<b>COM.LE S. MARTINO</b>	Corrubbio di Negarine	Via Cedrare, 51
<b>GIUBERTONI</b>	Peschiera d/Garda	Via Milano, 22
<b>MERCANTI</b>	Rizza di Villafranca	Str. La Rizza, 208

**DALLE ORE 9:00 DEL 24 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 26 APRILE 2022**

<b>AL SEMINARIO</b>	Veronetta - VR	Via Int. Acqua Morta, 42
<b>COM.LE Bgo NUOVO</b>	Borgo Nuovo - VR	Via Taormina, 23/C
<b>SACRA FAMIGLIA</b>	Sacra Famiglia - VR	Via Vigasio, 51
<b>ARMANI</b>	Golosine - VR	Via Tanaro, 11
<b>COM.LE CADIDAVID</b>	Cadidauid - VR	Via F. Carmagnola, 36
<b>POMARI</b>	S. Mart. Buonalbergo	Via Nazionale, 9/B
<b>VILLABELLA</b>	Villabella S. Bonifacio	Località Villabella, 24/H
<b>BASSETTO</b>	Veronella	Via S. Marcello, 4
<b>S. PAOLO</b>	S. Giovanni Ilarione	P.za dell'Osto, 37

<b>BACCHIELLI</b>	Oppeano	Via XXVI Aprile, 18
<b>MAD. d. SALUTE</b>	Porto di Legnago	P.za d/Constituzione, 21
<b>LUGAGNANO</b>	Lugagnano	Via Pelacane, 16 A
<b>DEI COLLI VERONESI</b>	Negrar	Viale Europa, 3
<b>ALL'ADIGE</b>	Sega di Cavaion	Via Marconi, 20
<b>VALEGGIO</b>	Valeggio sul Mincio	P.za San Rocco, 15
<b>COM. DOSSOBUONO</b>	Dossobuono	Via Stazione, 34
<b>COM.LE E. BASSINI</b>	Vigasio	P.za Papa A. Luciani, 6
<b>S. GIOV. BATTISTA</b>	Erbe	Via XXV Aprile, 11

**DALLE ORE 9:00 DEL 26 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 28 APRILE 2022**

<b>S. NAZARO</b>	Veronetta - VR	Via Muro Padri, 56
<b>VITTORIO VENETO</b>	Borgo Trento - VR	Via dei Mille, 22
<b>BETTINI</b>	Saval - VR	Via Marin Faliero, 71
<b>COM.LE TOMBA</b>	Borgo Roma - VR	Via Centro, 237
<b>MAD. d. SALUTE</b>	Mad. di Dossobuono	Via Mantovana, 127/B
<b>GHIAIA</b>	Castel d'Azzano	Via Mascagni, 77
<b>PANTHEON</b>	Santa Maria in Stelle	Via della Collina, 1/C
<b>VITTORIA</b>	S. Mart. Buonalbergo	Via P. Piazzola, 18/20
<b>AL REDENTORE</b>	S. Bonifacio	P.za Costituzione, 21

<b>MAGAGNOTTO</b>	Roncà	Via Giovanni XXIII, 6
<b>NARDI</b>	Ronco all'Adige	Viale Vitt. Veneto, 10
<b>FIDES</b>	Casaleone	Via Vittorio Veneto, 43
<b>ORLANDO</b>	Boschi S. Anna	Via Caseggiato, 5
<b>PRECERUTI</b>	S. Vito di Bussolengo	Via Piemonte, 81/B
<b>ALL'ANGELO</b>	Negrar	Via S. Martino, 3
<b>ALLA MADONNA</b>	Bardolino	Via Croce, 35
<b>CENT.LE NERI</b>	Isola della Scala	Via Spaziani, 8

**DALLE ORE 9:00 DEL 28 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 30 APRILE 2022**

COGHI	Borgo Trento - VR	Via IV Novembre, 11
COM.LE CHIEVO	Chievo - VR	Via Berardi, 94
COM.LE GOLOSINE	Golosine - VR	Via Po, 8
FONGARO	Biondella - VR	Via Cipolla, 11
VANZAN	S. Pietro di Lavagno	Via Fontana, 44
GIUSTI	Albaredo d'Adige	Pza V. Emanuele, 3
SALUS	S. Giovanni Ilarione	Viale dell'Industria, 72
N. CAMPAGNOLA	Zevio - Campagnola	Via G. Pascoli, 10/B

SARTORI	Vallese di Oppeano	Via Spinetti, 97
COPPIARDI	S. Pietro di Legnago	Via Padana Inf. Ovest, 17
SABINI	Roncanova Gazzo V.se	Via Roma, 19/21
COM.LE SONA	Sona	Pza della Vittoria, 10
BRAGHETTA	S. Ambr. Valpolic.	Via G. Matteotti, 10/A
C.LE MONTRESOR	Valeggio sul Mincio	Pza Vittorio Veneto, 11
FERRON	Vigasio	Via Risorgimento, 2/A

**DALLE ORE 9:00 DEL 30 APRILE ALLE ORE 9:00 DEL 2 MAGGIO 2022**

S.ANASTASIA	Centro Storico - VR	Via Massalongo, 3/C
S. MARCO	Borgo Milano - VR	Via A. Gramsci, 6
SOPRANA	Parona - VR	L.go Stazione Vecchia, 6
ZAI	Zai - VR	Via Francia, 1
CECCHERELLI	Borgo Trieste - VR	Via Pisano, 51
DELL'ASSUNTA	Grezzana	Via Roma, 43
BASSETTO	Coriano V.se Albaredo	Via Gennari, 28
NICOLI	Belfiore	Via Monti Lessini, 4
DANI	Palù	Via Roma, 16

BELLINI	Asparetto di Cerea	Str. Prov. 2 Isolella, 52A
ALL'ANGELO	Villabartolomea	Corso Fraccaroli, 135
COM.LE PALAZZOLO	Palazzo di Sona	Via IV Novembre, 46
BRAGHETTA	Fumane	Viale Verona, 71
DEL GARDA	Garda	Corso Italia, 78
PERINA	Valeggio sul Mincio	Via Gottardi, 30
ALPO	Alpo di Villafranca	Via Don A. Provolo, 4
RIZZOLO	S. Anna d'Alfaedo	Pza V. Emanuele, 5A

