

Impegno umanitario per le madri dell'Africa

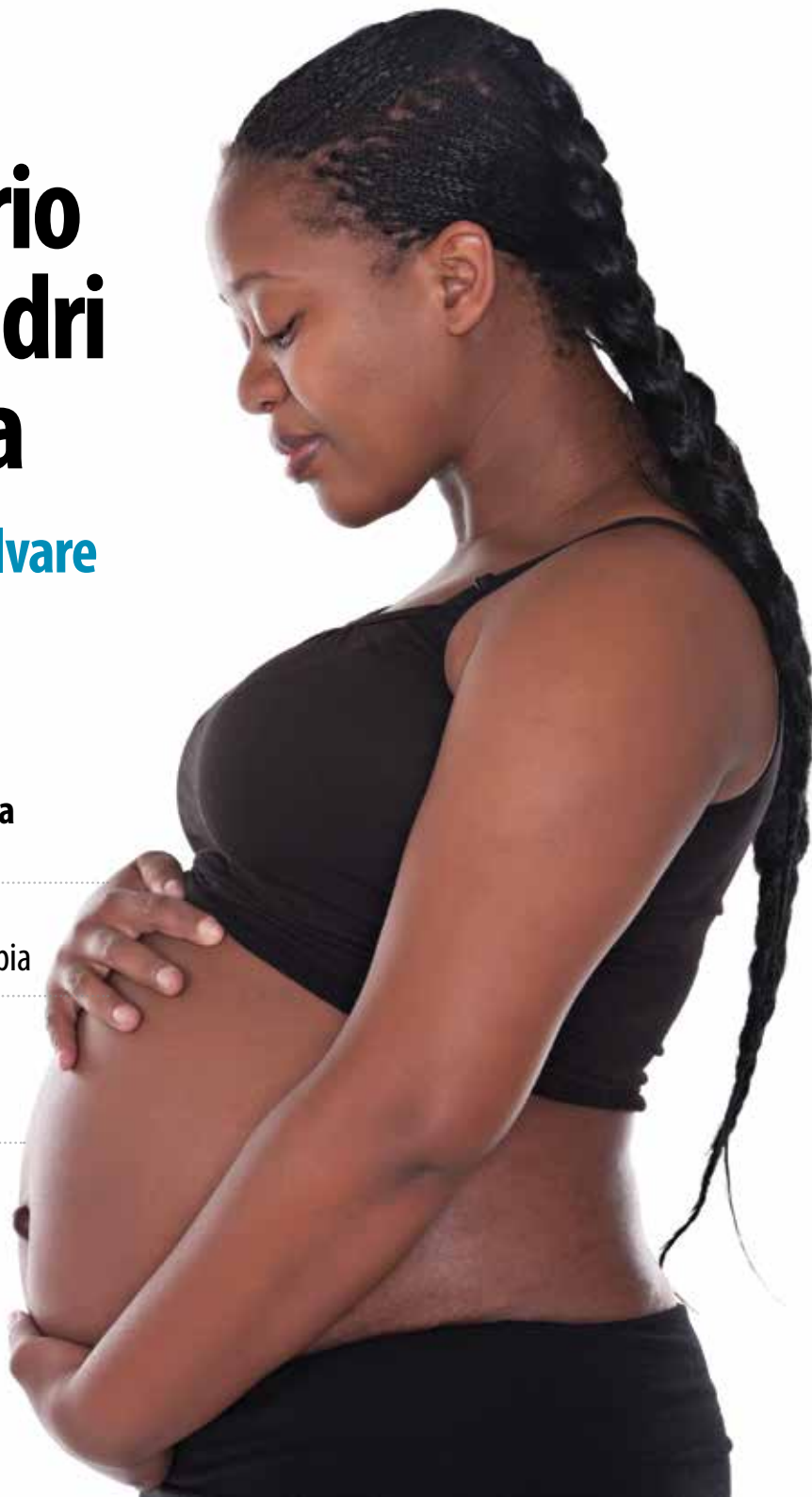
**MSD Italia per salvare
milioni di vite**

**Viaggio tra salute e arte
culinaria: seconda puntata**
Ortaggi e gustose ricette

Sicilia esemplare
Offerta vaccini, l'Europa ci copia

Vacanze in arrivo
Attenzione alla scelta
della destinazione

Epatite C
Il temibile nemico
ha i giorni contati



ABBINAMENTO AL
GIORNALE DI SICILIA

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



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.



di Carmelo Nicolosi

MSD Italia scende in campo per aiutare l'assistenza alle madri in gravidanza e durante il parto, con un obiettivo ambizioso: salvare 3 milioni di vite in due anni. E sono stati stanziati 500 milioni di dollari a supporto di progetti che riguardano l'assistenza, l'offerta di medicinali, la formazione di personale sanitario. Un esempio di umanità e solidarietà che, in un mondo insensibile come quello di oggi, dovrebbe essere imitato da molti.

In pieno terzo millennio, sono più di 800 le donne che, ogni giorno, perdono la vita per complicanze insorte in gravidanza o durante il parto. Il 99 per cento di questi decessi avviene nei Paesi in via di sviluppo, in particolare nell'Africa subsahariana, seguita dall'Asia meridionale.

Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS), la maggior parte di questi decessi potrebbe essere evitato se solo le donne avessero accesso a centri di assistenza durante la gravidanza e il parto e se avessero a disposizione personale specializzato.

Spesso, in questi casi, la tempestività di un intervento può fare la differenza tra la vita e la morte. E sempre l'OMS identifica nella mortalità materna, la causa di oltre un milione di orfani l'anno.

Le Nazioni Unite, in una loro risoluzione, hanno previsto un progetto per ridurre la mortalità materna di almeno il 75 per cento entro il 2015. Ed ecco che è nato il progetto "**MSD For Mothers**".

«La mortalità materna è un'emergenza che si consuma lontano dai riflettori, ma costituisce una vera e propria catastrofe umanitaria, soprattutto in alcuni Paesi dell'Africa e dell'Asia del sud, con un impatto devastante sulla vita di milioni di persone. Se anche riuscissimo a salvare una sola madre, sarebbe un successo straordinario, ma l'obiettivo è di salvarne milioni», sottolinea **Pierluigi Antonelli**, amministratore delegato di MSD Italia.

Diversi studi hanno dimostrato che i bambini che sopravvivono alle madri hanno maggiore probabi-

MSD For Mothers Esempio di solidarietà

lità di morire prima dei due anni. Inoltre, per ogni donna che muore di parto, almeno altre 20 rimangono disabili a vita.

Altra rilevante causa di mortalità materna, soprattutto in Africa, è l'HIV, il virus dell'Aids: sono circa 1,4 milioni i casi di gravidanza in donne infettate dal temibile virus. Uno dei Paesi più colpiti è il Mozambico. A questo fronte è rivolto il progetto Dream della Comunità di Sant'Egidio in *partnership* con MSD Italia.



«Senza cure appropriate, solo la metà dei bambini che sono stati infettati dalla madre, alla nascita, raggiungeranno il secondo anno di vita. Inoltre, le madri sieropositive che arrivano al parto con un'infezione acuta da HIV, vedono aumentato il rischio di decesso in gravidanza», osserva il professore **Leonardo Palombi**, direttore scientifico del programma Dream.

Nell'ambito di questo programma, basilare è la somministrazione dei farmaci antiretrovirali. Con questa terapia si osserva una flessione dei decessi materni di circa il 70 per cento.

Ci auguriamo che iniziative umanitarie del tipo intrapreso da MSD possano essere prese a modello e moltiplicate, in una visione ugualitaria della vita. ■

ANNO IX
Numero 5
Maggio 2013
Mensile
in abbinamento gratuito
al "Giornale di Sicilia"



Direttore Responsabile
Carmelo Nicolosi

Hanno collaborato a questo numero

Mario Barbagallo
Minnie Luongo
Giuseppe Montalbano
Luciano Sterpellone
Cesare Betti
Manuela Campanelli
Paola Mariano

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
Foto di stock, AAVV, ICPOnline
ThinkStock - Getty Images

www.azsalute.it



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

IN QUESTO NUMERO

Ortaggi in pentola

di Monica Diliberti

6



10

Epatite C Giorni contati

Mare, montagna? Ecco i consigli

di Cesare Betti

12

Diversamente giovani
di Mario Barbagallo
"La curiosità
mantiene giovani"

Bambini
di Giuseppe Montalbano
"La febbre in pediatria"

16

IERI & DOMANI





Sicilia al top nelle vaccinazioni

19



Check-up per un VIP

di Luciano Sterpellone

Gabriele D'Annunzio
L'"Orbo veggente"

22



24

La psiche? Comanda il corpo

di Paola Mariano



27

Degenerazione maculare Farmaco l'intrappola

Perché camminare per stare in salute

di Manuela Campanelli



28



30

Donne in neuroscienze Alleanza tra specialiste

A

29

Associazioni
di Minnie Luongo
FAVO, volontari in oncologia



Ortaggi in pentola

Anche al forno o in padella
senza dimenticare il vapore

Nel numero scorso, abbiamo iniziato un percorso nel colorato e variegato mondo vegetale. Continuiamo a parlare delle caratteristiche degli ortaggi, che presenteremo anche in tre gustose ricette.

di Monica Diliberti



Fino al Novecento, l'Italia ha avuto una consistente tradizione agricola, per lunghissimo tempo asse portante dell'economia nazionale. La vocazione all'agricoltura – dal piccolo orto sul retro di casa ai vasti latifondi – fa sì che, ancora oggi, in ogni regione del Paese si coltivino ortaggi nel rispetto di tradizioni secolari. Negli ultimi cinquant'anni, lo sviluppo agricolo italiano non si è fermato. Così, scendendo via via dalla Val Padana, vero leader dell'agricoltura italiana, passando per importantissimi territori come la Liguria, la Maremma e il Tavoliere delle Puglie, si arriva in Sicilia, ai primi posti per la produzione orticola.

Giallo arancia

Contengono betacarotene (che diventa vitamina A), minerali, amidi e vitamine del gruppo B, C, E.



CAROTA

Lo sapevate che è originaria dell'Afghanistan? In Italia, comparve oltre 2.000 anni fa, soprattutto nelle zone costiere. La ricchezza della carota sta nei carotenoidi, i pigmenti che vengono trasformati in vitamina A dall'organismo. Un etto è sufficiente a coprire il fabbisogno giornaliero di vitamina A, il 12 per cento di vitamina C, il 3-8 per cento di vitamine del gruppo B. Inoltre, è ricca di zuccheri, ferro, magnesio, calcio, fosforo, potassio, fibre e antiossidanti. E non contiene sodio.



