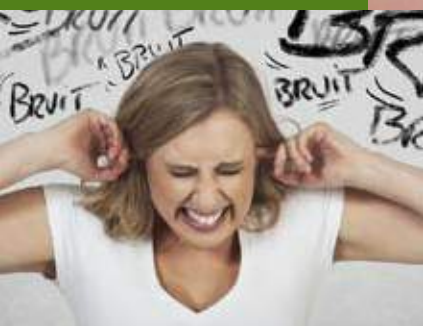


*Cibi e salute  
Le nuove  
scoperte*



*Gambe pesanti?  
Vi diciamo  
cosa fare*



*Quel fastidioso  
suono chiamato  
Acufene*



## CONTRASTARE LA CELLULITE È SEMPRE PIÙ FACILE

*La medicina estetica che stupisce*



## Scopri Accu-Chek® Guide: Semplifica l'autocontrollo.

**Sistema Accu-Chek®  
per la misurazione della glicemia**



### **Flacone anticaduta**

- Le strisce non cadono
- Agile estrazione della striscia



### **Esecuzione del test semplificata**

- Ampia area di applicazione del campione
- Vano ingresso striscia illuminato
- Espulsione automatica della striscia

### **Prova Accu-Chek® Guide.**

Chiedi al tuo medico o al tuo farmacista.

[www.accu-chek.it](http://www.accu-chek.it)



Numero Verde  
**800-822189**

Numero Verde per avere assistenza tecnica sull'utilizzo dei prodotti della linea Accu-Chek® e per richiedere la sostituzione gratuita degli strumenti in garanzia

Le misurazioni devono essere eseguite nell'ambito del controllo medico.  
Accu-Chek Guide è un dispositivo medico-diagnostico in vitro CE 0088.  
Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni d'uso.  
Autorizzazione Ministeriale ottenuta il 17/04/2018.

**ACCU-CHEK®**



# Sanità e Welfare Community

## *Insieme per la salute di tutti*

di Carmelo Nicolosi

**S**crivo questo editoriale con la piena coscienza che la sanità debba cambiare. Mi dico certo della necessità di una Welfare Community, in cui la conquista della salute passi attraverso la responsabilità di tutti, indistintamente. L'occorrenza di una forte alleanza tra comuni cittadini, sistema sanitario e intervento privato a fini sociali.

Lo spunto e la certezza di ciò che affermo, mi è offerta da un recente studio epidemiologico dal quale emerge che solo l'11% della popolazione italiana, sopra i 50 anni, ha una conoscenza corretta della degenerazione maculare legata all'età (DMLE), una patologia che colpisce nel nostro Paese più di 800.000 persone. E plaudo a un'iniziativa finalizzata a sollevare l'opinione pubblica dall'ignoranza sulla malattia.

Parlo della prima campagna nazionale di sensibilizzazione e prevenzione della maculopatia, sia quella senile sia quella altrettanto grave derivata dal diabete. Una campagna di screening mai condotta in Italia, durata un mese, preceduta da una grande indagine demoscopica nazionale e organizzata da due centri di eccellenza: il Dipartimento di Oftalmologia dell'Ospedale San Raffaele di Milano, diretto



**A sinistra, una visione normale e, a destra, con maculopatia**

dal professor **Francesco Bandello** e dal Centro Ambrosiano Oftalmico (CAMO), diretto dal dottor **Lucio Buratto**, col patrocinio del ministero della Salute "per la sua rilevanza scientifica e sociale", e della Società Italiana di Oftalmologia (SOI). Al progetto hanno aderito 20 centri di oculistica, universitari e ospedalieri di tutt'Italia.

Una task force di specialisti ha realizzato 2.856 esami, riscontrando 424 maculopatie allo stadio iniziale, mai diagnosticate, pari al 17% del totale dei pazienti che si sono sottoposti allo screening. Ogni centro che ha aderito all'iniziativa, ha messo a disposizione quattro specialisti, dotati delle più sofisticate apparecchiature di indagine per realizzare le diagnosi più sicure, come l'Optical Coherence Tomography (OCT), che permette di effet-

tuare scansioni ad alta risoluzione della macula, evidenziando le alterazioni strutturali retiniche nelle fasi precoci della degenerazione maculare, un rischio epidemico che colpisce milioni di persone.

Il "Mese della Prevenzione della Maculopatia" è un'ulteriore dimostrazione di come stia cambiando il concetto di salute. Il raggiungimento del benessere fisico e psicosociale è un obiettivo cui tutti dobbiamo collaborare, una "comunità" che assiste, come ne hanno dato esempio Bandello e Buratto, direttori di centri di eccellenza: si sono presi carico, con straordinaria responsabilità, il compito di provvedere a salvaguardare la vista a migliaia di persone. E così che deve andare la sanità oggi, nei ruoli d'insieme di valide iniziative di professionalità pubbliche e private.



6

## I TANTI MODI per contrastare la cellulite

di **Manuela Campanelli**



## GAMBE PESANTI?

*Vi diciamo cosa fare*

di **Cesare Betti**

8

10

## “MUOVERSI IN LIBERTÀ”

*Luci su disagi dei disabili*

di **Lisa Sanfilippo**



## CENTRO PER IL DIABETE

*Una realtà che fa onore alla Sicilia*

12

16



## MA IL NOBEL premia sempre i migliori?

di **Adelfio Elio Cardinale**



**Direttore Responsabile**  
**Carmelo Nicolosi**

EDITRICE

**AZ Salute s.r.l.**

Registrazione del Tribunale  
di Palermo n. 22 del 14/09/2004

PUBBLICITÀ

**AZ Salute s.r.l.**

[direzione@azsalute.it](mailto:direzione@azsalute.it)

TIPOGRAFIA **CAMPO AGEM**  
San Cataldo (CL)

HANNO COLLABORATO

**Mario Barbagallo**

**Cesare Betti**

**Manuela Campanelli**

**Adelfio Elio Cardinale**

**Minnie Luongo**

**Paola Mariano**

**Giuseppe Montalbano**

**Antonio Ravidà**

**Lisa Sanfilippo**

REDAZIONE GRAFICA

**GGG**

REDAZIONE

**Via Enrico Fermi, 63**

90145 Palermo

Tel. 091.6822361

[redazione@azsalute.it](mailto:redazione@azsalute.it)

[direzione@azsalute.it](mailto:direzione@azsalute.it)

FOTOGRAFIE

**FOTOLIA**

INDIRIZZI INTERNET

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

[facebook.com/azsalute.it](https://facebook.com/azsalute.it)

[twitter.com/azsalute](https://twitter.com/azsalute)



## CIBI E SALUTE

*Le nuove scoperte*

di Paola Mariano

18

## CROHN E COLITE ULCEROSA

*Terapie di nuova generazione*

di Cesare Betti

20



## DISFUNZIONI ALLA TIROIDE

*Ecco come contrastarle*

di Paola Mariano

22

## SCIENZA E ANIMA

*contro le follie di oggi*

di Antonio Ravidà

25



## QUEL FASTIDIOSO SUONO

*chiamato acufene*

26

## INCORAGGIANTI PROSPETTIVE

*per il carcinoma polmonare*

28



### ➔ ANZIANI

*Vivere a lungo  
rende felici*  
di Mario Barbagallo

29

### ➔ BAMBINI

*Paesi nordici e  
dieta mediterranea*  
di Giuseppe Montalbano

29

### ➔ ASSOCIAZIONI

*Fondazione  
italiana linfomi*  
di Minnie Luongo

30

### ➔ IL LIBRO

*Elena Torre:  
"Il mistero  
delle antiche rotte"*

30

# I TANTI MODI

## *Per contrastare la cellulite*



di **Manuela Campanelli**

**L**a medicina estetica non finisce mai di sorprenderci. L'ultima tecnologia messa a punto (ONDA) riesce a ridurre i cuscinetti adiposi, a migliorare sensibilmente la cellulite, a ridare compattezza ai tessuti.

Il merito è di particolari microonde che vengono emesse solo a contatto della pelle ed erogate da due manipoli 'intelligenti', che le fanno penetrare rispettivamente a 7 e a 16 millimetri di profondità. Selettive (vanno a colpire solo la zona da trattare) e indolori, provocano un rimodellamento del tessuto adiposo che porta gli adipociti a riversare il grasso contenuto al loro interno negli spazi tra una cellula e l'altra dove viene rimosso, in modo naturale, attraverso le vie linfatiche.

Il trattamento è indicato a tutte le età e situazioni, dalla giovane

---

*Microonde penetrano nella pelle e riducono i cuscinetti adiposi, dando anche compattezza ai tessuti*

---

mamma che ha avuto da poco un bambino a donne e uomini più in là con gli anni che si sono magari già sottoposti ad altri interventi estetici, quali la liposuzione o la crioadipolisi.

Le applicazioni (in genere tre o quattro), possono essere effettuate in tutto il corpo, tranne che nel viso, nel collo e nelle aree prossime al cuore. Va sottolineato che ogni ritocco estetico non deve mai essere disgiunto da un'adeguata attività fisica e da una corretta alimentazione, soprattutto se si vuole contrastare la "buccia d'arancia", risultato di accumuli di grasso che determinano un'inflammatione del tessuto adiposo sottocutaneo e una compromissione del microcircolo san-

guigno.

Occorre intendere che la cellulite è di più di un semplice inestetismo. Piuttosto, può essere un campanello d'allarme che l'organismo lancia quando qualcosa non va.

Chi l'ha studiata bene, sostiene che non ce ne sia una sola, ma diverse forme. Per esempio, quella dovuta al sovrappeso, quella causata dalla ritenzione idrica, da ormoni mal sopportati assunti con la pillola anticoncezionale o con la terapia ormonale sostitutiva, oltre a quella provocata dall'alcol, dall'insufficienza venosa, da un intestino mal funzionante e, ancora, quella favorita dai tacchi alti che, impedendo al diaframma di contrarsi a dovere, non fanno funzionare ottimamente la pompa che provoca la circolazione della linfa tra i tessuti, smaltendo liquidi e tossine.

Queste cause si possono associare tra loro. Come rimediare? La bacchetta magica ovviamente non c'è,



ma precisazioni e raccomandazioni possono fare imboccare la via che può portare a un cambiamento.

Il primo concetto è che non occorre dimagrire per ridurre il grasso localizzato. Il controllo del peso deve infatti avvenire per mezzo di un'alimentazione equilibrata, che apporti tutti i nutrienti, e che se protratta nel tempo darà i suoi risultati. Niente diete drastiche dunque e, soprattutto, il fai-da-te.

