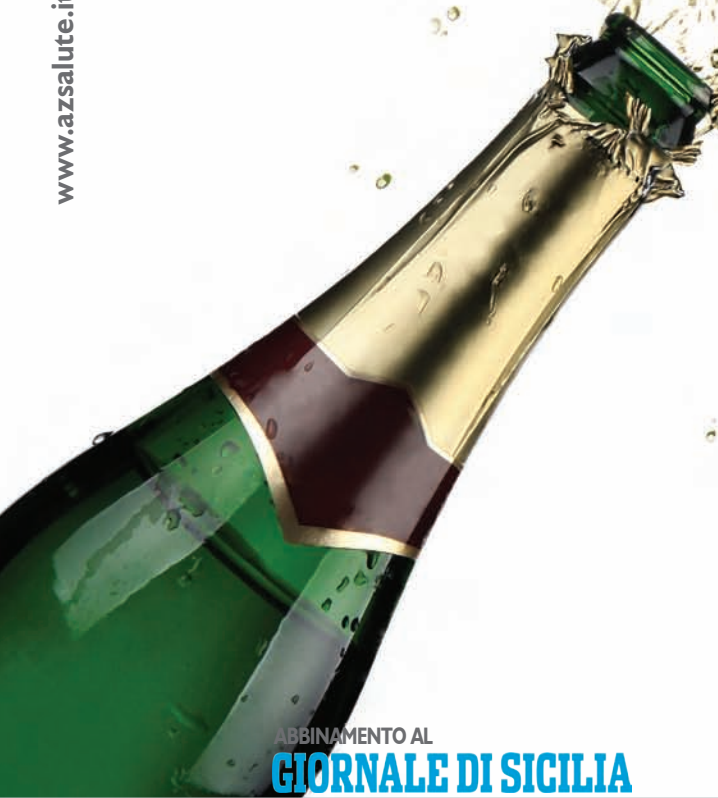


Fine anno col "botto"

www.azsalute.it  facebook.com/azsalute



Fuochi artificiali
Massima prudenza

Viaggio tra salute e alimenti
Tra i dolci frutti della terra

Mal di testa ricorrente
Ecco i neurostimolatori

Colesterolo alto
Può essere ereditario

Tumore al seno in Sicilia
Un esercito di malate

ABBINAMENTO AL
GIORNALE DI SICILIA

AZ Salute è in **abbinamento gratuito** al Giornale di Sicilia ogni **ultimo mercoledì del mese**

Soldi, beni materiali, potere.

Sono davvero questi i valori importanti per i quali lottare, impegnarsi, faticare?

Certo, siamo consapevoli del mondo in cui viviamo, ma siamo altrettanto consapevoli, così come lo era Schopenhauer più di centocinquant'anni fa, che si può anche essere un re. Però se si è malati, si è meno felici di un mendicante.

Noi crediamo che l'ottenimento della serenità passi per un buono stato di salute, condizione indispensabile per poter provare a risolvere le difficoltà e guardare con speranza al domani.

Ecco perché, da nove anni, AZ Salute informa i propri lettori sull'importanza di mantenere giusti stili di vita, sulla pericolosità di certi comportamenti e sui continui progressi della scienza medica.

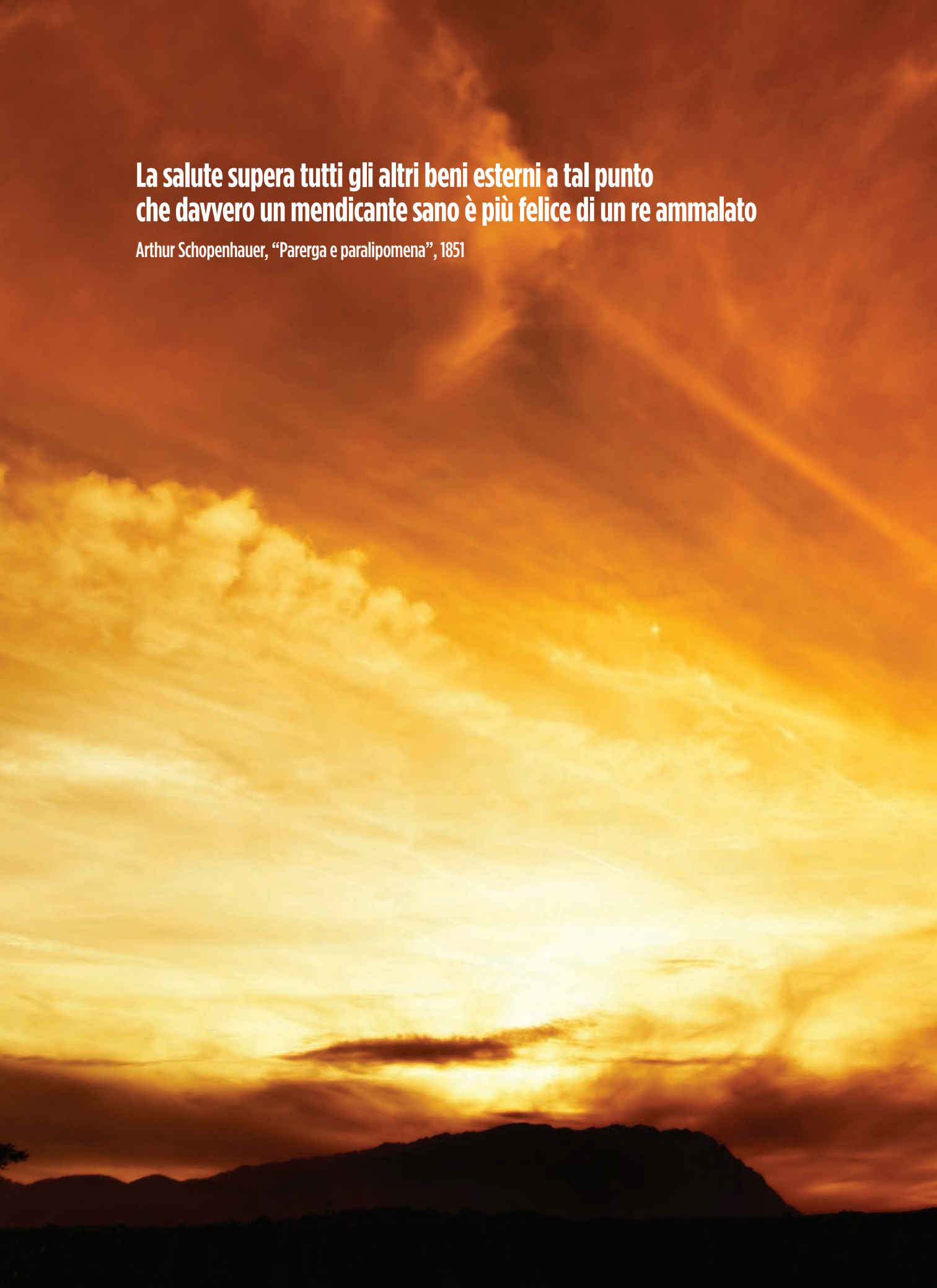
**Perché stare bene in salute è una ricchezza.
La più importante di tutte**



AZ
SALUTE
anche online su
www.azsalute.it

**La salute supera tutti gli altri beni esterni a tal punto
che davvero un mendicante sano è più felice di un re ammalato**

Arthur Schopenhauer, "Parerga e paralipomena", 1851



ANNO IX
Numero 11
Dicembre 2013
Mensile
in abbinamento gratuito
al "Giornale di Sicilia"

Direttore Responsabile
Carmelo Nicolosi

Hanno collaborato a questo numero

Mario Barbagallo
Cesare Betti
Manuela Campanelli
Paola Mariano
Giuseppe Montalbano
Arianna Zito

Coordinamento redazionale
Monica Diliberti

Editrice

AZ Salute s.r.l.
Registrazione del Tribunale
di Palermo n. 22 del 14/09/2004

Redazione

Via Enrico Fermi, 63 - 90145 Palermo
Tel. 091-6255628 Fax 091-7826385
redazione@azsalute.it

Redazione grafica

Officinae s.r.l. - www.officinae.eu

Pubblicità

AZ Salute s.r.l.
Tel. 091-6255628 Fax 091-7826385
redazione@azsalute.it

Tipografia

AGEM San Cataldo (CL)

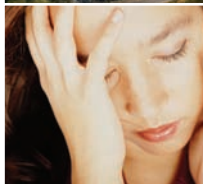
Fotografie

AAVV, ICPOOnline, ThinkStock - Getty Images, Fotolia
La foto di Renzo Arbore (pag. 12) è tratta dal profilo
Facebook del Progetto Itaca.

www.azsalute.it



AZ Salute è anche su Facebook
all'indirizzo [facebook.com/azsalute.it](https://www.facebook.com/azsalute.it)



6 **Frutta. Doppia razione**
di Monica Diliberti

11 **"Assolti" i grassi saturi**
di Paola Mariano

14 **Fine anno col "botto"**
di Cesare Betti

18 **Tumore al seno.
Un esercito di malate**

21 **Ieri & Domani**
La tecnologia aiuta
ad invecchiare bene
di Mario Barbagallo

**Il diabete
in pediatria**
di Giuseppe Montalbano

22 **Colesterolo alto.
A volte è ereditario**

24 **Sclerosi multipla.
Cefalù da "bollino rosa"**

26 **Nuove cure per il mal di testa**
di Manuela Campanelli

28 **Telemedicina
e globalizzazione sanitaria**

31 **Associazioni**
ASPREMARE, per
salvare i nostri reni
di Minnie Luongo

Libri
La lanterna
di Sophia
di Arianna Zito





di Carmelo Nicolosi

VACCINARSI CONTRO L'INFLUENZA UNA NECESSITÀ SPESSO VITALE

Purtroppo, tra la popolazione, c'è la convinzione che l'influenza sia una malattia benigna. Che basta starsene a letto qualche giorno perché tutto si risolva. Non è sempre così. Le complicanze e la mortalità legate ai virus influenzali sono note da tempo. Eppure, si tende a non farci caso. E, così, ci sentiamo in obbligo di dare un consiglio appassionato, soprattutto agli anziani, dai 64 anni in avanti, e alle persone a rischio: vaccinarsi. Non costa nulla e aiuta a non ammalarsi.

Va detto che la Regione Siciliana, con grande sensibilità, ha approvato il Programma di vaccinazione antinfluenzale e antipneumococcica (per evitare malattie respiratorie acute prevenibili con la vaccinazione), per l'anno 2013-2014, campagna condotta in collaborazione con i medici e i pediatri di famiglia.

Lo scorso anno, in Sicilia, si sono registrati percentuali di copertura di molto inferiori rispetto all'anno precedente, con valori ancora largamente insufficienti nelle categorie a rischio e con una flessione nei soggetti con età di 64 anni e superiore. Un dato che non è affatto buono per la salute di molti nostri concittadini che devono comprendere che l'antinfluenzale non è un capriccio, ma una necessità. A volte vitale. I direttori generali delle Aziende sanitarie provinciali hanno il compito di assicurare ogni supporto ai Servizi di epidemiologia e profilassi, per il buon andamento della campagna vaccinale. Per venire incontro alle esigenze dei lavoratori, è stata disposta l'apertura, per l'antinfluenzale, di un congruo numero di presidi, il sabato mattina, per almeno 4 ore.