PEPERONE

Il suo papà fu il peperoncino, usato già 5.000 anni prima di Cristo dalle civiltà precolombiane. In Europa, il peperone arriva dopo la scoperta dell'America. Peperone e peperoncino hanno grandi quantità di flavonoidi e capsai-

cinoidi (solo le specie piccanti), vitamine A e C e si caratterizzano per proprietà antibatteriche e antiossidanti. Per queste caratteristiche, il peperoncino viene utilizzato – da sempre – per la conservazione di vari alimenti, quali carne, pesce o verdure.



ZUCCA

Nel Messico precolombiano, la zucca era l'alimento base della dieta dei nativi. In Italia, arrivò nel XV secolo, insieme a patate e pomodori. Le zucche amano molto il sole: per maturare, hanno bisogno di essere bacciate dai caldi raggi almeno per 7 ore al giorno. La zucca ha molti caroteni e fibre, mentre è povera di calorie. È quindi particolarmente adatta a chi segue un regime dietetico ipocalorico. Vera e propria miniera di betacarotene, contiene anche importanti minerali, come ferro, potassio e calcio.

Bianca

Il colore bianco di questi ortaggi è dovuto a composti come la quercetina. Si tratta di alimenti ricchi di vitamine, sali minerali e fibre.



AGLIO

Proveniente dall'Asia centrale, è una delle piante coltivate di origine più antica, a scopi sia culinari sia curativi. Sin dall'antichità, ha dimostrato numerosissime virtù farmacologiche, antibatteriche e antiparassitarie. È molto ricco di composti solforati (responsabili dell'odore), con principi antipertensivi e antiossidanti. Nonostante sia ricco di fibra e vitamine, il suo scarso consumo, naturalmente, non ne rappresenta una buona fonte.



ASPARAGO

Circa 2.000 anni fa, in Asia Minore si coltivavano asparagi, che piacevano moltissimo agli imperatori romani. Nel XV secolo arrivarono in Francia, nel XVI in Inghilterra. ▼

Ortaggi
Come prepararli



► Gli asparagi hanno molte proprietà diuretiche e contengono asparagina o acido aspartico. Questo prelibato ortaggio ha un'alta quantità di calcio, fosforo e potassio.



BARBABIETOLA

Ne esistono due varietà, rossa e bianca. Quest'ultima viene utilizzata anche per la produzione di zucchero. È una specie molto antica, risale già all'epoca di Greci e Romani. Le barbabietole sono una buona fonte di vitamina C (carotene nelle foglie), folati (componenti dell'acido folico), fibre e antiossidanti. Il tipo rosso è ricco di sali minerali e ferro.



CARDO

Già nell'antichità, cresceva in modo spontaneo e lo mangiavano Greci e Romani. I cardi, da sempre impiegati nelle ricette dalla cucina popolare, sono alla base, ad esempio, della tipica bagna cauda piemontese. Questo ortaggio ha proprietà importanti, simili a quelle del carciofo. Aiuta il fegato a produrre bile e la cistifellea ad espellerla.



CIPOLLA

Considerato sacro in Mesopotamia, il bulbo aveva fama di poteri profetici: sognare di mangiare cipolle sembrava poter migliorare la guarigione dei malati. Gli atleti greci la consumavano prima delle gare, pensando che "alleggerisse il sangue". Di certo, la cipol-



la fa bene. Contiene cromo e altri composti polifenolici ad azione antiossidante come la quercitina. Un etto di cipolla fornisce il 12 per cento di vitamina C e il 10 di vitamina B6.



PATATA

Importata dal Perù dopo la scoperta del Sudamerica, non incontrò subito i gusti europei: la sua vera diffusione si ebbe a partire dal XVII secolo. Le patate sono costituite per il 20 per cento del loro peso da zuccheri, rappresentati per tre quarti da amido. Sono una buona fonte di vitamina C, anche se in parte si perde con la cottura. Un etto fornisce il 12 per cento di potassio, il 20 di vitamina B, il 14 di ferro, discrete quantità di altre vitamine del gruppo B, carotenoidi e polifenoli. Il metodo di cottura e la varietà di patata influiscono notevolmente sulle sue caratteristiche nutrizionali.



LEGUMI

Fagioli, fagiolini, lenticchie, ceci, fave, lupini, soia, piselli, sono uno dei migliori sostituti della carne, tanto da essere soprannominati "la bistecca dei poveri". Tra le varie curiosità, una riguarda i piselli: nel Medioevo, in Inghilterra, venivano utilizzati come salario per i poveri.

I legumi sono ricchi di amido, proteine, sali minerali (tra cui il ferro), fibre, vitamine del gruppo B e C. Ad eccezione della soia, contengono pochissimi grassi. ■

Cottura e conservazione

Cottura e conservazione

La prima regola da non dimenticare è lavare gli ortaggi sempre con estrema cura, soprattutto quando si consumano crudi.

Vapore a tutta forza

Questo metodo di cottura è il migliore per gli ortaggi perché trattengono tutti i sali minerali e gli altri fattori idrosolubili, come le vitamine B e C. In commercio, esistono vari tipi di pentole con il cestello forato, perfette per la cottura a vapore. I tempi sono uguali alla tradizionale cottura con immersione nell'acqua.

Altre cotture

Per non perdere le loro numerose proprietà, gli ortaggi andrebbero consumati crudi, ma non sempre ciò è possibile.

Quasi tutte le verdure sono adatte alla cottura **in umido** che consiste nel rosolarle nel condimento (olio o salse) e continuare poi la cottura aggiungendo acqua o brodo. Gli ortaggi più indicati sono i carciofi, le zucchine, le patate, le melanzane, i fagioli, i fagiolini e i peperoni.

In padella si "ripassano" verdure crude o parzialmente lessate e poi insaporite. Nella cucina italiana, ►



Tutti a tavola!

ZAPPING

[AZSALUTE]



Radichio al forno

Ingredienti per 4 persone: 700 gr di radicchio di Treviso, ½ limone, olio extravergine d'oliva, 1 pizzico di sale, 1 pizzico di pepe.

Mondate il radicchio, eliminando le foglie più dure. Lavatelo e sgocciolatelo bene. In una pirofila versate poco olio, sistemate il radicchio e condite con un filo d'olio, un pizzico di sale e uno di pepe. Coprite con un foglio di alluminio, mettere in forno preriscaldato a 180° C per 20 minuti. Disponete il radicchio su un piatto da portata e bagnate con succo di limone. Servire caldo.



Zucchine alla scapece

Ingredienti per 4 persone: 6 zucchine, 3 cucchiaini di olio, una tazzina d'aceto, una manciata di foglie di menta, sale, aglio.

Lavate le zucchine e tagliatele a fette sottili circa mezzo centimetro. Disponetele in un recipiente, cospargetele con un cucchiaino di sale e fatele riposare coperte per due ore. Fate imbiondire l'aglio in una padella in cui avrete versato tre cucchiaini di olio. Togliete l'aglio e fate rosolare le zucchine. Quando saranno cotte, scolatele bene e disponetele su un foglio di carta assorbente. Poi trasferitele a strati in un piatto da portata, irrorandole di aceto e cospargendole di foglie di menta spezzettata a mano. Servite dopo circa un'ora.



Uova e asparagi

Ingredienti per 4 persone: 4 uova, 1 mazzo di asparagi, burro, sale, pepe nero macinato fresco, 3 cucchiaini di Parmigiano grattugiato.

Tagliare la base dura agli asparagi, pelare i gambi e legarli a mazzo. Lessarli in acqua bollente leggermente salata tenendo fuori le punte per circa 15 minuti. Scolarli e tenerli in caldo. Sciogliere una noce di burro in una padella larga, sgusciarvi le uova facendo attenzione a non rompere il tuorlo e cuocerle finché l'albume non sarà rappreso. Dividere gli asparagi nei piatti, aggiungere il formaggio grattugiato a fori grossi e coprire con un uovo per piatto. Cospargere con una generosa macinata di pepe. Servire subito. ■

Un siciliano alla guida della Società di ecografia ginecologica

Il dottore Giuseppe Cali è il nuovo presidente della Società Italiana di Ecografia ginecologica. È dirigente medico dell'Unità Operativa di Ostetricia e Ginecologia dell'Azienda ospedaliera Civico di Palermo. Cali, palermitano, 60 anni, è stato eletto nel corso del congresso della Società che si è svolto a Genova. Uno degli obiettivi del nuovo presidente è il potenziamento della possibilità di sottoporsi a ecografia ginecologica nelle strutture del territorio. ■

Il pesce allunga la vita



Il merito è dei grassi omega 3 contenuti nel pesce. È emerso da uno studio condotto da esperti della Harvard School of Public Health di Boston con colleghi della University of Washington, che hanno analizzato dati su 2.700 statunitensi di età media 64 anni all'inizio della ricerca. I volontari sono stati seguiti per 16 anni e, periodicamente, gli epidemiologi hanno misurato con un prelievo il contenuto di omega 3 nel sangue di ciascuno.

Secondo quanto riferito sulla rivista *Annals of Internal Medicine*, i soggetti coinvolti nello studio non facevano uso di integratori di omega 3, quindi la loro concentrazione ematica di omega 3 era riconducibile alla loro alimentazione. I ricercatori hanno anche chiesto al campione di dire quanto pesce mangiassero.

È emerso che un contenuto di omega 3 elevato nel sangue era associato a un rischio ridotto del 27 per cento di morire per qualsiasi motivo e a un rischio di morte per cause cardiovascolari diminuito del 35 per cento. Il consiglio degli esperti, dunque, è mangiare almeno due porzioni di pesce a settimana. ■

► spiccano zucchine e funghi trifolati, con aglio e prezzemolo. Le verdure da cuocere **alla griglia** si condiscono con poco olio, sale, pepe ed erbe aromatiche. Questa metodica di cottura è ottima soprattutto se si segue una dieta ipocalorica. È adatta a funghi, melanzane, peperoni, pomodori. Quasi tutte le verdure si possono cucinare **al forno**, ma rendono meglio verze, cipolle, patate, funghi e carciofi. E infine le verdure **fritte**, infarinate o in pastella: non saran-

no certamente dietetiche, ma sono di certo gustosissime.