Il suggerimento è quello di puntare ad avere una buona qualità di vita, perseguibile con alcuni consigli. Innanzitutto, è bene sapere che bere poca acqua fa aumentare di peso. La sub-idratazione cronica aumenta infatti il rischio di sviluppare sovrappeso e obesità. Al contrario, l'acqua lo previene perché, occupando spazio nello stomaco, innalza il senso di sazietà e favorisce il ricambio d'acqua nei tessuti, contrastando la ritenzione idrica. Bere prima di avere sete e secondo il proprio fabbisogno (si può risalire alla corretta quantità moltiplicando il proprio peso corporeo per 0,03 per cen-

---

### *L'acqua marina favorisce per osmosi la fuoriuscita di liquidi dai tessuti e combatte la ritenzione idrica*

---

to).

Oltre all'acqua che versiamo nel bicchiere, possiamo contare anche su quella contenuta nei cibi. Anguria e melone ne sono ricchissimi, seguiti da pesche, agrumi, mele e, tra gli ortaggi, i più idratanti sono senz'altro cetrioli e zucchine. A ruota, insalata a foglia, pomodori, peperoni e melanzane.

Importante è scegliere le calzature giuste per l'estate. Può aiutare a favorire una buona circolazione del sangue e, quindi, contribuire a contrastare la cellulite. Le scarpe ideali sono quelle che permettono l'appoggio del piede prima sul tallone, poi sulla pianta e infine sull'avampiede. Questa corretta sequenza si può ottenere non certo con le infra-

dito o le ciabatte aperte e, tanto meno, con una calzatura dal tacco alto, ma piuttosto con un sandalo con il cinturino capace di controllare il retro piede, o con una scarpa sportiva dalla suola morbida

e rialzata almeno di un centimetro da terra.

Se si è ancora indecisi dove andare in vacanza e si ha la cellulite, il mare è senz'altro da consigliare. L'acqua, addizionata ai sali minerali, favorisce per osmosi la fuoriuscita di liquidi dai tessuti e combatte la ritenzione idrica. La temperatura più bassa in estate di quella dell'ambiente circostante, contrasta inoltre il calore che fa gonfiare le estremità e avvia un massaggio vascolare. Camminare sulla battigia fa bene, ma se si vuole beneficiare appieno dell'acqua del mare è meglio immergere la gamba fino al ginocchio o all'anca. In questo modo si sfrutta il galleggiamento che alleggerisce le articolazioni dal peso corporeo.

# GAMBE PESANTI?

## *Vi diciamo cosa fare*



di **Cesare Betti**

“**L**a malattia venosa cronica è una patologia causata da disfunzioni nei meccanismi di ritorno del sangue dalla periferia verso il cuore”, spiega il professor **Angelo Santoliquido**, responsabile dell’unità di Angiologia al policlinico A. Gemelli di Roma. “Nelle vene degli arti inferiori, il sangue deve compiere un percorso contro la forza di gravità, possibile grazie a valvole che si aprono all’arrivo del sangue spinto dai muscoli della gamba, e che si richiudono dopo il suo passaggio, per impedire che ritorni verso il basso”.

Già intorno ai trent’anni, però, complici anche la gravidanza, la sedentarietà, il sovrappeso e la predisposizione genetica, le pareti delle vene iniziano a perdere elasticità e le valvole tendono a dilatarsi, provocando alcuni sintomi fastidiosi, come gonfiore, pesantezza, dolori e crampi. Se non si interviene tempestivamente, questi sintomi tendono a progredire, formando dilatazioni (vene varicose) che possono degenerare in gonfiori e ulcere, fino ad arrivare alla trombosi. “Per questo motivo, anche senza segni esteti-



*La malattia venosa è causata da disfunzioni nei meccanismi di ritorno del sangue dalla periferia al cuore*

ci evidenti, in presenza di questi disturbi è sempre consigliabile il consulto di uno specialista, per avere una corretta diagnosi della malattia”, aggiunge il professor Santoliquido.

### **I fattori di rischio**

Oltre a numerosi parti e all’uso

della terapia ormonale sostitutiva durante la vita fertile, sono stati identificati alcuni fattori di rischio, alcuni modificabili e altri no.

Tra quelli non modificabili c’è la predisposizione genetica: avere un genitore o un nonno che abbia sofferto o che soffra di disturbi venosi facilita l’insorgenza della malattia venosa cronica, così come il sesso femminile e l’età. Poiché non è possibile agire su questi fattori, si possono adottare comportamenti e abitudi-

## **LA MALATTIA VENOSA SI SCOPRE CON FACILITÀ**

**L**a diagnosi si basa sull’osservazione della persona e nella raccolta dettagliata dei sintomi. Il passo successivo consiste nel sottoporre il paziente a un ecocolorDoppler, per valutare la funzionalità delle vene. Un esame non invasivo e non doloroso, che permette di osservare i principali vasi sanguigni e studiare il flusso di sangue al loro interno. L’esame è semplice: sulla parte da esaminare si poggia una sonda che emette ultrasuoni. Un computer elabora le onde riflesse formando un’immagine sul monitor che, valutata dall’operatore, dà modo di capire se ci si trova in presenza di alterazioni. L’ecodoppler può essere utilizzato su chiunque e, se necessario, ripetuto più volte.



ni di vita che aiutano a migliorare la circolazione e a prevenire i sintomi più fastidiosi.

Tra i principali fattori di rischio modificabili ci sono: l'incremento del peso corporeo, la sedentarietà e l'assenza di un'attività fisica appropriata. Altri fattori molto importanti sono la postura e l'appoggio a terra dei piedi che, soprattutto per le donne, può essere influenzato negativamente dall'uso di scarpe senza tacco o con un tacco troppo alto, che costringono il piede in una posizione non naturale, ostacolando la circolazione del sangue.

Altro fattore di rischio è quello di seguire una dieta non corretta: per esempio, un eccessivo consumo di alimenti ricchi di sodio (presenti soprattutto nei cibi in scatola, insaccati e formaggi) favorisce l'accumulo di liquidi, peggiorando i sintomi e i segni della malattia venosa.

---

### *Il trattamento efficace non è quello che riduce l'intensità dei sintomi, ma deve agire sulla causa del problema*

---

#### **Prevenirla e curarla si può**

La prevenzione della malattia venosa è molto importante, soprattutto in presenza dei fattori che facilitano la sua comparsa (familiarità, gravidanza, lunghi periodi in piedi, ecc.) e per evitare la sua progressione. Come fare? Semplicemente cambiando lo stile di vita: controllare il peso corporeo, fare regolare attività fisica, evitare di rimanere a lungo fermi in piedi, correggere la postura, usare scarpe adeguate, indossare calze elastiche.

“È consigliata – conclude il professor Santoliquido – anche la somministrazione di terapie specifiche. Il trattamento efficace non è quel-

lo che riduce soltanto l'intensità dei sintomi, come accade con gli integratori alimentari, ma deve agire anche sulla causa del problema, cioè sull'infiammazione. In questo modo si limita la progressione della malattia e si migliorano i sintomi. Esistono diversi farmaci di provata efficacia clinica, tra i quali il mesoglicano che, essendo costituito dagli stessi componenti di cui è fatto l'endotelio, lo nutre, correggendo le alterazioni, e agendo sul tono del microcircolo venoso”.

#### **Attenzione alla dieta**

“Sovrappeso e obesità possono peggiorare i disturbi della circolazione, rallentando il flusso del sangue verso il cuore», precisa la dottoressa **Ambra Morelli**, dell'Associazione nazionale dietisti. «Consigliamo di arricchire la dieta con frutta e verdura che, oltre a favorire il controllo del peso, forniscono vitamine e nutrienti ad azione antinfiammatoria e antiossidante, che preservano l'integrità dei vasi. Anche l'idratazione è fondamentale per un buon funzionamento del sistema cardiovascolare. Infine, sarebbe opportuno mantenere il più possibile le gambe in movimento durante il giorno, magari preferendo le scale all'ascensore o scegliendo di andare a piedi per piccoli spostamenti”.

#### **La campagna “Donne in gamba”**

È importante sensibilizzare le donne a non trascurare i primi campanelli d'allarme della malattia venosa, primo passo verso una diagnosi corretta e un percorso di cura più tempestivo e consapevole. Ed è alle donne che si rivolge la campagna “Donne in gamba”, un'iniziativa femminile che coinvolgerà le piattaforme Facebook e Instagram, per condividere esperienze e scambiarsi consigli per affrontare con grinta ogni situazione (#proteggiletuegambe).



# “Muoversi in Libertà” Luci su disagi dei disabili



di **Lisa Sanfilippo**

**I**l sorriso disarmante di Roberta, in una domenica di maggio, riscalda più dei raggi del sole di chi si concede una camminata nei pressi del Teatro Politeama, a Palermo. Lei sulla sedia a rotelle sfreccia con grinta e determinazione da un punto a un altro della zona pedonale di via Libertà, per spiegare ai presenti, ma anche ai passanti che si avvicinano curiosi, il valore di un'iniziativa, alla sua prima edizione, destinata a consolidarsi nel tempo.

L'hanno chiamata “Muoversi in Libertà”, una manifestazione, svoltasi il 20 maggio, che ha registrato un'ampia partecipazione.

Organizzata da Chip & Byte, Pannathlon Club Palermo, Normali nella Disabilità e Optm (Osservatorio della Politica Turistica Mediterranea), “Muoversi in Libertà” ha messo a confronto medici e disabili,

*L'iniziativa nasce dalla necessità di far conoscere le criticità che i disabili affrontano ogni giorno*

li su temi quali la mobilità, gli ausili all'avanguardia e l'importanza dello sport.

“Sul tema della disabilità l'informazione è importantissima, perché è da questa che scaturiscono dialogo e confronto. Ben vengano queste manifestazioni che rendono visibili le problematiche di molti cittadini”, dice **Michele D'Arienzo**, direttore dell'Ortopedia e Traumatologia del Policlinico di Palermo.

L'iniziativa nasce dalla necessità di accendere i riflettori sulle tante criticità, che i disabili sono costretti ad affrontare quotidianamente, barriere che, ancor oggi, limitano la loro effettiva partecipazione e inclusione all'interno della società. In particolare, il venire meno, talvol-

ta, del senso civico e la carenza di servizi possono determinare, sul vivere quotidiano delle persone con disabilità, un impatto emotivo certamente considerevole.

“Occorre che ognuno di noi dia il suo contributo e che vengano incrementate campagne di sensibilizzazione e di informazione più dettagliate e approfondite possibile” – osserva **Giorgio Mandalà**, direttore dell'unità di Fisioterapia del Bucchieri La Ferla. “Accessibilità e mobilità – aggiunge – sono i due ambiti, per i quali, a Palermo, occorre garantire maggiori servizi”.

Un incontro libero da schemi e interventi programmati, aperto a tutti i cittadini. Medici, rappresentanti delle associazioni, imprenditori e atleti, hanno raggiunto una delle strade più frequentate della città, per sensibilizzare e discutere sul tema della disabilità in maniera informale.



