

Spiaggia

**Come rimodellano
il fisico le grandi star**



Caldo

Ecco perché la pressione va giù

Estate

Quali alimenti preferire

Troppo sole

Un pericolo per la pelle

Cure eccessive?

Un danno per la salute

ABBINAMENTO AL

GIORNALE DI SICILIA

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



Oggi, il mondo di domani

Oggi il mondo di domani è l'impegno ad agire per un presente responsabile ed un futuro sostenibile. Per Bristol-Myers Squibb significa scoprire, sviluppare e offrire terapie innovative per aiutare i pazienti a sconfiggere malattie gravi. Ma significa anche avere la piena consapevolezza degli obblighi verso la comunità locale e globale, trasformandoli in impegno concreto. Il nostro impegno guarda al futuro e alle realtà più lontane ma inizia nel presente e dai luoghi a noi più vicini. **Oggi per il domani.**



di **Carmelo Nicolosi**

LEO Pharma Azienda danese che approda in Italia

In un momento particolarmente difficile come quello che attraversa l'Italia, quando molte aziende soffrono e alcune pensano di traslocare in Paesi più "accoglienti", fa notizia il fatto che una ditta straniera venga ad investire nel nostro Paese. È il caso della farmaceutica **LEO Pharma**, azienda danese con oltre 100 anni di esperienza nella ricerca e nello sviluppo di nuovi farmaci, da più di 50 specializzata nel campo delle terapie per le malattie della pelle e oggi leader in tutto il mondo per la cura di patologie cutanee, con 61 sedi, 600 ricercatori e una rete commerciale in oltre 100 Paesi.

In un momento di difficoltà c'è chi crede ancora nel nostro Paese

Presidente e amministratore delegato di LEO Pharma è la dottoressa **Gitte Aabo** che ha presentato a Roma la nascita di LEO Pharma Italia nella sede dell'ambasciata danese. Tra le molte personalità presenti: l'ambasciatore in Italia di Danimarca, **Birger Riis-Jorgensen**, il Sottosegretario di Stato della Salute, professore **Adelfio Elio Cardinale**, il presidente della Commissione Affari Sociali della Camera, **Giuseppe Palumbo**.

Perché l'Italia? «Perché in questa nazione esistono centri di eccellenza di dermatologia, medici la cui alta professionalità è indiscutibile e un ruolo attivo dei pazienti. LEO Pharma offre esperienza, competenza e ricerca dell'innovazione terapeutica per migliorare la salute e la qualità di vita delle persone affette da malattie dermatologiche», spiega il dottore **Paolo Cionini**, general manager LEO Pharma Italia.

«In Italia vanno garantite leggi affidabili che permettano di fare impresa e tagliare quei lacci e laccioli che rendono difficile la ricerca nel nostro Paese», sottolinea il professore Cardinale, che ha espresso l'apprezzamento del governo italiano e personale per l'atto di fiducia verso l'Italia compiuto da LEO Pharma.

Per il Sottosegretario, in una nazione che non fa ricerca scientifica e innovazione il futuro è a rischio, con una fuga di cervelli dolorosa. «I nostri giovani – aggiunge Cardinale – una volta usciti dal Paese, assumono ruoli importanti. Occorre creare situazioni che evitino gli allontanamenti dei nostri preparati ricercatori».

LEO Pharma non ha azionisti, appartiene ad una Fondazione (LEO Pharma Foundation) e gli utili vengono reinvestiti in ricerca. La sua indipendenza economica e gestionale le permette il dinamismo necessario non solo per operare ed espandersi anche in periodi di globali difficoltà finanziarie, ma anche di continuare a sostenere la ricerca scientifica. Fondata nel 1908 a Copenaghen da **Anton Antons** e **August Kongsted**, con licenza reale firmata da re **Frederik VIII**, conta oggi di quattro siti produttivi in Danimarca, Francia, Irlanda e Australia.

«Al centro della mission di LEO Pharma – sottolinea Paolo Cionini – ci sono i pazienti, con le loro esigenze, i loro desideri, il loro mondo sociale e affettivo, nonché l'offerta di farmaci efficaci, sicuri e sempre più adeguati – in termini di tollerabilità e facilità d'impiego – alla realtà della loro vita quotidiana».

Benvenuta in Italia, LEO Pharma. ■

ANNO VIII
Numero 7
Luglio 2012
Mensile
in abbinamento gratuito
al "Giornale di Sicilia"



Direttore Responsabile
Carmelo Nicolosi

Rubriche

Mario Barbagallo
Minnie Luongo
Giuseppe Montalbano
Luciano Sterpellone
Antonio Vasselli
Arianna Zito

Hanno collaborato a questo numero

Cesare Betti
Rita Caiani
Manuela Campanelli
Paola Mariano
Monica Melotti

Coordinamento redazionale
Monica Diliberti

Editrice

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

Redazione

Via XX Settembre, 62 - 90141 Palermo
Tel. 091-6255628 Fax 091-7826385
redazione@azsalute.it

Redazione di Milano

Responsabile
Cinzia Testa
Sala Stampa Nazionale
Via Cordusio, 4 - 20123 Milano
Tel. 02-865052 Fax 02-86452996

Redazione grafica

Officinae s.r.l.

Pubblicità

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

Tipografia

AGEM San Cataldo (CL)

Fotografie

Foto di stock, AAW, ICPOnline
Un ringraziamento particolare a Clara Bovio (ICP)
per la cortese disponibilità (www.icponline.it)

www.azsalute.it



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

Estate



6 Cosa mangiare

di Cesare Betti

8 E la pressione va giù



Spiaggia

Ginnastica da star



10 di Monica Melotti

Insetti

Teniamoli lontano



12
14
14
Primato negativo
per l'epatite C

"Sognando Itaca"

La barca della vita

16





Tumori della pelle

Come si possono evitare

di Rita Caiani

IN QUESTO NUMERO [**AZSALUTE**]

18

19

Check-up per un VIP
di Luciano Sterpellone

20

Scott Joplin.
"Il re del ragtime"



Al professore Enrico Garaci il premio Chirone 2012

Un portale tutto per le mamme

22

di Manuela Campanelli



24

Regole d'oro per una buona Medicina

di Monica Diliberti

Carcinoma gastrico, la nuova sfida

25

Troppe cure? Un danno per la salute

27

di Paola Mariano

IERI & DOMANI

Diversamente giovani

di Mario Barbagallo

"Gli anziani e il caldo estivo"

Bambini

di Giuseppe Montalbano

"Gli occhi del bambino"

26



Associazioni
di Minnie Luongo
AIPAD, PER I PAZIENTI CON MORBO DI ADDISON



Libri
di Arianna Zito
NATA A PALERMO

Estate cosa mangiare

di Cesare Betti



La bella stagione è arrivata: maglioni e cappotti sono stati messi nell'armadio e hanno lasciato il posto a camicie leggere e vestiti di cotone. Ma cambiare il guardaroba non basta: in estate, è inoltre importante modificare alcune abitudini alimentari.

Alcune abitudini alimentari vanno cambiate. Ecco come

Mentre d'inverno il corpo ha bisogno di maggiori quantità di calorie per combattere il freddo, d'estate si dovrebbero preferire alimenti a basso contenuto energetico.

Con l'aumento della temperatura, si suda molto di più e si perdono grandi quantità di liquidi, sali minerali e vitamine. È necessario quindi reintrodurre le sostanze perse con un'alimentazione adeguata. D'estate, inoltre, si modifica l'assunzione del cibo durante la giornata: il pasto più abbondante diventa la cena, mentre il pranzo a volte si riduce a un semplice spuntino a causa delle alte temperature che riducono il senso di fame. Per questa ragione, fare gli spuntini è importante, perché ci permette di coprire le necessità nutrizionali senza il rischio di rallentare la digestione.

L'ideale è mangiare pietanze leggere, per affaticare il meno possibile l'organismo già impegnato a difendersi dalla calura e dall'umidità. Vediamo quali alimenti sono da preferire e quali da limitare secondo le indicazioni del professore **Carlo Nino Battistini**, docente di Scienze e tecniche dietetiche applicate alla facoltà di Medicina e chirurgia all'Università di Modena e Reggio Emilia. ▶



Che cosa bere?

D'estate bisogna bere più del solito e l'acqua è la bevanda migliore: disseta e non apporta nemmeno una caloria. La quantità ideale è di almeno 1,5-2 litri al giorno; la scelta tra gassata o naturale è personale, ma se si hanno problemi di gonfiori di stomaco, è meglio evitare il gas. Ottimi per il loro contenuto di vitamine e sali minerali sia frullati sia centrifugati di frutta e verdura, come pure i

succhi di frutta, meglio se privi di zucchero aggiunto. Le bibite non devono essere un sostituto dell'acqua, perché contengono molto zucchero e aumentano la sete.

Alcol: meglio non esagerare
Sono da limitare le bevande alcoliche, specialmente nelle ore più calde della giornata, in quanto causano una dilatazione dei vasi sanguigni e una sudorazione maggiore. Se proprio non si vuole

rinunciare del tutto, preferire drink dotati di minor grado alcolico.

Liquidi: freschi, ma non ghiacciati
Mai bere liquidi gelati, perché contrastano con il calore del corpo e con quello dell'ambiente, scatenando forti dolori di pancia e provocando un ulteriore aumento della sudorazione. Vanno consumati a temperatura ambiente o leggermente freschi. ■



Proteine: meglio quelle del pesce

Carne, formaggi, insaccati e uova sono gli alimenti proteici di maggior consumo durante la stagione fredda. Il pesce, invece, anch'esso ricco di proteine, ma povero di grassi saturi, viene spesso trascurato. L'estate allora può essere l'occasione giusta per riequilibrare con i prodotti del mare la nostra bilancia nutrizionale. Anche i formaggi freschi possono rappresentare una valida alternativa al classico secondo piatto.

Condimenti leggeri

Nonostante siano molto usati nei Paesi più caldi, i cibi piccanti non sono l'ideale d'estate, quando la temperatura è molto alta, perché fanno aumentare la sudorazione. Non è il caso poi di peggiorare la situazione mangiando piatti di lasagne alla besciamella o risotti con tanto burro: cibi pesanti e condimenti grassi affaticano la digestione e inducono sonnolenza.

Insaprendo i piatti con un goccio d'olio di oliva a crudo o con spezie, e preferendo cibi leggeri, si conservano efficienza e lucidità. Ottima abitudine è mangiare a pranzo un primo leggero e un secondo a cena, sempre accompagnati da una porzione abbondante di verdura. È importante anche la frutta di stagione per garantire l'apporto necessario di sali minerali e vitamine.

Attenzione alla freschezza del cibo

Il caldo umido è ideale per lo sviluppo di batteri: ecco perché d'estate sono più frequenti le intossicazioni alimentari. È fondamentale stare attenti alla conservazione e alla freschezza dei cibi.