**DALLE ORE 9:00 DEL 2 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 4 MAGGIO 2022**

COM.LE GRATTACIELO	Centro Storico - VR	Pza Santo Spirito, 2/B
BURRI	Borgo Trento - VR	Via Mameli, 4
DELL'IMMACOLATA	S. Marco - VR	Via Don L. Sturzo, 3
SS. REDENTORE	Marchesino Buttapietra	Via Monte Carega, 4
S. ANTONIO	Borgo Venezia - VR	Via Col. Fincato, 66
ANTICHE TERME	Caldiero	Via Strà, 50
BIONDANI	Pressana	Via Giovanni XXIII, 1
MAINIERI	Cerro Veronese	Pza Alferia, 1

SANTAMARIA	S. Maria di Zevio	Via 1° Maggio, 8/A
COM.LE FAKES	Bovolone	Via San Pierin, 59
SEGALA	Angiari	Via Lungo Busse', 890
BENINCASA	Bussolengo	Via De Gasperi, 31
SANT'ANNA	Calmasino Bardolino	Via Verona, 63
MORTARI	Villafranca	Via Pace, 29
AMBROSINI	Caprino V.se	Pza Roma, 18

**DALLE ORE 9:00 DEL 4 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 6 MAGGIO 2022**

S.TOMIO	Centro Storico - VR	Via Mazzini, 11
BORGO ANTICO	Avesa - VR	Via Podgora, 16 B
BACCHINI	Borgo Roma - VR	Via Giuliani, 23
GIAROLO	S. Michele Extra - VR	Via A. Fedeli, 50
S.APOLLINARE	Lugo di Grezzana	Via Bombieri, 16
NIGRI	S. Mart. Buonalbergo	Pza del Popolo, 2
FARINELLI	Costalunga Monteforte	Via Aroldi, 25
AL POMO D'ORO	Cologna Veneta	Via Cavour, 66/68
SELVA DI PROGNO	Selva di Progno	Via Trento, 2

BERTOLASO	S. Pietro di Morubio	Via Kennedy, 3
MELA	Villafontana	Via Villafontana, 30
S.VITO	S. Vito di Cerea	Via Mantova, 66
COM. SOMMACAMP.	Sommacampagna	Via Gidino, 2
SETTIMO MIGLIO	Settimo di Pescantina	Via Bertoldi, 84
MAD. d. SOCCORSO	Torri del Benaco	Via Gardesana, 1205
PARMIGIANI	Quaderni di Villafranca	Via De Amicis, 22
PEDROTTI	Trevezuolo	Via Roma, 47 A

**DALLE ORE 9:00 DEL 6 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 8 MAGGIO 2022**

PONTE PIETRA	Veronetta - VR	Regaste Redentore, 8/C
PANCALDO	Corte Pancaldo - VR	Via L. Pancaldo, 34
COM.LE OLIMPIA	Stadio - VR	Via Palladio, 61
S. PANCRAZIO	Porto S. Pancrazio - VR	Via Galilei, 70
POZZO	Pozzo S. Giov. Lupat.	Via XXIV Maggio, 16
MONTANARI	Yago di Lavagno	Via Copernico, 5
FRACASTORO	Prova di S. Bonifacio	Via Prova, 55/A
LESSINIA	Boscochiesanuova	Pza della Chiesa, 25

COM.LE BARIONI	Ca' d'Oppi-Oppeano	Via Croce, 93
STORI	Sanguinetto	Via Battisti, 124
ZERBINATO	Bevilacqua	Via Roma, 239
BALCONI	Balconi di Pescantina	Via Brennero, 71/B
ALLA MADONNA	Piovezzano Pastrengo	Via due Porte, 41/C
COM.LE MARTINELLI	Villafranca	Corso V. Emanuele, 236
SILVI	Pellegrina-Isola d'Scala	Via Abetone, 85
VALDADIGE	Peri di Dolcè	Via Brennero, 303

**DALLE ORE 9:00 DEL 8 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 10 MAGGIO 2022**

S. FERMO	Centro Storico - VR	Stradone S. Fermo, 40
PADOVANI	Borgo Trento - VR	Via Mameli, 39
PALLADIO	Stadio - VR	Via Albere, 63
SOAVE	S. Massimo - VR	Via S. Lucillo, 8
MARCHIORI S.CROCE	B.go S. Croce - VR	Via Villa Cozza, 28
MARTELLETO	Colognola ai Colli	Via Montanara, 32
C.LE MARCHESIN	Cologna Veneta	Pza Garibaldi, 3
ANSELMI	Vestenanova	Via Monte Grappa, 13

S. NICOLÒ	Roverè	Pza V. Emanuele, 32
CROSARE	Bovolone-Crosare	Via Crosare, 125
BOCCHI	Legnago	Via Minghetti, 9
TREVENZOLI	S. Pietro Incariano	Via Ingelheim, 1
S. GIORGIO IN SALICI	San Giorgio in Salici	Via Don V. Castello, 8
RUZZA	Peschiera d/Garda	Via Marzan, 4
CAVALIERI	Povegliano	Pza IV Novembre, 11
COSTABELLA	S. Zeno di Montagna	Loc. Ca' Montagna, 13

**DALLE ORE 9:00 DEL 10 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 12 MAGGIO 2022**

S. ZENO	S. Zeno - VR	Pza Corrubbio, 1
CAPRI	Bassona - VR	Via Bassone, 56
PACI	Castel d'Azzano	Pza Gilardoni, 4
S. CHIARA	Borgo Venezia - VR	Via Montorio, 59/A
SAN LORENZO	Caldiero - Caldierino	Via Verona, 10
FRASSOLDATI VACCARI	Soave	Pza Castagnedi, 9
PIEROPAN	Tregnago	Via Battisti, 18
LESSINI	Erbezzo	Via Roma, 64