Per l'occasione, nella zona pedonale di via Libertà, sono stati fatti test-drive su vetture, con ausilio di guida e messi in esposizione prodotti all'avanguardia per disabili, come una carrozzina elettronica compatta, progettata per superare superfici non omogenee, un bagno portatile che facilita, attraverso un sistema innovativo, la doccia e l'igiene delle persone costrette a stare a letto. È stata, inoltre, allestita da Lega Navale Palermo Centro, un'imbarcazione a vela che può essere impiegata da velisti con disabilità.

“Nella nostra città – spiega **Roberta Cascio**, referente nazionale della commissione diversamente abili del Panathlon – le persone con disabilità fisica hanno non poche difficoltà. Stiamo cercando di fare rete: oltre al mondo della sanità abbiamo aperto un dialogo costruttivo con altre associazioni, aziende e singole

---

*“Nessuno deve sentirsi escluso dalla libertà di muoversi liberamente”, sostiene Emanuele Di Bella*

---

persone.”Muoversi in Libertà” non è solo un evento fine a se stesso, ma un progetto destinato a consolidarsi nel tempo, il punto di partenza per future iniziative”.

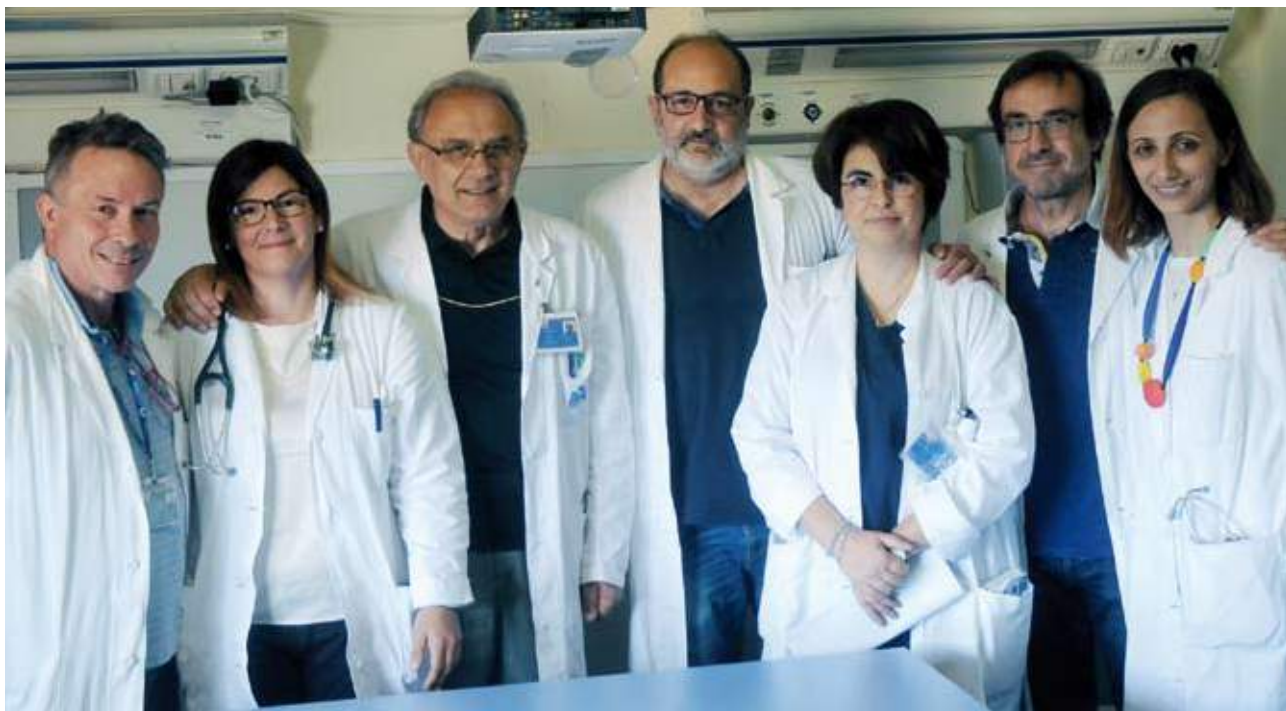
“Nessuno deve sentirsi escluso dalla libertà di muoversi liberamente: per questo, sosteniamo la robotizzazione e la domotizzazione degli ambienti. Non potevamo che partecipare a questa iniziativa, perché rappresenta un ottimo modo di confronto”, sostiene **Emanuele Di Bella**, presidente dell'associazione Nova Civitas.

All'ambito sociale e informativo, al ruolo dello sport come strumento più adatto a comprendere la disabilità e a educare alla valorizzazione delle differenze, è stato riba-

dito l'impegno costante sul terreno scientifico.

“Noi – puntualizza **Gaspere Gullotta**, direttore dell'unità di Chirurgia d'Urgenza del Policlinico palermitano – abbiamo il dovere di prevenire. Nel caso delle disabilità un numero veramente rilevante è dovuto all'arteriopatia obliterante degli arti inferiori, legata spesso al diabete. E se si pensa che ogni trenta secondi nel mondo un individuo ha un'amputazione a livello femorale, su questo versante, la prevenzione gioca un ruolo di primo piano. Nell'ambito della chirurgia sono stati fatti certamente molti passi in avanti e la ricerca continua”.

Una giornata nata dall'ascolto di esperienze quotidiane e dal mettere a servizio degli altri competenze professionali specifiche, per testimoniare insieme che “muoversi in libertà” è possibile. E non sorprende che la scelta del titolo della manifestazione coincida, non casualmente, con il fine stesso dell'iniziativa, che tornerà nel mese di ottobre.



**L**a bambina, di circa 7-8 anni, gio- ca, allegra, con Orazio De Guilmi, presidente dell'Associazione regionale diabetici e celiaci Danilo Dolci, nella ludoteca del Centro di riferimento regionale per il diabete, all'ospedale di Partinico, a pochi chilometri da Palermo.

Nel largo corridoio, un maschietto, all'incirca della stessa età, attende, mano nella mano con la mamma, la visita di controllo. Alla cintola un microinfusore di insulina, la tecnologia più avanzata. Scene che fanno vibrare il cuore di tenerezza e, allo stesso tempo, suscitano amarezza, tanta amarezza.

Due piccoli, come tanti altri, affetti da diabete di tipo 1 o giovanile, destinati, per tutta la vita, a gestire quel maledetto eccesso di zucchero nel sangue le cui conseguenze, se non mantenuto entro limiti ac-

## Centro di riferimento per il diabete

### *Una realtà che fa onore alla Sicilia*

cettabili, può, nel tempo, provocare danni irreparabili al cuore, ai reni, alla vista, ai nervi periferici. Il tutto, perché le cellule del pancreas, deputate alla produzione dell'ormone insulina, vengono distrutte, fin dai primi anni di vita, da quel sistema, l'immunitario, che ci protegge dall'intrusione di virus e batteri e che, in alcuni casi (non si ancora il perché), "vede", fin dalla nascita, come nemiche le cellule pancreatiche, e addio produzione dell'ormone insulina che, per continuare a vivere, va somministrato dall'ester-

no.

Lo stesso problema vivono i portatori di diabete di tipo 2 insulino dipendenti. Nel tipo 2, detto dell'adulto, ma che appare sempre più di frequente anche in età giovanile, nessuna colpa del sistema immunitario. Le cause principali sono ascritte a un'alimentazione errata protratta nel tempo, alla scarsa attività fisica e all'obesità,

sempre più in aumento negli adulti e in età infantile, tanto che l'Organizzazione mondiale della sanità ha definito l'obesità "uno dei principali problemi di salute pubblica nel mondo". E il diabete: "un'epidemia, dovuta a fattori che potrebbero essere evitati". "Non va dimenticato, che il diabete rientra tra le malattie evitabili", commenta il dottore **Vincenzo Provenzano**, direttore del Centro siciliano di riferimento per il diabete, una realtà di grande valore ed esperienza. Conta sei diabetologi e quattro infermiere e, nel



Sopra, Un'immagine degli interni del Centro di riferimento regionale per il diabete di Partinico  
Più a destra, Vincenzo Provenzano, il nostro direttore e Gabriella Saura. Nella pagina di sinistra, Giuseppe Navarra, Gabriella Saura, Vincenzo Provenzano, Alessandro Scorsoni, Lucia Spanò, Davide Brancato e Francesca Provenzano

complesso, tra persone con diabete, piede diabetico, diabete in gravidanza, sono più di 32.000 le visite effettuate ogni anno. In cura sono 16.600 pazienti. Di questi, 1.072, con diabete di tipo 1, vengono seguiti con la tecnologia avanzata. I minori sono 930 (630 con impianto di microinfusore e 300 senza).

Ognuno ha la propria cartella elettronica, in modo che, in ogni istante, si abbia sottomano la situazione generale del paziente. L'assistenza è 24 ore su 24. Il Centro conta diversi ambulatori: cura del piede diabetico (causa di tante amputazioni), diabete in gravidanza, della tiroide e celiachia, di oculistica per lo studio della retina. E qui viene anche affrontato il problema della nefropatia diabetica. Purtroppo, manca di due unità. Una caposala e un infermiere, entrambi in pensione e ancora non sostituiti.

La storia della nascita e della vita di questo centro è alquan-

## *Oltre 32.000 le visite effettuate ogni anno. In cura sono 16.600, 1.072 trattati con l'alta tecnologia*

to bizzarra. Nel 1999, viene indetto un concorso per dirigere un'unità di diabetologia dell'allora Asl 6 di Palermo. Nessuno crede che possa avere una buona riuscita. Completo disinteresse. Il solo a non essere di questo avviso è Vincenzo Provenzano che, lungimirante, presenta la domanda per quel posto. E risulta

essere l'unico ad averla fatta. Struttura quasi inesistente. Provenzano si guarda intorno e sceglie due medici per coadiuvarlo nel lavoro, trasferendoli da altri servizi. Via via che il lavoro incrementa ne richiede altri. Ora, sono sei e, tutti, a turno, fanno tutto. Un lavoro non da poco, ma esercitato con passione e dedizione. La mossa vincente di Provenzano? Quello di essersi attorniato di persone valide, scelte una per una.

“Spesso – dice **Gabriella Saura**, uno dei medici diabetologi – si entra in una corrente di empatia con i pazienti, si diventa amici. È premiante il potere fare qualcosa per la loro salute”. Gabriella, narra che a tutti i costi ha voluto fare il medico, un lavoro che vede come una missione e al quale dedica molte delle sue forze.