Uova, latte, formaggi freschi tendono ad "andare a male" con facilità: per evitare problemi, leggere bene la data di scadenza dei prodotti e consumarli previa cottura.

Attenzione anche ai piatti pronti delle rosticcerie e dei buffet: se non si è sicuri della loro freschezza, meglio evitarli. ■

Mangiare per calmare lo stress

Oltre un italiano su tre mangia per stress e non per fame. Lo dice un sondaggio online dell'Associazione Europea Disturbi da Attacchi di Panico, al quale hanno partecipato 600 persone tra i 18 e i 65 anni. Dal sondaggio è emerso che queste persone fanno loro stesse la spesa e comprano cibi dolci o alimenti super calorici. Mangiano in fretta, dichiarano di gustare solo "qualche volta" i cibi che mangiano, raramente smettono di mangiare quando si sentono sazie. ■



Aria condizionata oppure ventilatore?

Per combattere il caldo in casa e in ufficio, sempre più spesso si ricorre agli impianti di condizionamento. Nonostante la loro efficacia, però, possono causare bruschi sbalzi termici che possono mettere a rischio la salute. Se c'è una differenza troppo alta tra temperatura esterna e interna, la respirazione improvvisa di aria fredda provoca una brusca riduzione del diametro dei vasi più piccoli, con calo del flusso di sangue all'apparato respiratorio. Come conseguenza, si ha una paralisi delle ciglia vibratili, cioè del sistema naturale di difesa delle vie aeree. Il rischio è di prendersi un mal di gola o avere altri problemi alle vie respiratorie. Colpita da freddo improvviso, la muscolatura può irrigidirsi. I muscoli hanno bisogno di calore, che cercano di conservare riducendo l'attività. In caso contrario, si può andare incontro a disturbi, come torcicollo e dolori alla schiena, ma anche mal di pancia, per la contrazione dei muscoli addominali. Non va di-

menticato che anche gli impianti di condizionamento hanno bisogno di manutenzione, in quanto ricettacolo di agenti nocivi. Prima di metterli in funzione e una volta al mese, è bene pulire i filtri.

Se non si prendono alcune precauzioni, anche i ventilatori possono causare problemi all'apparato respiratorio e malattie reumatiche. Se l'aria viene "sparata" sul corpo sudato, provoca un brusco raffreddamento della pelle che si riflette in modo negativo sulle vie respiratorie e sulle articolazioni. È bene allora stare a una certa distanza dal ventilatore, godendo comunque dei benefici del movimento dell'aria.

Più salutari da questo punto di vista sono le pale a soffitto, perché muovono l'aria lentamente, creando il giusto grado di ventilazione, senza che questa sia diretta sul corpo. Inoltre, si possono tenere in funzione anche di notte, alla velocità minima. ■



Caldo e la pressione va giù



di Cesare Betti

Con la bella stagione, chi ha la pressione tendenzialmente bassa può avvertire alcuni disturbi per il caldo e il clima umido. La temperatura del corpo è di circa 37 gradi e, quando fa caldo, deve disperdere il calore in eccesso mettendo in funzione alcuni processi che fanno aumentare il diametro dei vasi sanguigni. Ecco che cosa ci dice

Alcuni accorgimenti per chi già soffre di ipotensione

il professor **Alessandro Boccaneli**, direttore del Dipartimento per le malattie dell'Apparato Cardiocircolatorio dell'Azienda ospedaliera "San Giovanni Addolorata" di Roma.

Pressione massima e minima

La pressione arteriosa è la misura della forza con cui il sangue preme su vasi sanguigni per portare nutrimento e ossigeno agli organi.

Viene suddivisa in massima e in minima. La pressione massima, o sistolica, è dovuta alla contrazione del cuore, mentre la minima, o diastolica, è quella dei vasi sanguigni quando il cuore si dilata per ricevere il sangue dai vari organi.

In un adulto, la pressione massima è tra 110 e 140 millimetri di mercurio, mentre quella minima è tra 60 e 90 millimetri di mercurio.

Perché l'ipotensione è maggiore con il caldo

Gli ipotesi si sentono ancora più deboli del solito poiché, con il caldo, i vasi si dilatano e la pressione cala ulteriormente e possono andare incontro anche a uno svenimento. Il rischio è maggiore se si sta in piedi per molto tempo, perché non arriva una giusta quantità di sangue al cervello o se la testa rimane a lungo al sole senza protezione. ▶



Alessandro Boccaneli

Un aiuto dalla dieta

Atavola, si possono mettere in atto piccoli trucchi per migliorare la situazione. Il **sale da cucina** è un ottimo aiuto, in quanto trattiene i liquidi e favorisce l'innalzamento della pressione del sangue.

Fare pasti a base di **proteine** (carne, pesce, uova, formaggi) e mangiare molta verdura, particolarmente

ricca di sali minerali. Il **potassio** (contenuto in frutti di colore giallo o arancio come banane, albicocche, fichi, melone e pesche) facilita la contrazione dei muscoli e regola il battito del cuore. **Bere molto lontano dai pasti**, circa due litri di acqua non gassata, soprattutto se fa molto caldo e il clima è umido. ■





Se è colpa dello sport

Se non viene fatta in maniera corretta, anche l'attività sportiva può indurre ipotensione. Con il bel tempo, molte persone iniziano a fare sport per avere un fisico a prova di costume. Se non si è allenati, la vasodilatazione eccessiva indotta dal movimento può indurre ipotensione marcata.

L'attività fisica, insieme a livelli di pressione già bassi e alla temperatura esterna elevata, può anche causare malori o svenimenti. Evitare quindi uno sport troppo intenso proprio nei mesi più caldi. Chi ha la pressione bassa non dovrebbe nemmeno dedicarsi, senza allenamento, ad attività sportive occasionali, come quelle proposte in spiaggia o nei villaggi turistici.

Per evitare lo svenimento

Ecco qualche accorgimento: non fare attività fisica scorretta quando fa molto caldo; alzarsi con calma dal letto e dalla posizione seduta; stare il meno possibile al sole riparandosi sempre il capo; avere una bottiglia di acqua fresca per bagnare polsi, caviglie, viso e nuca.

Si manifesta così

I sintomi dell'ipotensione sono facilmente riconoscibili: giramenti di testa associati a leggera nausea; senso di stanchezza, più evidente quando fa caldo; difficoltà nel compiere anche piccoli sforzi; vertigini e annebbiamento della vista; aumento del battito del cuore; ronzii alle orecchie e udito ovattato; sudorazione fredda alle mani e ai piedi; difficoltà a mantenere l'equilibrio.

Come comportarsi

Anche se la pressione bassa non è pericolosa, a volte può essere fastidiosa e creare disagi e rendere difficoltose attività normali, come camminare da soli, usare i mezzi pubblici o concentrarsi sul lavoro o sullo studio. Ecco come comportarsi: non spaventarsi e stare calmi, facendo respiri profondi; sdraiarsi con le gambe un po' più alte del torace; slacciarsi gli abiti stretti, togliere cinture e cravatta; bagnare polsi, fronte e nuca con acqua fredda.

Che cosa non fare

Evitare diete drastiche e non prescritte da un dietologo, perché possono essere sbilanciate dal punto di vista nutrizionale e far peggiorare ulteriormente il problema. Non fare bagni molto lunghi con la temperatura dell'acqua oltre i 35 gradi. Meglio una bella doccia tiepida e poi una rapida spruzzata con acqua quasi fredda. Stare il meno possibile in luoghi chiusi e affollati o a lungo in piedi senza muoversi, perché il sangue dalla periferia verso il cuore è ridotto e l'ossigenazione si abbassa ulteriormente. ■

BPCO, passi in avanti nelle terapie

Il Comitato Scientifico per i Prodotti Medicinali per Uso Umano (CHMP) dell'EMA, l'Agenzia europea del farmaco, ha dato parere positivo per *glicopirronio bromuro/NVA237*, un broncodilatatore in monosomministrazione quotidiana per i pazienti affetti da BPCO, la broncopneumopatia cronica ostruttiva. Si stima che la malattia interessi 210 milioni di persone nel mondo. Il farmaco appartiene agli antimuscarinici, una classe di broncodilatatori che è raccomandata per le strategie globali di cura della BPCO come terapia di mantenimento da somministrare da sola o in combinazione con altri trattamenti. In base ai dati di tre studi, condotti su 1.996 pazienti, il farmaco si è dimostrato in grado di ridurre la dispnea, incrementare la resistenza allo sforzo fisico e migliorare la qualità di vita dei pazienti. ■

E per i pazienti attenzione all'attacco polmonare



Tosse, mancanza di respiro, dolore al petto. È il polmone a chiedere aiuto, ma spesso l'attacco polmonare è sottovalutato.

Eppure, si verifica almeno una volta all'anno nel 20-30 per cento dei pazienti con BPCO e può essere prevenuto, almeno in parte, con una regolare aderenza alla terapia inalatoria.

«Quando sentiamo parlare di attacco cardiaco ognuno di noi non solo sa di cosa si tratta, ma percepisce anche la gravità dell'evento. Allo stesso modo dobbiamo ragionare per le forme acute respiratorie. Un paziente che arriva al pronto soccorso con queste caratteristiche va considerato e trattato come un paziente acuto: spesso dobbiamo far fronte ad eventi che coinvolgono più organi e più funzioni», spiega il professore **Leonardo Fabbri**, direttore della Clinica di Malattie Respiratorie dell'università di Modena e Reggio Emilia. ■

Spiaggia

Ginnastica da star

di **Monica Melotti**



Spiaggia e mare, un binomio perfetto che può regalare al nostro corpo benefici inaspettati. Il sale, le alghe, lo iodio sono principi attivi snellenti, energizzanti e tonificanti che fanno bene anche all'umore. E poi, oltre al nuoto, perché non dedicarsi a qualche altra attività fisica? A chi è già allenato sono riservati gli sport di potenza e di agilità, come la ginnastica aerobica, il beach volley, il beach rugby.

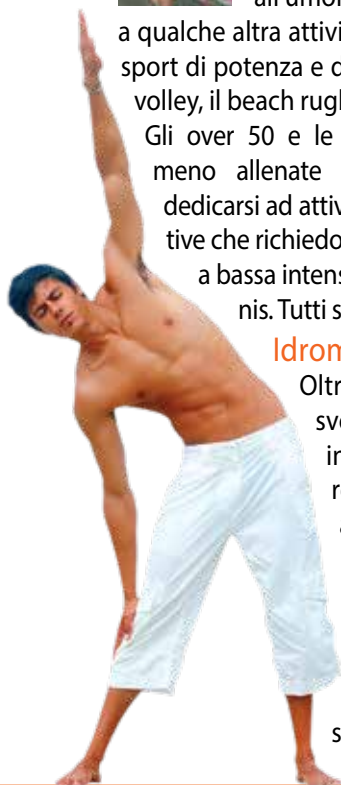
Gli over 50 e le persone meno allenate possono dedicarsi ad attività sportive che richiedono sforzi

Le novità seguite da attrici e cantanti

a bassa intensità, come il fit walking, il footing o il beach tennis. Tutti sport aerobici a bassa frequenza cardiaca.