ROSSIGNOLI	Albaro Ronco a/Adige	Via della Repubblica, 3
SANTA CHIARA	Sorgà	Via Battisti, 13
CHERUBINE	Cherubine di Cerea	Via Leopardi, 18
COM.LE VITALBA	Sona	Via Festara, 1/A
VALPOLICELLA	S. Maria di Negrar	Via Casette, 2
FARINOLA	Affi	Via Danzia, 3
SAN BENEDETTO	Peschiera d/Garda	Via Bell'Italia, 47
PIZZOLETTA	Pizzoletta Villafranca	Via Duca d'Abruzzi, 6

**DALLE ORE 9:00 DEL 12 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 14 MAGGIO 2022**

<b>CENTRALE</b> S. LUCIA COM. MAD. d.CAMP. GAROFOLI SAN FELICE S.BIAGIO S. FRANCESCO ISOLA RIZZA	Centro Storico - VR S. Lucia - VR Mad. di Camp. - VR S. Giovanni Lupatoto San Felice Extra Colognola ai Colli Locara di S. Bonifacio Isola Rizza	P.za Erbe, 18/20 Via Mantovana, 62/A Via Monte Bianco, 1 Via Garofoli, 135/137 Via Belvedere, 57/A Via Stra', 47 Via Fossacan, 4/C Via L. Ferrari, 61	<b>ARFIERO</b> COM.LE MATTIOLI S. VALENTINO SAN FLORIANO GARDESANA INTERN. MARCHESINI MAD. d. POPOLO MODERNA	Legnago Maccacari Gazzo V.se Bussolengo S. Pietro in Cariano Castelnuovo del Garda Malcesine Villafranca Isola della Scala	Viale dei Caduti, 69 P.za Maccacari, 66 L.go S. D'Acquisto, 16 Via Don Cesare Biasi, 47 Via Montini, 2 Via Gardesana, 149 Via Marsala, 23 Via Garibaldi, 1
---	---	--	---	---	---

**DALLE ORE 9:00 DEL 14 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 16 MAGGIO 2022**

<b>CASTELVECCHIO</b> S.ANNA COM.LE S. MASSIMO FIORINI S. GIUSEPPE BELLAMOLI ZORZI DAL COLLE S. MARIA	Centro Storico - VR Saval - VR S. Massimo - VR Raldon S. Giov. Lupat. Borgo Venezia - VR Poiano - VR Arcole Cazzano di Tramigna Roveredo di Guà	Corso Porta Palio, 2/A Via Da Mosto, 27 Via Don G. Trevisani, 39 P.za De Gasperi, 43 Via Spolverini, 2/H Via Poiano, 99 Via Padovana, 104 P.za Matteotti, 41 Via Alighieri, 11	<b>TURRI</b> DELLA MADONNA MARCOLUNGO DE STEFFANI CAVALCASELLE S. ROCCO COSTERMANO BALLADORO	Velo Veronese Zevio Nogara Cerea Cavalcaselle Pescantina Costermanto Povegliano	P.za della Vittoria, 12/A P.za Marconi, 2 Via Gen. Dalla Chiesa, 25 P.za Matteotti, 5 Via XX Settembre, 99 Via Pozze, 13/B Viale della Repubblica, 2 Via A. De Gasperi, 1
--	---	--	---	--	--

**DALLE ORE 9:00 DEL 16 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 18 MAGGIO 2022**

<b>MARTINI</b> XXIV GIUGNO ROMA SARTORI FITTÀ COM.LE QUINTO PORTIOLI COM.LE GAZZOLO	Centro Storico - VR S. Massimo - VR Borgo Roma - VR Castel d'Azzano S. Giovanni Lupatoto Quinto - VR Illasi Gazzolo di Arcole	Via Stella, 9 Via XXIV Giugno, 32/A Via Centro, 53 Via Marconi, 42 P.za Umberto I, 57 Via Valpantena, 42 Via Dante Alighieri, 26 Via Casalvello, 10	<b>S. RITA</b> TREGNAGO ARFIERO DOMEGLIARA CHIMICA ORLANDI ZACCARIA SALIONZE S. LEONARDO	Roverchiara Salizzole Vangadizza Legnago Domegliara Cavaion V.se Brenzono Salionze V.leggio s/M Pradelle Nog.le Rocca	Via Roma, 42 P.za Castello, 34 Via Pellini, 25 Via del Pontiere, 2A Via Fracastoro, 1/I Via Colombo, 8 Via del Garda, 34 Via IX Maggio, 38
--	--	--	---	--	---

**DALLE ORE 9:00 DEL 18 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 20 MAGGIO 2022**

<b>INTERNAZ. CAPRI</b> S. PAOLO LA MIA FARMACIA COSSATER S. GIUSEPPE S. STEFANO BELLONZI PAVAN	Centro Storico - VR Veronetta - VR Golosine - VR S. Giovanni Lupatoto S. Bonifacio Stallavena/Grezzana Mezzane di Sotto Bonavigo	P.za Brà, 28 Via S. Vitale, 1/A Via Murari Bra', 53 P.za Umberto I, 120 Corso Venezia, 21 Via Chiesuola, 1/A Via S. Giovanni Di Dio, 5 Via Roma, 10	<b>BOSELLI</b> LORA SEGALA FAPPANI BENATI AL GIGLIO AGOSTI	Caselle di Nogara Terrazzo Bussolengo Arbizzano Lazise Villafranca Caprino V.se	Via Costa, 4 Via Baldini Sinistra, 18 Via Gardesana, 23b Via Valpolicella, 46 Via A. Della Scala, 56 Corso V. Emanuele, 222 Via S. Pancrazio, 3
---	---	--	--	---	---

