

Salute & Benessere



Ci vorrebbe il mare

Mariolina De Angelis*



Il mare ci conduce a pensare: le onde con il loro scia-bordio, l'acqua, il cielo, la sabbia, la salsedine, il sole, il calore, e i profumi. Mare vuol dire vacanza, divertimento, ma anche cura. Già gli egizi ri-

portano nei papiri informazioni relative all'uso dell'acqua di mare per medicare ferite e piaghe. I greci e i romani poi riconoscevano nell'acqua di mare e nell'esposizione al sole la cura malattie reumatiche e il mantenimento nello stato di bellezza del corpo. È proprio nell'antichità che affonda le radici la talassoterapia. Una vera e propria scienza che sfrutta le ca-

pacità curative del mare. Una disciplina oggetto di studio e di ricerche. Il principio della talassoterapia è quello di utilizzare metodiche diverse ma convergenti. Si va dalle elioterapia che sfrutta i benefici dell'esposizione ai raggi solari per stimolare il sistema immunitario e agire su patologie dermatologiche, alla balneoterapia, ove piscine con acqua di mare riscal-

data diventano palestre di riabilitazione e kinesioterapia. Il bagno infatti riesce a modulare la respirazione, il ritmo cardiaco e il metabolismo basale. Per non parlare dei fanghi che nella loro componente solida contengono sostanze organiche ed inorganiche preziose la cura di reumatismi e lombosciatalgie. Inoltre la sabbia utilizzata per fini terapeutici, co-

si come le alghe, ricche le vitamine proteine ed oligoelementi un vero e proprio elisir di giovinezza per la nostra pelle. Il mare quindi come farmaco naturale che riesce a curare il nostro umore, regolare il nostro metabolismo e contribuisce al funzionamento del nostro apparato respiratorio purificando anche la nostra pelle.

*Farmacista

► **PREVENZIONE E RIMEDI.** Cura e igiene dei più piccoli

Neonati e dermatite da pannolino

Reazione infiammatoria della pelle che capita nei bambini nei primi mesi di vita

Maridea*

La dermatite da pannolino è una reazione infiammatoria della pelle che capita soprattutto nei bambini nei primi mesi di vita. Si manifesta con un arrossamento della pelle e con un eritema.

La pelle appare calda al tatto e l'infiammazione si può estendere anche alle zone circostanti. Più frequente è quando c'è uno sfregamento diretto tra pannolino e pelle. Tutto questo favorito sicuramente da sudorazione, calore, e ristagno continuato con le urine, con conseguente macerazione della cute.

Certamente l'irritazione può dipendere dall'uso di detergenti aggressivi non tollerati dalla pelle.

Ovviamente nei bambini, sofferenti di

dermatite atopica, questo aspetto è più probabile, e si può assistere anche ad una sovrapposizione batterica o fungina associata alla dermatite. Quali rimedi?

Anzitutto mantenere il pannolino ben asciutto, lavare il più possibile la zona con

Usiamo creme a base di ossido di zinco, calendula, pantenolo, vitamina E, tea tree oil, o aloe vera ma anche olio di mandorle

acqua, avendo cura di asciugare la parte senza strofinio, applicare successivamente uno strato di crema lenitiva, senza però effettuare l'occlusione. Sono da prediligere creme a base di ossido di zinco, di calendula, di pantenolo, di vitamina E, di tea

tree oil, o di aloe vera. Potrebbe essere consigliato anche l'olio di mandorle.

È importante cambiare il pannolino spesso cercando di evitare l'utilizzo di salviettine umidificate, che potrebbe aumentare il rischio di dermatite associata alla candida.

Non è utile applicare ripetutamente creme, ciò che è determinato è non ricorrere a rimedi fai da te, ma affidarsi al proprio farmacista. Creme antibiotiche e antifunginee verranno utilizzate solo

se i rimedi non farmacologici non abbiano dato i risultati sperati.

Inoltre, è importante sottolineare che per iniziare a vedere miglioramenti e rigenerazione della pelle sono necessari almeno 3/4 giorni.



Certamente bambini più grandi in cui si inizia a verificare la crescita dentaria, queste problematiche aumentano, anche perché la saliva sicuramente è acida. Basterà avere più cura dell'igiene e il problema verrà risolto certamente.

Donare sangue: l'appello della Croce Rossa



ROMA - L'emergenza sangue, rileva la Croce Rossa Italiana, è un problema concreto, visto che la partenza per le vacanze contribuisce a interrompere i consueti flussi di raccolta. Si tratta di un periodo nel quale anche le Regioni più virtuose riscontrano delle difficoltà.