Idromassaggio naturale

Oltre a liberare nell'aria preziosi elementi, il mare svolge un'azione salutare ogni volta che entra in contatto col corpo. Fare il bagno può essere d'aiuto per numerosi disturbi come i dolori articolari, le gambe gonfie e i problemi circolatori. Per contrastare la formazione di vene varicose, un ottimo esercizio è camminare a lungo, almeno mezz'ora, dentro l'acqua immersi fino al bacino, mentre fare una passeggiata sulla battigia è un prezioso massaggio plantare. ▶



Attrici e cantanti si allenano così

Sfilano sul *red carpet*, sorridono alla macchina da presa, posano per gli *shooting* (i servizi fotografici). Sono le *celebs*, star all'apparenza belle e perfette, modellate al punto giusto. Ma anche loro, come i "comuni mortali", approfittano delle vacanze al mare per rimodellare ulteriormente il loro fisico. Ecco gli esercizi più apprezzati.

Kangoo jumps – Si tratta di stivaletti montati su una sorta di grande molla. Sono facili da utilizzare e permettono di snellire la parte inferiore del corpo, punto debole di

numerose donne. Così sulle spiagge di South Beach di Miami capita di vedere **Kim e Kourtney Kardashian** che saltellano allegre, mentre sulle spiagge californiane si allena la bella **Cameron Diaz**. Quali benefici? L'esercizio di rimbalzo permette di perdere peso perché il sistema linfatico diventa più attivo.

Barefoot-running – Il termine inglese significa correre a piedi nudi, come facevano gli uomini primitivi. Il barefoot running è l'esercizio che sfrutta meglio la predisposizione ▶

Piede da star

Le passeggiate a piedi nudi sulla sabbia stimolano i riflessi propriocettivi della caviglia, quelli che aiutano a mantenere l'equilibrio. Con la dovuta attenzione si può anche camminare sulle scogliere, il piede si rinforza e si prevencono piccoli disturbi.

Iodio per lo sprint

Contenuto soprattutto nelle alghe brune, lo iodio è un ingrediente marino che stimola il metabolismo, accelerando il consumo dei grassi. La cosmetologia più avanzata lo utilizza nei prodotti snellenti e nelle creme anti cellulite. Bisogna anche considerare la sua funzione respiratoria: basta sedersi vicino al mare per respirarlo a pieni polmoni e sentirsi subito meglio. Si tratta dell'haloterapia (da *halos*, sale in greco), l'ultima novità in fatto di trattamenti. Per chi non ha la fortuna di andare in vacanza, in città, nelle grotte di sale, viene ricreato il microclima marino. Il sale migliora la tonicità della pelle, la circolazione, attenua il prurito e riduce la carica batterica tipica delle infiammazioni. Rinforza anche il cuoio capelluto e migliora i problemi di forfora.

Un piacevole automassaggio

L'applicazione della crema protettiva sul corpo può diventare l'occasione per eseguire un piacevole automassaggio. I movimenti delle mani devono essere molto lenti e delicati. Le braccia vanno sfiorate in senso rotatorio, mentre per le gambe si parte dalla punta dei piedi, disegnando con le mani dei piccoli cerchi, fino ad arrivare all'altezza dell'inguine. Sull'addome si possono eseguire dei leggeri sfioramenti in senso orario.

Il bagno in mare

I benefici del nuoto sono impareggiabili, ma anche senza nuotare il bagno in mare svolge tre azioni positive: i sali minerali penetrano attraverso la pelle, migliorandone l'elasticità e la compattezza; il moto ondoso è un ottimo idromassaggio naturale, mentre lo sbalzo termico rappresenta una vera e propria ginnastica vascolare; per potenziare gli effetti è utile restare in acqua per almeno 20 minuti. ■



naturale del corpo a correre. Ma non tutti sono disposti a farlo a piedi nudi. Come proteggere le nostre estremità? Le Five Fingers sono dei "guanti" per i piedi che proteggono le estremità dai traumi e migliorano le possibilità di movimento. Le indossano **Matthew McConaughey** per rafforzare i piedi e i polpacci, mentre **Kate Hudson** e **Scarlett Johansson** per rilassarsi sulla spiaggia di Malibu.

Hula hooping – È l'ultima novità *made in Usa* e c'è da scommettere che invaderà anche le nostre spiagge. Ma non si tratta del classico Hula Hoop, ovvero il cerchio leggero che vide la luce negli anni Sessanta, ma di uno appesantito, da scegliere secondo peso e altezza. La roteazione deve durare minimo dieci minuti per ottenere qualche beneficio, come tonificare il corpo ed essere flessuose. Per dimagrire, invece, bisognerebbe farlo per almeno mezz'ora. Tra le fans si annoverano: le attrici **Marisa Tomei** e **Liv Tyler** e le cantanti **Beyoncé** e **Shakira**. ■

Una donna su 5 rinuncerebbe alle ferie per un ritocco estetico



Il 76 per cento delle italiane è favorevole alla chirurgia estetica, le contrarie sono il 23 per cento e la crisi economica non frena il 42 per cento

delle donne che pianificano un'operazione di chirurgia estetica per apparire più belle. Dovendo risparmiare rispetto allo scorso anno, il 22 per cento rinuncerebbe alle vacanze pur di avere i soldi per un ritocco estetico, il 12 a comprare vestiti di marca, l'8 ad apparecchi elettronici tipo iPhone e iPad o a fare regali per i figli, il 7 per cento alla settimana bianca e il resto all'automobile. Sono i dati di una recente indagine Doxa condotta su 1.000 donne e 250 uomini tra i 25 e i 55 anni di età. Tra la popolazione maschile, si vorrebbero eliminare le "maniglie dell'amore" (54 per cento) e rinfoltire la calvizie (39). Le donne preferiscono la liposuzione del grasso superfluo (31 per cento), la plastica dell'addome (18 per cento) e l'ingrandimento del seno (17 per cento). ■

La liposuzione fa ingrassare e aumenta il rischio infarto

Se avete pensato alla liposuzione, meglio rifletterci sopra. L'intervento porta l'organismo a produrre una quantità maggiore di grasso di tipo "viscerale", cioè quello considerato il più pericoloso per la salute perché correlato alle patologie cardiovascolari.

La scoperta, risultato di uno studio su 36 donne sottoposte a liposuzione superficiale della pancia, pubblicato sul *Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*, è dei chirurghi plastici dell'università di San Paolo, in Brasile.

Da ricerche precedenti era emerso che l'improvvisa riduzione della quantità di adiposo con la liposuzione incide sulla composizione e sul metabolismo dei grassi corporei, stimolandone la formazione.

La lipoaspirazione è l'intervento estetico più popolare al mondo, ma gli effetti a lungo termine sulla salute sono rimasti a lungo poco chiari. In questo lavoro, si è scoperto che rimuovere il tessuto adiposo con tale procedura può indurre, come contraccolpo, la riduzione del consumo delle riserve energetiche dell'organismo che, per compensare questa modifica metabolica, inizia a produrre una maggiore quantità di grasso viscerale, quello che ricopre gli organi. ■

Insetti

Teniamoli lontano



A volte, per la salute dei più piccoli, l'estate può nascondere alcune insidie. Una delle più fastidiose è rappresentata dagli insetti che, in questo periodo, si riproducono a ritmi frenetici. Trascorrendo gran parte del tempo libero all'aria aperta, nei parchi, nei prati, al fiume o al mare, i bimbi sono il "bersaglio" preferito di zanzare, tafani, api, vespe, calabroni e zecche. Gli insetti, che colpiscono le zone più esposte e scoperte del corpo, come viso, braccia, gambe, caviglie e mani, si dividono in due tipologie: imenotteri (api, calabroni e vespe) e quelli che succhiano il sangue per sopravvivere (tafani e zanzare).

La maggior parte delle volte, la puntura provoca rossore e prurito, ma nei soggetti predisposti possono verificarsi reazioni più gravi, fino allo shock anafilattico.

La Società Italiana di Infettivologia Pediatrica (SITIP) consiglia di:

- **evitare indumenti di colore scuro;** meglio vestiti con maniche lunghe, pantaloni lunghi, calzini e scarpe chiuse;
- **non usare profumi,** ma cospargere più volte la pelle con lozioni a base di sostanze ad azione repellente per gli insetti;
- **non lasciare all'aperto cibi** e non sostare in vicinanza di bevande o alimenti molto dolci;
- **fare attenzione quando si cucina** o si mangia all'aperto, a tenere chiuse le finestre di casa, i finestrini dell'auto e i contenitori dei rifiuti;
- **sistemare le zanzariere** alla finestra della camera dei più piccoli o sulla culla;
- **evitare di uscire al tramonto o all'alba,** momenti in cui solitamente gli insetti (soprattutto le zanzare) pungono più frequentemente;
- **spiegare al bambino che non deve mai lanciare oggetti contro un alveare,** né provare a farlo cadere; spiegarli che se viene circondato da uno sciame deve allontanarsi molto lentamente, senza tentare di scacciare gli insetti;
- **non lasciare i sottovasi del balcone pieni d'acqua,** dopo aver innaffiato i fiori;
- **fare in modo che il bambino non gratti,** né sprema, né incida la sede della puntura;

- **non somministrare farmaci per bocca,** se non su indicazione del medico.

Dalla SITIP, infine, alcuni utili consigli sulla gestione di uno shock anafilattico:

- **rimuovere subito il pungiglione** in caso di puntura di ape: il sacco di veleno attaccato al pungiglione si svuota entro 2-3 minuti;
- **i soggetti a rischio,** che hanno presentato reazioni precedenti, dovrebbero essere sempre muniti di preparazioni di adrenalina predosata in siringa auto-iniettabile;
- **agire prontamente e condurre il bambino al più vicino pronto soccorso,** perché il farmaco di scelta è l'adrenalina, che va iniettata intramuscolo o per via endovenosa in maniera ripetuta;
- **altri farmaci da somministrare** (anche contemporaneamente) sono cortisonici e antistaminici;
- **l'immunoterapia specifica** (ITS) con veleno purificato di imenotteri è in grado di prevenire successive reazioni sistemiche nel 95 per cento circa dei casi di soggetti trattati. ■

Bambini "bersagli" preferiti di api e zanzare



Buone vacanze a tutti

AZ Salute, ad agosto, non sarà in edicola.