**DALLE ORE 9:00 DEL 20 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 22 MAGGIO 2022**

<b>AL GIGLIO</b> ALLA CONCEZIONE SANTA TERESA S. MASSIMO DELLA PUNTA CENT.LE S. MICHELE CENT.LE SOAVE BASSETTO	Centro Storico - VR Veronetta - VR Borgo Roma - VR S. Massimo - VR S. Giovanni Lupatoto S. Michele Extra - VR Soave S. Stefano di Zimella	Corso Porta Borsari, 46 Via S. Nazaro, 71 Via Centro, 13 Via Stanga, 4 Via Marconi, 22 Via Unità d'Italia, 120 P.za al Combattente, 1 Via Martiri d/Libertà, 76	<b>INFANTI</b> BORDOGNA ZANONI PUMO S. ROCCO PIETROPOLI FORETTE S. MARTINO SARTORI	Badia Calavena Bovolone Porto di Legnago Lugagnano Pedemonte Sandra Castelnuovo Vigasio - Forette Pesina - Caprino	Via Battisti, 21 Via Garibaldi, 17 Via Mazzini, 2 Via Cao del Pra', 53 Via Camprostrini, 45 Via Salgari, 5 Via Custoza, 2/A Via S. Luigi, 175
---	--	--	---	---	--

**DALLE ORE 9:00 DEL 22 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 24 MAGGIO 2022**

<b>MAD. d. POPOLO</b> REALDON COM.LE CADORE GIOVANNI XXIII LIO SAN GIOVANNI OLIVATO ALBERTINI	Centro Storico - VR S. Lucia - VR Ponte Crencano - VR Pozzo S. Giov. Lupat. S. Michele Extra - VR S. Bonifacio Cologna Veneta Cerea	Via Garibaldi, 20 Via Villafranca, 48 Via Poerio, 28/A Via Cesare Battisti, 27 Via Unità d'Italia, 169 Via Fiume, 59 Viale del Lavoro, 1/A Via Municipio, 4/A	<b>S. NICOLA</b> C.LE BUSSOLENGO GARGAGNAGO CASTELNUOVO PERETTI GIOVANNINI RIZZOTTI	Castagnaro Bussolengo Gargagnago-S.Ambr.V. Castelnuovo d/Garda Dossobuono Mozzecane Rivoli Veronese	Via Dante Alighieri, 200 P.za della Vittoria, 1 Via Corte Ronchi, 81/D P.za della Libertà, 10 Via Cavour, 86 Via C. Montanari, 39 Via Vigo, 4
--	--	--	---	---	---

**DALLE ORE 9:00 DEL 24 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 26 MAGGIO 2022**

<b>DUE CAMPANE</b> DONADUZZI PONTE CATENA COM.LE PALAZZINA MANFRINI ALL'ALBARO GALLO PALLARO SS. PIETRO E PAOLO	Centro Storico - VR Valdonega - VR Zona Navigatori - VR Palazzina - VR Buttapietra Montorio - VR Zimella Montecchia di Crosara Zevio	Via Mazzini, 52 Via Marsala, 19/A Via Vasco De Gama, 6/C Via S. G. Lupatoto, 22/B P.za Roma, 41 P.za Buccari, 3 Via dei Dogi, 23 Via Roma, 12 Via Altichiero, 42	<b>ZANZONI</b> MAZZON S.TERESA FIORINI FERRARI PACENGO SCALIGERA MONTE BALDO	Concamarise Legnago Caselle Somacamp. Prun di Negrar Valgataro Marano Valp. Pacengo di Lazise Mozzecane - S.Zeno Rivalta Bentino Belluno	Via Capitello, 24 Via Casette, 16 Via Scuole, 25 Via Aleardi, 3 Via del Lavoro, 3A Via Peschiera, 8 Via Ugo Foscolo, 19 Via Don C. Scala, 27
---	--	--	---	---	---

**DALLE ORE 9:00 DEL 26 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 28 MAGGIO 2022**

LINFA BORGO MILANO COM.LE S. ROCCO SANTA CATERINA DEI SANTI MANTOVANI VR EST RIZZINI	Centro Storico -VR Borgo Milano -VR Quinzano -VR Porto San Pancrazio Cadidavid -VR Mizzole S. Mart. Buonalbergo Monteforte d'Alpone	Corso Porta Nuova, 27 Corso Milano, 69 Via Fabbr. Scolastico, 33 Via P. e S. Stoppele, 25/B Via Belfiore, 59 Via E. Nicolini, 8 Viale del Lavoro, 39 Via Vittorio Veneto, 22	DE TOMI PIEROPAN ISALBERTI DONATO COM.LE S. MARTINO GIUBERTONI MERCANTI	Carpi Villabartolomea Minerbe Bovolone Sommacampagna Corrubbio di Negarine Peschiera d/Garda Rizza di Villafranca	Via Maestrello, 26 Via Roma, 1 P.za V. Emanuele, 15 Via Osteria Grande, 26 Via Cedrare, 51 Via Milano, 22 Str. La Rizza, 208
---	--	---	---	---	--

**DALLE ORE 9:00 DEL 28 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 30 MAGGIO 2022**

AL SEMINARIO COM.LE Bgo NUOVO SACRA FAMIGLIA ARMANI COM.LE CADIDAVID POMARI VILLABELLA BASSETTO S. PAOLO	Veronetta -VR Borgo Nuovo -VR Sacra Famiglia -VR Golosine -VR Cadidavid -VR S. Mart. Buonalbergo Villabella S.Bonifacio Veronella S. Giovanni Ilarione	Via Int. Acqua Morta, 42 Via Taormina, 23/C Via Vigasio, 51 Via Tanaro, 11 Via F. Carmagnola, 36 Via Nazionale, 9/B Località Villabella, 24/H Via S. Marcello, 4 P.za dell'Osto, 37	BACCHIELLI MAD. d. SALUTE LUGAGNANO DEI COLLI VERONESI ALL'ADIGE VALEGGIO COM.LE DOSSOBUONO COM.LE BASSINI S. GIOV. BATTISTA	Oppeano Porto di Legnago Lugagnano Negrar Sega di Cavaion Valeggio Sul Mincio Dossobuono Vigasio Erbè	Via XXVI Aprile, 18 P.za d/Costituzione, 21 Via Pelacane, 16 A Viale Europa, 3 Via Marconi, 20 P.za San Rocco, 15 Via Stazione, 34 P.za Papa A. Luciani, 6 Via XXV Aprile, 11
--	--	---	--	---	---