La Regione, nel tentativo di raggiungere le persone più a rischio, ha programmato la costituzione di appositi registri degli aventi diritto alla vaccinazione gratuita. Lo scopo è quello di inviare degli avvisi, attraverso i quali si raccomanda di sottoporsi alla profilassi vaccinale. Il ministero della Salute, come obiettivi della copertura per l'antinfluenzale per gli aventi diritto, ritiene utile, come minimo, una copertura del 75 per cento, mentre il 95 per cento si inquadra come obiettivo ottimale.

La vaccinazione è raccomandata per le persone afflitte da malattie croniche dell'apparato respiratorio, per i diabetici, per i cardiopatici, per i bambini con fibrosi cistica, nonché per chi è affetto da altre patologie per le quali, l'influenza, rappresenta un rischio.

Andrebbe vaccinato, inoltre, il personale sanitario e parasanitario, sia delle strutture pubbliche che di quelle private. E, ancora, il programma di vaccinazione individua tutti i soggetti ricoverati presso i presidi ospedalieri aziendali e le case di cura private, per tutto il periodo della campagna che si concluderà il 31 gennaio 2014.

Occorre sottolineare che in Sicilia i ceppi influenzali arrivano in ritardo rispetto al resto dell'Italia e che sono presenti sul territorio ancora nei mesi di febbraio e marzo.

Nel rispetto del "Calendario Vaccinale per la Vita", il vaccino antipneumococco può essere offerto insieme a quello antinfluenzale, ai soggetti che si ritiene ne abbiano bisogno. ■

**La lodevole
sensibilità
della Regione
Siciliana**

Frutta

Doppia razione

Seconda puntata.
Tra i dolci frutti della terra





di **Monica Diliberti**



Concludiamo la "fotografia" del colorato e succoso mondo della frutta. Oltre a svelare i segreti e a raccontare le curiosità di altri prodotti della nostra terra, in questo numero vi mettiamo ai fornelli. Per viziare le papille gustative.

Nello scorso numero, abbiamo iniziato un excursus dei principali frutti polposi. Vediamo quali mancano all'appello.

MELONE

La sua origine non è molto chiara: per alcuni, il melone è asiatico, per altri africano. Gli Egizi furono i primi a organizzare il suo commercio nel Mediterraneo, mentre gli antichi Romani lo consideravano una verdura e lo servivano come un'insalata. Il melone appartiene alla famiglia delle cucurbitacee, come l'anguria, le zucchine, il cetriolo e la zucca.

Pur contenendo molta acqua, ha una buona percentuale di sali minerali, tra cui il potassio.

ANGURIA

È un frutto africano, già conosciuto dagli Egizi che lo coltivavano per fini commerciali. In Europa, arriva intorno al XII secolo grazie agli arabi.

L'anguria (chiamata anche cocomero, soprattutto al centro e al sud Italia) è molto ricca d'acqua, quindi è rinfrescante e dissetante. È invece povera di zuccheri, fibra, vitamine e minerali, ad eccezione del potassio.

FRAGOLA

Pianta di origine europea, in Italia, cresce spontanea nei boschi. Le varietà che vengono coltivate sono degli ibridi prodotti verso la fine del Settecento. ▼

Frutta
Doppia razione



La fragola (sia nella varietà grande, sia piccola) è una buona fonte di vitamina C, con un apporto calorico e di zuccheri molto basso.

MIRTILLO

È un frutto conosciuto sin dall'antichità. Poiché cresceva spontaneamente, era un alimento molto comune per le popolazioni che vivevano sulle Alpi e gli Appennini. In epoca rinascimentale, trova impiego in medicina. Tra tutti i frutti di bosco, il mirtillo è un potente astringente e le sue antocianine hanno effetti benefici sulla circolazione sanguigna e sulla fragilità capillare. Inoltre, ha molta vitamina A e C e fa bene alla vista.

LAMPONE

Cresce nelle zone soleggiate dei boschi. Può variare nella forma, da tonda a conica, e nel colore, dal rosa pallido, al rosso, al viola. È ricco di tannini (antiossidanti e astringenti che riducono l'assorbimento delle proteine e degli zuccheri), di flavoni (antiossidanti, ipotensivanti e anticoagulanti) e di vitamina C.

MELOGRANO

Il frutto è una grossa bacca con la buccia spessa, presente in tutto il Mediterraneo e originaria dell'Asia occidentale. I semi all'interno sono rossi e succosi. Contiene molta vitamina C e B5.

FICO

È originario dell'Asia Minore, ma è conosciuto da sempre nel bacino del Mediterraneo. In Italia, è coltivato per lo più in Puglia, Campania e Calabria e ne esistono diverse varietà.

Il frutto fresco è ricco di fibre, zuccheri e sali: 150 grammi forniscono buone quantità di ferro e calcio, costituiscono il 27 per cento della quantità raccomandata di magnesio, il 15 per cento di fosforo, il 21 di potassio e il 9 di zinco. Inoltre, è una buona fonte di vitamina B.

FICO D'INDIA

Proviene dal Messico, ma è diffuso in tutto il Mediterraneo e, nel sud Italia, cresce spontaneamente. Il colore cambia a seconda della varietà. Bastano 150 grammi di frutto per coprire circa il 30 per cento del livello di assunzione raccomandato di vitamina C. È ricco di sali minerali, fibre e mucillagini e contiene sostanze antiossidanti.

LA FRUTTA OLEOSA

Questa è un'altra classificazione della frutta. Vediamo chi vi appartiene.

NOCCIOLA

Si tratta di una specie dell'Asia Minore. In Italia, si trova in Piemonte, Lazio, Campania e Sicilia. La pianta può crescere sia in zone montane che ▼



Regole di conservazione e consumo

Bisogna prestare molta attenzione a come si conserva la frutta e alle sue condizioni prima di mangiarla.

I prodotti possono essere tenuti in frigorifero, negli appositi scomparti. La temperatura ideale è di 4-5 gradi. Il freddo però non conserva intatte le proprietà nutritive della frutta che con il tempo diminuiscono. Ecco perché va consumata entro pochi giorni dall'acquisto.

Occhio alla muffa. La frutta ammuffita può contenere sostanze dannose. Il frutto "colpito" va buttato tutto, non solo la parte andata a male. Prima di mangiarla, la frutta va lavata o sbucciata, nonostante la maggior parte dei nutrienti stia proprio nella buccia. Lì però si depositano anche le sostanze tossiche dei pesticidi, tracce di terra e polvere. ■



Prepariamo la frutta in modo speciale

PESCHE AL FORNO

Ingredienti: 4 pesche, 3 amaretti, 50 gr. di zucchero, ½ bicchiere di vino bianco, una noce di burro, ciliegie candite.

Preparazione: togliete il nocciolo alle pesche lasciandole intere e riempite il foro con un composto formato dagli amaretti tritati e mescolati con zucchero e burro. Informate. Quando sentite soffriggere, unite il vino e continuate la cottura per 10 minuti. Guarnite con le ciliegie candite e servite.

MELONE AL PORTO

Ingredienti: 1 melone, una bottiglia di Porto, mandorle sbucciate.

Preparazione: sbucciate il melone, togliete i semi e tagliatelo a cubetti. Mettete in infusione i cubetti di melone nel Porto in frigorifero per qualche ora. Al momento di servire, decorate con le mandorle tritate grossolanamente.

PERE AL VINO

Ingredienti: 8 pere piccole, 150 gr. di zucchero, 4 dl. e mezzo di vino rosso, 1 chiodo di garofano, 1 pizzico di cannella.

Preparazione: mischiate in una casseruola, a fuoco lento, lo zucchero, il vino, la cannella e il chiodo di garofano, finché il tutto non diverrà uno sciroppo. Aggiungete in verticale le pere sbucciate, cui avrete lasciato attaccato il picciolo. Fate cuocere per circa 25 minuti. Fate raffreddare nella casseruola e disponete le pere in coppette, ricoprendole con lo sciroppo avanzato dalla cottura. ■



ZAPPING

[AZSALUTE]

Un libro per incentivare la donazione delle cornee

"Noi ipovedenti sappiamo bene che ogni giorno è prezioso perché nella sua quotidianità, non più scontata, ci fa apprezzare anche quel piccolo residuo visivo che ancora ci consente di riconoscere i visi, i luoghi, i colori, gli atteggiamenti". A scriverlo è **Rocco Di Lorenzo**, presidente dell'Associazione Retinopatici ed Ipovedenti Siciliani (ARIS), nella prefazione al volume **Donare la cornea per dare la vi(s)ta**, curato da **Sara Giordanella** e **Federica Scardino**. Frutto di un progetto realizzato dall'ARIS, con il contributo della Conferenza dei Comitati Consultivi Aziendali e del CESVOP nel ruolo di partner, e approvato dal Centro Regionale Trapianti Sicilia nell'ambito del Piano di Sensibilizzazione sulla cultura della donazione di organi e tessuti del 2013, questo libro "intende essere - scrive Di Lorenzo - uno strumento di sensibilizzazione alla cultura della donazione di organi e tessuti che nasce dall'impegno dei volontari, non professionisti del settore". A tutt'oggi - secondo l'ARIS - la donazione delle cornee in Sicilia è molto carente rispetto alle altre regioni d'Italia. Le cornee vengono acquistate, con costi sostenuti, nelle Banche degli occhi del nord Italia e questo influisce negativamente sia sulle spese delle Aziende Sanitarie siciliane, sia sui costi e disagi che questa situazione provoca nei pazienti a cui viene effettuato il trapianto in Centri specializzati lontani dalla Sicilia. ■

[Arianna Zito]



Siamo tutti un po'... Pinocchio

Le bugie sono un comportamento comune e usato da oltre una persona su due nel quotidiano (il 59 per cento mente ogni giorno). Di questi, il 5 per cento è composto da bugiardi incalliti che, da soli, dicono il 40 per cento di tutte le menzogne affermate in 24 ore. Lo rivela un'indagine pubblicata sulla rivista *Human Communication Research* e condotta da **Rony Halevy** e **Bruno Verschuere** dell'università di Amsterdam. I ricercatori hanno sottoposto gli intervistati ad un test della verità per capire quanto attendibili fossero le risposte di ciascuno. ■

Frutta
Doppia razione



nell'area mediterranea. Tra la frutta secca, la nocciola è quella più grassa, ma contiene anche vitamine E e B e sali minerali.

NOCE

Il noce è originario dell'Asia ed è stato introdotto in Europa in epoca antichissima. I frutti vengono raccolti tramite la cosiddetta bacchiatura: l'albero viene scosso con delle pertiche e i frutti caduti sono raccolti in reti poste sotto la pianta.

Le noci hanno un elevato contenuto in lipidi, rappresentati per lo più dagli acidi grassi polinsaturi, toccasana per la salute.

MANDORLA

Il mandorlo nasce in Asia centro-occidentale e in Cina. In Sicilia, viene portato dai Fenici dalla Grecia, tanto che i Romani lo chiamano "noce greca". Poi si diffonde in Francia, Spagna e via via in tutti i Paesi mediterranei.

Con le mandorle si producono vari oli. Sono la migliore fonte in assoluto di vitamina E: meno di 50 grammi forniscono il totale del fabbisogno giornaliero.



LA FRUTTA FARINOSA

CASTAGNA

Come detto nello scorso numero, la castagna è l'unico frutto farinoso. L'albero è originario dell'Europa meridionale, del Nord Africa e dell'Asia occidentale. Cresce anche sulle coste atlantiche del Marocco e del sud dell'Inghilterra. In Italia, cresce in Campania, Lazio, Toscana, Piemonte e Sicilia.