L'appuntamento è per l'ultimo mercoledì di settembre,
sempre in allegato gratuito con il "Giornale di Sicilia".

A tutti voi, dalla redazione, auguri di buone e serene vacanze.

AZ SALUTE
MENSILE DI INFORMAZIONE BIOMEDICA E SANITARIA
Anno VII - Numero 1 - Gennaio 2012

Un nuovo anno,
un nuovo giornale
servizio della salute dei cittadini



Primato negativo per l'epatite C

L'Italia è al primo posto in Europa per numero di persone positive al virus. Ora, c'è una speranza in più: un nuovo farmaco aumenta il tasso di guarigione dell'epatite C di tipo 1

Italia ha un primato in Europa che nessuno le invidia: il più alto numero di soggetti infettati dal virus dell'epatite C. Mille nuovi casi all'anno e ben ventimila decessi per malattie croniche del fegato. Più sfortunati al sud del Paese, Sicilia compresa, che al nord, con una prevalenza del 3,5 per cento, contro l'1,5. Oltre la Sicilia, più colpite Calabria, Campania e Puglia dove negli over 70 la prevalenza della malattia arriva anche al 20 per cento.

Nell'Isola, per cirrosi epatica, muoiono ogni anno tra le 2.500 e le 3.000 persone, l'80 per cento a causa dell'infezione da virus dell'epatite C. E nonostante la sua popolazione sia, rispetto al resto del Paese, una delle più esposte al contagio, solo poco più della metà dei siciliani sa cos'è l'epatite C. Ed ecco che l'infezione galoppa. In questa condizione, particolare importanza avrebbero gli *screening* nella popolazione. «In Sicilia, non si è speso nulla per operare uno screening nella popolazione, cosa necessaria per fare emergere il sommerso», osserva il professore **Antonio Craxì**, ordinario di gastroenterologia all'università di Palermo, esperto epatologo, al convegno su "L'impatto farmacologico e farmaco-economico in Italia delle nuove terapie contro l'epatite C", che si è tenuto di recente a Palermo.

In Italia, i portatori cronici del virus C sono circa 1,6 milioni, ma si stima che ce ne sia almeno un altro milione che non sa di esserlo. «Si può dire che curiamo una persona ogni cento potenzialmente interessate. Se non facciamo gli *screening*, come possiamo identificare chi necessita di cure?», si domanda il profes-

sore Craxì. Una domanda corretta che in molti, soprattutto i responsabili della Salute, dovrebbero porsi.

Nell'ambito terapeutico, fortunatamente, sono stati prodotti dei farmaci innovativi, come *boceprevir*, disponibile entro l'anno. E si parla di svolta. Agiscono sul genotipo 1 del virus C (si trova nel 60 per cento dei casi), il più difficile da sconfiggere perché, spesso, risulta refrattario ai trattamenti fino ad oggi disponibili. *Boceprevir* ha un meccanismo assolutamente innovativo che va a bloccare la replicazione del virus. «I farmaci finora utilizzati – spiega il dottore **Franco Maria Rapisarda**, direttore del dipartimento del Farmaco dell'Asp 3 di Catania –, agiscono con un meccanismo indiretto, mentre quelli di ultima generazione agiscono proprio sul virus, impedendo la sua capacità di replicazione e offrono la possibilità di eradicare la malattia».

Ma per i farmaci innovativi sorge un "vecchio" problema: coniugare la loro efficacia con l'elevato costo. «È vero, il costo è alto – dice Rapisarda – ma la loro efficacia apporterà tali risparmi, nei costi diretti e indiretti, da ripagare lo sforzo finanziario per il loro acquisto».

L'assessore della Salute della Regione Siciliana, **Massimo Russo**, è sulla linea del malato. «Il miglioramento della vita del paziente – afferma – deve essere il metro del costo-beneficio di un farmaco, in un processo di riorganizzazione della Sanità pubblica». ■

Al sud del Paese il più alto tasso di infezione



Antonio Craxì



Franco Maria Rapisarda



Massimo Russo

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



“Sognando Itaca” La barca della vita

Solca il mare con un equipaggio formato da skipper professionisti, pazienti in fase riabilitativa affetti da tumori del sangue, medici, psicologi, infermieri. Oggi è alta la possibilità di guarire da queste patologie

Mille miglia nel mare della solidarietà e dell’impegno nel sociale. Solcano l’Adriatico per realizzare il sogno di dimenticare di essere malati, di mettere in un cantuccio la malattia e sentirsi vivi, carezzati dalla brezza marina, un modo diverso di fare terapia. La barca a vela, con equipaggio formato da skipper professionisti, ha un nome esemplare: “Sognando Itaca”. Pazienti con tumore del sangue, come leucemie, mielomi, linfomi, insieme a medici, psicologi, infermieri, sull’imbarcazione a vela. Uniti dalla stessa speranza: la guarigione. E, oggi, queste patologie possono, in buona percentuale, essere curate e talora guarite. È il caso delle leucemie acute del bambino dove nell’80 per cento dei casi si arriva a guarigione, grazie ai grandi passi in avanti dell’innovazione farmaceutica. Per esem-

pio, nella leucemia mieloide cronica, una svolta si è avuta con la messa a punto di *imatinib*, il capostipite di farmaci specifici. Oggi, si può contare su un altro farmaco, *nilotinib*, per i pazienti, in fase cronica, resistenti o intolleranti al primo farmaco, quando la malattia ha un’accelerazione o in pazienti di nuova diagnosi in fase cronica.

«Anche per le forme più gravi, ora abbiamo una possibilità di cura che ci permette di migliorare la qualità di vita dei pazienti», sostiene il professore **Franco Mandelli**, noto ematologo e presidente nazionale dell’AIL, l’associazione italiana contro leucemie, linfomi e mieloma.

«Uno dei casi più significativi – continua Mandelli – è la leucemia mieloide cronica, una malattia che fino a pochi anni fa poteva essere curata solo con il trapianto di cellule staminali. Adesso, abbiamo a disposizione una nuova famiglia di farmaci, gli inibitori della tirosinchinasi, che ci offrono possibilità di cura straordinarie, sino alla guarigione completa, senza dover ricorrere al trapianto. Il capostipite di questi farmaci è stato *imatinib*, al quale sono seguite altre molecole ancora più attive ed efficaci».

Va detto che la vela-terapia, metodo volto alla riabilitazione psicologica e al miglioramento della qualità di vita dei malati ematologici, si sta dimostrando di grande interesse. ■

I vantaggi della risposta molecolare



IL RUOLO DI LABNET

Il livello di malattia, dopo l’intervento curativo, può essere determinato da indagini molecolari, attualmente le più accurate, per registrare la risposta ai trattamenti per la leucemia mieloide cronica e l’eventuale persistenza di malattia minima residua. Queste analisi sono in grado di rilevare un singolo gene difettoso anche tra un milione di cellule normali. Labnet è un sistema che collega in rete ben 36 laboratori

italiani specializzati in biologia molecolare, promosso da Novartis nell’ambito del programma *Path to Cure*. «L’obiettivo di Labnet è monitorare la risposta molecolare alle terapie. Se dobbiamo regolare o modificare il trattamento, dobbiamo esser sicuri di poter disporre di tecnologie sufficientemente standardizzate», osserva il professore **Fabrizio Pane**, presidente della Società italiana di ematologia. ■



APPASSIONATI ALLA VITA

CI SONO MOMENTI CHE VALGONO ANNI DI RICERCA.

Ogni giorno portiamo la passione per la vita nei nostri laboratori, nei nostri uffici, negli ospedali, nelle vostre case. Lavoriamo per migliorare la salute attraverso la ricerca e lo sviluppo di farmaci e vaccini innovativi. Il nostro impegno raggiunge tutti, anche attraverso programmi umanitari di donazione e distribuzione di farmaci. Per assicurare ad ogni singola persona un futuro migliore.

Tumori della pelle

Come si possono evitare

Crescono in tutto il mondo le neoplasie cutanee, anche l'aggressivo melanoma. Pericolose le esposizioni prolungate al sole. Importanti prevenzione e diagnosi precoce

di Rita Caiani



Da oggi, i tumori della pelle fanno un po' meno paura. Se scoperti nella fase precancerosa (cheratosi attinica) possono essere trattati efficacemente anche con specifiche pomate.

Una cheratosi attinica, se trascurata, rappresenta il primo passo per lo sviluppo di neoplasie cutanee. Tra queste, il melanoma è tra le più aggressive e, attualmente, tra le più diffuse.

«Il primo passo per lo sviluppo di un qualsiasi tipo di tumore della pelle è l'insorgenza di una cheratosi attinica, o solare. Tale forma precancerosa è causata da prolungate lesioni solari», spiega il professore **Sergio Chimenti**, direttore della clinica dermatologica dell'università di Roma Tor Vergata, all'incontro che si è tenuto di recente a Roma



«Una giornata di *screening* a Montecitorio» dove molti deputati si sono sottoposti ad indagine specialistica per individuare forme cutanee insolite e nei sospetti. La prevenzione e la precocità della diagnosi rimangono essenziali per una percentuale di prognosi favorevoli.

«L'iniziativa, promossa dalla Camera dei Deputati, in collaborazione con l'Euromelanoma Group – osserva l'onorevole **Giuseppe Palumbo**, presidente della Commissione Affari Sociali della Camera – si rivolge in particolare alle Istituzioni perché contribuiscano ad aumentare l'attenzione della popolazione e del Ser-

vizio Sanitario Nazionale sul tema della prevenzione e della diagnosi precoce dei tumori della pelle».

Pomate specifiche possono essere di aiuto

Con questa iniziativa, si è voluto sottolineare che, se è corretto non demonizzare il sole per i suoi effetti benefici, è altrettanto importante prendere le dovute cautele nell'esporsi ai raggi solari, consapevoli che l'incidenza dei tumori della pelle è in aumento il tutto il mondo.

Per la professoressa **Ketty Peris**, direttore della clinica dermatologica dell'università de L'Aquila e rappresentante per l'Italia di Euromelanoma Group (www.euromelanoma.org), le armi vincenti contro i tumori della pelle sono proprio la prevenzione e la diagnosi precoce.



Tra le raccomandazioni: utilizzare sempre filtri solari adatti e in abbondanza, ripetere l'applicazione nel corso dell'esposizione e dopo essere stati in acqua. Inoltre, è errato ritenere che non sia possibile scottarsi nelle giornate nuvolose, sotto l'ombrellone o in acqua. Va evitata l'esposizione solare nelle ore più centrali del giorno.

