

Salute & Benessere



Mai senza maschera viso

Mariolina De Angelis*



La maschera viso nell'immaginario comune rappresenta un momento di relax, una coccola per il nostro viso sottoposto ad agenti stressanti. La dermocosmesi ne offre numerose formulazioni. Le preferite sono quelle pronte, applicabili come

una crema. Non richiedono una preparazione preliminare. Trascorso il tempo di posa vanno semplicemente rimosse con acqua tiepida magari aiutandosi con un dischetto di cotone idrofilo. La differenza tra una crema viso e una maschera sono nella diversa concentrazione di principi attivi e la differenza dei tempi di posa che consentono una maggiore penetrazione degli attivi nell'epidermide. Ci sono poi le sleep mask. Queste vanno messe sul

viso la sera e tenuta tutta la notte. Insieme ai principi attivi lasciano anche degli aromi che favoriscono il sonno e il relax. Sono molto usati negli ultimi tempi le maschere di tessuto imbevuto di un alta concentrazione di attivi. Possono essere naturale o di cellulosa ed per consentire una migliore aderenza al viso.

Questa tipologia il vantaggio è di non sprecare prodotto misto perchè la quantità di siero è già dosata. Inoltre l'effetto oc-

clusivo detta le condizioni ideali per favorire la penetrazione degli attivi. Per questo già dopo l'applicazione sono visibili gli effetti. Ci sono poi i peeling mask. La maschera che stesa sul viso va lasciata seccare e poi eliminata come se fosse una buccia di un frutto. I polimeri rilassanti hanno un'azione esfoliante, quindi eliminano brufoli e punti neri. La moda di oggi è la Black Mask. La maschera di cera che contiene carbone vegetale ad azione ad-

sorbente. L'azione cosmetologica dovuta all'argilla in carica che attira sebo ed esfolia la pelle. Il risultato sarà stupefacente. Una pelle liscia levigata e pulita e pronta a ricevere il make up. Prepariamo quindi la nostra pelle alle feste natalizie. I prezzi delle maschere sono accessibili. Facciamoci consigliare dal nostro farmacista di fiducia che ci consiglierà la maschera più adatta alla nostra pelle.

* **Farmacista**

© RIPRODUZIONE RISERVATA



► **SOCIETÀ'** Si muore a causa del virus o il virus è un elemento accidentale che nulla ha a che fare con il decesso del paziente già malato?

Covid e contagi: inconsapevolezza o manipolazione?

* GIANPAOLO PALUMBO



Girare tra la gente, vivere con la gente senza essere vaccinati può significare tante cose. Andare a cinema, a teatro, partecipare a feste e festini, compleanni, onomastici, matrimoni, battesimi e comunioni senza essere vaccinati e senza pensare di poter essere positivi asintomatici è pericoloso. Ci possono essere tra i presenti persone vaccinate completamente ma di età avanzata e con pluripatologie, allora il problema diventa serio. E' vero che in questi casi il virus risulta essere meno aggressivo ma è la situazione di salute di chi riceve il virus che diventa importante. Se si è inconsapevoli di fare del male è una cosa, ma sapendo di essere in grado di trasmettere il virus è altro. Significa aggredire chiunque sia vicino fisicamente, oltre ai legami di parentela.

Si comprende che ci sono persone che hanno paura di vaccinarsi, ma devono vivere a distanza dagli altri, anche se quest'ultimi risultano vaccinati. Stare a contatto con gli altri tranquillamente significa per i non vaccinati non tutelare gli altri. La paura di vaccinarsi esiste ma se esiste tale preoccupazione si deve vivere a distanza dagli altri. I vaccinati che vengono infettati al novanta/novantacinque per cento vivono anche l'esperienza di malattia, ma non ospedalizzabile e non mortale. I problemi seri colpiscono gli anziani, i diabetici, gli ipertesi, i bronchitici cro-



nici, insomma i cosiddetti fragili.

Quindi per tutelarci dobbiamo tutelare anche gli altri. Per tutela si intende, oltre i distanziamenti che sono il bagaglio naturale della nostra difesa, vaccinarsi. Anche chi si è sottoposto a tale pratica può infettarsi lo stesso ma la malattia sarà, come abbiamo detto, più "leggera" e "superabile".

Il problema è legato al non rispetto delle persone che ci sono fisicamente accanto, e non solo per grado di parentela di sangue o acquisita. Sembra quasi un prendere in giro gli altri. Poi, non credere ai vaccini sa tanto di ilarità, visto il successo stratosferico che essi hanno avuto in tutto il mondo con

milioni e milioni di dosi utilizzate ovunque. Grazie ai vaccini abbiamo registrato "solo" sei milioni e 628mila decessi e 641 milioni di positivi accertati, almeno in quelle nazioni del mondo in cui esiste un sistema sanitario. A tal riguardo, il neo Ministro della Salute prof. Schillaci, ha riportato i dati dell'Istituto Superiore di Sanità per il nostro paese, che testimoniano che grazie ai vaccini nel periodo dal 27 dicembre 2020 al 31 gennaio 2022 si sono evitate 500mila ospedalizzazioni, 55mila ricoveri in terapia intensiva e 150mila decessi.

Circolare senza tutelare e tutelarsi, banalizza l'intelligenza

umana. Ovviamente è molto peggio essere consapevoli di fare del male. Questa non è certo un semplice banale comportamento. Essere consapevoli di fare del male e prendere in giro coloro i quali vaccinandosi hanno protetto anche chi ha avuto paura di farlo. La inconsapevolezza ci può stare ma è la manipolazione del timore che genera dei comportamenti poco consoni al rispetto dell'individuo, di colui che ci sta accanto, che non dovrebbe esistere.