Le castagne sono un frutto atipico perché ricche di carboidrati complessi (amido) come i cereali. Sono una buona fonte di fibre, sali minerali, vitamine del gruppo B (soprattutto B1, B2 e B3). La cottura trasforma parte dell'amido in zuccheri semplici che conferiscono al frutto la sua tipica dolcezza. ■

ZAPPING



Carrello informatizzato per somministrare i farmaci

Nato con lo scopo di mettere in sicurezza l'azione di somministrazione del farmaco, "Click" supporta l'infermiere, registrando per ogni paziente l'esatta terapia da seguire con indicazioni precise su dosi, metodologia ed orari. Con un risparmio sia economico sia in termini di tempo.

Il carrello si compone di un display touchscreen dal quale gli infermieri, dopo aver effettuato l'accesso tramite login personalizzato, visualizzano i pazienti e le rispettive terapie. Con dei semplici click, si otterranno tutte le informazioni sul dosaggio, l'orario e la metodologia di somministrazione, ma anche le cure fornite nei turni precedenti e i nominativi degli operatori socio-sanitari che hanno assistito il paziente. Contestualmente, il carrello aprirà in modo automatico il cassetto abbinato all'ospite selezionato, porgendo esclusivamente i farmaci a lui prescritti. Il software prevede anche un'area riservata ai medici, che potranno aggiornare le terapie. ■

“Assolti” i grassi saturi

UNO STUDIO LONDINESE

[**AZ**SALUTE]

di Paola Mariano



Via libera a grasse leccornie durante le feste. Diversi studi scientifici assolvono i grassi saturi (come quelli di carne, latte, burro, strutto e alcuni oli di semi), a lungo accusati di fare male al cuore. Anzi, secondo gli esperti che hanno condotto una metanalisi sull'argomento (una grossa revisione di dati da studi precedentemente pubblicati), la “guerra” mossa contro di loro a partire dagli anni '70 è coincisa, paradossalmente, con l'aumento di malattie cardiovascolari e obesità.

L'analisi è stata condotta da **Aseem Malhotra**, cardiologo del Croydon University Hospital di Londra e pubblicata sul prestigioso *British Medical Journal*: Malhotra passa in rassegna una serie di studi che smentisce l'associazione tra consumo di grassi e rischio cardiovascolare.

Ma non è tutto: Malhotra fa notare che la frazione più pericolosa del cosiddetto colesterolo cattivo LDL viene, in realtà, non dal consumo di grassi saturi, ma principalmente da una dieta ricca di zuccheri e carboidrati raffinati.

«Il *mantra* che i grassi saturi vanno rimossi dalla dieta per ridurre il rischio cardiovascolare –

scrive Malhotra – ha dominato raccomandazioni e linee guida nutrizionali per quasi quattro decenni. Eppure, le evidenze scientifiche dimostrano che queste raccomandazioni hanno, paradossalmente, incrementato i rischi cardiovascolari». Inoltre, la lotta ossessiva contro il colesterolo totale ha distolto l'attenzione dal più importante fattore di rischio della dislipidemia aterogena (condizione patologica caratterizzata da elevate concentrazioni nel sangue di trigliceridi e apolipoproteina B, particelle LDL di piccole dimensioni e bassi livelli di colesterolo HDL (colesterolo buono): il componente più nocivo della dislipidemia è costituito proprio da queste piccole particelle dense di tipo B e studi dimostrano, spiega il cardiologo, che riducendo il consumo di grassi saturi, si diminuisce solo la parte meno nociva dell'LDL (le particelle di tipo A), ma non si intacca la componente veramente nociva, ossia proprio quella delle piccole particelle dense di tipo B. «Queste ultime – precisa Malhotra – dipendono non dal consumo di grassi saturi, bensì da quello di zuccheri e carboidrati raffinati». ▼

Non è vero che le diete povere di grassi fanno dimagrire





Uno studio londinese

I grassi saturi sono stati additati come colpevoli di aumentare il rischio cardiovascolare a partire dal 1970, in seguito ad uno studio condotto in sette Paesi che evidenziava una relazione tra incidenza di malattie coronariche e colesterolo nel sangue, a sua volta legato alla presenza di grassi saturi nella dieta. Da allora, si disse di ridurre dal 30 al 10 per cento l'introito calorico giornaliero fornito dai grassi, anche se quello studio non evidenziava alcuna associazione di causa-effetto tra grassi e malattie cardiovascolari. La letteratura scientifica esaminata da Malhotra dimostra il contrario e cioè che i grassi saturi sono protettivi per il cuore.

Ciò che fa la differenza è l'origine di questi grassi: per esempio, i latticini, ricchi di grassi saturi, sono straordinarie fonti di vitamine A e D e la carenza di vitamina D è stata associata ad un significativo aumento del rischio di morire per cause cardiovascolari. Inoltre, calcio e fosforo comunemente presenti nei latticini potrebbero avere effetti anti-ipertensione che potrebbero contribuire ad abbassare il rischio cardiovascolare. Uno studio ha mostrato che elevate concentrazioni nel sangue di un grasso, l'acido trans-palmitoleico, di cui sono ricchi i latticini, sono associate ad alte concentrazioni di colesterolo buono e basse di trigliceridi e proteina C reattiva che è un biomarcatore del ▶

ZAPPING

Foto tratta dal profilo Facebook del Progetto Itaca



Renzo Arbore in concerto per il Progetto Itaca

Una serata di musica e solidarietà che vedrà protagonisti, sul palco del Teatro del Verme di Milano, venerdì 31 gennaio alle 20.45, Renzo Arbore e l'Orchestra Italiana. Il ricavato del concerto sarà destinato a Progetto Itaca-Associazione di volontari per la Salute Mentale Onlus, per il finanziamento di Club Itaca, una struttura diurna dove trascorrere la giornata svolgendo attività organizzate.

L'Associazione nasce a Milano nel 1999 con l'intento di attivare iniziative e progetti di informazione, prevenzione, supporto e riabilitazione rivolti a persone affette da disturbi della salute mentale e garantire sostegno alle loro famiglie. Oggi, opera a livello nazionale con l'apertura di nuove sedi a Roma, Firenze, Palermo, Genova, Asti, Napoli e Parma. ■



rischio cardiovascolare; inoltre, sono collegate ad una minore resistenza all'insulina e minore incidenza di diabete.

E non è finita. La carne rossa, che è un'altra delle principali fonti di grassi saturi, è stata a lungo demonizzata. Ma la realtà è che a far male è la carne molto lavorata (pensiamo ad insaccati, salicce, wurstel), nociva per le alte concentrazioni di sodio e nitrati usati come conservanti nel confezionamento del prodotto. Insomma, se si sceglie il cibo giusto (quello naturale e non industriale), i suoi grassi non faranno male.

Quanto all'associazione tra consumo di grassi e sovrappeso, numerosi studi hanno dimostrato il contrario: confrontando tre regimi dietetici rispettivamente fatti al 90 per cento da grassi, al 90 per cento da proteine e al 90 da carboidrati, quello che porta al maggior dimagrimento è la dieta ricca di grassi (studio pubblicato su *Lancet*). Le diete povere di grassi non solo non fanno dimagrire, ma rallentano il metabolismo ed aumentano la frazione più nociva del colesterolo, ovvero le particelle dense di tipo B (studio su *Jama*).

«Il cibo dovrebbe dare benessere – dice commentando l'articolo sul *BMJ*, **Robert Lustig**, endocrinologo pediatra dell'università di San Francisco –, non malattia. Il cibo vero fa questo, inclusi i grassi saturi. Ma quando questi grassi sono stati mischiati ad alte concentrazioni di zuccheri nei cibi industriali, a partire dalla seconda metà del XX secolo, la loro reputazione è decaduta. In realtà, l'American Heart Association ha decretato che sono molto peggio gli zuccheri dei grassi saturi. Invece di attaccare il colesterolo alto con i farmaci, bisognerebbe tornare ad alimentarsi con cibi genuini». ■



BPCO, questa sconosciuta

La broncopneumopatia cronica ostruttiva è una delle principali cause di mortalità e invalidità nel mondo e, secondo le stime dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, colpisce 65 milioni di persone. Il dato però potrebbe essere sottostimato: non sempre infatti la BPCO viene riconosciuta come tale. I suoi sintomi comprendono tosse, escreato e dispnea sotto sforzo. Con il progredire della malattia, la funzionalità respiratoria diminuisce e lo svolgimento di attività fisiche può subire conseguenti gravi limitazioni.

Per promuovere un confronto tra pazienti, comunità medico-scientifica, operatori sanitari e Istituzioni, è stata di recente organizzata l'VIII Conferenza Nazionale BPCO, dal titolo "Affrontare insieme le sfide per essere più forti", svoltasi in occasione della XII Giornata Mondiale BPCO, organizzata dall'Associazione Italiana Pazienti BPCO Onlus, grazie al sostegno di Boehringer Ingelheim Italia e Pfizer.

Sul fronte terapeutico, uno studio pubblicato su *New England Journal of Medicine* sul tiotropio bromuro, il capostipite dei broncodilatatori anticolinergici a lunga durata di azione, condotto su oltre 17.000 pazienti, anche cardiopatici, ne ha confermato il positivo profilo di efficacia e sicurezza. Per ulteriori informazioni consultare il sito www.pazientibpcO.it o chiamare il numero verde 800-961922. ■

Fine anno col "botto"



di Cesare Betti



Ecco come usare i fuochi d'artificio senza farsi male

È tradizione salutare l'anno nuovo con i fuochi d'artificio. E come ogni Capodanno, molte persone si ritrovano ad affollare i Pronto Soccorso degli ospedali, vittime di incidenti pirotecnici. Ecco come usarli in modo corretto e come intervenire per assistere chi ha subito un infortunio da "botti".

QUALI ACQUISTARE

Ci sono vari tipi di fuochi d'artificio e non tutti sono venduti liberamente, soprattutto quelli con potenza e dimensioni che possono causare esplosioni quando si accendono. Per questo, è bene acquistare solo fuochi omologati a libera vendita.

I petardi

Fanno rumore con uno o più colpi in successione. Si accendono dando fuoco alla miccia o per sfregamento e quelli con potenza limitata sono venduti liberamente.

I cracker

Petardi a sfregamento che causano uno o più colpi in successione: possono essere venduti liberamente o no.

I miniccioli

Sono un particolare tipo di cracker che produce un colpo forte; in genere, sono a vendita libera.

Le girandole e le trottole

Producono un vortice di colori, con grandezza e forme diverse; sono di libera vendita, se di piccole dimensioni.

Le ruote

Sono piccoli fuochi attorno a una ruota; una volta accesi, portano ad una rapida rotazione; in genere, sono a libera vendita.

I fumogeni

Hanno come effetto un getto di fumo colorato. Anche questi si possono comprare liberamente.

Le stelline

Producono un intenso scintillio luminoso e, solitamente, sono a libera vendita.

Le spirali

Sono tubi arrotolati a forma di spirale che, una volta accesi, ruotano. A libera vendita.

Le fontane

Creano scintille colorate e luminose, cascate di luci; in base alle dimensioni, possono essere di libera vendita oppure no. ➤



I problemi all'udito

Botti e petardi possono causare effetti sonori molto violenti e il loro scoppio è spesso simile a quello dell'esplosione di una vera e propria bomba.