Altri fattori di rischio per i tumori della pelle sono rappresentati da pelle e occhi chiari, la familiarità per melanoma, alcune malattie genetiche e una progressiva ustione solare: è provato che coloro che hanno avuto ustioni solari nel periodo 0-12 anni sono più suscettibili a sviluppare un melanoma. ■

LA REGOLA DELL'ABCDE



Per non arrivare tardi dal dermatologo è stata messa a punto una regola mnemonica indicata con le prime 5 lettere dell'alfabeto, **ABCDE**, che aiuta a riconoscere i campanelli d'allarme. "A" sta per **asimmetria**: qualsiasi forma irregolare dovrebbe essere sottoposta all'esame del dermatologo. "B" segnala un **bordo irregolare**, "C" indica un **colore non uniforme**, "D" sta per **diametro** del neo superiore a 6 mm. "E" segnala l'**evoluzione**: ogni cambiamento, nel giro di qualche mese di un neo, va segnalato subito al dermatologo. ■



Check-up per un VIP

di Luciano Sterpellone

Il re del "ragtime"

Pur non essendo noto come Verdi, Wagner o Chopin, anche per **Scott Joplin**, la malattia ha influito negativamente sulla sua attività di artista.

La sua data di nascita sarebbe il 24 novembre 1868 a Texarkana, nel Texas; è solo certo che il padre era un ex schiavo e sua madre una donna a servizio...



Nessuna educazione musicale durante l'adolescenza: il ragazzo "si fa la mano" sulla tastiera frequentando gli amici di colore che suonano nei locali o nelle strade. Solo più tardi, un immigrato tedesco

– Julius Weiss – ne intuisce il talento e gli dà, gratuitamente, lezioni di pianoforte, insegnandogli – accanto alle forme musicali della tradizione nera – anche quelle della musica lirica europea. Si trasferisce allora a Sedalia, nel Missouri, ove studia composizione al George Smith College, e comincia a pubblicare le prime composizioni: *Please, see you will* e *A picture of her face*.

Diverrà "il re del ragtime", donando dignità ad una forma musicale (ancora relegata nei ghetti negri) che utilizza due tempi cadenzati sovrapposti: il ritmo e il sincopato. Il ragtime diviene così per suo merito la prima espressione strumentale della musica afro-americana, sino ad allora espressa solo vocalmente.

Le sue prime registrazioni (oggi "storiche") avvengono su "rulli di carta perforata", fatti poi suonare nelle strade, nei locali, nelle case.

Attorno al 1880, Scott Joplin si sposta in lungo e in largo attraverso il Midwest su mezzi ancora primitivi, per guadagnare qualcosa. Ma vi è un grande impedimento: contrae una malattia al tempo molto diffusa, la sifilide, per la quale non esistevano cure efficaci. Come si sa, può inizialmente

non dare segno di sé, continuando in silenzio a minare organi e tessuti, sino a manifestarsi anche dopo anni con irreversibili disturbi neuropsichici. Nel 1899, Joplin diviene famoso tra la comunità nera con il celebre *Maple Leaf Rag*. Famoso, ma non ricco (riceve solo un cent per ogni copia venduta): del *Maple Leaf Rag*, il primo anno si vendono solo 400 copie, ma l'anno dopo si raggiunge il milione. Ma scrive anche uno dei brani che gli daranno la celebrità: *The Entertainer*, tipica musica per "parlor-piano", che diverrà però di dominio mondiale solo settant'anni dopo, come leit-motiv musicale del film *La stangata* (*The Sting*) con Paul Newman e Robert Redford.

Nel 1872, Joplin scrive anche un'"opera lirica" (la *Treemonisha*) sullo scottante problema del razzismo negli Stati Uniti che, ovviamente, non viene bene accolta dal pubblico "bianco"; insuccesso, questo, concausa di un progressivo stato di depressione che accompagnerà il musicista sino alla fine, accelerandone il decadimento psichico, sino al ricovero al Manhattan State Hospital di New York. Chiuderà gli occhi l'anno dopo, nell'aprile 1917.

Triste fine. Il ragtime è ormai quasi tramontato, cedendo il posto al jazz. Gli Stati Uniti stanno per entrare nella Prima guerra mondiale e nessun giornale ha tempo e voglia di commemorare un musicista negro. Il corpo del "re del ragtime" finisce impietosamente al St. Michael Cemetery in una fossa comune. ■

Al professore Enrico Garaci il premio Chirone 2012

Il riconoscimento di quest'anno è andato al presidente dell'Istituto Superiore di Sanità. "Un medico che onora la disciplina biomedica sotto l'aspetto scientifico, formativo e professionale, in campo nazionale e internazionale"

“**E**nrico Garaci, ordinario di microbiologia, già presidente della Società italiana di microbiologia, rettore dell'università Tor Vergata di Roma per quattro mandati successivi, rappresenta un esempio difficilmente imitabile di scienziato che ha associato, nella sua attività, aspetti altamente qualificanti di docente, ricercatore, programmatore e realizzatore in campo medico-sanitario. Eminente personalità scientifica, in ambito nazionale e internazionale, nella sua multiforme attività ha sempre curato i principi di umanizzazione della medicina e i riflessi delle attività istituzionali in campo civile e sociale”. Così la motivazione del Premio nazionale Chirone 2012, giunto alla sua terza edizione e assegnato al professore Enrico Garaci, presidente dell'Istituto Superiore di Sanità, premio istituito, in collaborazione con Acqua Geraci, dal Centro ricerche e studi direzionali (Cerisdi) di Palermo, presieduto dal professore **Adelfio Elio Cardinale**.

«L'attestato – dice Cardinale – testimonia l'apprezzamento per l'opera svolta dal professore Garaci, un uomo che ha onorato la disciplina medica in campo nazionale e internazionale e che ha dato grande impulso e sviluppo alla ricerca biomedica italiana». Il premiato è autore di oltre 200 pubblicazioni scientifiche e coinventore di numerosi brevetti nel settore farmacologico. Sono numerosi i progetti finalizzati realizzati sotto la sua presidenza del Comitato nazionale per le scienze biologiche e mediche del CNR. Per citarne alcuni: “Medicina preventiva e

riabilitativa”, “Ingegneria Genetica”, “Oncologia”, “Invecchiamento”, “Biotecnologie”.

Nell'occasione è stato consegnato a suor **Susanna Scaraggi**, tesoriera delle Figlie della Carità di S. Vincenzo de' Paoli, il Premio “Federico Musco Castagna” per la sua pluridecennale attività in favore dei malati e per avere istituito, a Palermo, l'associazione “L'Albero della Speranza” e la Casa di accoglienza “S. Vincenzo de' Paoli”, inaugurata nel marzo del 2011 e realizzata per ospitare, gratuitamente, i familiari dei pazienti ricoverati all'ospedale Civico e non residenti nel capoluogo siciliano. La Casa di accoglienza ha già dato ospitalità a circa 430 persone. «Un numero – dice suor Susanna – che speriamo di raddoppiare il prossimo anno, appena verranno ultimati i lavori che renderanno disponibili tutti gli spazi ricettivi della struttura concessa in comodato gratuito per 20 anni dalla Provincia Regionale di Palermo». Auguri suor Susanna. ■

Il Chirone è istituito dal Cerisdi, in collaborazione con Acqua Geraci



Adelfio Elio Cardinale premia Enrico Garaci (foto a sinistra) e suor Susanna Scaraggi



Innovazione e responsabilità, al servizio del paziente

Leader mondiale nell'area della salute, Novartis è fortemente impegnata nella ricerca e nello sviluppo di farmaci e soluzioni d'avanguardia per curare le malattie, ridurre il carico delle sofferenze e migliorare la qualità di vita delle persone. Con l'obiettivo prioritario di soddisfare i bisogni dei pazienti, rispettando le attese e i diritti di tutti i suoi

interlocutori, Novartis si adopera per gestire le proprie attività in modo sostenibile dal punto di vista sociale, ambientale ed economico. Attraverso il suo costante orientamento all'innovazione e il suo approccio responsabile alle esigenze della salute, Novartis è un punto di riferimento affidabile per milioni di persone, in Italia e nel mondo.

Un portale tutto per le mamme



di **Manuela Campanelli**



D' ora in poi le mamme che vorranno avere informazioni qualificate sulla salute del proprio bambino potranno collegarsi al nuovo portale "Crescere protetti" (www.crescereprotetti.it), sviluppato con la consulenza della Società Italiana di Pediatria (SIP) e della Società Italiana di Igiene (SItI).

Diviso per fasce d'età e strutturato a specchio con sezioni dedicate al bambino e altre rivolte alla mamma, affronta le tematiche più svariate: dal sonno del piccolo, all'allattamento e all'igiene del seno, dai servizi e corsi per le mamme, alla riscoperta alla vita di coppia.

Qualsiasi domanda può essere rivolta agli specialisti che supportano il sito: la risposta

Affronta vari temi, dal sonno dei bambini all'allattamento

arriverà nel giro di 48 ore. Ogni mese, i pediatri della SIP chatteranno con le mamme sui

temi di maggiore interesse per i genitori. Un calendario è già pronto: il 28 settembre, dalle 17,30 alle 19,30, si affronterà "Il divezzamento: quando e come" per aiutare il bambino

nel passaggio alle prime pappe; il 18 ottobre, sempre dalle 17,30 alle 19,30, si parlerà de "Il lattante che non cresce"; il 14 novembre, dalle 13,00 alle 15,00, si farà il punto su "Le malattie esantematiche", tra cui morbillo e varicella, considerati i piccoli "nemici" del primo anno di vita, mentre il 12 dicembre dalle 13,00 alle 15,00 ci si focalizzerà su "Le vaccinazioni nel primo anno di vita".

Un utile strumento

Alle mamme si offre un nuovo canale di comunicazione che permette di confrontarsi tra loro e con i pediatri. «Di una piattaforma di dialogo così autorevole c'era davvero bisogno – dice il professore **Alberto Ugazio**, presidente della SIP –. Oggi molte mamme sono in difficoltà perché la famiglia tradizionale è diventata rara. Non avendo più il sostegno della nonna, della zia più anziana o della cugina con



Alberto Ugazio

ZAPPING

Numero verde del ministero della Salute contro il caldo



Entra nel vivo l'operazione "Estate sicura" del ministero della Salute. Tutti i giorni dalle 8 alle 18, compresi il sabato e la domenica, è attivo il numero gratuito nazionale 1500 che fornisce direttamente ai cittadini informazioni e consigli su come difendersi dal caldo e indicazioni sui servizi e sugli altri numeri verdi attivati dalle Regioni e dai Comuni. Destinatari principali le persone anziane e gli altri soggetti che soffrono di più l'aumento delle temperature. ■



tanta esperienza nei bambini, non c'è da stupirsi se, tre giorni su sette, le mamme vengono negli ambulatori dei pediatri a cui rivolgono non solo domande di tipo medico, ma anche sociali. Chiedono, per esempio, dove portare in vacanza il proprio bambino, come fare a togliergli il ciuccio o quale comportamento tenere se non ubbidisce».