Essere coscienti ed essere irresponsabili sono due punti opposti che tracciano una vera e propria barriera tra il vivere civile tra la gente e "contro" la gente. La vicenda del Coronavirus, infatti, avrebbe dovuto insegnarci che siamo irrimediabilmente umani, quindi fragili, assolutamente non centrali rispetto all'evoluzione della specie. Insomma, siamo piccoli ingranaggi di un meccanismo assai più grande di noi, la "vita". Questa vita avviene all'interno di un ecosistema che sarebbe nostro interesse sommo e vitale proteggere e rispettare.

Se riuscissimo a fare nostro questo sforzo di umiltà profonda, dovremmo prendere atto della realtà «banale» che ci troviamo di fronte: la nostra arroganza ha sconvolto a tal punto l'ecosistema umano da trasformarlo in un terreno fertile per nuovi virus in grado di falciare le vite di tutti noi. Se avessimo l'umiltà di concentrarci su questa «banale» verità, non si ignorerebbero i danni che l'egoismo e l'insipienza continuano a provocare. Anche perché, dobbiamo ricordarlo a tutti, quando si parla di Covid c'è un numero che turba profondamente, attenuato di molto dalla bontà dei vaccini, quello dei morti. Questa settimana 590, quella precedente 533, quella prima ancora 549. Sono numeri altissimi per l'Italia! Non possiamo far finta che il Covid sia alle nostre spalle quando uccide oltre 2000 persone ogni mese.

A questo punto sorge spontanea la domanda che ci dobbiamo porre: ma chi muore ancora di Covid? In Italia non si è riusciti a dare una risposta perché mancano ancora dati precisi, ma recentemente negli Stati Uniti è uscito un report dettagliato che ha chiarito cosa è accaduto in quel paese. Ovviamente, in attesa di analoghi dati italiani, può essere molto utile l'analisi statunitense poiché a suo fondamento vi è la risposta ad un'altra

domanda che sin dai primi giorni della pandemia ha cercato una risposta e cioè: si muore per il Covid o con il Covid, si muore a causa del virus o il virus è un elemento accidentale che nulla ha a che fare con il decesso del paziente già malato?

Nel rapporto americano le morti per Covid vengono classificate in tre categorie; la prima è quella delle morti per Covid come causa incidentale, in cui la positività è una coincidenza, quindi, morti non dovute effettivamente al virus; le morti in cui il Covid risulta una causa contribuente, anche in questo caso è possibile escludere il Covid. Restano le morti in cui il Covid risulta la causa principale, senza il Covid quelle persone sarebbero ancora vive. Dunque, dai numeri reali che emergono si può dire con certezza che l'80% delle persone sotto i 65 anni e il 77% di quelle sopra i 65 anni sono morte per Covid. Se tutte queste persone sono morte a causa del Covid ne consegue logicamente che assolutamente bisogna ricercare e attuare tutto quello che allontana il Covid, al fine di evitare altri decessi. Si tratta dei vaccini, dei cui benefici abbiamo ampiamente parlato; ma anche degli antivirali e degli anticorpi monoclonali che dovrebbero essere usati con più facilità. Dovrebbero divenire una cura di routine, almeno per i pazienti più fragili, senza lasciare spazio alla discrezionalità dei diversi segmenti clinici. Si tratta, altresì, di avere senso civico e utilizzare i dispositivi di sicurezza per proteggersi e proteggere l'altro dal contagio.

Noi con il Covid dovremo convivere, così come conviviamo con qualsiasi altra fonte di pericolo e con oltre 500 morti alla settimana, ma prima di parlare di convivenza dobbiamo essere certi di garantire a tutti di sentirsi protetti. Certamente occorrerà vigilare affinché le misure straordinarie prese in questa vicenda legata alla malattia chiamata "Covid-19" non diventino permanenti, né costituiscano il presupposto per limitazioni o violazioni della libertà, della privacy e della dignità delle persone. Perché se è vero che c'è una banalità del male, è opportuno sapere che esiste anche un male della banalità. Esso consiste nel non saper accettare che un evento tragico può avere una spiegazione relativamente semplice: un virus; che non conosciamo e da cui al momento possiamo soltanto difenderci per tentativi ed errori.

Vaccino anti influenzale insufficiente per h3n2

Il più diffuso ceppo dell'influenza attuale H3N2 non offre una risposta adeguata per la protezione richiesta, anche se impedisce le forme gravi di malattia.

I vaccini per l'influenza sono "costruiti" con largo anticipo ed è questo il motivo per cui il virus ha tempo di mutare rendendo la profilassi meno adatta a bloccare il propagarsi del virus.

Negli Stati Uniti d'America, dove la vaccinazione antinfluenzale è molto diffusa, la patologia infettiva ha colpito più del 25% dei giovani universitari che si erano premuniti con il vaccino contro l'H3N2.

Non ci sono stati casi gravi e non è stato necessario il ricorso alle terapie intensive. Soltanto nell'Università del Michigan 700 studenti ne sono stati colpiti, nonostante la prevenzione a tappeto. A proposito c'è da dire che il virus dell'influenza per due anni era stato nascosto, quasi messo quasi da parte, grazie a tutte le misure restrittive per il covid, ed oggi esce allo scoperto con una importante diffusione.

Impennata del covid e nuova variante

Il ceppo del coronavirus denominato Centaurus sembrava all'inizio dell'estate preoccupante per numero di casi e velocità di diffusione e poi si è come arenato.