Chi si trova vicino all'esplosione, può avere una temporanea riduzione dell'udito, che ritorna normale dopo qualche ora o, al massimo, qualche giorno.

Nel frattempo, non toccare l'orecchio con bastoncini di cotone: l'abbassamento dell'udito non è dovuto a un corpo estraneo, ma al trauma subito dal timpano. Quest'ultimo, a volte, può rischiare la rottura. ■



Le candele romane

Cartocci lunghi che provocano lapilli luminosi di vari colori a intervalli regolari; di solito, sono venduti solo a maggiorenni.

I razzi

Salgono verso l'alto producendo colpi forti con cascate di "stelle cadenti", crocette ed effetti luminosi; sono venduti a maggiorenni.

I tric e trac

Producono una successione di più colpi; in genere, li possono comprare solo i maggiorenni.

LE LESIONI DA SCOPPIO

«L'esplosione di un fuoco d'artificio – avverte il professore **Antonino Di Pietro**, specialista in dermatologia e venereologia a Milano – può causare lesioni di varia entità. Non sempre una persona si rende conto della serietà dell'incidente, perché i tessuti superficiali possono sembrare indenni».

Le mani

Maneggiare i fuochi d'artificio in modo incauto espone al rischio di procurarsi lesioni alle mani (in particolare, al pollice e all'indice) o ad altre parti del corpo, tali da provocare l'amputazione della parte.

«Il primo soccorso – continua il professore Di Pietro – serve ad arrestare l'emorragia mettendo un laccio alla radice della parte amputata, disinfettarla con una soluzione di acqua e ammoniaca, mettere la parte amputata in un sacchetto di plastica da chiudere ermeticamente, immergerlo in un contenitore con acqua e ghiaccio, e andare subito al Pronto Soccorso». ▼

Prima di accenderli

Anche se si tratta di fuochi di libera vendita, è consigliabile seguire alcune precauzioni quando si accendono:

- **le fontane:** vanno sempre messe a terra o su una superficie piana; poi, accesa la miccia, allontanarsi;
- **le stelline:** tenerle lontane da tessuti e oggetti infiammabili, perché le scintille possono causare un incendio. Non stare vicino ad altri mentre si accendono, per evitare che le scintille finiscano negli occhi o sulla pelle e causare ustioni anche serie;
- **le trottole,** i fumogeni e i petardi: allontanarsi subito dopo aver accesa la miccetta;
- **i petardi e i cracker:** non rivolgerli mai verso persone. ■

L'impegno delle forze dell'ordine

Il pericolo maggiore è l'utilizzo incauto di "botti" illegali, realizzati artigianalmente, senza alcuna sicurezza sia per chi li confeziona sia per chi li usa. L'impegno delle forze dell'ordine viene svolto con una capillare sensibilizzazione nelle scuole, spiegando ai ragazzi l'uso corretto e la pericolosità dei fuochi d'artificio. A dicembre si intensificano i controlli per individuare e sequestrare i prodotti illegali.

Le zone del Paese più "controllate" sono quelle del Sud che hanno una cultura molto sentita della festa, come la Campania, la Puglia, meno la Sicilia. Inoltre, vi è uno smercio di prodotti e materie prime facilmente reperibili nel Sud dell'Italia.

È soprattutto dalla Cina, attraverso una rete internazionale, che provengono prodotti contraffatti e che fanno capo a due aree del nostro Paese: una al Nord ed una al Sud, dalle quali vengono smistati capillarmente su tutto il territorio.

Nel periodo a ridosso delle feste, viene anche messa in atto una forte campagna di comunicazione: artificieri di Polizia e Carabinieri vengono intervistati su queste problematiche da TV nazionali e locali, allo scopo di spiegare i rischi del maneggio e uso incauto dei fuochi d'artificio.

Inoltre, la nuova norma in materia, recepita a livello comunitario prevede, tra l'altro, la tracciabilità del prodotto e l'età minima per l'acquisto. ■

[Rita Caiani]



Fine anno col botto

LE USTIONI

Ogni fuoco, se acceso in condizioni non sicure oppure usato in modo improprio, può causare ustioni di diversa serietà. In caso di grandi ustioni, è bene recarsi in ospedale per essere sottoposti anche a profilassi antitetanica.

LE EMORRAGIE

L'esplosione ravvicinata di fuochi d'artificio può provocare emorragie più o meno abbondanti che possono essere esterne o interne.

Nel primo caso, il sangue fuoriesce all'esterno del corpo: è bene esercitare una pressione direttamente sulla ferita e comprimere i vasi sanguigni che riforniscono l'area sanguinante. Nelle emorragie interne, il sangue si raccoglie all'interno del corpo. Segni tipici sono pallore, colore violaceo delle labbra, ronzii alle orecchie, vista annebbiata, polso debole, respiro affannoso, confusione mentale. Necessario andare al Pronto Soccorso.

I TRAUMI AGLI OCCHI

Regola preziosa è indossare occhiali per proteg-

gere gli occhi prima, durante e dopo l'accensione di un fuoco. Secondo il professore **Teresio Avitabile**, direttore della Clinica oculistica all'università di Catania, lo scoppio di qualunque tipo di gioco pirotecnico, soprattutto se da vicino, può provocare lesioni piuttosto serie, fino alla perdita del bulbo oculare e una condizione di cecità irreversibile. Nei casi più fortunati, invece, si va dalle semplici contusioni e abrasioni della cute intorno agli occhi, alla ritenzione di frammenti o detriti sulla superficie corneale, che provocano fastidio più o meno insistente e necessitano della rimozione dell'oggetto da parte di uno specialista.

Purtroppo, talvolta, si tratta di ferite penetranti o perforanti a tutto spessore del bulbo oculare, con o senza ritenzione di corpi estranei, fino alla rottura del globo oculare. Si tratta di vere emergenze chirurgiche che richiedono il ricovero in centri di eccellenza per il trattamento e che, comunque, si accompagnano sempre a quadri di grave invalidità permanente. ■

ZAPPING



Il "Microlibro" per i bambini diabetici

Si chiama "Microlibro. Il microinfusore per i più piccoli: la storia di Andrea e Lenny" ed è un volume dedicato ai bambini con diabete di tipo 1 da 0 a 6 anni, realizzato da Medtronic con il team di diabetologia pediatrica dell'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù di Roma. In Italia, sono circa 24 mila i piccoli con diabete di tipo 1, il 10 per cento dei quali utilizza un microinfusore.

Il libro racconta la vita di Andrea, un bambino con diabete di tipo 1, che, grazie all'aiuto dei suoi genitori, dei medici e del suo amico, il Leone Lenny, scopre come superare le difficoltà di tutti i giorni, anche con la terapia con microinfusore. L'obiettivo è aiutare i pazienti più piccoli ed i loro genitori ad affrontare la patologia e la terapia insulinica con microinfusore. Per ricevere il volume, si potrà fare richiesta in tutti i reparti di diabetologia pediatrica d'Italia, oppure riempire il modulo contatti che si apre alla pagina www.medtronic-diabete.it ■

augura a tutti i lettori un felice anno nuovo



BUON 2014 DALLA REDAZIONE DI AZ SALUTE

Non è facile, visto il difficile momento che tutti viviamo, ma ci risulta doveroso esprimere, nei confronti dei nostri lettori, un affettuoso e sincero augurio, affinché il nuovo anno possa portare prosperità e benessere per tutti.

La redazione di AZ Salute, ringraziandovi per averci seguito in tutti questi anni, augura a tutti voi un sereno anno 2014.

Tumore al seno

Un esercito di malate

Negli ultimi dieci anni, in Sicilia, i tumori al seno sono cresciuti del 40 per cento e si prevede che l'incidenza continuerà ad aumentare in futuro. Se l'andamento si dimostrasse analogo, nel prossimo decennio si avrebbero circa 40.000 casi.

Nell'Isola, sono circa 28 mila le donne colpite e, ogni anno, vengono diagnosticati 3.000 nuovi casi, con un andamento crescente in rapporto alla fascia d'età, con un picco tra i 60-65 anni.

L'incidenza cresce, ma le cure sono più mirate

Eppure, ancora l'incidenza siciliana del cancro al seno è minore rispetto a quella del centro e del nord Italia. Il problema è la mortalità: nonostante sia calata rispetto a qualche tempo fa, si mantiene ancora superiore rispetto al resto del meridione e si avvicina alla media nazionale.

I dati riportati denotano una situazione piuttosto seria, che non può e non deve essere sottovalutata. Con questo spirito è stato organizzato l'incontro "La sostenibilità dell'innovazione nel trattamento del carcinoma mammario", fortemente voluto da AZ Salute, con il contributo incondizionato di Roche, che si è svolto a Palermo. La giornata è stata l'occasione per mettere insieme esperti del mondo accademico, scientifico e istituzionale dell'Isola per confrontarsi su un tema diventato di grande rilevanza.

Ma perché in Sicilia si muore di più? Perché spesso si arriva tardi alla diagnosi, quando curare il tumore diventa difficile.

Secondo i dati del sistema di sorveglianza "Passi" della Regione Siciliana, nell'Isola la diagnosi precoce è inferiore rispetto a quanto rilevato nelle altre aree del Paese, un fatto che fa arrivare tardi alla scoperta del carcinoma. Si pensa che il fenomeno sia soprattutto dovuto alle condizioni socio-economiche. In Sicilia, il reddito pro-capite è tra i più bassi d'Italia e il livello di istruzione è minore della media nazionale. «Il tumore della mammella è la prima causa per mortalità prematura nel genere femminile. La Regione è impegnata a garantire in tutto il territorio regionale l'accessibilità agli screening», osserva il dottore **Salvatore Scodotto**, dirigente del Dipartimento Osservatorio Epidemiologico dell'assessorato della Salute della Regione Siciliana.

Qualche risultato, in effetti, c'è stato. Il ricorso alla mammografica è aumentato dal 17 per cento del 2009 al 46 per cento di fine 2012, mentre al nord è del 90 per cento. Una percentuale ancora bassa, al di sotto di quella attesa: molte donne si ostinano a non rispondere agli inviti delle Asp. Un invito che potrebbe salvare la vita. ➤

ZAPPING



Il cervello si addormenta "a tappe"

Ecce perché accade di dimenticarsi le ultime cose che facciamo, leggiamo o diciamo poco prima di addormentarci. Lo hanno scoperto i ricercatori degli ospedali "Niguarda" e "Sacco" di Milano, con uno studio pubblicato sulla rivista scientifica *Neuroimage*.

Gli scienziati hanno registrato le deboli correnti di alcune porzioni del cervello, in particolare dell'ippocampo, struttura cruciale per

la conservazione delle memorie nel nostro cervello, dimostrando che questo entra in uno stato di sonno prima della corteccia cerebrale, la quale presiede alle funzioni cognitive, sensoriali, motorie e di linguaggio. Ciò significa che la parte del cervello che si occupa della memoria si addormenta prima di quella del linguaggio, e questo spiega le "amnesie" di quello che diciamo o leggiamo prima di addormentarci. ■

Leucemia, risultati positivi da una nuova cura

La leucemia linfatica cronica rappresenta la forma più comune di leucemia nel mondo occidentale. Ogni anno, provoca circa 75.000 morti in tutto il mondo e, solo in Italia, colpisce circa 3.000 persone all'anno.