Si è detto, prima, di →



Vito Aiello



Giovanna Miciletto



Da sinistra, Margherita Valeria Corbezzolo, Gabriella Pirrone, Angela Geloso, Rosaria Ferrauti, Vincenzo Provenzano, Lelia Terranova, Maria Grazia D'Oca, Giulia Passarello e Mariella Gambino

→ 1.072 persone trattate, nel Centro, con l'alta tecnologia, i microinfusori. Una conquista di grande spessore nel campo diabetologico. Per capirne l'importanza, va detto, che il diabete è una strana bestia, che può cambiare volto da un momento all'altro. E sono diversi i fattori che possono alterarne i livelli. Oltre all'alimentazione, entrano in gioco l'ansia, la depressione, lo stress emotivo, le inquietudini, tutti fattori che innalzano i livelli di glicemia. Come te ne accorgi? Come li correggi? Il microinfusore, ti viene in aiuto e ti facilita la vita. Momento per momento monitora la situazione, su un display appare la condizione glicemica, cosa che ti permette di intervenire con una semplice manovra. Stiamo parlando dell'innalzamento dei livelli di zucchero, ma c'è anche il lato opposto, ancora più grave: la temuta ipoglicemia. In altre parole, il pericoloso abbassamento dei livelli di zucchero. Vediamo di essere più chiari.

### *930 i bambini seguiti Sei diabetologi, a turno, assicurano un'assistenza completa 24 ore su 24*

Durante la notte, i livelli di glicemia tendono a salire. Il microinfusore eroga l'insulina necessaria a tenerli sotto controllo, ma può capitare, fenomeno fortemente allarmante, in particolare se interviene nel sonno, che la glicemia si abbassi di molto e il paziente entri in zona pericolo. fenomeno che può arrecare problemi gravi, fino al coma. Ecco che "l'intelligenza" della macchinetta interviene: stacca automaticamente l'erogazione di insulina e inizia ad emettere un suono, che non smette, finché non ti svegli. E ti dice cosa fare.

È facile comprendere come il microinfusore si dimostri di rilevante importanza nei bambini. Il siste-

ma risolve anche tanti altri problemi. Tra questi, quelli che si incontrano a scuola. Devi mangiare qualcosa durante la ricreazione? Basta con la difficoltà psicologica di fare un'iniezione davanti ai compagni o di recarti in bagno. Inserisci, nel microinfusore, la percentuale di carboidrati contenuti nell'alimento (viene riportata nella confezione, ma esistono up o tabelle apposite) e l'apparecchio erogherà insulina rapportata al numero immesso. Analogo procedimento per i pasti principali. Il bambino impara a gestirsi da sé.

Un'iniziativa degna di nota è l'organizzazione annuale di un campus educativo promosso dal Centro di riferimento per il diabete, unitamente alle associazioni dei piccoli pazienti. Un soggiorno, in un'arena località, per verificare il vissuto del bambino che ha "incontrato" il diabete nel corso dell'anno.

# AUGURI, DIRETTORE

*Quattordici anni insieme*



Tutto lo staff giornalistico e tecnico di AZ Salute, riunito intorno a Carmelo Nicolosi De Luca, lo ringrazia per avere portato, in quattordici anni di direzione, il magazine ai più alti vertici della comunicazione scientifica. Un onore lavorare con un collega che nella sua lunga carriera, al servizio dei lettori di grandi quotidiani e periodici, ha dimostrato passione, iniziativa e senso della misura in un lavoro spesso non facile, e che non si è tirato indietro neanche davanti a sfide letterarie. Il successo de *L'Intrigo parallelo*, de *L'Italia degli Inganni* e del suo ultimo pluripremiato *La congiura dei monaci maledetti*, in classifica tra i libri più letti, ne è la prova. Ti siamo vicini, direttore, per le vicissitudini che hai affrontato con coraggio e che dovrai ancora affrontare. Con tanto affetto.

**Cesare Betti, Manuela Campanelli, Monica Adorno, Adelfio Elio Cardinale, Maria Grazia Elfo, Arianna Zito, Minnie Luongo, Paola Mariano, Rita Caiani e Monica Diliberti**





*Nel dicembre 1901, vennero assegnati, per la prima volta, i Premi Nobel, divenuti da allora il massimo riconoscimento mondiale nel campo della cultura, scienza, letteratura e promozione della pace. La cerimonia, da allora, si celebra ogni anno il 10 dicembre e il valore del premio, oggi, è superiore a un milione di euro*

di **Adelfio Elio Cardinale**

## MA IL NOBEL PREMIA SEMPRE I MIGLIORI?



**I** recenti scandali sessuali dell'Accademia di Stoccolma, collegati al sospetto di aver fatto trapelare in anticipo i nomi dei candidati Nobel per la letteratura e il connesso giro di scommesse gestito da agenzie internazionali, hanno fatto annullare per il 2018 l'assegnazione del premio.

La più prestigiosa istituzione culturale e scientifica del mondo è divenuta un conclave percorso da veleni e perfidie, con reputazione diminuita e con ridotta fiducia, lambendo anche la famiglia reale di **Carlo XVI Gustavo**. Un disastro.

L'Accademia svedese fu fondata nel 1786 dal **Re Gustavo III** e gestisce l'assegnazione dei Premi Nobel, con un consiglio di 18 membri nominati a vita. Tant'è che qualcuno ha definito questo consesso un

*La più prestigiosa istituzione culturale e scientifica del mondo è divenuta un conclave percorso da veleni*

gerontocomio che premia canzonette, con riferimento a **Bob Dylan**, insignito del riconoscimento.

Nel dicembre 1901, vennero assegnati, per la prima volta, i Premi Nobel, divenuti da allora il massimo riconoscimento mondiale nel campo della cultura, scienza, letteratura e promozione della pace. La cerimonia, da allora, si celebra ogni anno il 10 dicembre e il valore del premio è, oggi, superiore a un milione di euro.

L'istituzione del massimo rico-

noscimento al mondo che premia le attività dell'intelletto umano, si deve allo svedese **Alfred Bernhard Nobel**, inventore e industriale. Pochi mesi dopo la sua scomparsa, l'opinione pubblica

apprendeva, con un certo stupore, le sue disposizioni testamentarie, redatte nel novembre del 1895.

Nato a Stoccolma nel 1833, aveva sperimentato e fabbricato la dinamite, divenendo ricchissimo. Spirito solitario, malinconico, senza vita di relazione, morì a San Remo nella sua villa il "Mio nido" nel 1896.

Sulla base delle sue volontà testamentarie fu istituita la "Fondazione Nobel", che avrebbe operato, insieme alla "Reale Accademia del-

le Scienze”, il “Karolinska Institute” e l’”Accademia Svedese”, al fine di premiare le scoperte o invenzioni più importanti in chimica, fisica e medicina, l’opera letteraria più notevole di “ispirazione idealista” e chi più si fosse prodigato per “la fraternità tra le nazioni”. Un completo mutamento: da algido e opulento imprenditore a benefattore e mecenate.

Ma questo sacrario di somma scienza e cultura premia sempre i migliori? Purtroppo sono da avanzare molte riserve.

In vero, la scelta dei premiati è stata sovente inquinata da criteri di opportunità storica, con una sopravvalutazione sospetta dei Paesi scandinavi, connotandosi spesso come premio politically correct, che porta di conseguenza ad alternanze geografiche, rivalse politiche, dimenticanze eccellenti, assegnazioni non condivise o parziali.

Un premio che ha trascurato sommi scrittori e poeti, come **Tolstoj, Proust, Cecov, Ibsen, Joyce, Conrad, Kafka, Brecht, Borges, Senghor** e, per ultimo, l’americano **Philip Roth**, di recente scomparso, a favore del quale da molti anni tanti e qualificati circoli, accademie, fondazioni, istituzioni internazionali chiedevano l’assegnazione del Nobel per la letteratura. Topiche, storture o parzialità? Parafrasando il titolo di un famoso film, occorre “un’indagine al di sopra di ogni sospetto”. Si mormora che anche il nostro grande scrittore **Alberto Moravia** non conquistò il premio perché emissari della Cia lo avevano definito filocomunista, convincendo gli accademici di Svezia a negargli il riconoscimento.

Va segnalato, inoltre, e merita una riflessione il fatto che, dalla fondazione del Nobel a oggi, su 900 premiati solo 49 sono state donne; nelle discipline scientifiche 16 donne su 600 riconoscimenti assegnati a uomini. Una atavica que-



Sopra, il busto di Alfred Bernhard Nobel a Geesthacht

Nella pagina di sinistra, un’immagine di Stoccolma al tramonto

---

## *Dalla fondazione del Nobel a oggi, su novecento premiati solo quarantanove sono state le donne*

---

sione di ‘genere’, o dimostrazione delle difficoltà femminili nell’accesso e nella apicalità delle comunità scientifiche e di ricerca istituzionali?

L’Italia è stata ripetutamente punita. Nel campo della biomedicina. Avrebbero meritato menzione il biofarmacologo **Erspamer** e il radiologo **Alessandro Vallebona**, inventore della stratigrafia che, nella metà del secolo scorso, permise diagnosi precoci di tubercolosi e tumori. Inoltre, da questa tecnica derivarono, direttamente o indirettamente, tutte le diagnostiche per immagini pan-esploranti di movimento come Tac e risonanza magnetica, che alcuni propongono di denominare neo-stratigrafie.

In questi ultimi anni è stato ingiusto ignorare **Giacomo Rizzolatti**, neuroscienziato scopritore dei

“neuroni specchio”: una ricerca pionieristica sui meccanismi cerebrali che sottendono alle funzioni umane complesse, come comprensione, cognizione, comportamento.

Anche la Sicilia subì uno scippo, in quanto fu dimenticato e non raggiunse la gloria **Antonino Sciascia** di Canicattì, inventore della fototerapia e del fotocauterio, per i quali conseguì il Nobel nel 1903 il danese **Finsen**. Un premio immeritato, poiché Finsen aveva ascoltato Sciascia che presentava la sua scoperta in un congresso, iniziando le sue ricerche, successivamente. Una punizione geopolitica. Gli strumenti e i documenti di Sciascia sono conservati nel “Museo della Radiologia” di Palermo, in quanto – in quell’epoca – fototerapia e terapia fisica facevano parte di questa disciplina.

Il grande scrittore illuminista siciliano, **Leonardo Sciascia**, alla domanda “come si può essere siciliani?” sostenne che si imponeva una sola possibile risposta: “con difficoltà”.



# CIBI E SALUTE

## Le nuove scoperte



di Paola  
Mariano

**I** cibi che mangiamo giocano un ruolo significativo nella nostra salute. Gli scienziati di tutto il mondo stanno via via scoprendo come uova, noci, latticini, verdure e persino il caffè, possono aiutare a proteggere dalle malattie più svariate. Nuove conoscenze in questo ambito arrivano dagli studi appena presentati al meeting annuale della American Society for Nutrition “Nutrition 2018” che si è tenuto questo mese a Boston. Le ricerche presentate offrono suggerimenti semplici su come aggiungere determinati alimenti alla nostra dieta per aiutare a ridurre il rischio di diabete, cancro, malattie neurodegenerative e altri problemi di salute.