**DALLE ORE 9:00 DEL 30 MAGGIO ALLE ORE 9:00 DEL 1° GIUGNO 2022**

S. NAZARO VITTORIO VENETO BETTINI COM.LE TOMBA MAD. d. SALUTE GHIAIA PANTHEON VITTORIA AL REDENTORE	Veronetta -VR Borgo Trento -VR Saval -VR Borgo Roma -VR Mad. di Dossobuono Castel d'Azzano Santa Maria in Stelle S. Mart. Buonalbergo S. Bonifacio	Via Muro Padri, 56 Via Dei Mille, 22 Via Marin Faliero, 71 Via Centro, 237 Via Mantovana, 127/B Via Mascagni, 77 Via della Collina, 1/C Via P. Piazzola, 18/20 P.za Costituzione, 21	MAGAGNOTTO NARDI FIDES ORLANDO PRECERUTI ALL'ANGELO ALLA MADONNA CENT.LE NERI	Roncà Ronco All'adige Casaleone Boschi S. Anna S. Vito di Bussolengo Negrar Bardolino Isola della Scala	Via Giovanni XXIII, 6 Viale Vittorio Veneto, 10 Via Vittorio Veneto, 43 Via Caseggiato, 5 Via Piemonte, 81/B Via S. Martino, 3 Via Croce, 35 Via Spaziani, 8
---	--	--	--	--	---

**DALLE ORE 9:00 DEL 1° GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 3 GIUGNO 2022**

COGHI COM.LE CHIEVO COM.LE GOLOSINE FONGARO VANZAN GIUSTI SALUS SARTORI	Borgo Trento -VR Chievo -VR Golosine -VR Biondella -VR S. Pietro di Lavagno Albaredo d'Adige S. Giovanni Ilarione Vallese di Oppeano	Via IV Novembre, 11 Via Berardi, 94 Via Po, 8 Via Cipolla, 11 Via Fontana, 44 P.za V. Emanuele, 3 Viale dell'Industria, 72 Via Spinetti, 97	N. CAMPAGNOLA COPPIARDI SABINI COM.LE SONA BRAGHETTA C.LE MONTRESOR FERRON	Zevio - Campagnola S. Pietro di Legnago Roncanova Gazzo V.se Sona S. Ambr. Valpolic. Valeggio sul Mincio Vigasio	Via G. Pascoli, 10/B Via Padana Inf. Ovest, 17 Via Roma, 19/21 P.za della Vittoria, 10 Via G. Matteotti, 10/A P.za Vittorio Veneto, 11 Via Risorgimento, 2/A
--	---	--	--	--	--

**DALLE ORE 9:00 DEL 3 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 5 GIUGNO 2022**

S. ANASTASIA S. MARCO SOPRANA ZAI CECCHERELLI DELL'ASSUNTA BASSETTO NICOLI DANI	Centro Storico -VR Borgo Milano -VR Parona -VR Zai -VR Borgo Trieste -VR Grezzana Coriano V.se-Albaredo Belfiore Palù	Via Massalongo, 3/C Via A. Gramsci, 6 L.go Stazione Vecchia, 6 Via Francia, 1 Via Pisano, 51 Via Roma, 43 Via Gennari, 28 Via Monti Lessini, 4 Via Roma, 16	ALL'ANGELO BELLINI COM.LE PALAZZOLO BRAGHETTA DEL GARDA PERINA ALPO RIZZOLO	Villabartolomea Asparetto di Cerea Palazzo di Sona Fumane Garda Valeggio sul Mincio Alpo di Villafranca S. Anna d'Alfaedo	Corso Fraccaroli, 135 Str. Prov.2 Isoella, 52a Via IV Novembre, 46 Viale Verona, 71 Corso Italia, 78 Via Gottardi, 30 Via Don A. Provolo, 4 P.za V. Emanuele, 5A
---	---	---	--	--	---

**DALLE ORE 9:00 DEL 5 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 7 GIUGNO 2022**

COM. GRATTACIELO BURRI DELL'IMMACOLATA SS. REDENTORE S. ANTONIO ANTICHE TERME BIONDANI MAINIERI	Centro Storico -VR Borgo Trento -VR S. Marco -VR Marchesino Buttapietra Borgo Venezia -VR Caldiero Pressana Cerro Veronese	P.za Santo Spirito, 2/B Via Mameli, 4 Via Don L. Sturzo, 3 Via Monte Carega, 4 Via Col. Fincato, 66 Via Strà, 50 Via Giovanni XXIII, 1 P.za Alferia, 1	SANTAMARIA COM.LE FAKES SEGALA BENINCASA SANT'ANNA MORTARI AMBROSINI	S. Maria di Zevio Bovolone Angiari Bussolengo Calmasino Bardolino Villafranca Caprino V.se	Via 1° Maggio, 8/A Via San Pierin, 59 Via Lungo Busse', 890 Via De Gasperi, 31 Via Verona, 63 Via Pace, 29 P.za Roma, 18
--	---	---	--	--	--

**DALLE ORE 9:00 DEL 7 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 9 GIUGNO 2022**

S. TOMIO BORGO ANTICO BACCHINI GIAROLO S. APOLLINARE NIGRI AL POMO D'ORO FARINELLI SELVA DI PROGNO	Centro Storico -VR Avesa -VR Borgo Roma -VR S. Michele Extra -VR Lugo di Grezzana S. Mart. Buonalbergo Cologna Veneta Costalunga Monteforte Selva di Progno	Via Mazzini, 11 Via Podgora, 16 B Via Giuliani, 23 Via A. Fedeli, 50 Via Bombieri, 16 P.za del Popolo, 2 Via Cavour, 66/68 Via Aroldi, 25 Via Trento, 2	MELA BERTOLASO S.VITO COM.LE SOMMACAMP. SETTIMO MIGLIO MAD. d. SOCCORSO PARMIANI PEDROTTI	Villafontana S. Pietro di Morubio S. Vito di Cerea Sommacampagna Settimo di Pescantina Torri del Benaco Quaderni di Villafranca Trevenzuolo	Via Villafontana, 30 Via Kennedy, 3 Via Mantova, 66 Via Gidino, 2 Via Bertoldi, 84 Via Gardesana, 1205 Via De Amicis, 22 Via Roma, 47 A
--	---	---	--	--	--