Lo studio CLL11, presentato al 55° Congresso Annuale della Società Americana di Ematologia, dimostra che *obinutuzumab*, in associazione a *clorambucile*, riduce significativamente il rischio di peggioramento della malattia o di mortalità del 61 per cento rispetto a *rituximab* più *clorambucile* nei pazienti con leucemia linfatica cronica non trattata in precedenza.

Il farmaco è già stato approvato negli Stati Uniti ed è stata presentata la domanda di autorizzazione all'immissione in commercio ad altre autorità regolatorie del mondo, tra cui l'Agenzia Europea dei Medicinali.

«Le conclusioni dello studio CLL11 dimostrano che *obinutuzumab*, associato a *clorambucile*, permette di ottenere un numero elevato di risposte terapeutiche senza indurre una tossicità che non sia tollerabile in pazienti con problematiche cliniche aggiuntive oltre alla malattia di base», dice il dottore **Marco Montillo**, responsabile del programma di trattamento dei disordini linfoproliferativi cronici, Ospedale Niguarda Ca' Granda di Milano. ■

Civico di Palermo, costituita la "Melanoma Unit"

Un gruppo multidisciplinare seguirà i pazienti con melanoma fornendo così una risposta sanitaria completa ed articolata per sconfiggere la temibile patologia oncologica della pelle. La "Melanoma Unit" sarà coordinata dal direttore dell'Unità operativa di Dermatologia, il dottore **Salvatore Amato**, e vi opereranno gli specialisti della stessa Dermatologia e delle Unità operative di Chirurgia Plastica e Oncologia, dirette dai dottori **Giuseppe Caputo** e **Livio Blasi**. Coinvolte anche le Unità operative di Anatomia patologica, Medicina Nucleare, Radiodiagnostica e Psicologia Clinica.

«L'istituzione della Melanoma Unit – afferma il commissario straordinario dell'ARNAS Civico, **Carmelo Pullara** –, che si aggiunge alla Breast Unit per la diagnosi e la cura del cancro al seno, conferma l'apertura e il consolidamento del ruolo dell'ARNAS verso modelli assistenziali di primo livello sul piano della completezza del percorso clinico-terapeutico nel campo oncologico».

Al Civico di Palermo, inoltre, è appena stato inaugurato il nuovo polo oncologico. ■



Marzia Grazia Furnari che ha brillantemente condotto, insieme al nostro direttore (il primo a sinistra), il talk show sul tumore al seno. Da sinistra, **Salvatore Scodotto**, **Rosanna Cusimano**, **Adele Traina**, **Gabriella Dardanoni**.



«La prevenzione è la prima e più efficace manovra sanitaria. Purtroppo, nelle donne siciliane permane una carenza culturale, anche per quanto riguarda l'alimentazione», sostiene il dottore **Salvatore Requirez**, dirigente responsabile del Servizio Promozione della Salute dell'assessorato regionale della Salute.

Per migliorare la dotazione tecnologica per lo screening del tumore della mammella, sono stati assegnati alle Asp i fondi comunitari per l'acquisto di mammografi digitali.

«Nelle Asp in cui sono stati attivati gli screening, sono state predisposte campagne informative e promozionali per migliorare l'adesione della popolazione», spiega la dottoressa **Gabriella Dardanoni**, dirigente del Dipartimento regionale per le attività sanitarie e osservatorio epidemiologico della Regione Siciliana.

Però, ancora tutto questo non basta. Per le donne che, purtroppo, scoprono troppo tardi di essere affette dalla devastante malattia, oggi la ricerca scientifica mette a disposizione armi terapeutiche in grado di colpire direttamente il tumore. È il caso del carcinoma mammario Her2 positivo, una forma particolarmente aggressiva (15-20 per cento di tutti i carcinomi mammari), per il quale gli oncologi hanno a disposizione alcuni farmaci "intelligenti".



Roberto Bordonaro

Il nuovissimo biologico *pertuzumab*, se associato ad un altro farmaco "intelligente", *trastuzumab* (ora anche nella formulazione sottocutanea) e alla chemioterapia, riduce del 34 per cento il rischio di morte nelle pazienti con tumore metastatico.

«*Pertuzumab* rappresenta un importante salto di qualità per la farmacologia antitumorale e si configura come un'arma irrinunciabile nella cura dei tumori

mammari con sovraespressione del recettore Her2», puntualizza il professore **Roberto Bordonaro**, direttore dell'Oncologia medica dell'Arnas Garibaldi di Catania. ■



Pertuzumab Rivoluzione difficile da attuare

Nonostante gli ottimi risultati dimostrati, l'uso di *pertuzumab* è estremamente complesso. Vediamo perché. Quando l'EMA, l'ente europeo che autorizza i farmaci, dà il via libera ad una molecola innovativa, questa può essere utilizzata senza alcun problema in molti Paesi europei. Ma non in Italia dove è necessaria un'altra autorizzazione, quella dell'Agenzia italiana per il farmaco (Aifa), cosa che comporta un allungamento dei tempi di parecchi mesi.

L'ex ministro della Salute, **Renato Balduzzi**, emise un decreto per rendere subito disponibili i farmaci innovativi approvati in Europa, anche in assenza del visto dell'Aifa. Un'iniziativa lodevole, se non fosse che per questi farmaci venne istituita una nuova classe: Cnn (costo non negoziato). Il farmaco è sì utilizzabile, ma a carico delle aziende sanitarie e non potrà essere rimborsato. E considerato che la maggior parte delle strutture meridionali è economicamente allo stremo, il drammatico risultato è che saranno ben poche le aziende che potranno acquistarlo perché non rimborsabile dal Servizio Sanitario Nazionale. La situazione è già stata denunciata dagli oncologi alla Commissione Sanità dell'Assemblea Regionale Siciliana.

«Non negoziato significa non rimborsabile e la mancata negoziazione corrisponde ad una impossibilità da parte delle strutture pubbliche di acquistare il farmaco», osserva il dottore **Maurizio Pastorello**, direttore del Dipartimento



Maurizio Pastorello



farmaceutico dell'Asp di Palermo e componente della Commissione Prontuario Terapeutico Ospedaliero Regionale Sicilia.

Una frase del dottor **Antonio Lo Presti**, dirigente responsabile del Servizio farmaceutico del Dipartimento Pianificazione Strategica dell'assessorato della Salute della Regione Siciliana, si può definire emblematica: «L'innovazione farmaceutica è fondamentale, in merito però alla sostenibilità siamo la sanità dei numeri e non delle persone».

Per il dottore **Carmelo Iacono**, direttore dell'Oncologia medica dell'ospedale "Paternò Arezzo" di Ragusa e presidente della Fondazione AIOM (Associazione Italiana Oncologia Medica), non resta che auspicare che la Regione adotti delle procedure alternative per garantire, da subito, la disponibilità dei farmaci innovativi all'intera comunità delle pazienti, anche in classe Cnn. ■



Carmelo Iacono

ZAPPING

Diabete, anche in Italia arriva **linagliptin**

Il via libera è stato dato dall'Agenzia Italiana del Farmaco per il trattamento del diabete di tipo 2, con l'obiettivo di migliorare il controllo della glicemia negli adulti. Lo rendono noto Boehringer Ingelheim e Eli Lilly and Company. Il farmaco potrà essere impiegato in monoterapia (nei pazienti inadeguatamente controllati con la sola dieta ed esercizio fisico, per i quali metformina non è appropriata) oppure come terapia di associazione con metformina e con metformina e una sulfanilurea. Gli studi clinici condotti finora dimostrano che *linagliptin* è efficace e ben tollerato anche

nei pazienti con insufficienza renale e negli anziani, non produce alcuna variazione significativa del peso corporeo, non è associato ad un aumento del rischio cardiovascolare.

«Il fatto che da oggi sia disponibile anche per i pazienti italiani questa nuova opzione terapeutica è importante – afferma **Carlo Giorda**, direttore Malattie Metaboliche e Diabetologia ASL Torino 5 –, soprattutto se consideriamo che, in Italia, la percentuale dei pazienti con diabete al di sopra dei 65 anni supera il 60 per cento della popolazione diabetica». ■

D

Diversamente giovani

di Mario Barbagallo

*Professore Ordinario
Direttore Cattedra di Geriatria
Università degli Studi di Palermo*

TECNOLOGIA: AIUTA AD INVECCHIARE BENE



La tecnologia ha un enorme potenziale ancora inespresso che può aiutare ad invecchiare bene ed in sicurezza. Il settore sanitario tuttavia è più lento di tanti altri campi a comprendere ed utilizzare le nuove soluzioni tecnologiche. Le possibili applicazioni della tecnologia nel promuovere un invecchiamento di successo ed in salute sono molteplici.

Basti pensare alla telemedicina, alla possibilità di effettuare analisi cliniche a distanza o alla somministrazione di tante medicine (ogni anziano ne prende in media 4 o 5) attraverso un dosaggio teleguidato, come già fanno in alcuni Paesi (ad esempio, in Giappone). La telemedicina può anche essere utilizzata per un migliore controllo sanitario e dei fattori di rischio e per implementare comportamenti e stili di vita sani.

Avvisi automatici sui cellulari possono rammentare all'anziano l'ora in cui prendere le medicine, e/o controllare la pressione, la glicemia e/o ricordare la data delle visite mediche. Tutti i parametri (pressione arteriosa, glicemia, etc.) possono essere comunicati telematicamente al medico del Servizio Sanitario Nazionale, ed inseriti in una cartella clinica computerizzata, migliorando la cura e riducendo il numero di visite in ospedale ed i costi sanitari. Applicazioni su dispositivi mobili possono aiutare a fare la diagnosi e a dare la corretta terapia ancora prima dell'arrivo del medico o dell'ambulanza (ad esempio, ad anziani che vivono soli o in campagna). In caso di emergenza, apparecchi informatici e sensori posizionati sul corpo dell'anziano possono informare il medico e dare l'allarme in tempo reale in caso di cadute o di episodi di ipoglicemie o anche monitorare il battito cardiaco e dare l'allarme in caso di aritmie. Queste informazioni possono essere inviate anche ai familiari per dare soccorso immediato.

Le possibilità della tecnologia sono enormi anche in altri campi, basti ad esempio pensare al settore della domotica e delle case intelligenti, che può consentire anche ad anziani parzialmente non autosufficienti di continuare a vivere in sicurezza nella propria casa. ■

IERI & DOMANI

B

Bambini

di Giuseppe Montalbano

Pediatra di famiglia

IL DIABETE IN PEDIATRIA



In età pediatrica, la forma più frequente di diabete è quello di tipo 1, causato da una carenza assoluta di insulina, ormone prodotto da una parte del pancreas, anche se ultimamente

sono cresciuti i casi di diabete 2, tipico dell'età adulta, in bambini obesi. La malattia è caratterizzata da un incremento dello zucchero nel sangue.

I sintomi del diabete nel bambino sono simili a quelli dell'adulto: i tre principali sono l'accresciuto appetito, la sete eccessiva e l'aumento della frequenza delle minzioni e della quantità di urine eliminate. Talvolta, i sintomi sono sfumati e la diagnosi risulta difficile: il bambino perde peso inspiegabilmente, diventa irritabile, accusa dolori addominali, si stanca facilmente, ha cefalee frequenti.

Di fronte a sintomi di questo tipo, non bisogna mai sottovalutare la possibilità di diabete di tipo 1 al suo esordio e, quindi, occorre rivolgersi al pediatra di famiglia.