### Combattere i fattori di rischio associati al diabete

Le uova, fonte di preziosi nutrienti quali proteine, vitamine, minerali, carotenoidi, lecitina, possono ridurre i fattori di rischio del dia-

### *Aggiungere determinati alimenti alla dieta quotidiana può aiutare a ridurre il rischio di diverse malattie*

bete. Lo suggeriscono i risultati di uno studio clinico della durata di 12 settimane condotto da **Shirin Pourafshar**, dell’università della Virginia, su individui obesi o in sovrappeso con diabete di tipo 2 o pre-diabete. È stato dimostrato che mangiare un uovo ogni giorno apporta miglioramenti del controllo glicemico (in particolare dei livelli di zucchero nel sangue a digiuno) e la riduzione della resistenza all’insulina (ormone che regola lo zucchero nel sangue o glicemia), rispetto a quelli che non l’hanno fatto. Inoltre, mangiare uova non ha modificato in modo significativo i livelli di colesterolo del campione. “I risultati di questo studio suggeriscono che il consumo quotidiano di un uovo potrebbe aiutare a prevenire il diabete senza avere effetti avversi sul profilo lipidico di soggetti a rischio,

con prediabete”, concludono gli autori.

### Fattori di rischio cardio-metabolici

Le noci pecan, mangiate tutti i giorni, potrebbero abbassare i fattori di rischio

cardio-metabolici. Lo rivela lo studio condotto da **Diane McKay**, della Tufts University, su un campione di individui over-45 sovrappeso o obesi. Dopo quattro settimane di assunzione giornaliera di una piccola manciata (42,5 grammi circa) di pecan, gli adulti sovrappeso di età pari o superiore a 45 anni, hanno mostrato cambiamenti favorevoli nei fattori di rischio cardio-metabolico tra cui livelli di zucchero nel sangue, insulino-resistenza e sintesi di insulina, rispetto ai partecipanti che hanno consumato una dieta simile come quantità di grassi e fibre, ma senza noci pecan giornaliere. “Sono però necessarie ulteriori ricerche”, conclude McKay.

### Combattere il cancro

Altro studio sempre presentato a Boston suggerisce che i prodotti



lattiero-caseari riducono il rischio di cancro del colon-retto.

I ricercatori della Oregon State University diretti da **Yumie Takata** hanno studiato 101.677 persone, di età compresa tra 54 e 83 anni, seguendo lo stato di salute per oltre 12 anni (e registrando 1033 diagnosi di tumore del colon nel periodo di osservazione). Gli epidemiologi hanno diviso il campione sulla base dei consumi di latticini, anche per tipologia e contenuto in grassi, e hanno rilevato che non tutti i prodotti lattiero-caseari sono uguali quando si tratta di ridurre il rischio di cancro del colon-retto. I latticini a bassa percentuale di grassi o fermentati come lo yogurt hanno mostrato di offrire la protezione maggiore dal tumore, infatti i partecipanti che li hanno consumati in maggior misura, presentavano un più basso rischio di sviluppare il cancro del colon-retto.

### **Verdure, bacche e parkinsonismo**

I ricercatori, guidati da **Puja Agarwal** del Rush University Medical Center di Chicago, hanno seguito 706 persone, per una media di 4,6

## *Latticini a bassa percentuale di grassi o fermentati, come lo yogurt, sono utili a proteggere dal tumore al colon*

anni, come seguito da uno studio che collegava una dieta sana a un ridotto rischio di parkinsonismo (un gruppo di disturbi neurologici che causano problemi di movimento simili a quelli osservati nel morbo di Parkinson). Nel loro lavoro gli epidemiologi hanno ricercato se fosse, in particolare, il consumo di frutta e verdura ad essere associato a un rischio ridotto. La loro analisi ha rivelato che mangiare più verdure (soprattutto a foglia verde) e bacche può ridurre il rischio di Parkinsonismo e rallentare la progressione negli anziani. Nessuna correlazione simile è stata invece riscontrata con altra frutta.

### **I funghi combattono le infiammazioni**

Un'analisi condotta da Gaoxing Ma, università agricola di Nanchino e da quella del Massachusetts a

Amherst, su sostanze (i polisaccaridi PPEP-1 e PPEP-2) presenti nel fungo *Pleurotus eryngii* (un fungo commestibile molto ricercato ed apprezzato della famiglia delle Pleurotaceae), rivela che questi

carboidrati complessi possono inibire le risposte infiammatorie indotte. I risultati, i primi a dimostrare queste proprietà anti-infiammatorie, hanno evidenziato il potenziale di PPEP-1 e PPEP-2 come integratori alimentari per ridurre le malattie infiammatorie.

### **Caffè e fegato**

**Emily Hu**, della Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health ha osservato oltre 14.000 persone, di età compresa tra 45 e 64 anni, riscontrando che quelle che bevono tre o più caffè al giorno hanno un rischio inferiore di ricoveri legati a problemi epatici, rispetto a chi non beve mai caffè. Le nuove scoperte confermano i risultati di precedenti studi, secondo i quali i bevitori di caffè possono avere un minor rischio di malattie del fegato.

# Crohn e colite ulcerosa

## Terapie di nuova generazione

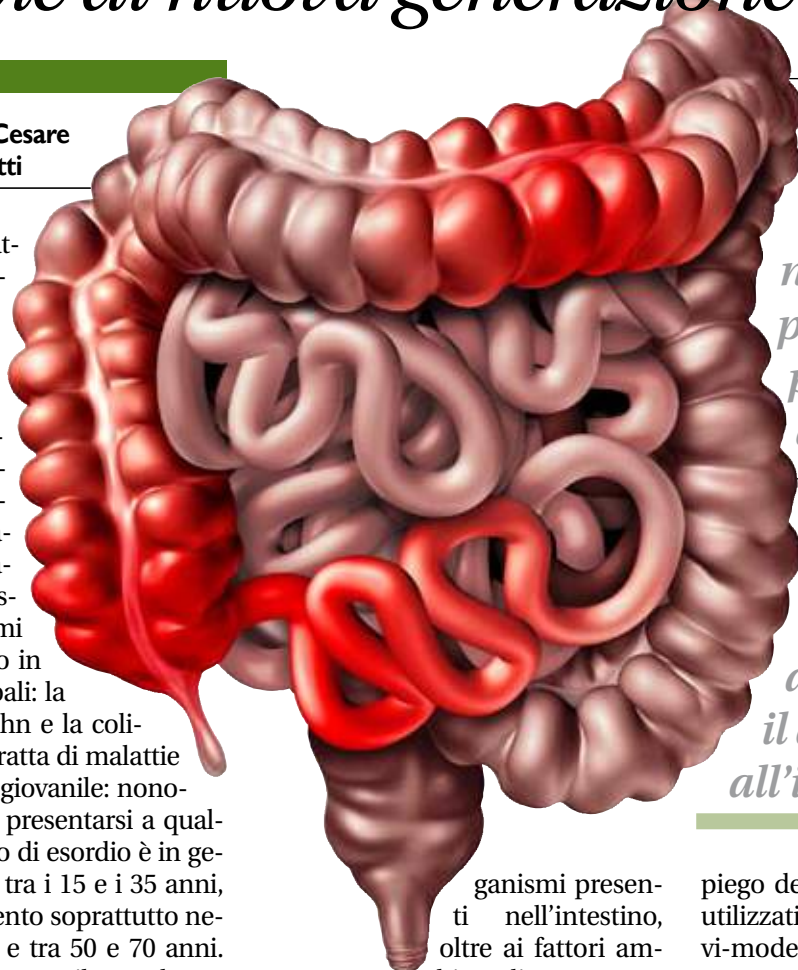


di **Cesare Betti**

**L**e malattie infiammatorie croniche intestinali sono patologie caratterizzate dall'alternarsi di fasi di riacutizzazione e di remissione dei sintomi e si distinguono in due tipi principali: la malattia di Crohn e la colite ulcerosa. Si tratta di malattie tipiche dell'età giovanile: nonostante possano presentarsi a qualsiasi età, il picco di esordio è in genere compreso tra i 15 e i 35 anni, con un incremento soprattutto negli adolescenti, e tra 50 e 70 anni. Sono diffuse in tutto il mondo. La percentuale è maggiore nei paesi industrializzati, anche se di recente si sta riscontrando un loro aumento nei paesi in via di sviluppo. Si stima, che negli Stati Uniti ci siano circa 3 milioni di persone affette da malattie infiammatorie croniche dell'intestino, 2,5-3 milioni in Europa e quasi 200 mila in Italia.

### Cause ignote

Nonostante i meccanismi dello loro comparsa non siano ancora del tutto noti, si ritiene che nelle persone predisposte, una grande importanza sia attribuibile a una maggiore attività della risposta immunitaria nei confronti di micror-



ganismi presenti nell'intestino, oltre ai fattori ambientali.

I sintomi più frequenti sono: diarrea, dolori addominali, presenza di sangue nelle feci, vomito, stanchezza e perdita di peso. La sintomatologia può avere notevoli ripercussioni di carattere psicologico e sociale, causando limitazioni e notevole impatto sulla qualità di vita. In genere, tale compromissione è in rapporto con una maggiore attività della malattia ed è associata alla preoccupazione che questi malati hanno sulla comparsa delle complicanze della malattia stessa.

### Le cure non mancano

Il trattamento si basa sull'im-

*Sono malattie tipiche dell'età giovanile, nonostante possano presentarsi a qualsiasi età*

*Le nuove cure, oltre ai sintomi, sono rivolte ad eliminare il danno dovuto all'infiammazione*

piego degli aminosalicilici, spesso utilizzati per primi nelle forme lievi-moderate; i corticosteroidi, che possono essere efficaci nel favorire la remissione della malattia, anche se vanno usati per brevi periodi per la possibile presenza di effetti collaterali e/o di fenomeni di dipendenza; gli immunosoppressori, utilizzati nel mantenimento della remissione.

Da qualche anno, per le forme moderato-gravi si utilizzano farmaci biologici. I primi rappresentanti di queste medicine sono stati gli anti-TNF, prescritti ai pazienti che non hanno risposto, oppure non hanno tollerato le cure convenzionali. Questi farmaci hanno modificato il decorso di queste malattie, mostrandosi efficaci nel guarire la mucosa intestinale, nel



## “SE MICI METTO”

**M**SD Italia, con il patrocinio dell'Associazione nazionale per le malattie infiammatorie croniche dell'intestino (Amici Onlus) e IG-IBD, promuove il progetto di sensibilizzazione “Se MICI metto”. Come nasce l'iniziativa?

“Il progetto ha lo scopo di sensibilizzare pazienti, medici e popolazione, sulla colite ulcerosa e sulla malattia di Crohn”, spiega **Enrica Previtali**, presidente di Amici onlus.

Il progetto “Se MICI metto” nasce dall'esperienza di una giovane paziente, dotata di grande capacità artistica, di raccontare il vissuto e la componente emotiva attraverso scatti fotografici. Da qui, l'idea di raccontare le sfide e le vittorie che i pazienti, specie con malattie molto aggressive, hanno ottenuto durante la loro vita, nonostante i disagi dovuti alla malattia.