In Italia in tre regioni sono aumentati i contagi, facendo guadagnare terreno alla BN.2 (Umbria, Liguria e Valle D'Aosta). L'accelerata è stata registrata proprio in quest'ultima settimana con 353 casi ogni 100mila abitanti contro i 307 della precedente. La risalita c'è stata con la Regione Veneto nettamente prima in classifica con 636 casi nell'ultima settimana. Inoltre, il tasso di occupazione delle terapie intensive è salito dal 25 al 2,5% ed i ricoveri non intensivi dal 10% all'11%.

Quest'ultima impennata, oltre al calo delle temperature, è legata ad una nuova variante: la BN.1, che ha colpito anche l'Italia nell'ultima settimana e che ha fatto salire il tasso di positività al 17,5% (+1,9%). Sono in salita anche i numeri dei ricoveri ordinari (+625) e quelli nelle terapie intensive (+44).

Nella "classifica" delle varianti in testa rimane la BA.5 e come sottovariante la XBB (detta Gryphon) soprattutto nelle regioni asiatiche.

"Long - covid" ridotto con il paxlovid

In uno studio recente effettuato negli Stati Uniti d'America è stato messo in evidenza il famoso antivirale utilizzato nella malattia Covid-19: il Paxlovid che, non solo riduce le possibilità di ospedalizzazione, quanto diminuisce fortemente la possibilità di sviluppare il "Long-Covid".

Questo farmaco combina due antivirali: il nuovo nirmatrelvir ed in farmaco super sperimentato: il ritonavir, i quali in abbinamento stanno fornendo ottimi risultati.

Oltre all'ospedalizzazione questo antivirale riduce il numero dei decessi riducendo del 26% la famosa sindrome post-infettiva con diminuzione delle patologie a carico del fegato, dei reni, dei muscoli ed, in aggiunta, "fornisce" una diminuzione del deterioramento cognitivo.

Per la ricerca sono stati analizzati 56mila registri elettronici di veterani di età media di 65 anni con diagnosi di Covid-19 tra l'1.03.2022 al 30 giugno 2022. Tutti avevano almeno un fattore di rischio importante: infezione grave, età avanzata, diabete ed abitudine al fumo.

► **IL CONVEGNO.** *Se ne è discusso al castello aragonese di Agropoli*

Prevenire oggi i disturbi dell'alimentazione

La sfida è affrontare i DAN in età evolutiva, in un'ottica multidisciplinare

Francesca Finelli*



“Non ho fame ma neanche fame di cose belle, di cose reali, vere. (Alessandra 25 Anni)”.

Per milioni di giovani nel mondo, il corpo e il cibo sono vissuti come un'ossessione, tant'è che i Disturbi del Comportamento Alimentare costituiscono ormai una vera e propria epidemia sociale. I disturbi della condotta alimentare sono sempre stati considerati una patologia specificamente adolescenziale. Circa due milioni i casi, con un'età di insorgenza che si abbassa sempre di più, con un esordio già a 11 anni e in alcuni casi, addirittura in bambine di soli 8 anni. L'età di esordio più frequente per anoressia e bulimia, è tra i 15 e i 25 anni, anche se sono appunto in aumento i casi dagli 11/12 anni. Si tratta di una delle più frequenti cause di disabilità nei giovani e sono gravati da un rischio significativo di mortalità. Ogni anno nella popolazione femminile della Campania si registrano circa 240 nuovi casi di anoressia nervosa e 360 nuovi casi di bulimia nervosa. Rifiuto del cibo o, al contrario, grandi abbuffate restano i problemi più frequenti, con dati tristemente in aumento durante la pandemia di Covid-19. Di questa delicata tematica si è discusso nel Convegno Scientifico dal titolo “DAN E DINTORNI – Disturbi dell'alimentazione e della Nutrizione - del 19 Novembre presso il Castello Angioino Aragonese di Agropoli, con la straordinaria regia della Dott.ssa Veronica Di Sessa e della Dott.ssa Fortuna Marro. L'evento Scientifico è stato caratterizzato da importati relazioni nel panorama Scientifico accademico e non solo, dai Saluti delle Autorità - Dott. Roberto Antonio Mutalipassi, Sindaco di Agropoli; il Dott. Emidio Cianciola, Assessore alla visione territoriale PRNN e sviluppo economico; il Dott. Francesco Alfieri, Sindaco di Capaccio; il Dott. Vincenzo D'Anna, Biologo, Presidente dell'Ordine Nazionale dei Biologi, agli interventi scientifici della Dott.ssa Laura Dalla Ragione - Psichiatra e Psicoterapeuta Direttore Rete Disturbi del Comportamento Alimentare USL 1 Umbria; della Dott.ssa Tiziana Stallone, Biologa Nutrizionista, Presidente dell'Enpab; della Dott.ssa Annamaria Staiano, Pediatra, Professoressa Ordinaria di Pediatria, Presidente della SIP (Società Italiana di Pediatria) e altri specialisti nel campo dell'endocrinologia pediatrica e