Come conservarle

Ogni frigorifero ha il suo scomparto per frutta e verdura e la temperatura giusta è di 4-5° C. C'è da tenere a mente però che il frigorifero mantiene fresche le verdure, ma non riesce a conservare intatte le loro proprietà nutritive, alcune delle quali tendono a diminuire con il tempo. Gli ortaggi vanno quindi consumati entro pochi giorni dall'acquisto. ■

Epatite C Giorni contati

La notizia è stata data all'International Liver Congress 2013 di Amsterdam e già in molti l'hanno definita straordinaria per i milioni di pazienti di tutto il mondo: la pericolosa epatite C potrebbe essere sconfitta, in tempi relativamente brevi. Un nuovo farmaco, *sofosbuvir*, ha dato risultati estremamente promettenti in quattro studi clinici di fase 3. Assunto per via orale, in somministrazione quotidiana, il farmaco può eliminare il virus in tre mesi di cura (sei nei casi più gravi), fino nel 90 per cento dei pazienti.

Colpisce come una freccia avvelenata il cuore del virus

E, ulteriore buona notizia, l'efficacia ha riguardato 6 genotipi di virus. Finora, la terapia con interferone, associata ad altri farmaci, era indicata solo per il genotipo 1, che interessa circa il 60 per cento degli infetti in Italia. Ora, è possibile intervenire efficacemente anche su altri genotipi, compreso il 3 che riguarda pazienti giovani.

Sofosbuvir è in via di approvazione da parte della Food and Drug Administration americana, mentre l'Agenzia europea per i farmaci ha stabilito un percorso accelerato di approvazione per il rilevante interesse che il prodotto ha per la salute pubblica. La disponibilità è prevista tra la fine di quest'anno e il 2014.

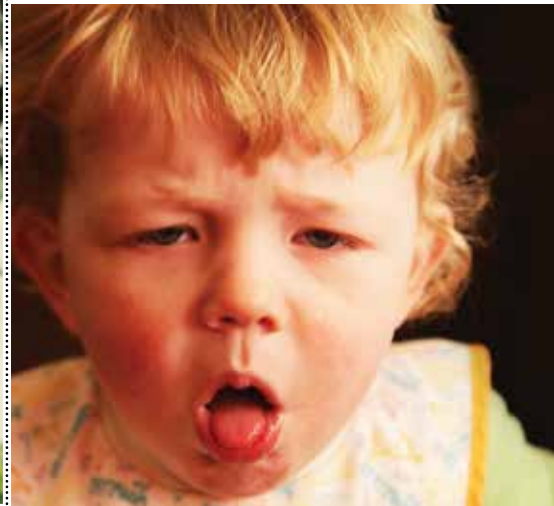
I quattro studi sono stati condotti su circa 1.000 pazienti affetti da infezione cronica da HCV cui è stato somministrato, per 12 o 16 settimane, *sofosbuvir* per bocca in combinazione con ribavirina nei genotipi 2 e 3 o con ribavirina e interferone pegilato per 12 settimane nei pazienti con genotipi 1, 4, 5 e 6. A seconda dei casi, il virus è scomparso nel 50-90 per cento dei pazienti. E, a differenza della terapia tradizionale, il nuovo farmaco è molto ben tollerato dai malati. ►



Ad Enna **tecnologia 3D** in sala operatoria

Un workshop teorico-pratico sulla chirurgia ricostruttiva del pavimento pelvico con l'utilizzo di tecnologia 3D laparoscopica. All'evento, organizzato dal dottore **Giuseppe La Ferrera**, direttore dell'Unità operativa di Ginecologia ed Ostetricia dell'ospedale "Umberto I°" di Enna, ha partecipato il dottore **Pauda Samir Sawalhe**, uno dei massimi esperti mondiali in questo settore della chirurgia ricostruttiva del pavimento pelvico con impianto di protesi.

«Durante l'incontro – dice La Ferrera – cui hanno preso parte numerosi ginecologi giunti da molti ospedali della Sicilia e della Calabria, sono stati eseguiti quattro interventi chirurgici. Si è utilizzata anche la laparoscopia con tecnologia 3D, l'ultima frontiera nel campo della chirurgia laparoscopica». ■



► *Sofosbuvir* agisce con un meccanismo d'azione diretto sul ciclo di vita del virus, sopprimendo la sua replicazione. «Una freccia



Massimo Colombo

avvelenata nel cuore del virus», l'ha definito il professore **Massimo Colombo** dell'università di Milano.

«In questi studi – dice il dottore **Eric Lawitz**, presidente del Texas Liver Institute – la terapia a base di *sofosbuvir* ha evidenziato tassi di efficacia elevati e un profilo di sicurezza favorevole, riducendo nel contempo la

necessità dell'interferone per 12 settimane o eliminandolo completamente dal regime terapeutico. Una volta approvato, potrà svolgere un ruolo importante nel trattamento dell'epidemia globale di epatite C».

Purtroppo, il termine epidemia è molto adatto alla situazione italiana: con la Spagna, il nostro è il Paese europeo con il più alto numero di pazienti con epatite C, circa 1.200.000. Si arriva al 3,5 per cento nella popolazione generale e al 7-8 per cento negli ultra 65enni.

«*Sofosbuvir*, al contrario degli attuali interferone e ribavirina, che hanno pesanti effetti collaterali e azione lenta, è talmente rapido da non consentire la comparsa di mutazioni, mentre



Antonio Craxi

permette di eliminare il virus nell'arco di 3-6 mesi, con scarsi effetti collaterali. Una terapia precoce è in grado di restituire un fegato sano, ancora non leso dalla fibrosi», spiega il professore **Antonio Craxi**, epatologo, ordinario di Gastroenterologia all'università di Palermo. Tutta questa situazione nasconde però un rovescio della medaglia: il nuovo

trattamento sarà particolarmente costoso. «Speriamo – commenta Craxi – che anche in Italia si possa riuscire ad utilizzare questi farmaci innovativi. Nel Paese, c'è scarsa propensione ad investire in salute».

«Finché il farmaco non sarà reso disponibile nel pubblico, solo i ricchi potranno curarsi», chiosa il professore Colombo. ■

Asma nei bambini, smog una delle cause

Il traffico cittadino "ingorga" le vie respiratorie dei più piccoli: il 14 per cento dei casi di asma nei bambini è attribuibile allo smog prodotto dal traffico stradale nelle città.

Lo dimostra una ricerca condotta in 10 città europee (Barcellona, Bilbao, Bruxelles, Granada, Lubiana, Roma, Siviglia, Stoccolma, Valencia, Vienna) e pubblicata sull'*European Respiratory Journal* da un team internazionale diretto da **Laura Perez** dell'Istituto svizzero di Salute Pubblica, insieme agli italiani **Chiara Badaloni** e **Francesco Forestiere** dell'Agenzia di Salute Pubblica della Regione Lazio.

Per l'Unione Europea, il 2013 è l'anno dell'aria e, poiché precedenti ricerche hanno riconosciuto l'inquinamento da traffico colpevole di indurre attacchi d'asma in bimbi che già soffrono della malattia, gli studiosi si sono chiesti se lo smog potesse anche essere la causa scatenante di nuovi casi d'asma e in che misura. Così, i ricercatori hanno incrociato una vasta mole di dati relativi all'inquinamento cittadino e al tasso di incidenza di questa invalidante malattia respiratoria limitatamente all'età pediatrica. Dopo aver dimostrato l'esistenza di un chiaro legame tra l'inquinamento stradale e la diffusione dell'asma nei bambini, gli esperti hanno calcolato che il 14 per cento dei casi di asma infantile è attribuibile allo smog da traffico urbano. È come dire che, se l'aria delle nostre città fosse pulita, si avrebbe il 14 per cento in meno dei casi di asma.

«Si era scoperto in precedenza che lo smog scatena i sintomi della malattia – spiega Perez – ma è la prima volta che si produce una stima della percentuale di casi di asma infantile che si potrebbero evitare se le città europee non fossero inquinate». Lo smog cittadino è responsabile di una quota di casi di asma infantile pari, se non superiore, a quella causata dal fumo passivo. ■

Mare, montagna? Ecco i consigli

di Cesare Betti



Programmare le vacanze è già pre-gustarle un po'. Ma è proprio quando si cominciano a fare progetti che, spesso, ci si scontra con tutte le esigenze, non sempre uguali,

dei vari componenti della famiglia. E fino a che punto è giusto tener conto delle caratteristiche climatiche delle località di villeggiatura e del loro possibile effetto sulla salute?

I luoghi di villeggiatura non sono adatti a tutti

Ecco il parere del professore **Maurizio Ruscio**, direttore del Dipartimento diagnostico dell'Ospedale di San Daniele del Friuli (Udine).

IL MARE FORTE

Il clima delle zone con scogliere assolate, che invitano a una vita di tanto sole e tanto mare, è caratterizzato da pressione atmosferica elevata e costante. È un clima molto stimolante, per molti persino fastidioso. L'aria ricca di ossigeno favorisce una respirazione più lenta e profonda, che facilita l'ossigenazione del sangue e la normalizzazione della pressione arteriosa. Quando le onde si infrangono sulle coste rocciose, trasmettono all'aria acqua, sale e ioni, creando l'aerosol marino. Respirandolo, penetra in profondità nell'apparato respiratorio, favorendo la depurazione dei polmoni.

A chi è indicato

Si tratta di un vero toccasana per chi vive in città, per chi fuma e per i bambini con problemi ricorrenti di adenoidi, tonsilliti e asma. Questo aiuto al loro sistema difensivo è in grado di far regredire gran parte di questi malanni. E, a differenza di quanto si pensi, i bambini possono reggere benissimo i climi stimolanti, se si ha cura di non far fare loro un'"indigestione" di sole o di bagni.

Questa vacanza è molto adatta alle famiglie giovani, sane, sportive, con piccoli che hanno bisogno di scrollersi di dosso mesi e mesi di città. ▶



ZAPPING



Più allattamento, meno ipertensione

Ancora una buona notizia per le mamme che allattano al seno. Secondo una nuova ricerca australiana, in chi allatta si riduce il pericolo di sviluppare ipertensione arteriosa. Lo studio dell'università di Western Sydney indica che le donne che allattano al seno hanno un rischio minore del 9 per cento di avere la pressione alta, rispetto a coloro che non hanno mai partorito, e tra il 20 e il 45 per cento inferiore, rispetto alle madri che non hanno allattato al seno. La ricerca, guidata da **Joanne Lind** della Scuola di Medicina dell'ateneo, ha esaminato i tassi di pressione arteriosa in 74.785 donne sopra i 45 anni. E mostra che più a lungo dura l'allattamento al seno, minore è il rischio di ipertensione più tardi nella vita. ■



► IL MARE MITE

Il clima marino mite è quello delle spiagge con vaste pinete nel retroterra. Vivendo immersi nel verde, dove l'elettricità dell'aria è neutra o negativa, e passando parte della giornata in spiaggia, dove invece è positiva, si crea una situazione che ha effetti tonici e sedativi, tanto da rendere questo clima marino tollerabile anche alle persone più sensibili.