“Sono moltissime le iniziative e i progetti che AMICI promuove per raggiungere questi obiettivi”, riprende Enrica Previtali. “La parte più importante è l'aggiornamento costante di un sito ([www.amiciitalia.net](http://www.amiciitalia.net)) ricco di informazioni, con una sezione dedicata a tematiche mediche, dove gastroenterologi e professionisti della cura danno risposte a domande, oltre a servizi di consulenza rivolti ai pazienti”.

ridurre l'uso dei corticosteroidi e il numero di interventi chirurgici e di ospedalizzazione.

### Le nuove cure

“Negli ultimi 20 anni, con l'arrivo dei farmaci biologici, abbiamo assistito a una vera e propria rivoluzione nella terapia delle malattie infiammatorie croniche dell'intestino”, precisa **Mariabeatrice Principi**, dell'unità di Gastroenterologia all'università di Bari.

“La grande novità – aggiunge Principi – è che queste terapie non sono più rivolte solo ad eliminare i sintomi, ma anche a ridurre il danno dovuto all'infiammazione. Attualmente, sono disponibili nuovi farmaci, come le anti-integrine o gli inibitori della interleuchina 12-23, che possono essere usati anche nei pazienti che non hanno risposto, o che hanno avuto reazioni, a precedenti farmaci biologici”.

L'obiettivo di questi farmaci è la cura della lesione e una remissione della malattia più duratura. Cosa che ha determinato un notevole miglioramento delle prospettive per i pazienti: non vanno più incontro a importanti effetti collaterali dovuti alla cura con farmaci steroidei che, anche se molto efficaci, non vanno, come si è detto, impiegati per lunghi periodi.

“Oggi – prosegue Mariabeatrice Principi – la personalizzazione della terapia è uno degli obiettivi della ricerca. Per ora ci basiamo sulla disabibilità: alcuni pazienti hanno caratteristiche tali da farci comprendere che la malattia avrà un carattere più aggressivo rispetto a un altro paziente con malattia meno aggressiva. In questi casi, orienteremo la cura verso un'immunosoppressione più precoce, cioè già all'esordio della patologia, in modo da ottenere un risultato migliore e più duraturo”.

# Disfunzioni alla tiroide

## *Ecco come contrastarle*



*Intervista a Serena Missori, specialista in Endocrinologia e Diabetologia, presidente dell'Accademia Italiana di Nutrizione e Medicina Antiagrin e autrice del libro "La Dieta della Tiroide"*



di Paola Mariano

**S**ei milioni di italiani, per la maggior parte donne, hanno problemi di tiroide. Ipotiroidismo, ipertiroidismo, tiroidite autoimmune di Hashimoto o Morbo di Graves, noduli, gozzo sono le problematiche più frequenti, spesso associate a problemi di peso, disturbi intestinali, stress cronico.

Caratterizzate da sintomi spesso aspecifici (irritabilità, stanchezza, apatia, difficoltà di controllo del peso), ma anche impor-

*Irritabilità, stanchezza, apatia, difficoltà di controllo del peso, i sintomi più frequenti della malattia*

tanti come problemi di fertilità e rischio di aborti spontanei, le disfunzioni tiroidee non sempre trovano una soluzione adeguata nella terapia farmacologica. Eppure, si può passare da uno stato di salute insoddisfacente (anche quando gli esami del sangue sono nella norma) a uno migliore, attraverso cambiamenti degli stili di vita, della dieta, e anche attraverso la riduzione delle tossine e degli inquinanti, limitando l'infiammazione legata al cibo e imparando a gestire lo stress. AZ Salute ne ha parlato con Serena Missori, specialista in Endocrinologia

e Diabetologia e autrice del libro "La dieta della tiroide"

**I farmaci spesso non bastano a cancellare i sintomi della disfunzione tiroidea, anche se a livello ormonale riescono a riportare i valori**

**nella norma?**

"A mio avviso, nonostante le linee guida attualmente in vigore, non si possono risolvere i problemi tiroidei solo con la terapia sostitutiva, senza considerare ogni paziente nella sua unicità. Molte persone affette da ipotiroidismo, tiroidite autoimmune, ipertiroidismo, noduli, non riescono a risolvere i loro sintomi con la sola terapia sostitutiva".

**Per garantire un buon funzionamento della ghiandola a cosa dobbiamo prestare atten-**



Serena Missori

### zione?

Sonno, stress e alimentazione sono tasselli fondamentali del puzzle delle malattie tiroidee. I disturbi del sonno favoriscono l'aumento dell'attività delle ghiandole surrenali, con maggiore produzione di adrenalina e noradrenalina e di cortisolo, l'ormone dello stress. L'eccessiva produzione di cortisolo, soprattutto notturna, fa innescare una resistenza agli ormoni tiroidei e uno squilibrio di tali ormoni, fenomeno che, nel tempo, si può tradurre in disfunzione tiroidea da mancanza di sonno. Importante quindi imparare tecniche rapide per favorire il rilassamento, il sonno riposante e rigenerante. Inoltre, una condizione di stress cronico, con produzione eccessiva e costante di cortisolo, può portare a una forma di esaurimento delle ghiandole surrenali che si manifesta con stanchezza, astenia, depressione, demoti-

---

*Da prediligere il pesce che contiene iodio: sardine, acciughe, gamberi, merluzzo ma anche uova e pistacchi*

---

vazione.

### L'alimentazione?

“È fondamentale per la produzione degli ormoni tiroidei. Esistono alimenti che la contrastano e quelli che la favoriscono e la ottimizzano. Non tenerne conto fa sì che il problema tiroide non venga affrontato totalmente. Ad esempio, è importante garantire il corretto apporto di Iodio giornaliero mediante l'alimentazione così come di selenio, zinco, tirosina, ferro. Questi, insieme a vitamine del gruppo B, acidi grassi essenziali, vitamine A e D, sono essen-

ziali per la produzione di ormoni tiroidei. La nostra alimentazione, ricca di alimenti raffinati, confezionati, zuccheri proinfiammatori, grassi idrogenati, è carente di questi microelementi e nutrienti”.

### Quali cibi prediligere e quali evitare?

“Per l'ipotiroidismo, soia e derivati sono da evitare perché rallentano la formazione di ormoni tiroidei, le crucifere (verdure come i broccoli) vanno bene se cotte perché la cottura elimina sostanze, ad esempio, la goitrina, che deprimono la funzione tiroidea.

Da prediligere invece il pesce che contiene iodio come sardine, acciughe, gamberi, merluzzo, ma anche uova e pistacchi perché contengono selenio, come le noci



del Brasile, e tirosina.

Se si ha la tiroidite, spesso l'intestino è infiammato, quindi da evitare il glutine, le caseine, le principali proteine del latte, i legumi, la frutta oleosa. Si può optare per prodotti senza lattosio come il burro chiarificato. No ai pomodori crudi e a melanzane, peperoni e patate. Evitare questi alimenti significa ridurre l'infiammazione, il gonfiore, la permeabilità intestinale, che causa pesantezza cronica dovuta a tossine che vanno in circolo.

Attenzione al caffè che sequestra la tiroxina e va bevuto almeno

un'ora dopo l'assunzione del farmaco e all'alcol, che riduce la funzione epatica e quindi la formazione degli ormoni tiroidei attivi".

#### **Scelte dietetiche come strategia da affiancare al trattamento farmacologico?**

"Sì. Migliorano le funzioni intestinale e tiroide e quindi riducono in primis la stanchezza; dobbiamo mettere in condizione il corpo di metabolizzare la terapia sostitutiva che poi viene convertita in ormone attivo. Seguendo le accortezze riferite sopra sintomi co-

me la caduta dei capelli, la fragilità delle unghie, il calo della libido e alterazioni del ciclo in 2-4 settimane tendono a scomparire".

#### **Oltre la dieta?**

"Occorre ridurre e gestire lo stress. Sì a tecniche di respirazione che siano di facile esecuzione e si possano fare in qualunque momento, piccole strategie da mettere in atto, ad esempio, fare dieci respiri o esercizi di rilassamento quando, alla guida, siamo fermi a un semaforo o quando stiamo aspettando qualcuno.

## **CHE COS'È LA TIROIDE**

**È** la più grande ghiandola endocrina del corpo umano ed è situata nel collo. Ha un peso intorno ai 20 grammi nell'adulto, che corrisponde a circa un quinto di un hamburger da 100 grammi. Produce due tipologie di ormoni: gli ormoni tiroidei e la calcitonina. Quest'ultima, si occupa del metabolismo del Calcio. Il lavoro che le viene richiesto è dinamico e veloce: estremamente attiva nei giorni frenetici, tende a rilassarsi allorché siamo in uno stato di quiete. Con le fluttuazioni del ciclo, la menopausa, la gravidanza, il post partum, l'andropausa, lo stress, l'assunzione di alimenti che infiammano, è costretta a svolgere un superlavoro e, non sempre, se le condizioni non sono favorevoli, riesce a farlo.

# SCIENZA E ANIMA

## *contro le follie di oggi*



di **Antonio Ravidà**

**L**o stress eccessivo rischia di devastarci e ogni allarme al riguardo è prezioso. È urgente unire scienza, anima e umanesimo, contro un fenomeno divenuto planetario e che gli studiosi continuano a osservare sotto molteplici aspetti e valutazioni neuropsicologiche.

In Italia, ci sono circa 11 milioni di persone che consumano ansiolitici. Un dato che merita iniziative concrete e adeguata assistenza sociosanitaria. Ormai non passa giorno in cui non si assiste a fatti drammatici: genitori che uccidono i figli e viceversa, femmicidi, seguiti spesso dal suicidio del responsabile, genitori o alunni che picchiano i professori (mai visto nel passato!), violenze e aggressioni all'interno degli ospedali. E terribili eventi come quello dell'uomo che, a Chieti, uccide la moglie, scaraventata da un viadotto la figlia e si suicida.

Negli ultimi due anni quattro bambini sono morti soffocati, vittime di amnesie dissociative temporanee dei genitori che li avevano dimenticati in automobile, per non parlare delle pietre lanciate dai cavalcavia e altre imprese folli.

Bullismo e cyberbullismo, vio-



### *Carenze e distorsioni che alimentano lo stress di una vita diventata sempre più depressa e violenta*

lenze di gruppo o da parte di singoli, droga e alcolismo, dilagano, accompagnati da cattivi esempi, anche da tanta parte della politica e dei social. Lascia, per esempio, perplessi i 18 anni di reclusione inflitti a un assassino della moglie con 28 coltellate. L'ergastolo che fine ha fatto?