psicologia. L'evento ha visto nel pubblico medici, psicologi e nutrizionisti, accumulati dal desiderio di perfezionare la conoscenza professionale in questo delicato campo di azione ma specialmente concentrare l'approfondimento scientifico sul tema legato alla prevenzione dell'obesità e dei DAN in età evolutiva, in un'ottica sempre più multidisciplinare di un percorso diagnostico e terapeutico. Se l'adolescenza, infatti, costituisce un periodo di riorganizzazione fondamentale della struttura di personalità durante il quale è più probabile che il disturbo si manifesti, le sue basi spesso si collocano in una fase precoce dello sviluppo psichico. L'adolescenza si caratterizza come fase di cambiamento e di passaggio sotto diversi aspetti: ad esempio, la pubertà e le trasformazioni del corpo che ne conseguono necessitano di un tempo necessario per integrare a livello psichico il “nuovo” corpo; il progressivo spostamento dagli attaccamenti infantili e dal legame con le figure genitoriali verso nuovi legami (gruppo dei pari, primi rapporti sentimentali, ecc.) ecc. E', quindi, una fase della vita in cui i precedenti equilibri, che a volte possono essere precari, si spezzano quasi improvvisamente, e lasciano all'adolescente il compito di ritrovare sé stesso recuperando i pezzi della propria identità e mettendoli insieme in un modo nuovo e diverso. Nel tentativo di esprimere e gestire autonomamente sé stesso e il proprio corpo, può accadere che l'adolescente si trovi a manifestare, proprio attraverso il corpo, un controllo su quei bisogni e quelle emozioni, sentiti come eccessivi e caotici. E' in questo momento e periodo di “crescita”, nel quale l'adolescente si misura con se stesso e con le sue nuove potenzialità, che può prendere forma un'alterazione della condotta alimentare. Questo può assumere il significato di una provvisoria soluzione allo stato evolutivo oppure acquista il significato della volontà di non crescere, di rifiuto, la manifestazione della crisi adolescenziale, che si tramuta proprio nella strutturazione del disturbo alimentare. Inoltre vanno considerati anche quegli aspetti socio-culturali dominanti nel mondo occidentale che propongono immagini femminili stereotipate, vincolate ad una magrezza estrema, trascurando la sana alimentazione, l'affettivi-

tà e il rapporto con se stessi. Sono ormai molti gli adolescenti, soprattutto ragazze, che utilizzano quegli spazi del web, come ad esempio i pro-ana ovvero pro-anoressia, come dei veri e propri rifugi virtuali, alla ricerca di condivisione, di sostegno, di metodi e consigli su come perdere

linguaggio, perché chi soffre di queste problematiche difficilmente riesce a parlarne con familiari, insegnanti o amici, tenendosi tutto dentro. La pressione sociale e sociale, l'apparire, la ricerca di omologazione e del magro, sono tutti fattori che influenzano il comportamento dei

adolescente su 10 mette in atto questi comportamenti di restrizione del cibo e di abuso di alcol di cui il 64% sono femmine. Anche l'obesità infantile costituisce un fenomeno attuale e in espansione: oggi un bambino italiano su tre è in sovrappeso e uno su sette francamente obeso. L'au-

mento dell'obesità infantile costituisce esso stesso un fattore di rischio per lo sviluppo precoce di un DCA. Inoltre, molte pre-adolescenti femmine seguono diete dimagranti anche “fai da te”, comportamento ritenuto, in conformità a studi scientifici, facilitante lo sviluppo di patologie alimentari. In conclusione, è quindi molto importante non sottovalutare l'influenza che le nuove mode alimentari e i nuovi standard di bellezza possono avere su adolescenti particolarmente fragili che, in una fascia d'età critica, in cui è attivo il processo di formazione della propria identità, corrono il rischio di subire un certo fascino rispetto al controllo del peso e della propria immagine corporea. Tutto ciò può trasformarsi prima in ossessione e, successivamente, in patologia vera e propria. La patologia alimentare, se sviluppata in un periodo critico come l'adolescenza, tende a cronicizzarsi velocemente, diventando l'unica via per il controllo di sé stessi e del proprio corpo, nonché unico modo per stare al mondo e nel mondo senza angoscia e sofferenza.

*Biologa Nutrizionista



drasticamente peso e arrivare alla magrezza estrema. Solitamente utilizzano account finti per non essere riconoscibili oppure app e social meno conosciuti agli adulti, si confrontano e chiedono aiuto, consigli e conforto, condividendo ciò che si ha paura non venga compreso e accettato dai compagni e dalla famiglia. Attraverso questi spazi online, prende forma una vera e propria ossessione: si ha l'illusione di non essere più sole, di essere comprese e di parlare lo stesso

ragazzi e li inducono spesso e volentieri a non mangiare, a indurirsi il vomito o ad assumere lassativi e diuretici, pur di compensare le quantità di calorie assunte durante le grandi “abbuffate alcoliche” (binge drinking) per non aumentare il peso corporeo. Lo scopo è quello di ubriacarsi velocemente, senza preoccuparsi delle calorie o dell'aumento di peso e senza rinunciare allo “sballo” dato dall'alcol, rischiando di procurarsi anche un'intossicazione acuta da alcol. Circa 1

to al controllo del peso e della propria immagine corporea. Tutto ciò può trasformarsi prima in ossessione e, successivamente, in patologia vera e propria. La patologia alimentare, se sviluppata in un periodo critico come l'adolescenza, tende a cronicizzarsi velocemente, diventando l'unica via per il controllo di sé stessi e del proprio corpo, nonché unico modo per stare al mondo e nel mondo senza angoscia e sofferenza.



FARMACIA IMPERIO



Prenotazioni C.U.P., Autoanalisi sangue, Check up pelle e capelli, Foratura lobi, Misurazione della pressione, Integratori Dermocosmesi, Omeopatia, Dietetica, Veterinaria, Fitoterapia, Prodotti per l'infanzia, Prodotti per celiaci, Prodotti per i nefropatici.