**DALLE ORE 9:00 DEL 9 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 11 GIUGNO 2022**

<b>PONTE PIETRA</b>	Veronetta - VR	Regaste Redentore, 8/C	<b>COM.LE BARIONI</b>	Ca' d'Oppi-Oppeano	Via Croce, 93
<b>PANCALDO</b>	Corte Pancaldo - VR	Via L. Pancaldo, 34	<b>STORI</b>	Sanguinetto	Via Battisti, 124
<b>S. PANCRAZIO</b>	Porto S. Pancrazio - VR	Via Galilei, 70	<b>ZERBINATO</b>	Bevilacqua	Via Roma, 239
<b>COM.LE OLIMPIA</b>	Stadio - VR	Via Palladio, 61	<b>BALCONI</b>	Balconi di Pescantina	Via Brennero, 71/B
<b>POZZO</b>	Pozzo S. Giov. Lupat.	Via XXIV Maggio, 16	<b>ALLA MADONNA</b>	Piovezzano Pastrengo	Via Due Porte, 41/C
<b>FRACASTORO</b>	Prova di S. Bonifacio	Via Prova, 55/A	<b>COM.LE MARTINELLI</b>	Villafranca	Corso V. Emanuele, 236
<b>MONTANARI</b>	Vago di Lavagno	Via Copernico, 5	<b>SILVI</b>	Pellegrina-Isola d/Scala	Via Abetone, 85
<b>LESSINIA</b>	Boscochiesanuova	Pza della Chiesa, 25	<b>VALDADIGE</b>	Peri di Dolcè	Via Brennero, 303

**DALLE ORE 9:00 DEL 11 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 13 GIUGNO 2022**

<b>S. FERMO</b>	Centro Storico - VR	Stradone S. Fermo, 40	<b>S. NICOLÒ</b>	Roverè	Pza V. Emanuele, 32
<b>PADOVANI</b>	Borgo Trento - VR	Via Mameli, 39	<b>CROSARE</b>	Bovolone-Crosare	Via Crosare, 125
<b>PALLADIO</b>	Stadio - VR	Via Albere, 63	<b>BOCCHI</b>	Legnago	Via Minghetti, 9
<b>SOAVE</b>	S. Massimo - VR	Via S. Lucillo, 8	<b>TREVENZOLI</b>	S. Pietro Incariano	Via Ingelheim, 1
<b>MARCHIORI S. CROCE</b>	B.go S. Croce - VR	Via Villa Cozza, 28	<b>SAN GIORGIO IN SALICI</b>	San Giorgio in Salici	Via Don V. Castello, 8
<b>MARTELLETTO</b>	Colognola ai Colli	Via Montanara, 32	<b>RUZZA</b>	Peschiera d/Garda	Via Marzan, 4
<b>CENT.LE MARCHESIN</b>	Cologna Veneta	Pza Garibaldi, 3	<b>CAVALIERI</b>	Povegliano	Pza IV Novembre, 11
<b>ANSELMI</b>	Vestenanova	Via Monte Grappa, 13	<b>COSTABELLA</b>	S. Zeno di Montagna	Loc. Ca' Montagna, 13

**DALLE ORE 9:00 DEL 13 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 15 GIUGNO 2022**

<b>S. ZENO</b>	S. Zeno - VR	Pza Corrubbio, 1	<b>ROSSIGNOLI</b>	Albaro Ronco a/Adige	Via della Repubblica, 3
<b>CAPRI</b>	Bassona - VR	Via Bassone, 56	<b>SANTA CHIARA</b>	Sorgà	Via Battisti, 13
<b>PACI</b>	Castel d'Azzano	Pza Gilardoni, 4	<b>CHERUBINE</b>	Cherubine di Cerea	Via Leopardi, 18
<b>S. CHIARA</b>	Borgo Venezia - VR	Via Montorio, 59/A	<b>COM.LE VITALBA</b>	Sona	Via Festara, 1/A
<b>SAN LORENZO</b>	Caldiero - Caldierino	Via Verona, 10	<b>EFFELUNGA</b>	S. Maria di Negrar	Via Casette, 2
<b>FRASSOLDATI</b>	Soave	Pza Castagnedi, 9	<b>FARINOLA</b>	Affi	Via Danzia, 3
<b>PIEROPAN</b>	Tregnago	Via Battisti, 18	<b>SAN BENEDETTO</b>	Peschiera d/Garda	Via Bell'Italia, 47
<b>LESSINI</b>	Erbezzo	Via Roma, 64	<b>PIZZOLETTA</b>	Pizzoletta Villafranca	Via Duca d'Abruzzi, 6

**DALLE ORE 9:00 DEL 15 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 17 GIUGNO 2022**

<b>CENTRALE</b>	Centro Storico - VR	Pza Erbe, 18/20	<b>COM.LE MATTIOLI</b>	Maccacari Gazzo V.se	Pza Maccacari, 66
<b>S. LUCIA</b>	S. Lucia - VR	Via Mantovana, 62/A	<b>ARFIERO</b>	Legnago	Viale dei Caduti, 69
<b>GAROFOLI</b>	S. Giovanni Lupatoto	Via Garofoli, 135/137	<b>S. VALENTINO</b>	Bussolengo	L.go S. D'Acquisto, 16
<b>COM. MAD. d.CAMP.</b>	Mad. di Camp. - VR	Via Monte Bianco, 1	<b>SAN FLORIANO</b>	S. Pietro in Cariano	Via Don Cesare Biasi, 47
<b>SAN FELICE</b>	San Felice Extra	Via Belvedere, 57/A	<b>CASTELNUOVO</b>	Castelnuovo d/Garda	Pza della Libertà, 10
<b>S. BIAGIO</b>	Colognola ai Colli	Via Stra', 47	<b>INTERNAZIONALE</b>	Malcesine	Via Gardesana, 149
<b>S. FRANCESCO</b>	Locara di S. Bonifacio	Via Fossacan, 4/C	<b>MAD. d. POPOLO</b>	Villafranca	Via Marsala, 23
<b>ISOLA RIZZA</b>	Isola Rizza	Via L. Ferrari, 61	<b>MODERNA</b>	Isola della Scala	Via Garibaldi, 1