Vogliamo accennare al fatto di Gallipoli, nel Lazio, dove due gemelli di 56 anni si sono suicidati buttandosi da un ponte, depressi per la morte della madre di 92 anni? Occorre che lo Stato, la Scuola, l'Università, le famiglie, ma principalmente ognuno di noi, tut-

ti insieme, si faccia fronte comune contro le carenze e le distorsioni che alimentano lo stress di una vita diventata sempre più difficile, pregna di brutalità, xenofobia,

odio, rancori. E anche da parte dei mezzi di comunicazione occorre senso della misura e pragmatismo. In mondovisione le recenti nozze nel castello di Windsor dei neo-duchi del Sussex il **principe Harry**, e l'attrice **Meghan Markle**. Ore di dirette tv e fiumi di notizie, valutazioni in tavole rotonde con i soliti commentatori. Un eccesso pazzesco che ha finito con lo stancare tutti. E qui ci chiediamo: perché, invece, non si realizzano trasmissioni per tentare di capire i perché dello scoppio di tanti fenomeni negativi che stanno agghiacciando la comunità?

# QUEL FASTIDIOSO SUONO



## Chiamato acufene

“**T**utta la vita, con quest’orribile rumore”. È quanto affermano, come Lucio Dalla in una sua nota canzone, i pazienti affetti da acufeni, o tinniti, un fenomeno uditivo che, per certi versi, rappresenta ancora un enigma per i ricercatori.

In Italia, gli affetti dal disturbo sono più di un milione, ossia circa il 20 % della popolazione di ogni età, con una frequenza maggiore tra i 40 ed i 60 anni. L’acufene colpisce in maggior misura i soggetti di sesso

*In Italia, gli affetti dal disturbo sono più di un milione, ossia circa il 20 % della popolazione di ogni età*

maschile, rispetto alle donne.

Il tema è stato discusso a Palermo, al convegno “Oltre la percezione uditiva: gli acufeni tra udire, sentire e ascoltare”, organizzato dal dottor **Aldo Messina**, direttore dell’unità di Audiologia del Policlinico Uni-

versitario di Palermo e dal professor **Gianfranco Cupido**, associato di otorinolaringoiatra.

Allo stato attuale, il problema può essere affrontato da specialisti in un lavoro d’équipe, che coinvolge non solo gli otorinolaringoiatri ma odontostomatologi, neurologi, fisiatri e fisioterapisti, geriatri, psicologi, audiometristi ed audioprotesisti. In alcuni casi sono d’aiuto psichiatri e logopedisti.

Con il termine acufene si defini-

### → ALLENZA TRA MONTEFARMACO E DERMOPHYSIOLOGIQUE

Importante accordo tra due aziende italiane. La Montefarmaco e la Dermophysiologique, hanno iniziato un cammino di collaborazione per offrire nuove soluzioni di benessere anche a pelli di pazienti in terapia farmacologica e oncologica. Montefarmaco, storica azienda farmaceutica con sede a Bollate, per il mercato dell’automedicazione in farmacia, ha siglato un accordo di partecipazione con Dermophysiologique srl SB, azienda che da oltre 30 anni opera nell’ambito della ricerca dermatologica e scientifica per la creazione di prodotti dermocosmetici e metodologie di trattamento legate alla fisiologia cutanea per il settore dell’estetica professionale. I prodotti dermocosmetici per tutti i tipi di pelle e in particolare per quella dei pazienti in terapia farmacologica e oncologica, entrano nel portfolio di Montefarmaco e possono essere acquistati anche in farmacia. Grazie alla sapiente visione strategica di **Stefano Colombo**, titolare di Montefarmaco, il progetto dell’azienda abbraccia totalmente il concetto di benessere: accanto a integratori alimentari, medicinali OTC e dispositivi medici, si inseriscono competenze estetiche, un metodo di lavoro brevettato Dermophysiologique, e prodotti dermocosmetici funzionali dedicati a tutti i tipi di pelle, anche a quella di pazienti sottoposti a terapia farmacologica e oncologica.



Aldo Messina



Gianfranco Cupido

sce il sintomo, riferibile a un disturbo che è doveroso cercare di accertare, che determina la percezione, per almeno 5 minuti più di una volta a settimana, di un suono, pur in assenza di una sorgente sonora esterna. La definizione evita di includere tra i tinniti i cosiddetti “somatosound” (suoni del corpo come le pulsazioni vascolari), nonché i brevi e occasionali fischi alle orecchie che, più o meno tutti, avvertiamo saltuariamente.

Pur essendo un suono irrilevante dal punto di vista dell'informazione, l'acufene non viene ‘filtrato’ dai meccanismi che di norma impediscono a stimoli sensoriali poco significativi di raggiungere lo stato cosciente e quindi di essere percepiti.

“Una teoria, molto accreditata – ha affermato la professoressa **Brigida Fierro** – direttrice dell'unità di neurologia del Policlinico di Palermo, fa ritenere che questo accada perché l'acufene non segue la via sensitiva uditiva, ma quella del do-

---

*Ritenuto inutile, nei casi di acufene persistente, l'impiego di antidepressivi, anticonvulsivanti, ansiolitici*

---

lore cronico che non è un segnale d'allarme come il dolore acuto, ma rappresenta una vera e propria condizione patologica”.

Non essendo l'acufene una malattia ma un sintomo, si sono evidenziate molte possibili cause alla sua origine e non sempre di pertinenza otoneurologica.

Al convegno, non potendosi affrontare tutte le possibilità eziologiche si è dato preliminarmente risalto a quelle meno note come le alterazioni del deflusso venoso, le sindromi ostruttive del sonno, i conflitti neuro vascolari, e una particolare condizione anatomica che determina un eccessivo allungamento dell'osso temporale, il processo stiloideo.

“Dal 2014, l'American Academy of Otolaryngology-Head and Neck

Surgery ha redatto delle linee guida, utili per gli specialisti, per affrontare il problema” ha ricordato il dottor Aldo Messina.

“Gli studi in esse riportati – ha continuato Messina – ritengono inutile, nei casi di acufene persistente e fastidioso, l'impiego di antidepressivi, anticonvulsivanti, ansiolitici, farmaci intratimpanici, ginkgo biloba, melatonina, zinco, stimolazione magnetica transcranica e agopuntura. Altrettanto discutibile è il ricorso diagnostico a Risonanza Magnetica se non nei casi di acufene monolaterale o pulsante o di perdita di udito asimmetrica”.

“Pochi immaginano – ha affermato il professor Gianfranco Cupido, docente di otorinolaringoiatria – che anche il reflusso gastroesofageo o, più esattamente, quello faringo laringeo, determinando un'aumentata produzione di pepsina anche nella zona prossima alla tuba di Eustachio, il canale che congiunge l'orecchio medio alle alte vie respiratorie, può causare produzione di catarro tubarico e, pertanto, ovattamento auricolare ed acufeni”.

Tra i relatori l'ingegner **Luca Del Bo**, ingegnere biomedico ed audioprotesista, responsabile della tinnitus clinic di Milano. “La Tinnitus Retraining Therapy o T.R.T. – ha affermato l'ingegnere – consente di ridurre, nell'arco dei pochi mesi, il fastidioso ospite uditivo”. “Il centro della terapia – ha detto Del Bo – è un counseling di tipo medico e non psicologico, associato ad una terapia sonora e, ove necessario, audio protesica, il cui scopo è, in definitiva, quello di riclassificare come neutra l'informazione acustica dell'acufene sì da renderlo poco influente dal punto di vista emozionale, cosicché il segnale aberrante sia filtrato e non più percepito”. Stessa finalità, per vie diverse, si prefigge di raggiungere la metodica del neuro feedback dinamico non lineare, presentata a Palermo dal dottore **Francesco Lanza**.

# Incoraggianti prospettive

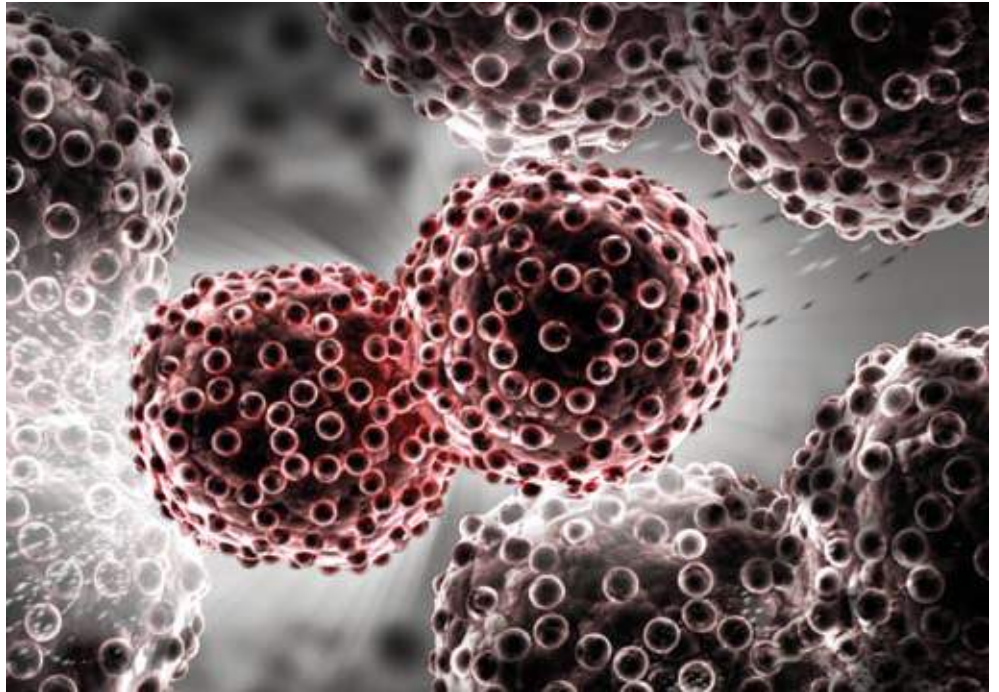
## per il carcinoma polmonare non a piccole cellule

**N**uove, incoraggianti prospettive per gli affetti da carcinoma polmonare non a piccole cellule in stadio avanzato o metastatico, il tipo di tumore che rappresenta circa l'85% dei casi e resta, ancora oggi, una delle neoplasie più complesse che gli oncologi si trovano ad affrontare, responsabile ogni anno di oltre 1,6 milioni di decessi nel mondo.

All'importate annuale congresso del l'American Society of Clinical Oncology (ASCO), a Chicago, sono stati presentati trattamenti all'avanguardia per la cura dei tumori. I dati più interessanti, presentati alla comunità scientifica mondiale, riguardano le *terapie target*, in grado di aggredire, selettivamente, bersagli molecolari responsabili della crescita e moltiplicazione dei tumori e aumentare l'aspettativa e la qualità di vita dei pazienti, e l'immunoterapia, un approccio terapeutico innovativo che mira a ripristinare l'attività del sistema immunitario contro il tumore.

Roche ha presentato studi su 19 molecole e più di 180 abstract su oltre 13 diverse tipologie di tumore.