Via Roma, 55-83020 Forino (AV)
Tel./Fax 0825761688
imperfiofarmacia1@gmail.com

**► TERAPIA.** L'obiettivo è quello di rimuovere ogni forma di ostacolo all'intervento

Tumori e mastectomia preventiva



“È importante parlare di temi come la mastectomia profilattica” per donne con mutazioni genetiche che amplificano il rischio di tumori a seno e ovaie. L'attrice Usa Angelina Jolie è stata la prima a farlo nel 2013 ed è stato utile, ha smosso le acque sia dal punto di vista medico che di opinione pubblica”. Ora a raccontarsi sui social è la modella italiana Bianca Balti. Parlarne fa bene per Viviana Galimberti, direttore della Divisione di senologia dell'Istituto europeo di oncologia (Ieo) di Milano. “Si pensi che purtroppo questo intervento non è a carico del sistema sanitario, non viene riconosciuto - sottolinea all'Adnkronos Salute - E' grave. Il sistema sanitario prevede e assicura un controllo assiduo con ecografie, mammografie e risonanze anche molto più strette, gratuite, ma non arriva a coprire le spese sanitarie per

chi sceglie e vuole affrontare la chirurgia profilattica”.

“Noi specialisti siamo andati a Roma a fare una dichiarazione in Senato - evidenzia la specialista, che anche lei si è sottoposta a chirurgia profilattica - Negli ospedali siamo un po' con le mani legate su questa problematica: abbiamo donne che vogliono fare queste scelte, ma abbiamo una lista d'attesa più lunga proprio perché, non essendo un intervento rimborsato, ci sono difficoltà”. Così si limita la prevenzione, osserva Galimberti, “mentre investire anche su questi percorsi porterebbe un risparmio comunque successivo, nel senso che ci sarebbero meno controlli necessari e non ci sarebbero poi tumori che si sviluppano”.

Le attese oggi “possono essere anche di un anno - continua l'esperta - Ci sono donne che sono in lista e che hanno già sviluppa-

to un tumore. Questo intervento ha dei costi importanti, noi cerchiamo di farlo lo stesso, di superare e ignorare le difficoltà anche se veniamo frenati dalle amministrazioni. E lotteremo con tutte le associazioni di donne mutate che si stanno muovendo e stanno spingendo perché questo venga riconosciuto anche a livello di assicurazioni”. Oggi ci sono ancora degli ostacoli all'obiettivo di garantire pieno accesso a questa opzione, assicura. “È un grave problema”. La speranza è che si alzi il livello di attenzione per queste donne. Sicuramente il racconto social di Bianca Balti sulla sua scelta di sottoporsi a una doppia mastectomia preventiva, in quanto portatrice della mutazione a rischio nel gene Brca1, ha avuto l'effetto di accendere i riflettori sul tema. “Quando Jolie ne parlò nel 2013, già si sapeva che esistevano questi geni, ma è stato utile”

che si desse ampio spazio al dibattito, ricorda Galimberti. “Forse all'inizio ha creato un po' di confusione perché tutte le donne venivano e chiedevano di fare il test genetico, ma non è che tutte possono e devono farlo. Ci sono delle categorie di rischio, stabilite dai genetisti sulla base della storia familiare, dell'età, del fatto che hanno avuto o meno altri tumori. Quindi abbiamo dovuto spiegare tanto”.

Ma “l'informazione è stata importante e le donne adesso sono consapevoli, chiedono - rimarca la senologa - Ed è giusto che noi medici proponiamo sempre questi test e approfondimenti genetici quando serve, perché possono cambiare la prospettiva anche in una donna che ha un tumore e può scegliere di non fare solo chirurgia conservativa, ma di togliere tutti e due i seni per esempio”. Galimberti ha vissuto sulla sua

pelle la scelta della chirurgia profilattica per se stessa e spiega che “è un percorso molto personale. Ogni donna è diversa. E' anche questo il bello della medicina, che non è così schematica”, riflette la specialista che ha anche scritto un libro, “Preziose cicatrici” (Rizzoli editore).

“Sembra un ossimoro, ma le cicatrici - chiarisce - sono sempre un ricordo, possono essere sulla pelle, ma anche interiori, legate a perdite, lutti. Diventano preziose nel momento in cui le elaboro, ci faccio pace, capisco cosa c'è dietro e se questo mi può portare a migliorare. Devo dire che molte donne che subiscono l'intervento al seno, se non sono più arrabbiate e riescono a elaborare, riescono a far uscire la parte migliore di sé e a volersi anche un po' più bene. Le cicatrici possono dunque diventare preziose, ma questo dipende anche un po' da noi”, conclude.



**Casa di Cura
VILLA MARIA**



Casa di Cura VILLA MARIA
MIRABELLA ECLANO AV

PER INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI
TEL. 0825 407301
www.casadicuravillamaria.it

REPARTI
convenzionati col S.S.N.

- CHIRURGIA GENERALE
- ORTOPEDIA
- OCULISTICA
- UROLOGIA
- ONCOLOGIA

• **RADIOTERAPIA AD ALTA SPECIALIZZAZIONE**



SERVIZI:

- **DIAGNOSTICA PER IMMAGINI**
TC MULTISTRATO (128) REVOLUTION EVO GE
La TAC con minima esposizione alle radiazioni
RMN SIGNA Explorer GE
La rivoluzionaria Risonanza per tutti i pazienti!
- **FISIOPATOLOGIA DIGESTIVA**
ENDOSCOPIA DIGESTIVA AD ALTA DEFINIZIONE CON NBI
MANOMETRIA ESOFAGEA
PH IMPEDENZIOMETRIA ESOFAGEA DELLE 24 H