A mettere in evidenza l'esigenza delle mamme di avere un valido punto di riferimento a cui rivolgersi sono stati i risultati del questionario "Mamma quanti dubbi", lanciato online di recente su Facebook. Hanno risposto centinaia di mamme che hanno proposto temi da trattare e chiesto suggerimenti sulla cura e la protezione del proprio bambino. Mettendoli insieme è nato il portale.

Le domande più frequenti

Molte mamme corrono dal pediatra quando il proprio bambino di ritorno dall'asilo ha il raffreddore, magari un po' di mal di gola e qualche linea di febbre. «Le infezioni alle alte vie respiratorie sono una sorta di "apprendistato", un'esperienza che il piccolo deve fare, affinché il suo sistema immunitario impari a riconoscere i microbi ambientali: alle scuole elementari non avrà più questi inconvenienti», tranquillizza Alberto Ugazio.

Altre mamme chiedono chiarimenti sull'alimentazione del primo anno di vita. «Va orientata verso gli alimenti a base di frutta, verdura e carboidrati complessi. I gusti delle prime pappe vanno variati il più possibile e, dopo qualche tempo, vanno iniziati i primi assaggi di cibo degli adulti, per esempio con mezzo maccherone al pomodoro o un cucchiaino di minestrina».

Altre ancora lamentano che il bambino perde peso. «È un problema che va risolto con il pediatra, che può confrontare il suo peso attuale con la tabella dei percentili – spiega il pediatra –. Spesso, si tratta di una percezione sbagliata. Capita che il piccolo abbia preso troppo peso e non aumenti di più per qualche tempo, restando tuttavia nei limiti della normalità». ■

Tumore al seno, via libera a pertuzumab



La Food and Drug Administration (FDA) americana ha approvato *pertuzumab*, in combinazione con *trastuzumab* e chemioterapia a base di *docetaxel*, per il trattamento di pazienti affette da tumore al seno metastatico HER2-positivo non sottoposte precedentemente a una terapia anti-HER2 o chemioterapia per la malattia metastatica.

Questa approvazione si basa su uno studio di fase III, i cui risultati mostrano che le donne con tumore al seno metastatico HER2-positivo non trattate precedentemente e sottoposte alla combinazione di *pertuzumab*, *trastuzumab* e chemioterapia a base di *docetaxel* hanno una sopravvivenza mediana di 6,1 mesi in più senza peggioramento della malattia, rispetto alle pazienti trattate con *trastuzumab* più chemioterapia a base di *docetaxel*.

Pertuzumab è un farmaco personalizzato che ha come target il recettore HER2, una proteina presente in quantità elevate sulla superficie esterna delle cellule tumorali, così definiti HER2-positivi. Si ritiene che *pertuzumab* agisca in maniera complementare a *trastuzumab*, poiché i due farmaci colpiscono regioni diverse del recettore HER2. ■



Alzheimer, disponibile un'App per il cellulare

Cercate informazioni sull'Alzheimer o supporto per un familiare malato? Potete trovarlo sul vostro telefono cellulare. È infatti disponibile Alzheimer App, la prima applicazione per iPhone e Android dedicata a chi si prende cura dei pazienti, ideata e realizzata dalla Federazione Alzheimer Italia e scaricabile gratuita-

mente. La Federazione ha sviluppato l'applicazione per rispondere ai problemi che i familiari dei malati affrontano quotidianamente. Nella sezione dell'assistenza si potranno trovare consigli pratici e risposte semplici e chiare a molti interrogativi. Si può poi accedere al database dei servizi e delle strutture esistenti. ■



Intervista al professore **Salvatore Corrao** Docente della Facoltà di Medicina, Università di Palermo, Specialista di Medicina Interna e di Igiene e Medicina Preventiva

Regole d'oro per una buona Medicina

di **Monica Diliberti**



Si chiama CREAM, acronimo di Centro interdipartimentale per l'Efficacia e l'Appropriatezza in Medicina, da poco istituito dall'università di Palermo su proposta dei Dipartimenti della facoltà di Medicina.

Fanno parte del consiglio scientifico i professori **Francesco Vitale** (vicedirettore), **Giovanbattista Rini**, **Cristofaro Di Bernardo** e **Giacomo De Leo** (preside di Medicina); c'è anche un rappresentante dell'assessorato della Salute (**Lucia Borsellino**) e il direttore del CEFPAS di Caltanissetta, **Michèle Ricotta**. Ne parliamo con **Salvatore Corrao**, direttore del CREAM.

Professore Corrao, di cosa si occupa il Centro?

«È un dipartimento universitario che nasce per scopi di ricerca: esiste una struttura simile per finalità solo in Emilia Romagna. L'obiettivo è quello di rispondere ai bisogni di chi ha responsabilità cliniche, gestionali o strategiche: individuare gli interventi sanitari migliori in termini di efficacia e appropriatezza, cioè nel paziente, nel luogo e nel momento giusto, col buon uso delle risorse economiche. Si applicano le metodologie della medicina basata sulle evidenze applicate all'assistenza, al management e alle scelte di politica sanitaria».

Cosa è stato fatto sinora e cosa c'è in programma?

«Sono state per ora fatte valutazioni preliminari. Si valuteranno i bisogni delle Aziende sanitarie. Convenzioni su singoli progetti, il futuro. Dopo l'estate auspico la creazione di un tavolo di lavoro con la Regione Siciliana».

Da metà maggio, lei è direttore della Medicina Interna II dell'Azienda ospedaliera Civico di Palermo...

«Una bella sfida anche questa, frutto di una convenzione tra l'università e il Civico. La direzione del Civico, di concerto col rettore, professore **Roberto La Galla**, e la facoltà di Medicina hanno voluto questa integrazione tra modo di pensare universitario e pragmatismo ospedaliero: efficacia e concretezza influenzate dagli standard dettati dalla ricerca clinica e dal metodo clinico-epidemiologico incentrato sul paziente».

Quali gli obiettivi?

«Contribuire a riportare la Medicina Interna alla sua vera natura: cura del paziente complesso e ruolo centrale nell'organizzazione ospedaliera. Siamo entrati nella rete della Scuola di Specializzazione di Medicina Interna, diretta dal professore **Giuseppe Licata**; cercherò coi miei collaboratori e col supporto della direzione di dare risultati economici, assicurare standard assistenziali di eccellenza e curare la formazione di medici e infermieri, asse portante di tutto il sistema». ■

ZAPPING

Un Osservatorio per anziani malati di tumore



Quando sono colpiti da tumore, gli anziani arrivano alla diagnosi tardi, con la conseguenza che sopravvivono meno rispetto agli adulti di mezza età (55-69 anni). Non solo. Gli over 70 vengono curati peggio rispetto agli altri, perché troppo spesso considerati pazienti di "serie B". Per rispondere ai bisogni di questi malati e per garantire loro assistenza e cura adeguate, nasce l'Osservatorio Oncogeriatrico. «Una delle finalità principali dell'Osservatorio è abolire le discriminazioni che questi malati devono affrontare. Vogliamo migliorare la collaborazione tra le due specialità interessate, integrando le metodologie della geriatria con quelle più tradizionali dell'oncologia per la realizzazione di programmi di diagnosi e cura. Inoltre, è essenziale coinvolgere gli anziani nei programmi di screening e nelle sperimentazioni cliniche dei trattamenti innovativi», spiega il professore **Francesco Cognetti**, direttore del Dipartimento di Oncologia Medica del "Regina Elena" di Roma e presidente dell'Osservatorio insieme al professore **Marco Trabucchi**, presidente dell'Associazione Italiana di Psicogeriatrica (AIP). ■

Oncologi ed anatomopatologi siciliani analizzano le strategie per il tumore gastrico e della mammella HER2-positivi e gettano le basi per definire le linee guida regionali. Maggiore attenzione ai piccoli tumori del seno

Carcinoma gastrico, la nuova sfida

Nuovo interessante confronto tra anatomopatologi ed oncologi siciliani. L'incontro tra specialisti delle sezioni dell'Associazione Italiana di Oncologia Medica (AIOM) e della Società Italiana di Anatomia Patologica e Citopatologia diagnostica (SIAPEC-IAP), si è svolto di recente a Palermo con la coordinazione scientifica dei professori **Vincenzo Adamo** e **Giovanni Tuccari**, rispettivamente ordinari di Oncologia Medica e di Anatomia Patologica del Policlinico Universitario di Messina.

L'evento ha rappresentato un ulteriore passo in avanti di un progetto iniziato nel 2010 con un incontro sul carcinoma mammario, che oggi vede il suo completamento con l'analisi del carcinoma gastrico avanzato. Entrambe le neoplasie possono essere caratterizzate da un'espressione biologica detta HER2, segno di particolare aggressività, ma anche di alta sensibilità a terapie oncologiche mirate. Il convegno di Palermo è stato preceduto da riunioni preliminari svoltesi nel



Da sinistra,
Vincenzo Adamo
e **Giovanni Tuccari**

2011 a Catania e Messina, con il coinvolgimento attivo di chirurghi, endoscopisti, patologi ed oncologi. Il professore Tuccari ha riferito i dati epidemiologici assai allarmanti sul carcinoma gastrico nel nostro territorio e

sottolineato la necessità di raggiungere, quanto prima, una condivisione di riproducibilità e referenziazione anche per questa patologia, così come avvenuto per il carcinoma mammario.

Il professore Adamo ha sottolineato che i tumori mammari piccoli (sub-centimetrici) HER2-positivi sono un problema emergente, in costante aumento correlabile alla diffusione dei programmi di *screening*.

La terapia dei piccoli tumori costituisce, ancora oggi, un'area controversa, poiché sono generalmente considerati tumori a prognosi favorevole ed il trattamento medico adiuvante (chemioterapia dopo l'intervento chirurgico) è frequentemente omesso. Tuttavia, dati provenienti da studi retrospettivi suggeriscono che alcuni tumori piccoli HER2-positivi possono avere una prognosi peggiore rispetto agli altri.