A chi è indicato

A differenza del clima marino forte, quello mite è stimolante, adatto a tutti, piccoli e anziani anche con problemi al cuore. L'aerosol marino è molto utile per le persone con malattie croniche dell'apparato respiratorio, perché attiva la circolazione e stimola il riflesso della tosse, eliminando il ristagno di secrezioni. È il mare ideale per tutti, ma specialmente per chi vuole riposare e per chi ha bisogno di un recupero psicofisico. In più, è l'unico clima marino veramente consigliabile a chi ha problemi d'asma.

LA MONTAGNA SOTTO I 3.000 METRI

Ci sono numerose caratteristiche del clima montano che rendono località, anche vicine, molto diverse tra loro: la natura del terreno (roccia, prato, pineta), la quantità delle precipitazioni, l'intensità e la direzione dei venti, il grado di esposizione al sole. Inoltre, il clima varia a seconda che ci si trovi in un fondovalle stretto, su un pianoro o un altopiano, se si è più o meno vicini a cime molto alte, se ci sono pinete o no, ecc. Risulta quindi difficile fare un discorso generale, ma la località ideale deve essere soleggiata, ricca di verde e riparata dai venti.

A chi è indicata

La mezza montagna con clima stabile e non eccitante, cioè senza brusche variazioni di temperatura e con pressione atmosferica costante, giova a molte forme allergiche, come asma bronchiale e rinite.

È anche indicata contro le gastroenteriti della prima infanzia e come soggiorno per i bambini irritabili, magri, anemici, che soffrono d'insonnia e che d'inverno si ammalano facilmente.

D'estate, la mezza montagna è l'ideale anche per la convalescenza dopo malattie acute e interventi chirurgici debilitanti. Le

Un concorso per chi presta assistenza

Per il terzo anno, torna il Programma Internazionale BRAVE Awards, un premio destinato a tutti coloro che, ogni giorno, si prendono cura di una persona che ne ha bisogno, ad esempio perché malata. Le candidature potranno essere presentate fino al 30 giugno. Saranno selezionati 20 vincitori di 19 Paesi che riceveranno un premio di 10.000 dollari.

«Le persone nominate per il BRAVE Awards rappresentano la schiera invisibile di *caregivers* che esistono in milioni di famiglie – sostiene **Flemming Ornskov**, MD, Chief Executive Designate di Shire –. La loro consistente cura degli altri è un impegno incredibilmente generoso e altruista».

Tutte le informazioni sul sito Internet dell'iniziativa www.ShireBRAVEAwards.com. ■

Menopausa, l'aiuto dell'omeopatia



Molto spesso, la menopausa porta con sé disturbi un po' fastidiosi. Alcuni di questi possono essere trattati con l'omeopatia. Ad esempio, R10 è un farmaco in grado di agire sui sintomi fisici e psichici. Si tratta di un complesso di Cimicifuga, Lachesis, Sepia, Acidum sulfuricum e Sanguinaria che aiuta a controllare in maniera efficace vampate di calore, sudorazione, cefalea, secchezza vaginale, astenia e sindrome ansioso-depressiva.

R14 interviene sulle alterazioni del tono dell'umore associate ad ansia ed insonnia e sulla cosiddetta sindrome delle gambe senza riposo; R18 risolve la sintomatologia urogenitale; R20 permette di armonizzare la funzione di ipofisi, ovaie, surrene e timo e sostiene l'attività della tiroide e del pancreas.

Altri farmaci di notevole interesse sono R32, efficace sulla sudorazione; R34 quale coadiuvante dell'osteoporosi grazie a un'azione sul metabolismo del calcio; R47, attivo sulle sindromi isteriche e sugli sbalzi di umore tipici del climaterio; R1, R11 e R73, rispettivamente per forme infiammatorie, mialgie e artrosi; R79 per gli sbalzi pressori. ■



Mare, montagna? ▶ controindicazioni valgono specialmente al di sopra dei mille metri, in particolare per chi soffre di cuore, di insufficienza coronarica o renale, di arteriosclerosi o di enfisema polmonare.

Ecco i consigli

LA COLLINA

Il paesaggio collinare, compreso tra i 400 e 700 metri, offre soluzioni molto diverse in base alla posizione geografica e al tipo di vegetazione.

I pochi metri di altitudine sono già sufficienti per lasciarsi alle spalle il clima estivo di pianura, caldo, umido e inquinato, e per trovare aria pura e asciutta, temperature miti e cieli sereni. Inoltre, la variazione del clima non è troppo brusca, e l'organismo non è costretto a salutari, ma anche faticosi adattamenti.

A chi è indicata

Si tratta di un clima per una vacanza riposante. Inoltre, le zone collinari del sud hanno il vantaggio di risentire sensibilmente del clima mediterraneo che le circonda e, a volte, della brezza marina, offrendo alcuni vantaggi tipici del mare, anche se in modo mitigato.

Di conseguenza, la collina è indicata a tutte le persone "delicate" o non in perfetta salute. Il clima dolce e calmante è l'ideale per neonati, persone anziane, convalescenti particolarmente debilitati, malati di cuore e di patologie respiratorie croniche. ■

Attenti allo scirocco

Per molti è una vera tortura, in grado di rovinare letteralmente una vacanza. Lo scirocco è un vento caldo carico di elettricità positiva frequente nelle estati italiane, simile ad altri che, con nomi diversi, ci sono in ogni parte del mondo. È causa di molti disturbi psicofisici. L'effetto è a carico soprattutto dell'apparato cardiovascolare, respiratorio e nervoso. Nelle persone sane, provoca irritabilità, depressione, mal di testa, apatia, insonnia, difficoltà di concentrazione, vampate di calore, vertigini, sudorazione eccessiva o anche solo un senso di malessere. Nelle persone malate, invece, può persino aggravare i sintomi e, talvolta, la malattia stessa. Purtroppo, non ci sono rimedi, se non scegliere un luogo al riparo dallo scirocco. ■





Novartis BioCamp Italia 2013

NOVARTIS BIOTECHNOLOGY LEADERSHIP CAMP

30 settembre - 2 ottobre 2013

Siena, Centro Ricerca e Sviluppo, Novartis Vaccines

Quest'anno parte la prima edizione italiana del Novartis Biotechnology Leadership Camp (BioCamp). Un **workshop di tre giorni** che avvicina i giovani talenti delle università italiane al mondo delle biotecnologie.

Per maggiori informazioni: www.novartis.it/ricerca-scientifica/biocamp/

Per inviare la propria candidatura: biocamp.italia@novartis.com

Seguici su Facebook: www.facebook.com/NovartisBioCampItalia

D

Diversamente giovani

di Mario Barbagallo

Professore Ordinario
Direttore Cattedra di Geriatria
Università degli Studi di Palermo

LA CURIOSITÀ MANTIENE GIOVANI



L' invecchiamento si associa ad un declino variabile nelle funzioni cognitive. Un recente studio canadese, uscito a gennaio sul *Journal of Neuroscience*, ha mostrato che i topi che avevano un atteggiamento esplorativo e cercavano di curiosare e riconoscere oggetti nuovi, avevano un migliore invecchiamento e un minore decadimento cognitivo, rispetto a quelli che avevano un atteggiamento più stereotipato.

La voglia di esplorare e la curiosità si associavano a un aumento della corrente eccitatoria post-sinaptica e a un mantenimento della memoria fino alle età più avanzate. Anche nell'uomo alcuni studi suggeriscono che la curiosità nelle persone anziane è legata ad un migliore invecchiamento in salute. Uno studio californiano ha esaminato la relazione tra la curiosità e la sopravvivenza in un periodo di cinque anni, in 1.118 anziani (età media 71 anni), mostrando una migliore e più lunga sopravvivenza nelle persone curiose ed ha suggerito un ruolo predittivo per la curiosità nella longevità degli adulti di età più avanzata. Qual è la curiosità che fa bene agli anziani? Il mantenere l'istinto di sapere e conoscere cose nuove e il bisogno di continuare a imparare a qualsiasi età mantengono giovane non solo lo spirito e la mente, ma anche il corpo. La curiosità vive dentro ogni essere umano da quando viene al mondo e va coltivata a tutte le età. Continuare a rimanere attivi e coltivare la mente, amare la buona musica, i buoni libri e la buona compagnia aiutano a vivere meglio e più a lungo. Quando smettiamo di essere curiosi e perdiamo il desiderio di conoscere e di apprendere, lasciando che l'istinto innato della ricerca appassisca, cominciamo a invecchiare più velocemente. ■



IERI & DOMANI

B

Bambini

di Giuseppe Montalbano

Pediatra di famiglia

LA FEBBRE IN PEDIATRIA



In un periodo storico in cui quasi ogni individuo ha la possibilità di conoscere, grazie ad Internet, in tempo reale il significato di ogni termine, in particolare nel campo medico, e di pontificare sulla corretta gestione terapeutica di questa o quella malattia "perchè l'ho letto in Internet", a prescindere dalla autorevolezza delle fonti, ci troviamo ad affrontare il sintomo febbre con un'ansia così elevata da rasentare la paura. Oggi, al minimo rialzo di temperatura si iniziano a somministrare farmaci antipiretici a tutto spiano e, se non passa subito, anche antinfiammatori non steroidei e persino cortisonici, per non parlare degli antibiotici, iniziati spesso ancor prima del consulto con il proprio pediatra. Perché questo accanimento terapeutico? Perché la febbre sembra fare più paura oggi che ieri? Poteva esservi una legittima preoccupazione quando non c'erano validi antibiotici o anche meno vaccini, ma oggi che l'armamentario medico ha dato un duro colpo alle malattie infettive, che senso ha avere ancora questa fobia della febbre? Al minimo mal di testa febbrile si pensa subito a meningite o encefalite; all'insorgere di febbre e tosse si immagina una sicura polmonite, e così via "fantadiagnosticando". La febbre è un sintomo, non è una malattia. Occorre capire cosa l'ha provocata, tenendo conto delle condizioni generali del bambino. Se il piccolo respira bene, non vomita, anche se è inappetente, non ha diarrea profusa e continua a giocare, allora non può esserci nulla di preoccupante, ma quasi sicuramente una virosi di breve durata. Altro discorso è la febbre nel neonato molto piccolo: un rialzo febbrile in un lattante sotto i tre mesi deve sempre prevedere una visita pediatrica, proprio per le scarse difese immunitarie del piccolo. Concludendo: meno paura della febbre, razionale vigile osservazione dello stato generale del bambino e consulto con il proprio pediatra se insorge qualche dubbio sull'evoluzione della febbre e delle condizioni generali del piccolo. ■



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.**





Sicilia al top
nelle vaccinazioni



A scuola, quando non si andava proprio “forte” in una materia, si cercava di copiare dai compagni più bravi, quelli con i voti migliori della classe. Oggi, tocca alla Sicilia essere “studentessa modello”, imitata non solo da altre regioni italiane, ma addirittura da altri Paesi europei. La materia in cui eccelle? Le vaccinazioni.