- SERVIZI SANITARI ALL'AVANGUARDIA
- UN TEAM ALTAMENTE SPECIALIZZATO
- TEMPI DI ATTESA BREVI PER TUTTE LE PRESTAZIONI

► SOCIETÀ'. E' considerata una pianta magica e portafortuna

L'agrifoglio, fiore dell'amore universale

Giovanna Barzaghi*



Holly (da "holy", sacro) è l'albero di natale nei paesi anglosassoni e in quanto tale è il simbolo della rinascita della coscienza cristiana

nel nostro cuore e personifica il principio universale dell'amore divino, onnicomprensivo, che sostiene il mondo. Qualora questa forza dell'amore non possa essere accettata, essa si tramuta nel suo contrario: separazione e odio. Se si vive nella grazia dell'amore, il cuore è aperto e tutti gli uomini sono fratelli. Se non si accetta l'amore il cuore si indurisce e si vive tristemente isolati e separati. Nei paesi alpini l'alberello è a volte chiamato "albero degli spiriti dei boschi" perché sgradito ai demoni della notte e ad altri malefici spettri. Nei dintorni di Aquisgrana la pianta è chiamata "albero dei spazzacamini" perché con le sue fronde robuste si pulivano canne fumarie. Quest'uso non deriva solo da considerazioni pratiche ma il cammino era la via d'ingresso e di uscita degli spiriti e degli antenati. Per tenere pulito quel passaggio bisognava avere una scopa con poteri magici. Il nome tedesco, che significa "palma pungente", è diventato d'uso comune solo nel sedicesimo secolo per l'influenza esercitata dalla chiesa. "Palma" deriva dal fatto che in Germania sudoccidentale e in Francia le fronde dell'agrifoglio venivano legate insieme ai rami di bosso e altre piante sempreverdi nei fasci di "palme" di Pasqua che rappresentavano quelle con le quali fu accolto e salutato Gesù al suo ingresso a Gerusalemme. Una leggenda narra che l'agrifoglio nacque nel momento in cui il popolo in tumulto, che prima aveva salutato giubilante con foglie di palma il Salvatore, invece di "gioiosi osanna" prese a gridare, pieno di odio: "crucifige"! Allora le palme si riempirono di spine, come segno del suo dolore, e di bacche rosse come segno del suo sangue innocente. Negli allegri saturnali, durante i quali i padroni servivano i loro schiavi e in ogni casa si eleggeva un re dei folli (o dei saturnali), i Romani si scambiavano candele e rami di agrifoglio. Esiste anche una leggenda secondo la quale un piccolo orfanello, ricevuta dagli angeli la notizia della nascita di Gesù, si mise in cammino con altri pastori verso Betlemme. Durante il tragitto intrecciò una corona di rami d'alloro da offrire a Gesù Bambino. Arrivato a Betlemme, non appena deposta la corona si vergognò del suo misero dono e si mise a piangere. Allora Gesù Bambino toccò la corona e le sue foglie iniziarono a brillare di un verde intenso e le lacrime dell'orfanello si trasformarono in bacche rosse. Plinio, che chiama la pianta Aquifolius, per le sue foglie aculate, le attribuisce poteri magici. In passato l'agrifoglio era molto usa-



to in medicina, tanto da essere inserito nella farmacopea ufficiale.

Holly è il tredicesimo fiore di Bach. Per chi è indicato?

Per coloro che si sentono interiormente insicuri, che hanno avuto maltrattamenti e si sono sentiti privati dell'amore familiare o del partner. Si sono sentiti umiliati, traditi, violentati: hanno ricevuto trattamenti ingiusti. Per coloro che, a volte, sono assaliti da

sentimenti di invidia, gelosia, vendetta, sospetto, quasi non avessero il diritto di vivere in questo mondo. Facilmente diventano irritabili, sospettosi, insoddisfatti ed esplodono in manifestazioni d'ira violenta fino ad usare le mani, incapaci di esprimere amore. Holly è il rimedio adatto ai bambini gelosi del fratellino o della sorellina appena nata, a quelli che sentono di non essere stati accetta-

ti durante la gravidanza, e per questo sono violenti, maleducati, invidiosi e rompono i giocattoli degli amici. Bach così descrive questi individui: "Coloro che, a volte, sono assaliti da sentimenti quali l'invidia, la gelosia, la vendetta, il sospetto. Queste persone possono arrivare a soffrire molto, spesso senza che ci sia una vera ragione per la loro infelicità". (I dodici "guaritori" e altri rimedi-1936-).

I tratti fondamentali della tipologia Holly fanno pensare ad una persona ferita che acquisisce una struttura difensiva a causa delle ferite che ha accumulato nella sua vita o ad eventi che hanno profondamente minato il suo equilibrio e il valore che essa conferisce all'amore. Una personalità reattiva costruita sul dolore che reagisce con aggressività, ira, invidia, rancore. Secondo Edward Bach "Holly ci protegge da tutto ciò che non è amore. Holly ci apre il cuore all'amore divino". Ogni essere umano quando viene al modo desidera ricevere e dare amore; se questa possibilità gli viene negata prova sofferenza e una grande delusione da cui si difende combattendo quello di cui pensa di non poter far parte. L'agrifoglio è da sempre considerata una pianta magica, un portafortuna. Questo è solo uno dei motivi per il quale è la pianta natalizia per eccellenza; un'altra tradizione popolare consiglia inoltre di metterne dei rami sulla testata del letto per indurre a sonni e sogni tranquilli. Oltre che essere un buon rimedio contro la tosse può essere utilizzato nelle irritazioni e nelle infiammazioni acute, ovunque vi si sia generato "calore". Non dimenticate dunque di raccogliere e conservare un rametto di Holly!