Una volta accertata la presenza del diabete, bisogna attivare tutta una serie di comportamenti da parte del bambino e della famiglia che porteranno ad un controllo della malattia e ad una soddisfacente qualità di vita. In questa fase, molta importanza ha la cosiddetta "educazione terapeutica", tecnica comportamentale che permette al bambino ed al suo nucleo familiare di gestire con una certa autonomia il trattamento della malattia.

Grossissimo errore da parte della famiglia sarebbe quello di considerare il piccolo diabetico un handicappato, da tutelare al massimo, sino ad impedirgli di continuare la sua vita di bambino. È evidente che ci dovranno essere delle regole comportamentali ed alimentari piuttosto rigide, ma applicabili con una certa elasticità. L'alimentazione deve essere bilanciata e contenere gli stessi nutrienti necessari per tutti gli organismi in crescita; anche l'attività fisica va praticata, sicuramente tenendo conto del consumo energetico e dell'aumentata richiesta di zuccheri.

Il diabete nel bambino sicuramente rappresenta una sorta di "terremoto" esistenziale, ma, se affrontato con serenità, collaborazione e rispetto delle regole, si può garantire al piccolo ed alla sua famiglia un percorso virtuoso tale da permettergli una buona qualità di vita. ■

Colesterolo alto A volte è ereditario

Non tutti sanno che alti livelli di colesterolo cattivo (LDL) nel sangue non sono un problema esclusivo degli adulti. Possono soffrirne anche i bambini, già dalla nascita. Esiste infatti una malattia, l'ipercolesterolemia familiare (FH), su base ereditaria, che provoca l'innalzamento della quantità di colesterolo nel sangue, con livelli che possono arrivare anche a 1.000

**Necessario
iniziare la terapia
il prima possibile**

milligrammi per decilitro di sangue, quando invece dovrebbero essere inferiori a 170-180. Il tutto a causa di un'anomalia genetica che impedisce alle cellule di captare il colesterolo, fenomeno che porta le lipoproteine LDL a riversarsi nel sangue ed a depositarsi nelle arterie.

La situazione che si viene a creare è molto pericolosa. «Valori così alti di colesterolo come nell'FH, anticipano il rischio cardiovascolare di 20 anni. Se non trattati adeguatamente, possono portare ad un aumento di rischio di ictus, infarto cardiaco, trombosi, malattie arteriose periferiche, di anche 17 volte in più di chi non ha la malattia», sottolinea il professore **Alberico Catapano**, presidente dell'European Atherosclerosis Society e del dipartimento di Scienze farmacologiche e biomolecolari dell'università di Milano.

La patologia è ancora poco conosciuta e molti sono i casi non diagnosticati. Secondo le stime, in Italia, i malati potrebbero essere circa 200 mila (intorno a 12 mila in Sicilia), la maggior parte non consapevoli del loro stato. La prevalenza è di un caso ogni 300-500 abitanti. Purtroppo, per la difficoltà di scoprire la patologia, si calcola che soltanto l'1 per cento dei pazienti con ipercolesterolemia familiare arrivi alla diagnosi.

Una forma rara, ma più grave, della malattia è quella omozigote (HoFH), un caso ogni milione: già alla nascita, il bambino ha livelli altissimi di colesterolemia totale, spesso oltre 600 milligrammi per decilitro di sangue. E sono destinati a crescere nel tempo. >



ZAPPING



Sicilia, si potenzia l'oncologia pubblica

Finanziato con 16 milioni di euro l'acquisto delle CT PET per le province di Agrigento, Ragusa, Trapani, Caltanissetta, oltre quella di Siracusa. La Pet-Tac è una apparecchiatura ad alta tecnologia usata in oncologia clinica, sia in fase diagnostica, sia per verificare i risultati delle terapie anticancro.

Il loro acquisto, deciso sulla base di un ampio lavoro di programmazione e di analisi epidemiologica, deriva dalla necessità di potenziare e consolidare la capacità di risposta pubblica anche nel settore dell'oncologia. Recentemente, ad Agrigento e Siracusa, è stato finanziato l'acquisto di acceleratori lineari. ■



Un dispositivo riassorbibile per la malattia coronarica

L'ultima frontiera della cura della malattia coronarica si chiama BVS, acronimo di Bioresorbable Vascular Scaffold, un dispositivo bioriassorbibile che somiglia ad una piccola struttura cilindrica. Dopo il suo impianto, assicura il ripristino del flusso sanguigno dissolvendosi gradualmente e completamente, e lasciando i vasi liberi di tornare al proprio stato naturale, recuperando la propria funzionalità. Realizzato in polimero di acido polilattico, viene anche comunemente usato per i punti di sutura riassorbibili.

In genere, la malattia coronarica si manifesta quando le arterie che apportano sangue al cuore si restringono o si ostruiscono. È la più comune tipologia di cardiopatia e una delle principali cause di morte per uomini e donne. In Italia, si effettuano ogni anno 278 mila coronarografie e 140 mila angioplastiche coronariche, ma sono molte le persone che sono affette da malattia coronarica e ancora non lo sanno.

«Mantenere il vaso trattato quanto più fisiologico possibile, è il nostro più importante obiettivo – spiega il professore **Corrado Tamburino**, docente di Cardiologia all'università di Catania e direttore dell'Istituto di Cardiologia dell'ospedale "Ferraro" – soprattutto nei pazienti "giovani", poiché conserveranno dopo l'operazione una funzionalità coronarica migliore nel tempo. Dopo più di dieci anni dal primo intervento con gli stent medicati, che furono introdotti nel 2002, oggi abbiamo a disposizione una vera e propria "rivoluzione" nel trattamento delle patologie coronariche, un dispositivo che in circa 24/36 mesi viene riassorbito. Credo che la cosa più importante è che il BVS venga reso disponibile a quanti più pazienti possibile».



«L'aspettativa di vita di questi bambini non trattati subito non va oltre la seconda decade. Non sono infrequenti casi di infarto miocardico prima dei 10 anni», osserva il dottore **Maurizio Averna**, direttore del centro di riferimento della Regione Siciliana per la prevenzione, diagnosi e cura delle malattie rare del metabolismo.

Fondamentale quindi diventa la diagnosi precoce, possibile attraverso un'accurata indagine familiare per accertare se ci sono storie di contenuti elevati di grassi nel sangue, di eventi cardiovascolari precoci, presenza di depositi di grasso sui tendini, a livello di gomiti e ginocchia o a lato dell'occhio.

I trattamenti vanno iniziati prima possibile. Se le terapie farmacologiche non funzionano, si ricorre alla LDL aferesi, una metodica di filtrazione del sangue per eliminare il colesterolo in eccesso. Insomma, una sorta di dialisi per "pulire" il sangue. Comporta trattamenti in regime ambulatoriale che durano 2-3 ore, ripetuti a distanza di 7-14 giorni, vale a dire il tempo medio di produzione del colesterolo.

A fine luglio di quest'anno, l'EMA, l'Ente europeo che autorizza la disponibilità di un farmaco, ha approvato una nuova molecola per uso orale, *lomitapide*, frutto della ricerca statunitense. Anche l'Aifa, l'agenzia per i farmaci italiana, l'ha resa disponibile. Agisce, con un innovativo meccanismo d'azione, inibendo una proteina fondamentale per l'"assemblaggio" dei grassi.

A tutto ciò deve comunque aggiungersi uno stile di vita virtuoso: alimentazione corretta, no alla sedentarietà, sì all'attività fisica. ■

Sclerosi multipla Cefalù da "Bollino Rosa"

La sclerosi multipla è una malattia per lo più al femminile.

Colpisce le donne con un rapporto di 3 a 1, rispetto agli uomini. E ancora non è del tutto chiaro perché l'anomala aggressione del sistema immunitario al rivestimento del sistema nervoso, la mielina, investa di più le donne. E la popolazione femminile affetta dalla patologia, per problemi di fertilità, gravidanza,

Un centro dedicato solo alle donne con la malattia

sessualità, menopausa, ha bisogno di un impegno sanitario particolare.

All'ospedale "San Raffaele-Giglio" di Cefalù, è stato creato un centro esclusivamente dedicato alle donne con sclerosi multipla, premiato col "bollino rosa", un riconoscimento attribuito dall'Osservatorio nazionale sulla Salute della Donna alle strutture sanitarie che pongono un'attenzione particolare all'assistenza delle donne, in altre parole ospedali a "misura di donna".

Al Centro di Cefalù, diretto dal dottore **Luigi Grimaldi**, neurologo, vengono ad oggi curate 700 donne su 1.200 malati, che giungono da tutta l'Isola.

«Abbiamo puntato sulla diversità di genere in modo mirato. La malattia colpisce donne in età fertile e occorre tenere conto di tanti aspetti diversi come il matrimonio, la gravidanza, il parto, il maggiore pericolo di con-

trarre infezioni, come ad esempio, il papilloma virus umano, causa del cancro del collo dell'utero. Sono tutte situazioni al femminile che hanno portato il "San Raffaele-Giglio", alla decisione di costituire una struttura dedicata alle donne con la malattia», osserva il dottore Grimaldi.

Nel Centro, la donna viene presa in carico da un team multidisciplinare: neurologi, ginecologi, psicologi, infermiere particolarmente formate sulla malattia. Nel laboratorio lavorano alcune coordinatrici di ricerca. «Seguono – spiega Grimaldi – lo sviluppo di studi internazionali sui farmaci di nuova generazione. Siamo responsabili di alcune sperimentazioni per tutto il Paese. Ed è proprio grazie a questo lavoro di ricerca che il nostro centro si autofinanzia». ➤



Luigi Grimaldi



Un antidepressivo contro la sindrome di Down

Corrette in laboratorio, su topi, prima della nascita, le alterazioni cerebrali e le disabilità cognitive causate dalla sindrome di Down. Il tutto utilizzando un antidepressivo. È la scoperta di un gruppo di ricerca del Dipartimento di Scienze Biomediche e Neuromotorie dell'università di Bologna, guidato da **Renata Bartesaghi**, pubblicata sulla rivista di neuroscienze *Brain*.

Alcuni anni fa, i ricercatori hanno iniziato a studiare – in topi modificati per replicare le caratteristiche tipiche della sindrome di Down – la possibilità di ripristinare farmacologicamente, nei neonati, il corretto sviluppo cerebrale tramite la somministrazione di *fluoxetina*, un antidepressivo di largo uso. La ricerca ha avuto un esito positivo. ■



Il programma Bollini Rosa

Nasce nel 2007 e gode del patrocinio di 15 società scientifiche tra cui la Società Italiana di Neurologia. L'iniziativa, che quest'anno si è arricchita di una sessione dedicata alla sclerosi multipla, ha assegnato agli ospedali da uno a tre bollini con valenza biennale, relativamente a 13 diverse specialità. In questa edizione del programma sono state premiate 230 struttu-

re ospedaliere. Mediante la Guida Nazionale Bollini Rosa distribuita in tutte le 17.000 farmacie presenti sul territorio italiano, una linea telefonica dedicata e il sito Internet www.bollinirosa.it, le utenti possono individuare, all'interno del network degli ospedali premiati, la struttura più vicina a loro e interagire in modo attivo lasciando sul sito un commento e leggendo le opinioni pubblicate. ■



In sperimentazione, su cinque pazienti, una nuova molecola, anti-lingo che riesce a fare ricrescere la mielina distrutta da cellule del sistema immunitario che, erroneamente, credono la mielina una nemica dell'organismo. Per il dottore Grimaldi si tratta di una novità importante, ma tende a precisare "per ora solo in fase sperimentale". Il farmaco agisce positivamente sulla ricostruzione della mielina, ma ciò non deve far pensare che le cellule killer non continuino ad aggredirla. Ma se all'anti-lingo viene abbinato un farmaco che può bloccare la malattia come l'interferone, si spera che i risultati possano essere soddisfacenti.