Tra le ricerche prodotte nell'ambito delle *target therapies*, molti i risultati incoraggianti prospettate dallo studio Alex, in cui viene valutata l'efficacia di *alectinib* nei pazienti affetti da carcinoma polmo-



---

*Al congresso dell'American Society of Clinical Oncology, a Chicago, sono stati presentati trattamenti all'avanguardia*

---

nare non a piccole cellule positivi ad ALK (acronimo che indica il gene del recettore tirosin-chinasico del linfoma anaplastico). I dati mostrano che *alectinib*, come trattamento di prima linea, riduce significativamente il rischio di progressione della malattia o morte del 57% rispetto a *crizotinib* in questo tipo di pazienti. La mediana della sopravvivenza libera da progressione nei pazienti trattati con *alectinib*, è più che triplicata rispetto ai pazienti trattati con *crizotinib* (34,8 mesi versus 10,9 mesi). Inoltre, *alectinib*

ha dimostrato una migliore tollerabilità, nonostante la durata più lunga del trattamento (27 mesi contro 10,8).

“I risultati di follow up emersi dallo studio Alex danno prova del significativo e du-

rato beneficio di *alectinib*, mostrando che i pazienti con carcinoma polmonare non a piccole cellule, ALK-positivi, hanno vissuto per quasi tre anni senza che la malattia progredisse” afferma **Sandra Horning**, direttore medico e responsabile Global Area Sviluppo Prodotti Roche.

“Questi risultati – aggiunge Sandra Horning – rappresentano un'ulteriore conferma dell'uso di *alectinib* come standard terapeutico per le persone recentemente diagnosticate con questo tipo di tumore”.

## → ANZIANI

di **Mario Barbagallo**

Professore Ordinario

Direttore della Cattedra di Geriatria  
Università degli Studi di Palermo



## PIÙ A LUNGO SI VIVE, PIÙ SI DIVENTA FELICI

**D**iversi studi dimostrano che la felicità segue una curva a U. Siamo più felici nell'infanzia e nella vecchiaia, mentre durante la vita adulta i livelli di felicità diminuiscono notevolmente, con un minimo verso i 40 anni e ricominciano a crescere dopo i 50 anni. La caduta della curva di felicità nell'adulto è comprensibilmente legata allo stress e ai cambiamenti significativi della vita che avvengono tra i 20 e i 40 anni: cercare un lavoro, stabilire una carriera, sposarsi, crescere bambini etc.

La felicità della giovinezza è legata all'ottimismo e alla speranza che tutto sia possibile e che il mondo possa essere cambiato, mentre nell'anziano è sostituita da una felicità più serena e più semplice. Questa felicità più pacata dell'anziano è legata a una nuova condizione di consapevolezza della realtà, che nella vita non sempre tutto è bello, che ci sono alti e bassi, ma che si possono godere e apprezzare tanti altri aspetti della vita, partendo dalle piccole cose, come le relazioni familiari, la salute, gli amici, la casa, e altro.

Una ricerca dell'Università canadese della British Columbia, a Vancouver, mostra che il maggiore predittore di felicità nell'anziano è una relazione soddisfacente con il partner. La solitudine è invece la maggiore sfida da combattere per essere felici. Una nostra ricerca pubblicata sull'importante rivista internazionale *PLOS-ONE*, mostra che, anche se la condizione fisica è importante, non sempre la condizione di felicità è strettamente correlata allo stato di salute. La caratteristica che maggiormente si accompagna alla condizione di felicità nell'anziano è la resilienza, termine derivato dalla scienza dei materiali che si usa per i metalli che resistono agli urti senza spezzarsi. Nel nostro caso, aiuta a parare i colpi e reagire alle avversità. Gli anziani, che maggiormente sono in grado di reagire ai problemi di salute e di adattarsi al cambiamento e alle nuove condizioni, sono i più felici, mantenendo una buona qualità di vita.

## → BAMBINI

di **Giuseppe Montalbano**

Pediatra di famiglia



## DIETA MEDITERRANEA PIÙ SEGUITA NEI PAESI NORDICI

**S**embra un paradosso, ma è dimostrato che la cosiddetta Dieta Mediterranea è più seguita nei Paesi del Nord Europa che nei Paesi rivieraschi che si affacciano nel Mediterraneo.

A Vienna, si è svolto di recente il congresso annuale della Società Europea dell'Obesità in cui è stato presentato uno studio dell'Organizzazione mondiale della sanità i cui risultati hanno dimostrato, in maniera inequivocabile, che la dieta "Mediterranea" è più seguita in Svezia che in Italia e negli altri Paesi Mediterranei. È arcinoto che la mediterranea si basa sul consumo di verdure, frutta e pesce, soprattutto quello "azzurro", alimenti che per secoli hanno costituito la fonte principale di sostentamento per piccoli e grandi abitanti dei Paesi che si affacciano sul Mediterraneo. Uno dei risultati di questo studio è che la frequenza di obesità in età pediatrica nei Paesi del Nord Europa oscilla tra il 5 ed il 9%, mentre nei Paesi mediterranei si attesta tra il 38 ed il 43%. Sono dati preoccupanti che confermano come le errate abitudini alimentari, unitamente a un non corretto stile di vita (niente attività fisica, poca vita all'aria aperta) siano le cause principali del grave fenomeno che è l'obesità infantile, definita la "Pandemia silenziosa". Lo studio ha altresì smontato alcuni luoghi comuni. Si è sempre detto che gli abitanti dei Paesi nordici, a causa del freddo, seguono una dieta molto "grassa" per meglio affrontare i rigidi inverni; mentre i bambini del Nord Europa vivono poco all'aria aperta a causa delle avverse condizioni climatiche, rispetto ai coetanei dei Paesi del sud; tutte considerazioni risultate poco influenti nel rapporto nord-sud, soprattutto a causa delle cattive abitudini di vita dei ragazzi del sud. I nostri figli fanno sempre più ricorso ai "cibi spazzatura" e, amara considerazione, le mamme nostrane dedicano sempre meno tempo a cucinare cibi sani e sempre più facilmente si arrendono al : "non mi piace" dei loro figli. Educiamo le famiglie a un corretto stile di vita e, sicuramente, avremo una gioventù più sana e meno sovrappeso.

di Minnie Luongo



## FONDAZIONE ITALIANA LINFOMI

**M**ichele Spina, (foto) direttore della Divisione di Oncologia medica e Tumori immunocorrelati al Centro di riferimento oncologico di Aviano e, anche, **presidente di FIL, Fondazione italiana Linfomi**: “Ovviamente non è nostro compito sostituirci ai singoli medici dei Centri che devono restare il punto di riferimento per i pazienti, circa i dubbi sul personale stato di salute o sulle migliori terapie. Il nostro ruolo è fornire informazioni di base e qualificate sui linfomi, sull’andamento delle attività di ricerca e sul significato della partecipazione a uno studio clinico per il paziente coinvolto”.



Nel settembre 2010, con la trasformazione dell’Intergruppo Italiano Linfomi (IIL) in FIL, nasce ufficialmente la Fondazione Italiana Linfomi Onlus, di cui fanno parte oggi 155 centri (ospedali, centri universitari, IRCCS) e più di 800 soci.

Spina riassume così i 4 obiettivi principali: “aumentare le possibilità di guarigione con progetti di ricerca scientifica sui linfomi (per capire meglio queste malattie e trovare nuovi percorsi di cura personalizzati); formare il personale sanitario che si occupa nella pratica clinica di cura e assistenza attraverso corsi e convegni a carattere multidisciplinare; informare malati e famiglie sull’andamento della ricerca e su alcuni aspetti della malattia, a mezzo di iniziative dedicate come opuscoli informativi, sito Internet, social network.

“Inoltre, ci adoperiamo, per portare l’eccellenza delle cure e della ricerca, in modo uniforme, in tutta Italia, onde ridurre la cosiddetta migrazione sanitaria e ed evitare, così, che i pazienti debbano spostarsi da un luogo a un altro per trovare percorsi di cura innovativi”.

### SAPERNE DI PIÙ

**FIL** - Telefono: 0131/206132  
e-mail: [comunicazione@filinf.it](mailto:comunicazione@filinf.it)  
Sito Internet: <http://filinf.it>

## IL MISTERO DELLE ANTICHE ROTTE

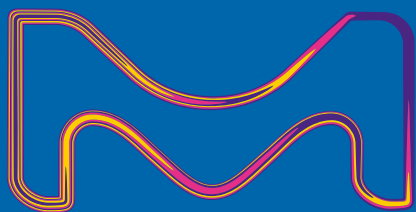


**N**el libro di **Elena Torre**, giornalista e scrittrice, *Il mistero delle antiche rotte* (Cairo Editore, pagg. 330. euro 16,00), la passione per l’avventura accompagna il lettore attraverso un mistero che si svolge tra passato e presente, spaziando geograficamente. Il testo scorre veloce, spostando la scena da Parigi a Viareggio, a Ginevra, per approdare al Cairo, in un susseguirsi di eventi che la curiosità conduce fino all’ultima pagina.

Un ritrovamento archeologico viene alla luce, a Pisa, durante i lavori in uno scalo ferroviario. Una scoperta che ha del sensazionale. L’università di quella città chiede la consulenza di un noto archeologo il quale, con un gruppo di amici si trova in procinto di andare in crociera. Quella che doveva essere una tranquilla e ristoratrice vacanza, invece si trasforma in un’impresa difficile e pericolosa. Il gruppo si ritrova, all’improvviso, ad essere una pedina di una scacchiera in cui si fondono mistero, passione, intrigo e la coscienza che il ritrovamento potrebbe rivoluzionare le conoscenze attuali sul culto di Iside, trasformandosi nella scoperta del secolo. Nel gioco entra il capo di una setta segreta, che persegue uno scopo folle, perverso, spaventoso.

Un thriller archeologico che affronta temi complessi, come il rapporto conflittuale tra genitori e figli, l’amore bugiardo di un padre, il male tanto fuso alla follia che “finisce per essere credibile” e dove la ricerca del perdono passa per un processo doloroso, scoprendo che i “legami più forti sono quelli invisibili”.

**SEMPRE VICINI  
A MEDICI E PAZIENTI.  
UN IMPEGNO  
PER LA VITA.**



**MERCK**

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

# abbvie

L'INNOVAZIONE  
GUIDA LA NOSTRA  
SCIENZA.  
LA VITA DELLE  
PERSONE GUIDA  
IL NOSTRO IMPEGNO.

**Per rispondere alla domanda di salute nel mondo, AbbVie unisce lo spirito di un'impresa biotecnologica alla solidità di un'azienda di successo.**

Il risultato è un'azienda biofarmaceutica che coniuga scienza, passione e competenze per migliorare la salute e la cura delle persone, attraverso terapie innovative.

Avere un impatto significativo sulla vita delle persone è, per noi, più di una promessa. È il nostro obiettivo.

**abbvie.it**