Gli esperti riuniti a Palermo si sono confrontati su vari aspetti diagnostico-clinici per entrambe le patologie neoplastiche esaminate, in modo da consentire la definizione di linee guida regionali essenziali per instaurare la "Best Clinical Practice". I professori Adamo e Tuccari, infine, hanno comunicato che i dati siciliani relativi ai due progetti sul carcinoma gastrico e sui tumori mammari piccoli HER2-positivi saranno oggetto di presentazioni scientifiche in prossimi convegni nazionali ed internazionali. ■

ZAPPING

Tre giovani ricercatori italiani al Novartis BioCamp



International BioCamp 2012
NOVARTIS BIOTECHNOLOGY LEADERSHIP CAMP

Sono 3 i giovani ricercatori italiani che parteciperanno alla nona edizione del **Novartis International Biotechnology Leadership Camp**. Il workshop, dedicato alla ricerca biotecnologica e farmaceutica, è in programma dal 27 al 29 agosto nel quartier generale Novartis di Basilea ed è aperto a 60 giovani talenti provenienti da tutto il mondo. I ricercatori italiani sono **Giuseppe Andrea Sautto**, 27 anni, laureato in Biotecnologie mediche, molecolari e cellulari all'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano, **Valentina Cazzella**, 27 anni, laureata in Genetica e Biologia Molecolare all'Università "La Sapienza" di Roma, **Antonio Vinciguerra**, 26 anni, laureato in Chimica e Tecnologie Farmaceutiche all'Università degli Studi Federico II di Napoli. «Il BioCamp rappresenta una delle diverse iniziative che Novartis pone in essere per valorizzare le capacità dei giovani ricercatori e promuovere uno scambio costante di competenze ed esperienze su base internazionale», afferma **Philippe Barrois**, amministratore delegato e Country President di Novartis in Italia. ■

D

Diversamente giovani

di Mario Barbagallo

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

GLI ANZIANI E IL CALDO ESTIVO



Stiamo affrontando un'altra lunga estate calda e, come gli scorsi anni, a farne le spese sono i soggetti più deboli, i malati e gli anziani. Poiché gli

interventi efficaci sono quasi esclusivamente preventivi, vale la pena ricordare alcune semplici misure che, anche se ampiamente diffuse dai media, rimangono spesso inascoltate.

Il primo consiglio fondamentale è di idratarsi (bere un bicchiere d'acqua ogni ora, anche se non si ha sete) per arrivare a circa 2 litri di liquidi al giorno.

Il secondo suggerimento è di evitare di uscire nelle ore più calde (dalle 11 alle 17) e, quando si è in casa, restare in ambienti provvisti di aria condizionata. Il ventilatore (spesso più gradito agli anziani) riduce la sua efficacia alle alte temperature e può aumentare la disidratazione. Altri consigli utili sono quelli di indossare indumenti naturali e leggeri (gli anziani hanno un'alterazione della termoregolazione e tendono a coprirsi troppo), fare più docce di acqua fresca al dì, consumare pasti leggeri e frazionati, mangiare frutta e verdura fresche, cercare di evitare caffè, bevande zuccherine e alcolici.

Altra avvertenza per gli anziani con malattie croniche che fanno uso di farmaci è di richiedere il parere del medico curante per eventuali aggiustamenti della terapia (ad esempio, per monitorare il trattamento antipertensivo, in quanto il caldo può abbassare la pressione, e fare attenzione all'uso di diuretici che possono favorire la disidratazione e la perdita di sali minerali).

Infine, ultimo consiglio per figli, familiari e vicini di casa di anziani a rischio che vivono soli. È utile avere con loro un contatto quotidiano nei giorni di maggiore caldo, andandoli a trovare o telefonando per informarsi della loro salute, stimolandoli a bere e ricordando loro di soggiornare in ambienti freschi e ventilati. ■

IERI & DOMANI

B

Bambini

di Giuseppe Montalbano

Pediatra di famiglia

GLI OCCHI DEL BAMBINO



La vista è uno dei beni più preziosi che l'uomo possiede e si ha il dovere di tutelarla. Già alla nascita si deve eseguire un attento esame obiettivo dell'occhio

(la dimensione delle pupille, la loro posizione, la simmetria, eventuali difetti) con gli annessi oculari: le palpebre, se c'è simmetria nel loro grado di apertura, le ciglia, la congiuntiva, la cornea, l'iride e la consistenza del film lacrimale. La raccolta di dati anamnestici relativi alla presenza di anomalie e/o difetti visivi a carattere ereditario devono indurre ad effettuare un controllo specialistico dall'oculista.

Circa il 2-4 per cento dei bambini sotto i 3 anni presenta disturbi della vista o vere e proprie patologie oculari e la percentuale sale a circa il 20 per cento con l'età, soprattutto per quanto riguarda i difetti di rifrazione che, tra i 10 ed i 15 anni, raggiungono la massima incidenza.

In bambini che non presentano fattori di rischio e hanno un quadro obiettivo negativo, è auspicabile un controllo della vista tra i 3 ed i 5 anni, sicuramente prima dell'ingresso alla scuola elementare, a prescindere dalla presenza di segni sospetti di deficit visivi.

Occorre sempre la collaborazione attenta e puntuale dei genitori, capaci di cogliere atteggiamenti anomali, per esempio nel guardare la televisione: stare troppo vicini al video, inclinare la testa o lateralizzare lo sguardo per "vedere meglio", devono essere colti come segnali che qualcosa non va.

Oltre che nel contesto dei cosiddetti "bilanci di salute", il pediatra ha la possibilità di sottoporre il piccolo ad alcuni semplici test, quale la visione delle tavole optometriche, studiate per i bambini, in cui sono rappresentate figure a lui familiari (animali, macchine, palloni etc.) da riconoscere da distanze prestabilite. L'esito di queste prove indurrà il pediatra a richiedere una visita oculistica o meno. ■

Troppe cure?

Un danno per la salute



di Paola Mariano



Non sempre "curarsi" fa bene, e non parliamo solo di farmaci presi a sproposito, del fai-da-te e di pseudoterapie inutili quando non pericolose per la salute: la medicina moderna non di rado è eccessiva, arriva a fare diagnosi di malattie in realtà inesistenti, prescrive un eccesso di farmaci, può addirittura portare a interventi chirurgici inutili. In poche parole, fa ammalare le persone sane.

A lanciare l'allarme il *British Medical Journal*, anticipando il tema di una maxi conferenza che si terrà il prossimo anno in Usa: Preventing Overdiagnosis, prevenire gli eccessi diagnostici, cioè impedire che una persona sana riceva una diagnosi di malattia che in realtà non ha o che, in ogni caso, non comporterà nulla di grave per la sua vita. Sono tanti i motivi dell'eccesso diagnostico che fa ammalare i sani, spiega **Ray Moynihan** della Bond University in Australia: tecnologie diagnostiche sempre più sensibili che vedono e segnalano al medico anche minime, probabilmente ininfluenti e non pericolose anomalie; confine sempre più sfumato tra rischio di ammalarsi e

malattia vera e propria; modifiche dei valori di riferimento considerati normali: per esempio, negli anni, è stata abbassata la concentrazione di colesterolo nel sangue considerata nella norma, per cui oggi è molto più facile ritrovarsi tra coloro che soffrono di colesterolo alto ed essere curati (lo stesso vale per la pressione del sangue, etc.).

Qualche esempio di eccesso diagnostico? Uno studio canadese mostra che quasi un individuo su 3 (30 per cento) cui è diagnosticata l'asma, in realtà, non ha la malattia e, di questi, 2 su 3 (66 per cento) non hanno bisogno di farmaci; uno studio olandese ha visto che, su 1.100 persone in cura con corticosteroidi, quasi una su 3 (30 per cento) li prende senza chiare indicazioni prescrittive.

A molte persone vengono diagnosticati e "curati" tumori inesistenti o innocui

Oggi si assiste ad un eccesso di esami diagnostici e terapie



ZAPPING

Personal trainer e fioraio Ecco i lavori più... "sani"

Volete un lavoro tranquillo, che preveda l'interazione con gli altri, creatività e orari flessibili? Allora potete diventare istruttori sportivi, personal trainer, maestri di yoga e coreografi. Oppure assicuratori, tecnici informatici e fiorai. Ma quali sono le categorie più a rischio per infortuni e pressione lavorativa?

Pompieri, poliziotti, militari, lavoratori dell'edilizia, medici e infermieri che lavorano in ospedale. Così ritiene il quotidiano americano **Huffington Post**. Altri lavori salutari sono quelli nella pubblica amministrazione e quelli di dentista, igienista dentale, dietologo e tecnico di laboratorio medico. ■



Fertilità, un palermitano tra i vincitori di un progetto di ricerca



È palermitano uno dei 9 vincitori del progetto Grant For Fertilità Innovation (GFI) 2012/2013. Si tratta del dottor **Giovanni Ruvo**, embriologo del Centro di Biologia della Riproduzione di

Palermo, diretto dal professore **Ettore Cittadini**. È l'unico italiano tra i vincitori del GIF con il quale Merck Serono, una divisione del gruppo tedesco Merck, stanziava 4 milioni per la ricerca. L'iniziativa è volta a trasformare i progetti innovativi di ricerca sulla fertilità in soluzioni concrete per la salute, migliorando i successi delle tecniche di procreazione medicalmente assistita. ■

Disponibile un nuovo antimalarico

Diidroartemisinina/piperachina è la prima terapia combinata a base di *artemisinina*, frutto della ricerca italiana e approvata dalla European Medicines Agency (EMA), per il trattamento della malaria non complicata. Il farmaco è in fase di lancio in diversi Paesi, anche grazie all'organizzazione no profit Medicines for Malaria Venture. L'utilizzo di diidroartemisinina/piperachina è raccomandato dalle linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) in quanto antimalarico combinato di elevata efficacia. ■

MAI ESAGERARE

- ▶ che quindi non necessitano di cure (per esempio, perché crescono troppo lentamente per nuocere). Il cancro al seno è un esempio: circa una diagnosi su tre fatta tramite i cosiddetti *screening* preventivi periodici cui le donne sono chiamate a sottoporsi, potrebbe essere un "falso positivo".



Uno studio su vasta scala, pubblicato su *Lancet Oncology*, mostra che fino al 54 per cento (oltre 1 su 2) delle donne over 50 cui è scoperto un tumore al seno invasivo potrebbe, in realtà, non avere la malattia. Ciò significa ricevere una diagnosi che spaventa e affrontare cure spesso difficili, di cui non hanno affatto bisogno. Lo stesso avviene per altri tumori, come quelli alla prostata o alla tiroide. Oggi, il numero di nuovi casi di cancro tiroideo è cresciuto tantissimo, ma a ben vedere questo aumento è riferibile a forme tumorali non aggressive che non necessitano di cure.