Sì, perché il “Calendario vaccinale per la vita” della Regione Siciliana si sta rivelando uno strumento particolarmente ricco e prezioso per la salute dei cittadini, con un’offerta in continua crescita. Tanto da essere preso come esempio da altre nazioni. Il problema sta però nei risultati sul territorio, che non figurano essere all’altezza delle aspettative. A partire dalla vaccinazione antinfluenzale, nessuna delle 9 Aziende sanitarie provinciali ha raggiunto gli obiettivi prefissati. E lo sforzo regionale presenta luci normative e ombre esecutive.

La prima novità: l’anti-rotavirus

Rispetto al precedente calendario vaccinale, dallo scorso anno in Sicilia c’è un’importante novità: l’offerta attiva e gratuita della vaccinazione anti-rotavirus a tutti i neonati, la causa più frequente di ricovero ospedaliero nei bambini per vomito e diarrea, con un’incidenza massima tra i 6 ed i 24 mesi. Il rotavirus contagia il 95 per cento dei bambini prima dei 3-5 anni e, si calcola, sia responsabile del 5 per cento di tutti i decessi sotto i 5 anni e del 40 per cento di tutte le morti infantili dovute a diarrea e vomito. Più il bambino infettato è piccolo, più è ad alto rischio di malattia severa e di ricovero.

In Sicilia, a causa del rotavirus, si stimano circa 1.700 ospedalizzazioni ogni anno. Con una vaccinazione a regime, se ne eviterebbero almeno 1.500. Al quinto anno, le casse della sanità siciliana avrebbero risparmiato più di 3 milioni di euro.

Eppure, questa vaccinazione non decolla come dovrebbe.

«Con l’offerta gratuita per la vaccinazione contro il rotavirus



Mario Palermo

siamo partiti a metà del 2012, ma quasi un anno dopo ci sono ancora delle aziende sanitarie che non hanno comprato il vaccino», osserva il dottore **Mario Palermo**, responsabile del Servizio 1 del Dipartimento attività sanitarie e osservatorio epidemiologico della Regione Siciliana. ▼

Si arricchisce il calendario vaccinale della Regione Siciliana

Sicilia al top nelle vaccinazioni

► Il vaccino si somministra per via orale in due dosi, a partire dalle 6 settimane. La seconda e ultima dose va somministrata entro il 6° mese di vita.

Alla fine dello scorso anno, l'Asp di Agrigento aveva praticato solo 8 vaccinazioni anti-rotavirus, nessuna quella di Caltanissetta. La più virtuosa è Catania con 1.652 vaccinazioni, seguita da Siracusa con 760 e Trapani con 386. In tutto 2.806 dosi. Un numero decisamente esiguo, rispetto ai nuovi nati.

E c'è anche di peggio: le Asp di Enna, Messina, Palermo e Ragusa non hanno nemmeno acquistato il vaccino. «La Regione ha impegnato per le vaccinazioni attive e gratuite la copertura economica, ma il territorio non risponde in maniera adeguata», commenta Mario Palermo.

Anti-pneumococco e anti-polio

Lo pneumococco è un batterio responsabile della maggior parte delle infezioni polmonari. Tra le altre novità del "Calendario vaccinale per la vita", l'offerta attiva del vaccino anti-pneumococcico coniugato 13 valente, tutto l'anno (senza stagionalità), ai soggetti che nel 2013 compiono 65 anni. Dopo otto settimane dalla vaccinazione viene somministrato il completamento con una dose di anti-pneumococco 23 valente.

Inoltre, la stessa vaccinazione viene offerta ai soggetti di età pari o superiore ai 50 anni se portatori di patologie, come, ad esempio, malattie polmonari croniche, diabete mellito,



cirrosi epatica, insufficienza renale cronica. Una novità è anche l'offerta di una quinta dose del vaccino anti-polio negli adolescenti.

HPV, ancora troppe ombre

Il Papilloma virus umano (HPV) è responsabile dell'insorgenza del cancro del collo dell'utero (si riscontra nel 99,7 per cento dei casi) e, anche se in misura minore, di tumori della vagina, dell'ano, della bocca e del laringe. Per contrastare questo pericoloso nemico, la Regione offre gratuitamente alle adolescenti, al compimento dell'11° anno di vita, la vaccinazione anti-papillomavirus. Con il nuovo calendario vaccinale, l'offerta anti-HPV viene estesa alla popolazione femminile fino a 45 anni, non in modo gratuito, ma al prezzo di costo delle Asp, addizionale di 9 euro per singola somministrazione. Inoltre, considerato che l'HPV colpisce anche gli uomini, la Sicilia, con grande sensibilità, offre l'anti-HPV ai maschi, a partire dagli

La situazione al 31 dicembre 2012

Ecco come sono andate le cose lo scorso anno alcune vaccinazioni in Sicilia.

Influenza

Degli anziani ultra sessantacinquenni è stato vaccinato solo il 54,59 per cento, una percentuale ben al di sotto degli obiettivi prefissati. Considerato che, spesso, la popolazione anziana è affetta da più patologie, si è riscontrato che per molti over 65 non vaccinati è stato necessario il ricovero in ospedale.

La provincia in cui sono stati vaccinati più anziani è Messina con il 69,1 per cento, seguita da Caltanissetta (67,64), Ragusa

(64,43), Trapani (62,91), Enna (55,43), Agrigento (54,18), Catania (51,31), Siracusa (48,75). Maglia nera Palermo con il 45,38 per cento.

Morbillo

Nel 2011, la Presidenza del Consiglio dei Ministri, nella Conferenza permanente Stato-Regioni, ha presentato il Piano nazionale per l'eliminazione del morbillo e della rosolia congenita entro il 2015, come da raccomandazione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità. In Sicilia, su un valore di vaccinazione anti-morbillo atteso del 95 per cento, la media invece risulta essere dell'88,95. Sembra che i siciliani non diano

l'importanza dovuta a questa patologia che, invece, può arrecare problemi di notevole entità.

La percentuale dei vaccinati all'Asp di Messina è stata appena del 76,70 per cento, con 4 casi di morbillo. In questa bassa classifica seguono Siracusa (con l'86,70), Catania (87,80), Trapani (87,60). Superano invece il 90 per cento Enna (94,80), Palermo (93,70), Ragusa (92,70), Agrigento (91,15), Caltanissetta (90,30).

Varicella

Le evidenze cliniche dimostrano che la varicella non è esente da rischi, come si pensava un tempo, ma una malattia estre- ►

11 anni e fino ai 26, in *co-payment*. Purtroppo, ancora oggi, l'aderenza è molto bassa. «Di certo, per raggiungere il risultato voluto, occorre una spinta in più da parte degli operatori preposti alla vaccinazione, dei pediatri, dei medici di famiglia, dei ginecologi per stimolare le mamme a far vaccinare le figlie», afferma il dottore Mario Palermo.

Maggiore lotta alla meningite

Altro punto importante del calendario vaccinale è l'introduzione in *co-payment* del vaccino anti-meningococcico tetravalente coniugato (anti-meningite) contenente quattro ceppi (A,C,W135,Y). Attualmente, l'offerta gratuita riguarda il vaccino monovalente anti-meningococco contenente il solo ceppo C, il più diffuso in Sicilia.

Il tetravalente è offerto in età 11-18 anni, ai soggetti a rischio per malattie come diabete di tipo 1, insufficienza renale, malattie epatiche e cardiovascolari croniche.

L'offerta gratuita è estesa ai soggetti addetti ai centri di accoglienza, al personale medico e sanitario. Un *co-payment* di 30 euro per la somministrazione del tetravalente, al posto dell'anti-meningococco C, è previsto per gli adolescenti di età pari o superiore a 11 anni, in alternativa al monovalente, e per chi intende recarsi in aree ad alta endemia di malattia meningococcica.

A giugno sarà disponibile il vaccino anti-meningococco di tipo B (va somministrato a partire dai due mesi di età). Il tipo B provoca una grave forma di meningite. Si presenta con sintomi generici, simili a quelli dell'influenza. Se non trattata subito, può portare alla morte o a gravi disabilità permanenti nel giro di 24 ore.

Ultima novità riguarda l'estensione del calendario vaccinale dell'infanzia agli adolescenti ed agli adulti per il decadimento della durata dell'immunità. ■

Pochi fondi per l'Istituto dei Ciechi di Palermo

A rischio i servizi erogati dall'Istituto dei ciechi "Florio e Salamone" di Palermo. Quest'anno, dalle casse della Regione dovrebbero arrivare 1.482.000 euro, contro i 1.850.000 dello scorso anno, una cifra già decurtata rispetto al 2011, quando era di 2.100.000 euro. «Questo contributo – afferma il presidente dell'Istituto, **Gaetano Palmigiano** – purtroppo non consente di svolgere la nostra normale attività. Il rischio è che a settembre non potremo riaprire l'anno scolastico e, di conseguenza, non potremo assistere i circa 70 utenti che frequentano il nostro istituto, tra cui anziani e pluriminorati. Eppure, l'Istituto al momento si trova nelle condizioni ottimali per il rilancio, attraverso varie iniziative, tra cui l'implementazione delle attività con i corsi di informatica e di formazione». Il presidente Palmigiano ha già avuto contatti con i rappresentanti del governo regionale e si dice fiducioso: «Siamo certi che gli organi istituzionali con grande sensibilità sapranno trovare le soluzioni per fare in modo che l'Istituto possa continuare a svolgere il suo ruolo sociale». ■



► mamente contagiosa che può colpire a qualsiasi età e causare complicanze anche gravi, soprattutto in età adolescenziale e adulta. Più alta è l'età di contagio, più gravi possono essere le complicanze, anche letali. In gravidanza, può causare, nell'1-2 per cento dei casi, problemi anche rilevanti al feto: il virus è capace di attraversare la placenta.

Da qui, l'importanza della vaccinazione che, in Sicilia, ha un'ottima copertura: 84,47 per cento (valore atteso 80 per cento), tanto che, nell'isola, non si sono registrati casi di varicella.

Enna ha vaccinato il 93,80 per cento dei bambini. Seguono Ragusa (92,70), Agrigento (90), Caltanissetta (89,50), Palermo (87), Trapani

(86,4), Siracusa (85,70), Catania (81,80). Ultima Messina che si ferma al 68,20 per cento.