Il Covid, poi, sottolinea la Croce Rossa, «ha reso il problema ancora più grave. Secondo i dati pubblicati dal Centro Nazionale Sangue, nell'ultimo anno le donazioni sono diminuite in media del 10% su tutto il territorio nazionale per effetto del virus e della conseguente paura del contagio».

«Questi dati, soprattutto con l'emergenza sanitaria in atto, non possono essere ignorati. Dobbiamo rivoluzionare il punto di vista e iniziare a pensare ad una vera e propria cultura della donazione del sangue e del plasma - afferma il presidente della Cri, Francesco Rocca - che deve essere sostenibile e continuativa nel tempo.

Perché non dovremmo trovarci mai in una situazione di carenza. Questo può avvenire soltanto attraverso un'attenta e rigorosa programmazione delle donazioni.

Il Covid-19 ci ha ricordato l'importanza del bene comune anche e soprattutto per il bene del singolo. È necessario disporre di

un adeguato numero di donatori periodici, coscienti del valore del loro gesto, sui quali poter contare tutto l'anno, festività e vacanze comprese». «In un momento così delicato e difficile per tutto il Paese, ognuno di noi - aggiunge Monorchio - può fare la differenza contribuendo, in maniera concreta, attraverso una donazione di sangue o di plasma. L'appello è quindi a programmare adesso la propria donazione, chiamando i centri di raccolta più vicini».

Un invito che la Croce Rossa Italiana rivolge a tutti, giovani e adulti in condizioni di buona salute e con uno stile di vita sano e che, quest'anno, l'Associazione vuole rafforzare attraverso la campagna #DonaCheTiTorna realizzata grazie al contributo non condizionato dell'azienda biofarmaceutica Bristol Myers Squibb, con il collettivo dei content creator di Casa Surace, in collaborazione con Show Reel Agency.

Online da oggi, sui canali social media di Casa Surace e della Cri, il secondo video realizzato dal gruppo influencer con l'obiettivo di sensibilizzare un pubblico sempre più vasto su questo importante tema.

- PREPARAZIONI GALENICHE E MAGISTRALI
- FARMACI VETERINARI
- PUNTOBLU. PRENOTAZIONE & TICKET

Farmacia Amodeo
Via Tagliamento, 42/44 - 83100 Avellino - Tel. 0825 36917
www.farmaciamodeo.it - farmaciamodeo@libero.it

- CONTROLLO DELLA PRESSIONE
- CONSULENZE DERMOCOSMETICHE
- MC CLUB FIDELITY



► **ESTATE.** Il fabbisogno idrico aumenta ed è importante porre attenzione sulla quantità di acqua che viene assunta quotidianamente

Acque oligominerali quali scegliere?

L'etichetta identifica tutti gli elementi minerali e le caratteristiche

Laura Melzini*



In questo periodo, in cui l'afa fa da padrone, parlare di acqua e idratazione corporea è di fondamentale importanza. In estate, e soprattutto

quando la temperatura esterna è quasi superiore a quella interna, il fabbisogno idrico aumenta ed è importante porre attenzione sulla quantità di acqua che viene assunta quotidianamente.

L'acqua è il costituente principale dell'organismo. Il corpo di un adulto è costituito per circa il 60% da acqua. Di questo 60%, il 75% è presente nei muscoli e negli organi interni, il 10% nel tessuto adiposo ed il 3% nello scheletro.

La quantità di acqua varia a seconda dell'età ed anche a seconda del sesso; fondamentale, quindi, assicurare una corretta idratazione a tutte le età e in ogni condizione, bevendo acqua regolarmente nell'arco della giornata e consumando, come da linee guida, frutta e verdura che ne sono ricche.

Le linee guida suggeriscono di bere 1 ml di acqua ogni kcal consumata; il fabbisogno idrico totale giornaliero varia per ogni individuo a seconda dell'età, del sesso, del quoziente energetico, della temperatura e dell'umidità ambientale, del tipo di attività fisica. Quale acqua bere?

Va subito chiarito che non esiste un'acqua "migliore di tutte le altre": ognuno può però trovare quella più consona alle proprie esigenze. Da una valutazione globale delle caratteristiche chimico-fisiche saremo in grado di scegliere non solo una buona acqua da tavola ma, quando necessario, usufruire di un vero e proprio mezzo dietetico-terapeutico.

