

Anifa

## L'automedicazione degli sportivi

Sono oltre 17 milioni gli sportivi in Italia, secondo quanto emerso da un recente incontro sul tema dell'automedicazione sportiva, promosso da Anifa. Un'attività fisica anche moderata ma frequente rappresenta indubbiamente un bene per la salute, sebbene gli specialisti suggeriscano di fare attenzione allo scarso allenamento e ai piccoli

incidenti, come strappi, distorsioni, slogature, ematomi.

A tal proposito, Marcello Faina, direttore del Dipartimento di scienza dello sport dell'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport del CONI, suggerisce di allestire un kit di pronto soccorso, costituito da una serie di farmaci di automedicazione per fronteggiare disturbi di lieve

entità. Creme antinfiammatorie e antidolorifiche per strappi, distorsioni e slogature, specialità medicinali a base di escina, oxerutina o eparina sodica, per gli ematomi, e prodotti di prima medicazione per le ferite cutanee entrano a far parte del Kit di Olimpia, consigliato dal medico degli azzurri a Pechino. Non fare sforzi eccessivi se non si è bene allenati, vestire un abbigliamento adeguato, che permetta la traspirazione e non affrontare mai l'attività fisica a digiuno, specialmente dopo una lunga giornata lavorativa, sono invece le tre regole d'oro stilate dallo specialista specificatamente per gli sportivi della domenica.



FEDERCHIMICA

ANIFA

Associazione nazionale dell'industria farmaceutica dell'automedicazione

Farmondo

## Al servizio dei cittadini

Sono circa sessanta le farmacie della provincia di Pisa e Livorno che hanno deciso di associarsi in rete, per fornire una gamma articolata di servizi ai cittadini. L'idea, concretizzatasi ad aprile di quest'anno con la nascita dell'associazione Farmondo, ha origine all'interno della Cooperativa farmacisti pisani (Cofapi), azienda di distribuzione del farmaco di proprietà dei titolari di farmacia, che da oltre cinquant'anni opera sul territorio. La Cooperativa agisce in stretta relazione con Federfarma Pisa, con cui condivide la sede operativa e il nuovo progetto che è culminato con la recente apertura

del magazzino automatizzato di Ospedaletto (Pisa). Farmondo punta sulla comunicazione integrata che, viene usata per informare il cittadino sulle iniziative, le promozioni e le giornate in farmacia, realizzate dal gruppo. Per fare ciò l'associazione si avvale di diversi strumenti, come per esempio volantini informativi, offerte esposte sul banco, riviste, locandine appese in farmacia e richiami sui video nel punto vendita. Le ultime novità proposte da Farmondo sono le iniziative di educazione e formazione sanitaria a cui saranno abbinare, a partire da questo mese, campagne di screening su temi,



**Farmondo**<sup>®</sup>  
by COFAPI  
un pianeta di salute

quali diabete, obesità, ipertensione, influenza, contraccezione, alcolismo, realizzate in collaborazione con l'Asl 5 di Pisa. L'associazione toscana è gestita da un gruppo di lavoro, capitanato da un pool di farmacisti (Antonio Nicastro, Domenico Nanni, Tommaso Salvadori), che stabiliscono le iniziative da mettere in atto, coadiuvati da Marco Mariani, direttore marketing Cofapi, che si occupa della pianificazione e della realizzazione delle iniziative.