Papilloma virus umano

Fatto inconcepibile è che un vaccino che può salvare la vita non venga accolto con la dovuta sensibilità. In Sicilia, i numeri sulla copertura vaccinale non sono incoraggianti.

Per quanto riguarda, ad esempio, le nate nel 1997 è stato vaccinato appena il 64,40 per cento, mentre delle nate nel 1998 il 59,10 per cento.

Delle adolescenti nate nel 1999 ha ricevuto il vaccino il 65,60 per cento e per quelle del 2000 il 53,40 per cento, il che significa che è stata vaccinata contro i temibili ceppi dell'HPV

circa la metà delle aventi diritto, un dato che dovrebbe portare ad un'attenta riflessione genitori e operatori sanitari sulla somministrazione di un vaccino salvavita.

Considerati i deludenti risultati della vaccinazione anti-HPV, l'assessorato regionale della Salute ha in programma degli incontri con i ginecologi del territorio. Inoltre, sta valutando l'offerta alle donne dell'HPV-Test, in parallelo al Pap-Test. Quest'ultimo individua il processo infiammatorio, ma non è in grado di evidenziare la presenza del virus causa delle degenerazioni di tipo neoplastico. In assenza di virus, l'esame può essere ripetuto dopo 5 anni. ■

C

Check-up per un VIP

di Luciano Sterpellone

GABRIELE D'ANNUNZIO L'“ORBO VEGGENTE”



Gabriele D'Annunzio (1863-1938) è rimasto celebre non solo come grande scrittore del Novecento, ma anche per le sue stravaganze: narcisista e megalomane, vuole essere sempre protagonista, sia in guerra sia in

amore. Sin dagli anni del liceo, si distingue per la scarsa disciplina: come primo atto di “ribellione”, rifiuta il vero cognome (invero poco autorevole) di “Rapagnetta” per assumere quello più altisonante dello zio materno.

Diviene ben presto famoso con opere come *Le Laudi*, *Francesca da Rimini*, *La figlia di Jorio*, *La fiaccola sotto il moggio*.

Non è bello; è piuttosto un *dandy* (il suo motto è “vivere inimitabile”), raffinato, seducente, galante, intraprendente, quel che ci vuole per espugnare i salotti più esclusivi e le alcove più desiderabili della Capitale. Elargisce alle ammiratrici peli della propria barba e piccole ciocche dei capelli rossicci, talora vendendo in piccoli portagioie – alle fans meno appetitose – le spuntature dei suoi baffetti o i radi capelli che perde e che religiosamente raccoglie.

Tra le tante “conquiste”, figura la sedicenne duchessa Maria Hardouin, dalla quale avrà tre figli, ma dalla quale dovrà separarsi, in quanto colpevole di assolvere troppo puntualmente ai suoi doveri... extraconiugali. Una passione travolgente sarà quella con la star del tempo, Eleonora Duse.

Dopo la perdita di un occhio per un incidente aereo (1916), il vate conia per sé l'appellativo di *Orbo veggente*. Ma è anche un eroe. Tra le sue imprese restano famose: la “beffa di Buccari” (notte tra il 10 e l'11 febbraio 1918), quando un commando di tre Mas (Motoscafi Anti-Sommergibili) penetra per un'ottantina di km nella fortificatissima baia di Buccari (Bakar, in Croazia) e affonda alcune navi

da guerra austriache; il temerario raid dimostrativo compiuto su Vienna, a soli 800 metri di quota, da undici traballanti aerei di stoffa e metallo, con tanto di lancio di manifestini bilingue invitanti alla resa: la presa di Fiume (1919), che il focoso abruzzese “annette” all'Italia “per vendicare” le condizioni imposte dal Trattato di Pace di Versailles.

Con il progressivo affermarsi del fascismo, deve però ridimensionarsi, per cui trascorre gli ultimi anni nel dorato eremo-mausoleo di Gardone, il Vittoriale, sempre però mantenendosi un tipo “singolare”: dopo un intervento chirurgico subito nel 1929, i medici decidono di somministrargli un purgante “per muovere l'intestino”: ma l'“Immaginifico” rifiuta sdegnosamente di sottostare “alla volgarità dell'olio di ricino”. Per farglielo bere, devono mettere il purgante con un po' di mentuccia in un bicchiere di champagne...

Sono appena suonati i rintocchi delle ore 20 del 1° marzo 1938 quando improvvisamente Gabriele D'Annunzio reclina la testa sulla scrivania, dopo un'improvvisa vertigine, fulminato da un'emorragia cerebrale. Inevitabilmente, si griderà al suicidio: il poeta avrebbe ingerito un veleno poi ritrovato in un armadio dello studio.

In realtà, in questo vengono trovati ben “159 pezzi tra medicinali, bustine e bottigliette”, tutti da lui usati per i tanti acciacchi: un diuretico, un farmaco per il fegato, alcuni per l'altro occhio, per il raffreddore, un ricostituente, per la bronchite, oltre a un sonnifero e ad alcune “ostie” contenenti magistero di bismuto e oppio come disinfettanti intestinali. Quel che più attrae l'attenzione degli investigatori è una boccetta contrassegnata da un teschio, ma piena.

Forse, l'ipotesi del suicidio non è del tutto fantasiosa: essa evoca quel motto latino che D'Annunzio amava ripetere con una certa convinzione: “Cupio dissolvi” (Ho voglia di sparire). ■

.....

LAVORIAMO PER UNA VITA PIENA DI ANNI E ANNI PIENI DI VITA



Da oltre 160 anni siamo impegnati nella ricerca, nello sviluppo e nella produzione di nuovi farmaci per uso umano e veterinario. Lavoriamo ogni giorno per mettere a disposizione le nostre conoscenze e le nostre risorse per la lotta alle malattie più diffuse e a quelle rare, per migliorare la salute e il benessere delle persone in ogni fase della vita.

La psiche? Comanda il corpo

di Paola Mariano



Mal di testa ricorrenti, dolore allo stomaco, problemi dermatologici come psoriasi o alopecia, fino anche a disturbi cardiovascolari e disfunzioni sessuali: spesso, dietro questi sintomi, non si nasconde alcuna malattia del corpo. Sono piuttosto espressione di un disagio psicologico. È la mente che grida aiuto e sfoga le sue tensioni sull'organismo, facendolo "ammalare".

Alcuni malesseri fisici dipendono da un disagio psichico

«Sono i disturbi psicosomatici», spiega ad AZ Salute il dottore **Ferdinando Pellegrino**, psichiatra Dirigente Medico della Direzione del Dipartimento di Salute Mentale della ASL di Salerno e direttore del centro "Psicosoma". Anche detti somatizzazioni, sono uno dei problemi più rilevanti per la salute pubblica.

Le somatizzazioni sono diffusissime e vengono riscontrate soprattutto in medicina di base ove il paziente si rivolge per i disturbi fisici con cui somatizza un disagio psichico. I problemi psicosomatici sono ampiamente diffusi. «Si calcola che ▶



APPING "No alla pubblicità occulta di latte artificiale"



Questo il messaggio lanciato dai pediatri della Società Italiana di Pediatria Preventiva e Sociale (SIPPS) dopo che, di recente, sono state pubblicate su un settimanale le foto della neo mamma **Belen Rodriguez** mentre acquista in farmacia un latte formulato e un biberon. «Noi pediatri della SIPPS – afferma il dottor **Giuseppe Di Mauro**, presidente della Società – intendiamo denunciare ogni pubblicità occulta di latte artificiale, biberon e tettarelle, soprattutto quando sfrutta immagini di personaggi di grande visibilità mediatica per dare messaggi gravemente fuorvianti come l'utilizzo di latte artificiale a discapito di quello materno». In Italia, è vietata la pubblicità di latte artificiale, proprio per non generare nell'opinione pubblica l'idea che il latte materno e l'artificiale siano comparabili e possano essere dati indifferenteemente ad un lattante nei primi sei mesi di vita. ■



► oltre il 30 per cento dei pazienti che si rivolgono al medico di famiglia abbia problematiche psicosomatiche», afferma l'esperto. Tali disturbi sono tendenzialmente più frequenti nelle donne (un esempio sono le cefalee muscolotensive di cui molte soffrono e che, spesso, curano col fai-da-te, finendo per assumere troppi antidolorifici, con potenziali gravi danni alla salute), ma pure gli uomini li hanno, anche se chiedono aiuto meno frequentemente.

«Caratteristica fondamentale del paziente che tende a somatizzare – spiega lo psichiatra – è il riversare sul corpo le tensioni interiori». Non riconoscendo le proprie emozioni, non avendone consapevolezza (condizione definita "alexitimia", difficoltà a riconoscere il proprio disagio, al punto che se chiedi a un soggetto alexitimico "cosa succede", risponde che va tutto bene e non ci sono problemi), chi somatizza cerca di attenuare la tensione interiore attraverso la somatizzazione. In un certo senso, riprende il linguaggio non verbale di quando era piccolo (linguaggio proto-mentale: il bambino esprime la propria sofferenza con il pianto). Il sintomo fisico, spiega Pellegrino, diventa dunque una richiesta di aiuto per manifestare un disagio altrimenti inesprimibile.

I disturbi psicosomatici più diffusi riguardano le somatizzazioni gastroenteriche, cardiovascolari, broncopneumologiche (come l'asma), le cefalee, ma anche patologie come psoriasi, alopecia, disturbi premestruali o disfunzioni sessuali. «Le somatizzazioni interessano tutto l'ambito della medicina», spiega lo psichiatra. Anche i bambini ne soffrono: molti sono i disturbi psicosomatici nei piccoli, ad esempio il vomito prima di andare a scuola o il mal di testa in classe per farsi venire a prendere dal genitore prima del suono della campanella. In genere, le somatizzazioni del bambino riflettono un clima familiare insicuro, conflittuale, non in grado di attenuare le ansie del piccolo che, in tal modo, cerca di attirare l'attenzione degli adulti.

«I disturbi psicosomatici – spiega Pellegrino – comportano una sofferenza protratta nel tempo, un logorio continuo che pone l'individuo in una condizione di distress psicologico (sofferenza psicologica o stress mal gestito, ndr) con iperattivazione psicofisiologica: l'organismo è in un continuo e dannoso stato di allerta, di ansia, con sudorazione, tachicardia, palpitazioni, scariche diarroiche, cefalea, difficoltà a concentrarsi, facile distraibilità, insonnia, stanchezza, vuoti di memoria, irritabilità».