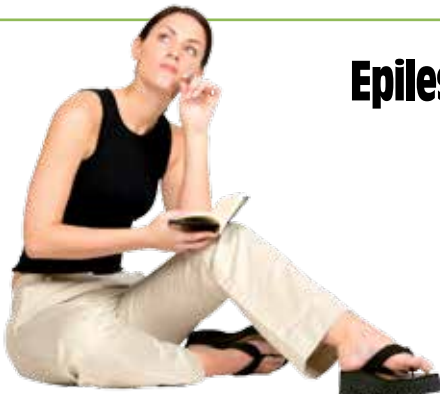
Perché succede? Come detto, in parte, si deve a tecniche diagnostiche sempre più sensibili, in grado di mettere in evidenza anche lievi e ininfluenti anomalie di cui però poi il medico finisce per tener conto; anomalie che non fanno alcun male, ma che sono trattate come patologie (da classificare come pseudomalattie), divenendo oggetto di cure inutili e/o dannose. E non è solo colpa di *screening* preventivi come la mammografia (che comunque non vanno demonizzati *in toto*, ma solo eseguiti e interpretati con cautela). Spesso, siamo di fronte ai cosiddetti "incidentalomi", ovvero mentre facciamo un esame (ad esempio, una Tac) per qualche motivo (come un mal di schiena che perdura), il medico si accorge, incidentalmente, di qualche anomalia e diagnostica una malattia (spesso un tumore) che però non c'è o che comunque non nuocerà al soggetto. Pensate alla sensazione di spavento e preoccupazione di una persona che va a fare un esame per un banale "acciacco" e gli viene detto "hai un tumore".

E i problemi non sono solo legati all'eccesso diagnostico causato da strumenti esageratamente sensibili: oggi, troppi sono i farmaci presi senza indicazioni chiare, solo per un rischio presunto e per il beneficio, altrettanto presunto, che dovrebbe derivare dalla terapia. È il caso dei prodotti per l'osteoporosi, somministrati a sempre più donne solo perché considerate a rischio di fratture, ma la soglia di rischio per far scattare la prescrizione è sempre più bassa. ▶

Epilessia, un concorso letterario per pazienti e familiari

Cosa avevano in comune Petrarca, Byron e Flaubert? Erano epilettici. Molti grandi uomini del passato soffrivano di epilessia e la malattia è citata in opere di Dante, Shakespeare, Dickens, Dostoevskij. Oggi, purtroppo, le persone affette da epilessia – oltre 500.000 in Italia, con 30.000 nuovi casi l'anno – e le loro famiglie vivono ancora la malattia con disagio e vergogna. "Raccontare l'epilessia" è il primo concorso di Medicina Nar-

rativa, organizzato da Fondazione LICE ed rivolto ai pazienti, a chi si prende cura di loro e alle famiglie. I concorrenti possono scrivere un racconto breve (massimo 20 cartelle) o una poesia. Per partecipare, occorre inviare, entro il 30 ottobre 2012, la propria opera al seguente indirizzo: PTS Congressi Via Nizza 45, 00198 Roma. Per tutte le informazioni, visitare il sito Internet www.fondazioneepilessialice.it ■



MAI ESAGERARE



Risultato? Magari una donna a lieve rischio non avrà mai una frattura e assumere quei medicinali comporterà per lei un pericolo (da effetti avversi) paradossalmente più elevato di quello di rompersi un arto.

Lo stesso vale per i farmaci contro il colesterolo alto: il valore di colesterolemia un tempo considerato fuori norma era molto più alto di quello attuale. Siccome il colesterolo, quando è davvero alto, può aumentare il rischio di infarto, è bene curarlo con farmaci *ad hoc*. Ma se si abbassa sempre di più

il valore di colesterolemia considerato soglia tra normalità ed eccesso, è chiaro che un numero sempre maggiore di individui finirà tra coloro che hanno il

colesterolo alto e gli verranno prescritti farmaci per abbassarlo. Magari il rischio infarto associato al loro valore di colesterolo è minimo o nullo, ma comunque seguiranno una terapia importante, con tutti i rischi legati agli effetti avversi di quei farmaci.

«Va bene fare diagnosi precoce, va bene sottoporre popolazioni a rischio a *screening* preventivi periodici e, se serve, a terapie per ridurre il rischio di una malattia, ma tutto ciò va fatto con cautela, evitando eccessi, altrimenti "faremo ammalare persone sane"», conclude Moynihan. ■

«Va bene fare diagnosi precoce, va bene sottoporre popolazioni a rischio a *screening* preventivi periodici e, se serve, a terapie per ridurre il rischio di una malattia, ma tutto ciò va fatto con cautela, evitando eccessi, altrimenti "faremo ammalare persone sane"», conclude Moynihan. ■

GUARIRE... DAL RIDERE



SONO PREOCCUPATO
PER CASTEL GANDOLFO...
SE LA CONSIDERANO
SECONDA CASA!



ZAPPING

"Villa Sofia-Cervello" di Palermo, più sicurezza per pazienti e medici

Miglioramento dei processi di identificazione dei pazienti, dell'efficacia della comunicazione tra gli operatori sanitari, della sicurezza dei farmaci ad alto rischio; implementazione delle procedure per ridurre il pericolo di infezioni associate all'assistenza sanitaria e quello di danno subito dal paziente a seguito di una caduta accidentale; uniformità delle procedure per l'allestimento di terapie antitumorali.

Sono alcuni dei provvedimenti aziendali che, in due anni, sono stati avviati e attuati dall'Azienda ospedaliera "Ospedali Riuniti Villa Sofia-Cervello" di Palermo per migliorare la sicurezza dei pazienti e degli operatori sanitari. Gli interventi sono stati presentati durante la "Prima Giornata regionale per la sicurezza negli ospedali", organizzata di recente dall'ACRIMAS (Associazione Clinical Risk Management Sicilia). ■





Associazioni

di Minnie Luongo

AIPAD, PER I PAZIENTI CON MORBO DI ADDISON



Molti hanno sentito parlare, per la prima volta, di morbo di Addison seguendo la serie televisiva del Dr. House, dove una sua collega è colpita da questa malattia. «Si tratta di una patologia che, seppur rara, è ancora poco conosciuta e, spesso, viene diagnosticata con eccessivo ritardo dai medici di famiglia – conferma **Michela Mutti**, presidente dell'**Associazione italiana pazienti Addison (AIPAd)** –. Io ne sono un esempio classico: ho cominciato a soffrirne a 18 anni, ma ho dovuto aspettare i 40 prima di conoscere la diagnosi esatta». Il morbo di Addison è una malattia cronica che colpisce la corteccia delle ghiandole surrenali diminuendo o azzerando la sua funzionalità. Le terapie consistono, soprattutto, nell'assunzione degli ormoni mancanti. I disturbi che la caratterizzano sono molto generici – spossatezza, dimagrimento, dolori muscolari, nausea, colore brunito della pelle –, ma sono sufficienti degli esami del sangue per individuarla».

Fondata nel 2003 dalla Mutti con **Antonella Campo dall'Orto**, AIPAd intende informare e sostenere il maggior numero possibile di pazienti, specie quelli che non sanno di soffrirne (in Italia, sono migliaia i portatori della malattia).

«La nostra associazione – precisa la presidente – che collabora con la Società italiana di endocrinologia, l'Associazione medici endocrinologi e l'Associazione nazionale infermieri endocrinologia, è anche molto attiva per agevolare la procedura d'invalidità per tutti quei malati che, a livello nazionale, non ottengono sempre il giusto riconoscimento. E sabato 29 settembre, a Fano, si terrà il prossimo convegno-incontro per pazienti». ■

Saperne di più

AIPAd

Associazione italiana pazienti Addison

P.le Leonardo da Vinci 8, Mestre (VE) - tel. 041.989586

Via Dosso 5, Usmate Velate (MB) - tel. 039.6829572

www.morbodiaddison.org



Libri

di Arianna Zito

NATA A PALERMO



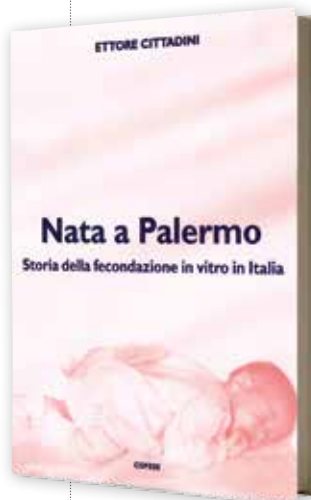
Louise Brown fu la prima "figlia della provetta". Nacque il 25 luglio del 1978 grazie al britannico Robert Edwards, pioniere della fecondazione in vitro che, per le sue ricerche su questa metodica, vinse il Nobel per la medicina nel 2010. Nobel che sarebbe andato anche a Patrick Steptoe di Manchester, che "con Edward – come si legge in **Nata a Palermo (Ed. Cofese, pagg.84)** – ha realizzato il primo concepimento in vitro denominato "test Tube Baby".

Inizia proprio dalla "genesì" della fecondazione in vitro questo volume che porta la firma del "padre" italiano di questa tecnica, **Ettore Cittadini**. Dopo un primo incontro, nel 1963 a Parigi, tra Cittadini e Patrick Steptoe, seguono numerosi *stage* formativi del medico palermitano e del suo *team* in Australia, Inghilterra e Francia, fino alla nascita nel 1984 a Palermo, con la fecondazione assistita messa a punto dall'*équipe* del professore Cittadini, della prima bambina italiana: Eleonora.

Scriva Antonio Calabrò nella *Prefazione*: "L'Ora è felice di dedicare la sua prima pagina all'evento. Questo sono Palermo e la Sicilia: luce e lutto, volgarità e scienza, violenza criminale e sofisticata cultura".

Da quel giorno, il professore Ettore Cittadini e l'*équipe* da lui guidata hanno ridato luce e speranza a migliaia di coppie. Una conquista che oggi incontra

dei problemi dovuti alla legge (la n. 40 del 2004) che mette numerosi paletti alla fecondazione medicalmente assistita e alla ricerca, "costringendo" spesso gli italiani a ricorrere a centri esteri e che spinge ad interrogarsi – come scrive Cittadini – "su quale futuro avrà quell'immenso patrimonio di conoscenze, di studi, sperimentazione e, perché no, di speranze, che per quasi quarant'anni ha mobilitato scienziati e coscienze, laici e cattolici". ■



La salute prima di tutto?

Proprio così. **La salute prima di tutto.**
Perché se c'è la salute, ogni altro problema può essere affrontato. E risolto.

Da otto anni **AZ Salute**, disponibile ogni ultimo mercoledì del mese in tutte le edicole in **allegato gratuito al Giornale di Sicilia**, affronta i problemi relativi alla salute dei cittadini e propone soluzioni, consigli e indicazioni, avvalendosi dell'aiuto dei migliori specialisti e di uno staff redazionale costantemente alla ricerca delle informazioni più aggiornate.

RICHIEDI AZ SALUTE AL TUO EDICOLANTE



AZ Salute è anche **quotidiano online**
ed è presente su Facebook, all'indirizzo

 [facebook.com/azzsalute.it](https://www.facebook.com/azzsalute.it)

AZ SALUTE
www.azzsalute.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