**DALLE ORE 9:00 DEL 17 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 19 GIUGNO 2022**

<b>CASTELVECCHIO</b>	Centro Storico - VR	Corso Porta Palio, 2/A	<b>TURRI</b>	Velo Veronese	Pza della Vittoria, 12/A
<b>S. ANNA</b>	Saval - VR	Via Da Mosto, 27	<b>DELLA MADONNA</b>	Zevio	Pza Marconi, 2
<b>COM.LE S. MASSIMO</b>	S. Massimo - VR	Via Don G. Trevisani, 39	<b>MARCOLUNGO</b>	Nogara	Via Gen. Dalla Chiesa, 25
<b>FIORINI</b>	Raldon S. Giov. Lupat.	Pza De Gasperi, 43	<b>DE STEFFANI</b>	Cerea	Pza Matteotti, 5
<b>S. GIUSEPPE</b>	Borgo Venezia - VR	Via Spolverini, 2/H	<b>CAVALCASELLE</b>	Cavalcaselle	Via XX Settembre, 99
<b>BELLAMOLI</b>	Poiano - VR	Via Poiano, 99	<b>S. ROCCO</b>	Pescantina	Via Pozze, 13/B
<b>ZORZI</b>	Arcole	Via Padovana, 104	<b>COSTERMANO</b>	Costermanno	Viale della Repubblica, 2
<b>DAL COLLE</b>	Cazzano di Tramigna	Pza Matteotti, 41	<b>BALLADORO</b>	Povegliano	Via A. De Gasperi, 1
<b>S. MARIA</b>	Roveredo di Guà	Via Alighieri, 11			

**DALLE ORE 9:00 DEL 19 GIUGNO ALLE ORE 9:00 DEL 21 GIUGNO 2022**

<b>MARTINI</b>	Centro Storico - VR	Via Stella, 9	<b>TREGNAGO</b>	Salizzole	Pza Castello, 34
<b>XXIV GIUGNO</b>	S. Massimo - VR	Via XXIV Giugno, 32/A	<b>S. RITA</b>	Roverchiara	Via Roma, 42
<b>ROMA</b>	Borgo Roma - VR	Via Centro, 53	<b>ARFIERO</b>	Yangadizza Legnago	Via Pellini, 25
<b>SARTORI</b>	Castel d'Azzano	Via Marconi, 42	<b>DOMEGLIARA</b>	Domegliara	Via del Pontiere, 2A
<b>FITTÀ</b>	S. Giovanni Lupatoto	Pza Umberto I, 57	<b>CHIMICIA ORLANDI</b>	Cavaion V.se	Via Fracastoro, 1/I
<b>COM.LE QUINTO</b>	Quinto - VR	Via Valpantena, 42	<b>ZACCARIA</b>	Brenzzone	Via Colombo, 8
<b>COM.LE GAZZOLO</b>	Gazzolo di Arcole	Via Casalveghe, 10	<b>SALIONZE</b>	Salionze Valeggio s/M	Via del Garda, 34
<b>PORTIOLI</b>	Illasi	Via Dante Alighieri, 26	<b>S. LEONARDO</b>	Pradelle Nog.le Rocca	Via IX Maggio, 38

Federfarma Verona ricorda a tutti gli utenti della farmacia il servizio **"Farmaco Pronto"** offerto gratuitamente ai residenti e ai turisti di tutta la provincia **durante gli orari della Guardia Medica** telefonando al numero **045 509892**



# Numeri Utili



## 118

118  
Emergenza  
Sanitaria

ASSOCIAZIONE TITOLARI DI FARMACIA  
**FEDERFARMAVERONA**

045 8041996  
Farmacie di Turno  
[www.federfarmaverona.it](http://www.federfarmaverona.it)

**FARMACO  
PRONTO**



045 509892  
Emergenza  
Farmaci



045 8201947  
Guardia Medica  
Veterinaria

**O.A.V.**

Centro Antiveneni Veneto 800 011 858 Ospedale Borgo Trento AOUI

## H Ospedali con Pronto Soccorso in città e provincia

Verona AOUI  
Borgo Trento  
Borgo Roma  
045 8121111

S. Bonifacio

045 6138111

Legnago

0442 632111

Villafranca

045 6338111

Peschiera

045 6449250

Negrar

045 6013111

Bussolengo

045 6712111



## Punti di primo intervento

Ospedale di Bovolone 045 6999311  
Ospedale di Malcesine 045 6589311

## Guardia Medica (Continuità assistenziale) [www.aulss9.veneto.it](http://www.aulss9.veneto.it)



**NUMERO UNICO PER TUTTA LA PROVINCIA: Tel. 045 7614565**

- alla risposta selezionare il numero riportato accanto ad ogni singola sede
- seguire le indicazioni della segreteria telefonica

**Azienda Ulss 9 Scaligera** (Distretti 1-2-3-4 copertura provinciale)

Tutti i giorni dalle ore 20.00 alle 8.00

Sabato e prefestivi dalle ore 10.00 alle 20.00 - Domenica e festivi dalle ore 8.00 alle 20.00