L'organismo regge fino a un certo punto, poi crolla sotto tutti i

Tre giorni di workshop per giovani talenti



Prende il via la prima edizione italiana del BioCamp, dedicata ai giovani talenti del nostro Paese. Tre giornate di workshop a Siena, dove ha sede il polo mondiale dell'attività di Ricerca e Sviluppo clinico condotta da Novartis nel settore dei vaccini, con l'obiettivo di favorire la creazione di una cultura comune di scambio e collaborazione tra l'università e l'industria. Il workshop, riservato a 30 giovani promesse della ricerca, italiani e stranieri, provenienti dalle facoltà scientifiche ed economiche delle Università del nostro Paese, si svolgerà dal 30 settembre al 2 ottobre.

I giovani avranno la possibilità di confrontarsi non solo con diversi manager Novartis a livello italiano ed internazionale, ma anche con esperti esterni di importanza mondiale. I partecipanti visiteranno il Centro di Ricerca e Sviluppo di Siena, dove vengono prodotti e studiati alcuni dei vaccini più innovativi attualmente disponibili sul mercato.

«Sono orgoglioso di ospitare e di prendere parte in prima persona a questa iniziativa – dice il dottore **Rino Rappuoli**, responsabile mondiale della Ricerca di Novartis Vaccines and Diagnostics – in quanto credo che sia fondamentale lavorare per facilitare la cooperazione tra ricerca dell'industria e ricerca accademica in Italia. Il BioCamp serve a stimolare le giovani promesse in questo senso. Ma lo scambio sarà a due vie: mi aspetto che anche noi impareremo dal dialogo con questi brillanti giovani». Per potersi candidare, gli studenti interessati potranno scaricare il modulo d'iscrizione dal sito www.novartis.it/ricerca-scientifica/biocamp/iscrizione.shtml, corredandolo di curriculum vitae e lettera di motivazione; le candidature dovranno essere inviate via e-mail entro il 1° luglio 2013 all'indirizzo e-mail biocamp.italia@novartis.com. ■



Rino Rappuoli

**La psiche?
Comanda il corpo**

▼ punti di vista, poiché uno stato di tensione fisiologica altera l'equilibrio dell'organismo e ne compromette la funzionalità.

Come curarli? Il primo problema di questi disturbi è la difficoltà di comprendere il disagio del paziente psicosomatico: si tratta di persone difficili da trattare psicologicamente proprio perché la loro sofferenza è espressa con un linguaggio corporeo e quindi difficilmente loro ne comprendono gli aspetti psicologici alla base. Ecco perché, spesso, tali pazienti girano da un medico all'altro alla ricerca di una diagnosi al loro disturbo, incapaci di comprendere che è la mente in sofferenza.

Occorre quindi una particolare sensibilità per gestirli, sostiene lo psichiatra.

L'approccio di cura è caratterizzato da una presa in carico globale del paziente considerando gli aspetti sia fisici sia psichici; il primo obiettivo è quello di stabilire un rapporto di fiducia ed empatia. Successivamente, si vanno a considerare le problematiche individuali, familiari, lavorative e sociali. Quando occorre, è utile anche un trattamento farmacologico, in genere con antidepressivi.

La terapia viene condotta con particolare cautela proprio perché questi pazienti hanno difficoltà ad accedere alle proprie emozioni. Si propone inoltre di favorire una reazione appropriata alla sofferenza, e di prevenire le patologie attraverso la promozione di stili di vita funzionali.

«Curando il disagio mentale – conclude Pellegrino – si cura anche il sintomo fisico con cui esso si esprime». ■



ZAPPING

Dialogo e prevenzione vincono sull'emofilia B

Lo hanno dimostrato i primi risultati dell'indagine sugli Emo B-Day, una serie di "giornate" interamente dedicate alle persone con emofilia B, la malattia emorragica ereditaria dovuta alla carenza del fattore IX della coagulazione. L'iniziativa, promossa dall'università "La Sapienza" di Roma e dalla Federazione delle Associazioni Emofilici (FedEmo www.fedemo.it), ha coinvolto 16 centri sul territorio nazionale dove gli emofilici hanno potuto confrontarsi con medici, ecografisti e ortopedici ed eseguire ecografie gratuite per prevenire l'artropatia emofilica, la complicanza più comune dell'emofilia.

«Questa originale esperienza educativa ha offerto informazione e un approccio multidisciplinare che è stato definito "molto utile" da più del 70 per cento degli emofilici B: il 60 per cento di loro ha dichiarato di aver cambiato atteggiamento verso la prevenzione e la gestione della propria malattia, mentre il 76 per cento ritiene che l'iniziativa abbia stimolato a farsi carico della propria salute», sottolinea il professore **Angelo Pennella**, docente della Scuola di Specializzazione in Psicologia della Salute all'università "La Sapienza" di Roma.

Gli Emo B-Day hanno fatto capire agli emofilici B che possono e devono fare molto di più per migliorare la propria qualità di vita. Fondamentale è, per esempio, l'esecuzione dell'ecografia che si è rivelata una tecnica estremamente efficace per evidenziare i segni di lesioni articolari precoci difficilmente identificabili con la radiografia tradizionale. ■

Un piano della Regione per far conoscere il Sistema Sanitario

Favorire la conoscenza del nuovo **Sistema Sanitario Regionale** e l'accesso ai servizi offerti. È l'obiettivo di "**Costruire Salute: Le persone prima di tutto**", la campagna di comunicazione, cofinanziata con fondi europei e dell'assessorato della Salute della Regione Siciliana. Per raggiungere l'ambizioso scopo, sono state stampate oltre 300 mila copie di una pubblicazione, destinata a medici, pediatri e ►



Degenerazione maculare

Farmaco l'intrappola

La malattia dell'occhio può insorgere in pochi giorni

Salto di qualità nella terapia della degenerazione maculare legata all'età, la malattia che interessa circa l'11 per cento delle persone intorno ai 65 anni (sale al 35 per cento negli over 70) e può portare alla perdita della vista.

Una nuova cura, *aflibercept*, una proteina di fusione completamente umana, con un meccanismo d'azione nuovo, va ad intrappolare i fattori della crescita anomala di vasi sanguigni all'interno delle retina, fenomeno che riguarda la degenerazione maculare di tipo "umido" (20 per cento dei pazienti con la patologia), dove il danno visivo si può produrre in brevissimo tempo, anche in solo pochi giorni. Invece, quella di tipo "secco", più comune, ha un processo degenerativo lento che può durare anche decenni.

Nel caso della degenerazione maculare senile di tipo "umido", sotto la retina crescono nuovi vasi sanguigni che si sviluppano in direzione della macula, la zona centrale della retina che si deforma in modo significativo col risultato che il soggetto che ne è colpito inizia a vedere in modo confuso, deformato, nell'area retinica centrale, con difficoltà a leggere, scrivere, fissare oggetti. Un fenomeno che è stato definito dal professore **Francesco Bandello**, direttore della clinica oculistica dell'università vita-Salute del San Raffaele di Milano, «un fenomeno tumultuoso, che si può verificare in pochissimo tempo». Dice Bandello: «Questa specifica forma della malattia si caratterizza per il fatto di produrre il danno in brevissimo tempo, a volte in pochi giorni e, spesso, le persone colpite passano dall'assoluto benessere visivo a gravi difetti funzionali».

Fattori di rischio

I fattori di rischio per la degenerazione maculare legata all'età, sono: predisposizione genetica (sono stati individuati precisi genotipi legati alla malattia), danni cronici all'occhio da radiazioni ultraviolette, ovvero da una eccessiva e protratta esposizione al sole, il fumo di sigaretta, cibi ipercalorici, soprattutto ricchi di grassi animali. Questi fattori di rischio agiscono sul lungo termine. ■



In questa patologia, l'obiettivo immediato è quello di fermare in tempo la neovascolarizzazione, cosa che si può ottenere con farmaci che vanno a bloccare il fattore che innesca la crescita dei vasi. «E *aflibercept* presenta diverse caratteristiche che lo rendono unico nel panorama dei trattamenti anti-fattore di crescita dell'endotelio vascolare», commenta il professore **Alfonso Giovannini**, direttore della clinica oculistica degli Ospedali Riuniti di Ancona. Diversi studi clinici hanno evidenziato che il nuovo farmaco, che va somministrato solo in strutture ospedaliere, ha bloccato la patologia nel 95 per cento dei casi.

La terapia prevede 7 iniezioni intravitreali (12 iniezioni con altri farmaci). Le prime 3 a distanza di un mese l'una dall'altra, le successive 4 vanno invece praticate ogni 2 mesi. Inoltre, *aflibercept*, diversamente dalle terapie standard, non richiede visite mensili, cosa che alleggerisce la gestione della terapia sia da parte del paziente sia da parte della struttura sanitaria, con una migliore pianificazione e riduzione delle liste d'attesa. ■

► Asp, che spiega in dettaglio il funzionamento del Sistema Sanitario Regionale. È stato, inoltre, realizzato il sito Internet www.costruiredisalute.it per conoscere le 4.000 strutture e le 180 mila prestazioni e servizi a disposizione dei cittadini. Previsti incontri, in ogni provincia, nei centri commerciali (si sono già svolti quelli di Palermo, Trapani, Enna, Ragusa, Caltanissetta e Siracusa) e azioni formative sulle nuove tecnologie di cui la Regione si è dotata con i fondi europei. Sulle 122 apparecchiature programmate, 84 sono già in funzione, alcune per la prima volta in Sicilia, come la Tomotherapy all'Azienda Ospedaliera Civico

di Palermo, la radioterapia volumetrica al Cannizzaro di Catania, la RMgFus al Policlinico di Palermo, il Lokomat all'IRCCS Centro Neurolesi Bonino Pulejo di Messina. La campagna di comunicazione rientra nel programma di acquisizione in Alte Tecnologie con i fondi messi a disposizione dal PO FESR Sicilia 2007/2013 per allineare la Sicilia agli standard europei di assistenza.

I prossimi incontri informativi nei centri commerciali si terranno il prossimo fine settimana, 1-2 giugno, a Catania (Etnapolis), Agrigento (Centro Commerciale Le Vigne), Messina (Centro Tremestieri). ■



Perché camminare per stare in salute



di Manuela Campanelli



Camminare è diventato di gran moda. E, a chi si chiede perché si sta recuperando questa attività data quanto l'uomo, gli esperti rispondono che è la forma più naturale di fare movimento, alla portata di tutti, senza controindicazioni e senza spese. Impegnandosi quel tanto che basta e mettendo a disposizione il 30-50 per cento delle nostre capacità aerobiche, si può svolgere un esercizio lieve-moderato da 10 minuti a 3 ore.