*Naturopata

Occorre introdurre fin dalla scuola primaria un'educazione al digitale

I bambini dormono sempre meno per uso dei social

L'uso dei social media sta diminuendo le ore di sonno dei bambini. Lo sottolinea l'Ordine degli Psicologi della Toscana. Giochi, notifiche, video: la dipendenza anche serale da smartphone e tablet riguarda sempre più persone. Particolarmente significativa è la frequenza di accesso ai social media, soprattutto Tik Tok e Instagram, che vengono visualizzati anche a letto, prima di addormentarsi, e finiscono per ridurre il riposo di bambini e adolescenti.

Da un punto di vista della salute mentale, dormire poco può avere però effetti negativi sulla sfera comportamentale e cognitiva, riducendo i livelli di attenzione, la capacità di apprendimento, di memoria, e alterando le relazioni con il prossimo.

"Già alcuni studi all'estero hanno dimostrato che l'utilizzo serale dei social media finisce per ridurre di circa un'ora, ogni giorno, il riposo dei bambini fin dai 10 anni. Un fenomeno che purtroppo rileviamo



anche tra tanti nostri assistiti o che ci viene riportato dalle famiglie. Un tempo per addormentarsi c'erano le favole, ora rimpiazzate dagli smartphone. Gli schermi dei telefonini,

sia per la tipologia di contenuti vivaci che per la luce blu emessa, riaccendono continuamente l'attenzione, anche nel momento in cui ci stiamo per addormentare e interrompono il naturale processo ver-

so la prima fase del sonno. Un problema che tocca tanti adulti, ma che sta riguardando ormai anche numerosi giovanissimi e che non può quindi essere trascurato". A dirlo è Maria Antonietta Gulino, presidente dell'Ordine degli Psicologi della Toscana.

"La qualità e la durata del sonno sono fondamentali per il corretto equilibrio psicofisico, per il benessere psicologico e per poter affrontare i numerosi appuntamenti che attendono la nostra quotidianità, anche a scuola. Un'abitudine che non può essere messa in secondo piano. Occorre introdurre fin dalle scuole primarie, oltre che in famiglia, un'educazione al digitale che è ormai parte integrante della quotidianità, anche tra i bambini. Nel momento in cui viene assegnato un dispositivo tecnologico a un ragazzo, e ha autonomia nel suo utilizzo, non si può fare a meno anche di formarlo e indicare regole di comportamento".

**► TERAPIE.** *E' oggi un problema non solo individuale ma sociale*

Resistenza agli antibiotici

*Il riferimento è ai batteri che resistono ai farmaci
Può essere di natura farmacologica e ambientale*

Luca Covotta*



Con il termine antibiotico-resistenza si intende la capacità di un batterio di resistere all'azione di uno o più farmaci antibiotici

e quindi di sopravvivere e moltiplicarsi anche in loro presenza.

Questa è tanto di natura farmacologica, dovuta alle terapie, quanto ambientale, dovuta alla possibile contaminazione di acqua ed alimenti. Quando però parliamo di "terapie" ricordiamoci che solo il 30% di queste ha come bersaglio l'uomo. Nei soli USA l'uso degli antibiotici a basso dosaggio come promotore di crescita per l'animale riguarda il 70% di tutti gli antibiotici prodotti dall'industria farmaceutica. L'animale infatti, per quanto possa essere ben allevato, vive e cresce in un ambiente ricchissimo di focolai infettivi, tipicamente gastroenteriti. Queste caratterizzano situazioni di diarrea profusa che limita sicuramente la crescita dell'animale. In questo senso l'uso di antibiotici a basso dosaggio, miscelati ai mangimi, provvede a tenere numericamente bassi i focolai di possibile gastroenterite e consente una migliore e più redditizia, curva di crescita dell'animale. Quindi bisogna sfatare il fraintendimento per cui l'antibiotico-resistenza si sviluppa ingerendo eventuali residui di antibiotici contenuti nei prodotti di origine animale; ad essere trasmessi sono i batteri antibiotico-resistenti e non residui di antibiotici.

Il rischio di essere infettati da batteri antibiotico-resistenti riguarda non solo la persona che prende gli antibiotici in modo improprio ma anche coloro che saranno successivamente contagiati da quegli stessi batteri. L'antibiotico-resistenza non è quindi un problema solo individuale ma sociale.

Un problema di così vaste implicazioni al momento non riceve la giusta attenzione, in ombra anche per via della pandemia di Covid.

In Europa si verificano annualmente 4 milioni di infezioni da germi antibiotico-resistenti che causano oltre 37 mila decessi con un significativo assorbimento di risorse (sanitarie e non) che ammontano a circa 1,5 miliardi di euro l'anno. Un recente studio pubblicato su The Lancet valuta il possibile impatto su scala globale stimando che nel 2050, le infezioni da batteri resistenti causeranno circa 10 milioni di morti all'anno, superando ampiamente i decessi per tumore (8,2 milioni), diabete (1,5 milioni) o incidenti stradali (1,2 milioni) con una previsione di costi che supera i 100 trilioni di



dollari.

Come AIFA ha sottolineato più volte, l'antibiotico-resistenza è un fenomeno che necessita ormai di un cambiamento culturale a cui tutti sono chiamati, medici e pazienti.

Un altro aspetto molto importante riguarda l'effetto degli antibiotici sul microbiota intestinale che varia al variare della molecola utilizzata, con danni fino a da 30 giorni dopo l'assunzione in caso di Penicilline, Cefalosporine e Macrolidi fino a quasi 2 anni con i Chinoloni e la Clindamicina. Tra tutti, i bifidobatteri ed i lattobacilli sono i primi a subire drastiche riduzioni. Da queste considerazioni nasce la necessità di associare sempre alla terapia con antibiotici una lunga terapia con probiotici per ripristinare i danni al microbiota intestinale.