«Pensiamo – dice Grimaldi – anche alla possibilità di abbinare, in futuro, all'anti-lingo farmaci come *glatiramer* o l'anticorpo monoclonale *natalizumab*, farmaco che abbiamo utilizzato in molti malati per ridurre il rischio di progressione della malattia, con buoni risultati». ■



Gestanti in forma fanno figli più intelligenti

La ginnastica in gravidanza accelera lo sviluppo del cervello del neonato che risulterà più maturo e più reattivo sin dai primi giorni di vita, con un impatto potenziale sulla vita futura del bambino. A fare la differenza, basta un regime moderato di esercizio fisico: 20 minuti di attività moderata per tre volte a settimana.

Lo rivela una ricerca presentata al congresso Neuroscience 2013 che si è tenuto lo scorso novembre a San Diego e condotta da **Dave Elleberg** dell'università di Montreal.

Si tratta del primo studio in cui si confronta lo sviluppo e la reattività cerebrale di neonati le cui mamme sono state fisicamente attive in gravidanza con quelli di figli di donne sedentarie.

Gli esperti hanno seguito un campione di gestanti al secondo trimestre di gravidanza. Parte di loro doveva fare un po' di sport (20 minuti per tre giorni a settimana), le altre invece no (gruppo di gestanti sedentarie). A pochi giorni dalla nascita, è stata misurata la reattività cerebrale dei bebè (nel sonno) in risposta a certi stimoli di tipo sonoro, usando un elettroencefalogramma con elettrodi morbidi per non disturbare il piccolo.

Mentre dormivano, i neonati erano esposti a stimoli sonori di vario tipo, sia suoni da loro già uditi, sia nuovi. È emerso che i figli delle mamme attive fisicamente in gravidanza mostravano un'attività neurale più "matura", ed erano più reattivi agli stimoli uditi, segno che il loro cervello si era sviluppato più rapidamente. Gli esperti proseguiranno lo studio per verificare se lo sport in gravidanza ha un impatto duraturo sul cervello del bebè conflussi sullo sviluppo linguistico, cognitivo e motorio visibili nei primi anni di vita. ■

Nuove cure per il mal di testa

di Manuela Campanelli



I neurostimolatori riducono il dolore e prevengono le crisi

La filosofia sulla quale si basano le moderne terapie per il mal di testa è quella di ridurre l'abuso di farmaci con approcci semplici da seguire e praticabili a casa propria. In quest'ottica, sono stati realizzati i neurostimolatori portatili che, inviando dall'esterno impulsi elettrici al cervello, riducono il dolore e prevengono gli attacchi d'emicrania. Si tratta di dispositivi non ancora in commercio nel nostro Paese e a tutt'oggi sotto osservazione, che rappresentano tuttavia l'ultima frontiera. Il primo reso disponibile in Europa è *Cefaly* che, grazie a un elettrodo adesivo, si mette sulla fronte e agisce sul nervo trigemino. Secondo uno studio clinico, che sta per essere pubblicato su *Neurology*, dopo tre mesi il suo uso porta ad una diminuzione di quasi il 75 per cento del ricorso agli analgesici nelle persone che rispondono al trattamento. Al momento, non ci sono però prove che sia efficace dopo i tre mesi in cui è stato valutato.

Contro l'iper-uso di analgesici occasionali

Già praticabile all'Istituto Neurologico "Carlo Besta" di Milano è invece la stimolazione

periferica del nervo grande occipitale, che si avvale di uno stimolatore messo sotto cute e di un piccolo elettrodo posizionato sul collo, precisamente alla base del cranio. Proposta per trattare le forme d'emicrania croniche e resistenti ai farmaci, è stata già utilizzata per curare la cefalea a grappolo di difficile remissione. In questi ultimi casi, la metodica si è dimostrata efficace nel 65 per cento dei soggetti trattati.

La terapia con gli aghi

Cure semplici e rispettose dell'integrità della persona stanno prendendo sempre più piede anche per risolvere il mal di testa. È, per esempio, il caso dell'agopuntura, verso la quale sta crescendo l'interesse dei medici, dimostratasi efficace quanto i farmaci per la prevenzio- ➤



ZAPPING



Un'innovativa tecnica per i trapianti di midollo

Scoperta al Bambino Gesù di Roma una tecnica per il trapianto di midollo in pazienti pediatrici affetti da leucemie acute e tumori del sangue. Un'innovativa procedura di trattamento cellulare, sperimentata con successo già su 50 pazienti, rende sicuro – in mancanza di un donatore completamente compatibile – il trapianto di cellule staminali da uno dei due genitori. Lo studio è stato messo a punto dall'équipe del professore **Franco Locatelli**, responsabile di Oncoematologia pediatrica e Medicina Trasfusionale.

Circa il 30-40 per cento dei pazienti non trova un donatore idoneo o ha urgenza di essere avviato al trapianto in tempi non compatibili con quelli necessari a identificare un donatore al di fuori dell'ambito familiare.

Finora, il trapianto di staminali da un genitore non garantiva alte percentuali di successo. I ricercatori dell'ospedale Bambino Gesù hanno sviluppato un approccio che protegge adeguatamente i bambini trapiantati dal rischio di infezioni e di ricrescita delle cellule tumorali. ■

Due libri sul **rene policistico**

Il rene policistico dell'adulto è una patologia ereditaria, ad esordio tardivo, caratterizzata in primo luogo dalla formazione di cisti in entrambi i reni. Si tratta di una delle malattie genetiche più comuni, che colpisce circa 60.000 persone in Italia. Secondo uno studio condotto in Sicilia, la prevalenza della patologia è sottostimata perché spesso i sintomi non sono riconosciuti in modo corretto.

Per fare maggiore chiarezza, AIRP Onlus (Associazione Italiana Rene Policistico) ha presentato ai medici di medicina generale due volumi dedicati alla patologia, per conoscere meglio le sue manifestazioni e le complicanze.

I volumi si possono ricevere mandando una mail a info.airp@renepolicistico.it. ■



Un progetto per contrastare l'**obesità infantile**

In Italia, il 22,2 per cento dei bambini è in sovrappeso, mentre il 10,6 è obeso. Una fotografia allarmante che pone il nostro Paese al primo posto nell'Unione europea per la diffusione dell'eccesso di peso in età infantile. È quanto emerge dall'ultimo Rapporto "OKkio alla salute" sulle abitudini alimentari dei bambini nelle scuole primarie, promosso dal ministero della Salute.

Tra le principali cause di questo fenomeno, le cattive abitudini alimentari, la scarsa attività fisica ed i comportamenti sedentari: il 9 per cento dei bambini salta la prima colazione, il 31 per cento non la fa bilanciata con il giusto apporto di carboidrati e proteine, il 22 per cento non consuma quotidianamente frutta e/o verdura e il 18 pratica solo un'ora di sport a settimana.

Parte ora nelle scuole il progetto "SALTA in BOCCA" che si pone l'obiettivo di educare alla sostenibilità alimentare attraverso un percorso formativo e didattico assolutamente gratuito. A supporto dell'iniziativa è stato creato il sito www.saltainbocca.it con diverse aree tematiche, schede didattico-formative sui benefici dei diversi alimenti e sulle corrette abitudini alimentari, ed un concorso a premi per scuole e famiglie. ■



Giovanni Battista Allais

▼
ne dell'emicrania e la cefalea di tipo tensivo. «È inoltre considerata il trattamento d'elezione per quel 30 per cento delle donne in gravidanza che continuano ad avere emicrania», sottolinea il dottore **Giovanni Battista Allais**, responsabile del Centro Cefalee della Donna del Dipartimento di Ginecologia e Ostetricia dell'ospedale

"Sant'Anna" di Torino.

Per chi accusa nausea e vomito collegati al mal di testa, consigliato è anche il braccialetto in tessuto per il mal d'auto, nave e aereo. «Messo sul punto "6 di pericardio", cioè a distanza di tre dita trasverse dalla piega del polso, controlla i sintomi nell'80 per cento delle donne con emicrania colpite da un attacco acuto», aggiunge Giovanni Battista Allais.

Anticoncezionali senza estrogeni

Le donne con emicrania preceduta da aura, cioè da sintomi neurologici quali visione di lampi o scotomi scintillanti, hanno il divieto assoluto di usare gli anticoncezionali contenenti estrogeni e progestinici perché possono aumentare il rischio d'incorrere in un ictus. Uno studio multicentrico, eseguito di recente, ha tuttavia sottolineato come le pillole con solo progesterone possano essere ben tollerate da queste persone e prevenirne in modo significativo gli attacchi.

«I contraccettivi tradizionali a base di estrogeni e progestinici aprono una specifica finestra di vulnerabilità all'emicrania durante i sette giorni di pausa, previsti dalla loro assunzione», spiega Giovanni Battista Allais.

Per ovviare a questo inconveniente, esistono pillole, reperibili anche nel nostro Paese, che riducono la sospensione a 2 o a 4 giorni, mentre negli Stati Uniti sono già in commercio quelle "stagionali" che si assumono per 84 giorni sì e 7 no. ■

Telemedicina e globalizzazione sanitaria

La Telemedicina è una prassi sanitaria definita "d'interscambio di informazioni" che, attraverso dati, immagini, testi e suoni, conduce all'erogazione di una prestazione sanitaria tra utenti, pazienti, medici e competenze specialistiche ospedaliere. In futuro, in altre parole, la Telemedicina rappresenterà un metodo operativo molto importante per mettere in rete tutta

Per migliori prestazioni sanitarie ovunque sia il paziente

la sanità italiana. Ci spiega meglio cos'è questa metodica e a cosa serve il dottore **Salvatore Amato**, presidente dell'Ordine dei

Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della provincia di Palermo.

Dottore Amato, parliamo di Telemedicina...

«Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, può essere definita come "l'erogazione dell'assistenza sanitaria, quando la distanza è un fattore critico, da parte degli operatori sanitari; a tal fine, sono utilizzate le tecnologie informatiche e le telecomunicazioni per lo scambio di informazioni corrette per la diagnosi, la terapia e la prevenzione di patologie"».

Questo significa che il paziente può essere curato tramite Internet?