Andare a piedi regolarmente può dare benefici importanti

«Andare a piedi è il modo più semplice di fare sport-terapia – precisa il professore **Gianfranco Beltrami**, specialista in Medicina dello Sport e Cardiologia e docente del corso di laurea in Scienze Motorie all'università di Parma -. È la possibilità più abbordabile che abbiamo per prevenire e curare tantissimi disturbi, dal diabete alle malattie cardiovascolari, dalle dislipidemie all'obesità, agli stati ansiosi-depressivi». Ma a un patto. Alla stregua di ogni altro trattamento, per essere efficace, deve essere "somministrato" in modo adeguato: né sotto dosato, né in eccesso.

Il cammino come medicina

Passaggiare per negozi non porta alcun beneficio all'organismo. Affinché l'andare a piedi dia risultati per la salute, deve essere finalizzato a un obiettivo di tempo ed eseguito con passo svelto. Se effettuato per 4-5 volte alla settimana per 30-40 minuti, a distanza di 3 mesi, può normalizzare alcuni parametri leggermente fuori norma. Può, per esempio, ridurre di 10 battiti al minuto la frequenza cardiaca durante l'esercizio, abbassare del 5 per cento il colesterolo "cattivo" e far scendere del 10-20 per cento la glicemia.

«Camminare per 150 minuti alla settimana, cioè 30 minuti per 5 volte, per almeno 12 settimane a una velocità di 6,5 Km all'ora, fa calare di 7-10 mmHg (millimetri di mercurio, ndr) i valori della pressione arteriosa. Per perdere qualche chilo ci si deve tuttavia impegnare un po' di più: un'ora al giorno per 5 giorni alla settimana», aggiunge Gianfranco Beltrami.

Andature diverse

Vantaggi maggiori si possono ottenere, per esempio, con il Nordic Walking, una forma di camminata con i ▶



Gianfranco Beltrami

ZAPPING

Due aziende insieme contro il diabete di tipo 2

Le aziende **Merck** e **Pfizer** hanno annunciato una collaborazione a livello mondiale per lo sviluppo congiunto e la commercializzazione di *ertugliflozin*, un nuovo farmaco appartenente alla classe degli inibitori del co-trasportatore sodio/glucosio per il trattamento del diabete di tipo 2. «Siamo felici di unire le forze con Merck nella battaglia contro il diabete di tipo 2 e l'aggravio che comporta nel mondo», commenta **John Young**, presidente e general manager Pfizer Primary Care. «Pensiamo che *ertugliflozin* abbia le potenzialità per completare il nostro armamentario terapeutico e non vediamo l'ora di collaborare con Pfizer per il suo sviluppo», afferma **Nancy Thornberry**, senior vice president Merck Research Laboratories. ■





▶ bastoncini (simili a quelli utilizzati nello sci) che rafforzano le spalle e gli arti inferiori, migliora la postura, sottopone l'organismo a un'intensità di lavoro maggiore e fa spendere, di conseguenza, il 20 per cento di calorie in più rispetto al semplice andare a piedi.

Un impegno motorio maggiore si raggiunge, inoltre, camminando su percorsi caratterizzati da salite, discese o scalini e da terreni sabbiosi o dissestati come quelli di montagna. La corretta esecuzione dei movimenti richiede un maggiore impegno mentale, un accurato controllo motorio, un buon equilibrio, la stimolazione delle articolazioni e il coinvolgimento della forza muscolare. Ma questi percorsi non sono certamente per tutti: chi soffre, per esempio, di artrosi o è in forte sovrappeso, è meglio che si dia solo a lunghe passeggiate.

La velocità conta poco

Meglio la corsa o la camminata? Sono in tanti a chiederselo e, nell'immaginario comune, la prima sembra essere più vantaggiosa della seconda ai fini salutistici. Ma gli esperti precisano che, secondo recenti studi, contano i chilometri percorsi, piuttosto che l'intensità dell'esercizio: a parità di distanza effettuata, 60 minuti di cammino equivalgono a 30 minuti di corsa.

Entrambe queste forme di movimento, se eseguite con costanza, portano dunque a un risultato. La domanda giusta da farsi è tuttavia un'altra: quale attività fisica si adatta meglio alle mie capacità? Camminare con un passo un po' accelerato, pari a 5 Km/ora, in un'ora fa consumare 150 Kcal a una persona di 70 Kg, l'equivalente cioè di un piatto di pasta. La corsa fa spendere circa il doppio delle calorie, ma correre un'ora non è per tutti. ■



Associazioni

di Minnie Luongo

FAVO, VOLONTARI IN ONCOLOGIA



C'è una realtà dell'associazionismo di pazienti che, in una decina d'anni, ha realizzato una sorta di miracolo, riuscendo a raggruppare oltre 500 organizzazioni no profit oncologiche. L'artefice

è il professore **Francesco De Lorenzo** che, colpito da un tumore, ha concentrato tutta la sua attenzione sul mondo del no profit, di cui già si occupava non poco. «**Favo, Federazione italiana delle Associazioni di Volontariato in Oncologia**, è nata con lo scopo principale di creare reali sinergie tra le organizzazioni di volontariato – illustra De Lorenzo, che è stato ministro della Sanità dal 1989 al '93 – ponendosi come rappresentante, a livello nazionale, di iniziative che favoriscano la riabilitazione, il benessere psicologico, la qualità di vita, le tutele giuridiche di chi si ammala di cancro. Senza dimenticare le sacrosante esigenze e richieste delle famiglie».



Già fondatore di Aimac (Associazione italiana malati di cancro, parenti e amici), di cui è tuttora presidente, De Lorenzo, tramite Favo e l'"Osservatorio sulla condizione assistenziale dei malati oncologici" da lui diretto, è in grado di avere una panoramica completa della situazione di questi pazienti, «che ricevono un'evidente disparità nell'accesso ai trattamenti diagnostici, terapeutici ed assistenziali».

In particolare, Favo si batte per affermare due principi basilari della moderna oncologia, in grado di migliorare il controllo della patologia e di aiutare i malati: la continuità terapeutica e la presa in carico complessiva del paziente da parte del Servizio Sanitario Nazionale. ■

Saperne di più

FAVO, FEDERAZIONE ITALIANA DELLE ASSOCIAZIONI DI VOLONTARIATO IN ONCOLOGIA

Via Barberini 11, 00187 Roma

Tel. 06-42012079; fax 06-87462110

Numero Verde: 800-903789

info@favo.it - www.favo.it

“Donne in Neuroscienze” Alleanza tra specialiste

Nella foto, da sinistra Marina Rizzo, Mariella Bentivegna, Paola Catania, Elena Zaniboni, Maria Gabriella Vitrano, Cettina Rubino, Emi Salemi, Rosa Maria Ruggieri, Rosa Maria Gaglio.

Donne medico, scienziate, imprenditrici e manager del settore della sanità, insieme, per discutere di femminilizzazione delle carriere, successi, problemi, difficoltà incontrate ogni giorno sul campo, sul lavoro o, molto più semplicemente (si fa per dire), nella conciliazione con la famiglia. È con questo spirito che nasce “Donne in Neuroscienze”, un network di specialiste che si tiene in contatto, con incontri in tutta Italia e un portale molto attivo, per tenere alta l’attenzione sul significato dell’essere donna nel mondo della sanità di oggi.

Secondo dati del ministero della Salute, le donne sono la maggioranza del personale del Servizio Sanitario Nazionale, ma solo poco più del 18 per cento riveste ruoli apicali. Nonostante 1 medico su 3 sia donna, solo 1 su 10 è dirigente medico di struttura complessa.

Tra gli obiettivi una rete per discutere dei problemi del settore

La rete “Donne in Neuroscienze” è stata fondata da due neurologhe, **Marina Rizzo** (palermitana) e **Maria Grazia Piscaglia**. Tra i vari scopi figurano la realizzazione di un forum di discussione nel portale web dedicato (www.donnein.com), la raccolta e la diffusione dei dati relativi alle posizioni occupate dalle donne nelle realtà ospedaliere, universitarie e nel territorio, l’analisi del fabbisogno formativo delle “Donne in Neuroscienze”, l’analisi dei temi critici e problematici nelle professioni.

“Fare rete, cercare più alleanze e collaborazioni tra donne è l’obiettivo del progetto per abbattere barriere ed ostacoli nel percorso verso l’uguaglianza di

genere nelle neuroscienze, in un Paese che risente ancora dell’insufficienza di carattere legislativo nella tutela femminile”, si legge nel sito del gruppo.

Tra gli incontri più recenti per le “Donne in Neuroscienze” anche quello di Palermo, svoltosi ad aprile a Villa Magnisi.

In quell’occasione, è stata presentata la sezione siciliana dell’Associazione Italiana per la Ricerca sulla Distonia, una patologia neurologica caratterizzata da spasmi muscolari involontari che determinano posizioni anomale del corpo e che può colpire differenti muscoli. Il referente medico dell’Associazione a Palermo è il dottore **Marcello Romano** dell’Azienda ospedaliera Ospedali Riuniti Villa Sofia-Cervello.

Gli oltre 2.000 malati siciliani di distonia hanno sempre più difficoltà a curarsi. La terapia consiste in iniezioni di tossina botulinica, efficace per contrastare gli spasmi muscolari, ma sempre molto rara da trovare negli ospedali italiani. Ogni paziente deve effettuare 3-4 somministrazioni all’anno di tossina botulinica, un farmaco che costa circa 250 euro a dose e che, da qualche tempo, non è più inserito nel cosiddetto “file F”, l’elenco speciale dei medicinali che vengono rimborsati alle aziende ospedaliere.

«Fino ad ora – dice il professore **Paolo Girlanda**, responsabile del Centro di riferimento distonie del Policlinico di Messina – siamo riusciti a seguire tutti i nostri malati, ma temiamo per il futuro. È necessario trovare una soluzione per evitare che qualche malato non arrivi a curarsi o debba farlo a proprie spese». ■





COSTRUIRE
SALUTE

Le persone prima di tutto

COME USARE LA SANITÀ? DOVE FARE UNA VISITA O UN ESAME?

APPUNTAMENTI IN TUTTA
LA SICILIA SULLE NOVITÀ
DEL SISTEMA SANITARIO.

Scopri di più su
www.costruiredalute.it

www.costruiredalute.it
presente al Forum PA
Roma, mercoledì 29 maggio 2013

Convegno Comunicare per “**Costruire Salute**”
con FORMEZ PA per il Programma
Operativo di Assistenza Tecnica - POAT Salute
Palazzo dei Congressi

Programma di acquisizione delle
Alte Tecnologie. Campagna integrata
di comunicazione istituzionale
sull'informazione in materia di offerta dei
servizi sanitari. PO FESR Sicilia 2007-2013



Progetto cofinanziato
dall'Unione Europea -
PO FESR Sicilia 2007/2013
Asse VII Linea d'intervento 7.1.2.F.



www.gruppo.info



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