Per prevenire lo sviluppo dell'antibiotico-resistenza è fondamentale seguire alcune semplici regole:

- prendere gli antibiotici seguendo esclusivamente le indicazioni del medico
- completare l'intero ciclo di cura anche se ci si sente meglio
- chiedere al proprio medico come comportarsi se ci si dimentica di prendere una dose
- non prendere di propria iniziativa gli antibiotici avanzati da una precedente cura
- non prendere mai gli antibiotici prescritti per un'altra persona
- non prendere mai gli antibiotici in caso di raffreddore e/o influenza

L'assunzione di antibiotici contro infezioni batteriche leggere, come alcuni tipi di mal di gola, bronchiti o otiti, risulta spesso superflua poiché, nella maggior parte dei casi, per guarire da tali malattie è sufficiente l'azione del sistema di difesa dell'organismo (sistema immunitario). In questi casi, se necessario e dietro consiglio del medico, si possono prendere farmaci per alleviare i fastidi presenti (per esempio, antinfiammatori).

Non tutti gli antibiotici sono efficaci contro tutti i batteri; quindi, è necessario che sia un

medico ad indicare quale sia il tipo più adatto per la cura dell'infezione in corso. Per fare ciò, in molti casi è necessario effettuare un esame colturale con antibiogramma. Tale analisi consiste nel prelevare una piccola quantità di materiale (campione) dalla zona in cui è presente l'infezione, seminarla in terreni di coltura specifici, verificare se i batteri si moltiplicano e a quale tipo appartengono (esame colturale), quindi trattarli con diversi tipi di antibiotici per verificare quale sia il più efficace per impedirne la crescita (antibiogramma).

E' stato purtroppo anche dimostrato come un problema nel problema sia l'iperprescrizione in ambito ospedaliero (fino al 30% degli antibiotici somministrati ai pazienti ospedalizzati

potrebbe non essere necessario). La durata del trattamento supera spesso quella raccomandata. Su questa cattiva gestione un importante aiuto potrebbe venire dalle analisi seriali della procalcitonina (PCT), una piccola molecola che normalmente non è rilevabile nel plasma e che aumenta marcatamente nelle infezioni batteriche, specialmente quelle associate a sepsi, mentre non aumenta in quelle virali o nelle flogosi di origine autoimmune.

L'adozione delle analisi della PCT nel programma di gestione della terapia antibiotica ha il potenziale di ridurre i tassi iniziali di prescrizione degli antibiotici, la durata del trattamento, la durata del ricovero in ospedale e la probabilità di eventi avversi cau-

sati dagli antibiotici, con il risultato di ottimizzare la terapia, migliorare gli esiti e ridurre i costi.

In ambito zootecnico nel novembre 2017 è stato ideato un progetto (SPiNCAR) per l'identificazione dei possibili standard minimi che riguardano i diversi ambiti di interesse sia umano che animale. Si valutano le diverse linee operative: sulla prevenzione e controllo delle infezioni; sull'uso sicuro del farmaco, sul monitoraggio della frequenza e del profilo di resistenza dei microrganismi isolati.

***Specialista in Chirurgia Dell'Apparato Digerente Ed Endoscopia Digestiva Responsabile dell'UNITA' DI CHIRURGIA LAPAROSCOPICA E SERVIZIO DI ENDOSCOPIA DIGESTIVA Casa di cura Villa Maria**

E' necessario, oggi più che mai, un cambiamento



SENOLOGIA

Biopsia virtuale utilizzando la modellazione multimodale basata sull'intelligenza artificiale dei dati mammografici binazionali

Graziella Di Grezia*



I modelli basati sull'intelligenza artificiale sono sempre più utilizzati per diagnosticare focolai mammari.

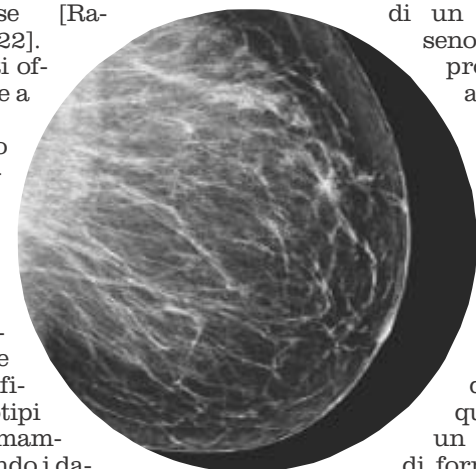
Tuttavia, la caratterizzazione dei sottotipi istologici dalla valutazione da immagini radiologiche rimane una sfida per il radiologo senologo.

E' stato sviluppato un modello basato sull'intelligenza artificiale per identificare i sottotipi di lesione mammaria attraverso l'ausilio di mammografie e cartelle cliniche elettroniche insieme ad informazioni istopatologiche in una popolazione israeliana e

statunitense [Radiology 2022].

I risultati offrono prove a sostegno del fatto che l'intelligenza artificiale applicata alle immagini cliniche e mammografiche può identificare i sottotipi di lesione mammaria quando i dati sono sufficientemente grandi, il che può aiutare a valutare il flusso di lavoro diagnostico e ridurre gli errori di campionamento della biopsia.

La più grande ambizione di un radiologo e in particolare



di un radiologo senologo è appropciarsi attraverso le immagini all'anatomia patologica; non si tratta di un mero esercizio di stile, quanto di un tentativo di fornire informazioni preziose al paziente per orientarlo sulle procedure terapeutiche e sulla prognosi e sopravvivenza a lungo termine.

***Radiologo PhD**

© RIPRODUZIONE RISERVATA