«Anche tramite Internet. La Telemedicina sfrutta molto il web per trasferire informazioni sanitarie da un medico all'altro. Se una

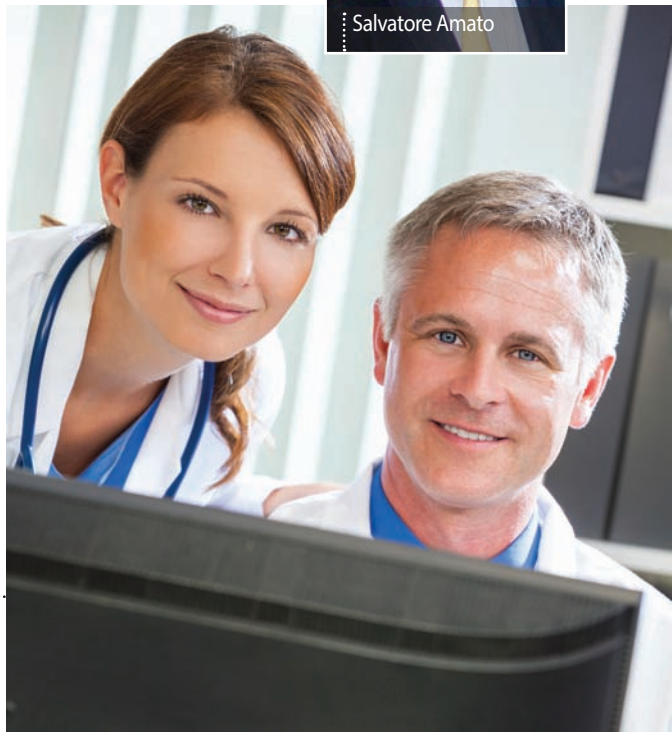
persona si trova in un comune di montagna e si reca in un piccolo ospedale per una crisi cardiaca, con la Telemedicina si potrà avere un consulto immediato con i centri più qualificati».

Quindi i medici saranno tutti collegati tra loro per offrire un servizio migliore al paziente?

«Sì. L'obiettivo è quello di migliorare le prestazioni sanitarie in qualsiasi luogo il paziente si trovi. Tutto questo diventa importante per tante patologie, in



Salvatore Amato



ZAPPING

Poco zucchero nel sangue, più memoria

Se il sangue è "amaro", il cervello funziona meglio: avere la glicemia bassa è associato ad una migliore memoria. Lo rivela una ricerca pubblicata sulla rivista *Neurology* da **Agnes Floel** dell'università medica Charité di Berlino che ha coinvolto 141 persone sane di 63 anni. Gli esperti hanno misurato la glicemia del campione e poi l'hanno confrontata con le loro performance mnemoniche misurate con test ad hoc. Infine, i ricercatori hanno comparato anche

il volume dell'ippocampo – il centro della memoria – dei partecipanti. È emerso che più bassa era la glicemia dei soggetti (anche se restava nel range di valori normali, visto che si trattava di persone sane, senza diabete), migliore era la loro memoria e maggiore il volume dell'ippocampo. Lo studio suggerisce che per mantenere fresca la memoria anche quando gli anni passano bisogna tenere a bada lo zucchero nel sangue. ■



particolare per quelle oncologiche e cardiache. Il paziente non sempre dovrà spostarsi per avere diagnosi e terapie opportune. A pieno regime, la Telemedicina creerà la "globalizzazione sanitaria" con notevoli risparmi economici e dove le strutture di eccellenza sanitaria saranno collegate con le zone periferiche. Appare oggi ampiamente dimostrato che la Telemedicina abbatta le barriere geografiche realizzando servizi di assistenza remota e, soprattutto, in tempo reale e ovunque. In un periodo di spending review, questo non è poco».

Come funziona in concreto?

«La Telemedicina usa le tecnologie che si basano sulla connessione a banda larga e che consentono ai dati di andare molto veloci sulla rete. Questo comporta la possibilità di inviare radiografie e altre metodiche diagnostiche via web da un medico all'altro. In un prossimo futuro, con la Telemedicina, anche il paziente potrà ricevere informazioni sul suo computer. Inoltre, con riferimento alla dermatologia, branca della quale mi occupo personalmente, posso affermare che l'applicazione di tecnologie informatiche alle patologie cutanee è sicuramente di grandissima efficacia. La Teledermatologia rende possibile il consulto a distanza tra il medico di famiglia e centri specializzati o tra gli stessi specialisti dermatologi. È certamente un sistema attraverso il quale si può migliorare il grado di prevenzione delle malattie cutanee e la diagnosi precoce di gravi patologie». ■

Tiroide, a volte si ammalano bambini e adolescenti

Presentano sintomi che talora possono essere male interpretati e attribuiti ad esempio alla crescita, all'adolescenza, a periodi di stress scolastico. Stanchezza, sonnolenza, ipersonnia, bradicardia o tachicardia, irritabilità e disturbi dell'umore sono i segni delle più comuni malattie della tiroide che colpiscono anche la popolazione infantile, con una marcata preferenza per il sesso femminile. Il picco dell'insorgenza avviene intorno alla seconda infanzia, verso i 12 anni, complice anche l'interferenza della maturazione sessuale. Eppure, un bambino/ragazzo su tre riceve la diagnosi corretta con 12-24

mesi di ritardo. «Le due patologie tiroidee più frequenti sono la tiroidite di Hashimoto, disturbo su base autoimmune che consiste nella formazione di anticorpi contro la tiroide, e forme cliniche che vedono l'insorgenza di ipotiroidismo e, in alcuni casi, ipertiroidismo – spiega il professore **Francesco Chiarelli**, direttore della Clinica Pediatrica dell'università di Chieti e presidente della Società Europea di Endocrinologia Pediatrica (ESPE) –. Disturbi da non sottovalutare e che presentano un certo grado di comorbidità con patologie come il diabete di tipo 1 e la celiachia». ■



Gambe senza riposo, gli oppioidi nuova speranza di cura

Dolore, crampi notturni, formicolii, scatti involontari, desiderio irrefrenabile di muovere gli arti inferiori. È la "sindrome delle gambe senza riposo", malattia neurologica cronica che compare di solito dopo i 40-45 anni e affligge il 5-10 per cento della popolazione adulta, soprattutto femminile.

Non esistono ad oggi cure risolutive, ma solo farmaci in grado di attenuare i sintomi; 4 pazienti su 10 non rispondono ai trattamenti di prima linea, altri devono sospenderli a causa degli effetti collaterali.

Una risposta alle esigenze di questi pazienti più complessi arriva da uno studio multicentrico apparso recentemente su *Lancet Neurology*, che ha evidenziato la significativa efficacia e tollerabilità, a breve e a lungo termine, dell'associazione ossicodone/naloxone nei soggetti con sintomatologia severa, resistenti alle terapie standard.

Nello studio, dopo 12 settimane di terapia con gli oppioidi, i pazienti hanno notato una riduzione del 50 per cento dei sintomi. Dopo 3 mesi di terapia, il 67 per cento dichiarava un miglioramento significativo anche nella qualità di vita e del sonno, mentre il 42 per cento era ormai asintomatico o con sintomi clinicamente non rilevanti. ■



Associazioni

di Minnie Luongo

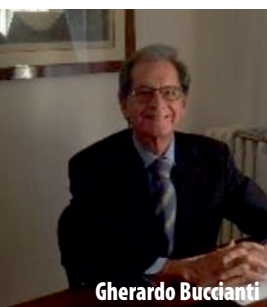
ASPREMARE, PER SALVARE I NOSTRI RENI



As.Pre.Ma.Re, Onlus nata nel 1979, è appena diventata una Fondazione. Per la precisione, **Aspremare, Fondazione Buccianti per la ricerca e la prevenzione delle**

malattie renali e cardiovascolari. «Stiamo notando che, negli ultimi anni, le malattie renali si sono di gran lunga ridotte, grazie alla prevenzione e alle cure, anche se questo vale per le patologie cosiddette primitive, come le nefriti o le malattie ereditarie, anche minori. Di contro, in considerazione dell'età

media della popolazione sempre più avanzata, sono aumentati i pazienti con patologie proprie dell'anziano. Ecco perché vengono da noi sempre più persone in là con gli anni ipertese, con uno o più bypass, diabetiche», afferma il fondatore, il professore **Gherardo Buccianti.**



Gherardo Buccianti

Uno degli obiettivi principali della neonata Fondazione è informare correttamente i cardiocirurghi circa l'importanza della prevenzione e della diagnosi precoce, cosicché i pazienti arrivino dal nefrologo quanto prima possibile. «Purtroppo – sottolinea Buccianti – non è raro constatare quanto spropositato sia il livello di creatinina dei pazienti che si sottopongono a una visita specialistica». La creatinina (che deriva dalla creatina, una proteina contenuta nei muscoli) si forma durante un intenso lavoro dei muscoli, entrando perciò in maggiore quantità nel sangue. Essa raggiunge i reni e viene espulsa dal corpo tramite le urine: l'aumento delle concentrazioni ematiche di creatinina e la sua diminuzione nell'urina sono una spia di compromissione della funzionalità renale. ■

Saperne di più

ASPREMARE FONDAZIONE BUCCIANTI

c/o Ospedale Niguarda Cà Granda

S.C. di Nefrologia e Dialisi

Piazza Ospedale Maggiore, 3 - 20162 Milano

Tel. 02- 6123644



Libri

di Arianna Zito

LA LANTERNA DI SOPHIA. IL LIBRO DEGLI ARCHETIPI



“Non si dovrebbe intraprendere la cura di una parte senza tener conto del tutto. Non dovrebbe essere fatto alcun tentativo di curare il corpo disgiunto dall'anima

e, per ottenere la salute della mente e del corpo, è necessario cominciare curando la mente”. Il pensiero di Platone racchiude il cardine del libro di **Levio Cappello, La lanterna di Sophia. Il libro degli archetipi (Nuova Ipsa Editore, pagg. 311, € 35,00).**

Come sottolineato nella prefazione, “mediante un percorso che si dipana tra simboli e archetipi, il testo si propone di far conoscere ventidue stadi di sviluppo dell'uomo, coniugando alcuni tra i più interessanti percorsi di ricerca simbolica, psicosomatica e psicoanalitica”. L'autore, medico chirurgo, psicosomatista, agopuntore e docente di Omeopatia, individua 22 archetipi primari nei quali, attraverso una lettura affascinante strutturata attorno al pensiero simbolico, si potrà facilmente riconoscere se stessi e gli altri.

“Ogni essere umano nasce con un imprinting, un marchio, una predisposizione, un terreno che ha una duplice origine. La prima di queste fonti affonda le sue remote radici nell'energia ancestrale dei nostri avi ed è la risultante ultima di un processo evolutivo familiare con le sue stigmate psicofisiche, che sono strettamente embricate, e costituiscono il frutto ultimo del contatto patologico con le grandi malattie”. ■



gsk

**Migliorare la qualità della vita umana
per consentire alle persone
di essere più attive di stare meglio
di vivere più a lungo**

www.gsk.it





Possiamo sperare?

LA VITA PONE DOMANDE. NOI CERCHIAMO LE RISPOSTE.

L'innovazione è la nostra risposta alle continue sfide della salute. Lavoriamo ogni giorno per salvare le vite dei pazienti e per aiutare milioni di persone in tutto il mondo. Leader mondiali nelle biotecnologie: diagnostica in vitro, oncologia, trapiantologia, anemia, virologia, nefrologia e reumatologia sono le nostre aree di eccellenza. Focalizziamo il nostro impegno in ricerca e sviluppo sulla scoperta di nuovi farmaci e tecnologie diagnostiche in grado di combattere il cancro, l'AIDS, l'epatite, l'Alzheimer, l'artrite reumatoide ed il diabete. Grazie ai grandi progressi nella ricerca e alla sinergia tra diagnosi e terapia, siamo pionieri nello sviluppo di test diagnostici e farmaci personalizzati in base alle caratteristiche genetiche di gruppi di pazienti.

Ci sono tante risposte quante sono le persone. Noi continuiamo a cercare soluzioni individuali.



We Innovate Healthcare

www.roche.it