### + Distretto 1 (ex Ulss 20) **Comporre il numero 045 7614565 - premere 1**

**VERONA CENTRO** via Bramante, 15 (Zona Stadio)

**VERONA EST** piazzale Lambranzi c/o Ospedale di Marzana

### + Distretto 2 (ex Ulss 20) **Comporre il numero 045 7614565 - premere 1**

**VERONA SUD** via Rovigo, 2/B - Verona - accesso auto da via Legnago

**TREGNAGO** via Massalongo, 7 presso Centro Sanitario Polifunzionale

**SAN GIOVANNI ILARIONE** via degli Alpini, 12

**SAN BONIFACIO** via Circonvallazione - c/o Ospedale sotto Pronto Soccorso

**COLOGNA VENETA** via Rinascimento - c/o Centro Sanitario Polifunzionale



**+ Distretto 3 (ex Aulss 21) Comporre il numero 045 7614565 - premere 3**

**ZEVIO** via Chiarenzi, 3 - c/o Ospedale Riabilitativo "L. Chiarenzi"

**BOVOLONE** piazzale Fleming, 1- c/o Ospedale "San Biagio"

**NOGARA** via Raffa, 21 c/o Centro Sanitario Polifunzionale Ospedale "Stellini"

**LEGNAGO** - via Ragazzi del '99 - Porto di Legnago

**+ Distretto 4 (ex Ulss 22) Comporre il numero 045 7614565 - premere 2**

**VILLAFRANCA** via Ospedale, 2 - c/o Ospedale

**ISOLA DELLA SCALA** via Roma, 60 - c/o Ospedale

**MALCESINE** via Gardesana, 57 c/o Ospedale

**SAN PIETRO IN CARIANO** via Beethoven, 16 - c/o Casa di Riposo

**SOMMACAMPAGNA** via Matteotti, 3 c/o Casa di Riposo "G. Campostrini"

**BUSSOLENGO** via Ospedale, 28

**CAPRINO VERONESE** via Cappuccini - c/o Centro Sanitario Polifunzionale

**VALEGGIO SUL MINCIO** via S. M. Crocefissa Di Rosa - c/o Centro San. Polifunzionale

**CASTELNUOVO DEL GARDA** via Gianfilippi, 1 c/o Casa di Riposo "Anni d'Argento"



045 6013324

Centro Malattie  
Tropicali  
Don Calabria



045 8622235

Dipartimento  
Dipendenze  
Ulss 9 Scaligera



114

Servizio Emergenza  
Infanzia



045 8000220

Centro Diritti  
del Malato



338 1519010

Tribunale  
del Malato



045 8015831

Telefono Rosa  
Verona





# la ronda®

SERVIZI DI VIGILANZA



SCONTO

**15%**

sui servizi  
di vigilanza

OFFERTA DEDICATA AI LETTORI DI "PILLOLE"

## LA SICUREZZA PER LA TUA CASA E LA TUA ATTIVITÀ COSTA MENO DI QUELLO CHE PENSI

Affidati a la Ronda, il primo  
istituto di vigilanza di Verona, per servizi di:

- Teleallarme
- Impianti d'allarme
- Videosorveglianza
- Vigilanza ispettiva
- Pronto intervento
- Piantonamenti

Chiamaci per scoprire  
le offerte dedicate

045 8292514

La Ronda  
Servizi di Vigilanza  
è partner di  
Federfarma Verona  
nel progetto  
"Farmaco Pronto"

La Ronda Servizi di Vigilanza Spa  
Via Ciro Ferrari, 5 - 37135 Verona  
Tel. 045 8292514  
Email: [info@larondavigilanza.net](mailto:info@larondavigilanza.net)  
[www.larondavigilanza.net](http://www.larondavigilanza.net)





# EMERGENZA UCRAINA

ANCHE GLI ANIMALI SONO IN PERICOLO:  
OIPA AIUTA LE ASSOCIAZIONI PRESENTI SUL TERRITORIO

## COSA SUCCEDDE

OIPA International insieme ad alcune delle sue leghe-membro in Ucraina, tra cui Kspa Lucky Strand e Happy Paw, si sta mobilitando per aiutare cani e gatti senza casa colpiti dal conflitto e che hanno bisogno di sostegno.

## COSA PUOI FARE

L'OIPA International manderà aiuti al rifugio comunale di Kiev e alle sue leghe-membro presenti sul territorio, oltre che ad alcune associazioni membro dei paesi confinanti, come Sava's Safe Haven in Romania, che si sta occupando di accogliere i rifugiati con i propri animali. L'OIPA si è subito messa a disposizione attraverso la raccolta fondi "Emergenza Ucraina", per portare insieme a voi il suo contributo di solidarietà.

## SOSTIENI GLI ANIMALI IN UCRAINA

[WWW.OIPA.ORG/ITALIA/EMERGENZA-ANIMALI-UCRAINA-COME-AIUTARE](http://WWW.OIPA.ORG/ITALIA/EMERGENZA-ANIMALI-UCRAINA-COME-AIUTARE)



Organizzazione Internazionale  
Protezione Animali

[www.oipa.org](http://www.oipa.org) [oipaonlus](https://www.instagram.com/oipaonlus)

[oipaonlus](https://www.facebook.com/oipaonlus) [oipaitalia](https://www.youtube.com/channel/UCpaitalia)

[OIPAonlus](https://www.tiktok.com/@oipaitalia) [oipaitalia](https://www.tiktok.com/@oipaitalia)

- OIPA International  
[www.oipa.org/international](http://www.oipa.org/international)  
[international@oipa.org](mailto:international@oipa.org)
- Kspa Lucky Strand  
<https://luckystrand.org.ua> - [luckystrand@gmail.com](mailto:luckystrand@gmail.com)
- Happy Paw  
<https://happypaw.ua/en/> - [hello@happypaw.ua](mailto:hello@happypaw.ua)
- Sava's Safe Haven  
<https://www.savasafehaven.com/>  
[info@savasafehaven.com](mailto:info@savasafehaven.com)

## COME AIUTARE

### CONTO CORRENTE POSTALE

Compila un bollettino postale inserendo l'importo e la causale "EMERGENZA UCRAINA" su c/c n. 43 03 52 03 intestato a: OIPA Italia

### BONIFICO BANCARIO

Effettua un bonifico con l'importo sul conto corrente n. 43 03 52 03 banco posta  
Codice IBAN:  
IT28 P076 0101 6000 0004 3035 203  
BIC/SWIFT (solo per bonifico estero)  
BPPIITRRXXX con la causale  
"EMERGENZA UCRAINA"

### CARTA DI CREDITO/PAYPAL

Inquadra il QR Code  
verrai reindirizzato  
alla pagina dell'offerta  
oppure vai al link a fianco