L'etichetta identifica tutti gli elementi minerali e le caratteristiche di un'acqua minerale. È importante considerare il "residuo fisso a 180°C" che ci dà una stima del loro contenuto in sali minerali. Più questo valore è elevato e più sali sono disciolti in un litro.

Le acque con un residuo fisso molto basso (non superiore a 50 mg/l) si definiscono "minimamente mineralizzata" sono indicate nell'alimentazione dei neonati, per chi soffre di ipertensione e ritenzione idrica, in quanto hanno la funzione di stimolare la diuresi. È utile per prevenire la calcolosi renale.

Le acque con residuo fisso inferiore a 500 mg/l si definiscono "oligominerali" o "leggermente mineralizzata" favoriscono la diuresi, contengono poco sodio e sono indicate nei casi di ipertensione.

Le acque con residuo fisso compreso tra 500 e 1000 mg/l si defini-

scono "mediominerali" sono molto indicate negli sportivi in quanto ricche di sali utili a reintegrare quelli che si perdono con la sudorazione specie nel periodo estivo in cui occorre reintegrare i liquidi ed i minerali persi con la sudorazione.

Queste acque, contenendo più sodio delle oligominerali, non vengono immediatamente eliminate dai reni e quindi riducono la perdita di liquidi. Inoltre essendo ricche anche di Calcio migliorano la trasmissione degli impulsi ai muscoli e la ricchezza di bicarbonato aiuta ad eliminare la presenza di acido lattico, che si forma nei muscoli dopo prolungati sforzi. Le acque con residuo fisso superiore a 1000 mg/l si definiscono "ricche di sali minerali": sono acque terapeutiche, molto ricche di sali.

Si acquista in farmacia, ma alcune si trovano anche nei supermercati. È bene acquistarla solo sotto

consiglio medico perché può avere caratteristiche terapeutiche. Ha un effetto diuretico inferiore, e può favorire la comparsa di calcoli renali.

Un altro parametro da tenere in considerazione è il pH. Il funzionamento dei reni migliora in ambien-

condizioni fisiologiche: i soggetti in salute possono scegliere la qualità dell'acqua da bere in base alle loro esigenze. Le acque minerali sono, inoltre, classificate in base alla composizione in sali disciolti.

In particolare le acque Bicarbonate (che hanno un contenuto di bicarbonato > 600 mg/l) hanno azione digestiva, contrastano la gastrite riducendo il bruciore di stomaco.

Le acque Solfate (solfati >200 mg/l) hanno un effetto antispastico, lassativo e antinfiammatorio; indicate nelle malattie dell'apparato digerente e delle vie biliari.

Le acque Calciche (calcio >150 mg/l) sono indicate durante la crescita, in gravidanza e in menopausa, nella prevenzione dell'osteoporosi, il calcio contenuto in acqua minerale può fornire una quota importante del minerale necessario per assicurare un ricambio osseo naturale e allontanare il rischio di decalcificazione. Il calcio presente in queste acque è biodisponibile, ov-

vero assorbibile dall'organismo, pertanto si va a sommare a quello assunto con l'alimentazione.

Le acque minerali calciche sono indicate anche per chi è intollerante al latte e non aumentano l'incidenza di calcoli renali. È consigliabile bere lontano dai pasti proprio per tenere ottimale il livello del minerale a livello intestinale.

Le acque Acidule ricche di anidride carbonica libera (frizzanti) sono controindicate in caso di colite e meteorismo e velocizzano la digestione.

Le acque Magnesiche (magnesio > 50 mg/l) possono essere utili dopo l'attività fisica e nell'alimentazione degli sportivi per prevenire i crampi. Queste acque hanno prevalentemente un'azione purgativa.

Facciamo quindi attenzione al tipo di acqua che consumiamo durante la giornata: siamo ciò che mangiamo, è vero, ma bere con regolarità un'acqua non adatta alle proprie esigenze può nel lungo periodo causare disagi paragonabili a quelli di un'alimentazione sbagliata.

*Specialista in scienza dell'alimentazione



te alcalino (pH superiore a 7), le acque gassate sono caratterizzate da un pH più acido rispetto a quelle lisce.

Ogni tipo di acqua ha un utilizzo differente non solo in caso di patologie, ma anche a seconda delle

► **IL PROGETTO.** IoEquivalgo Scuola

La conoscenza dei giovani sui farmaci: dubbi e perplessità

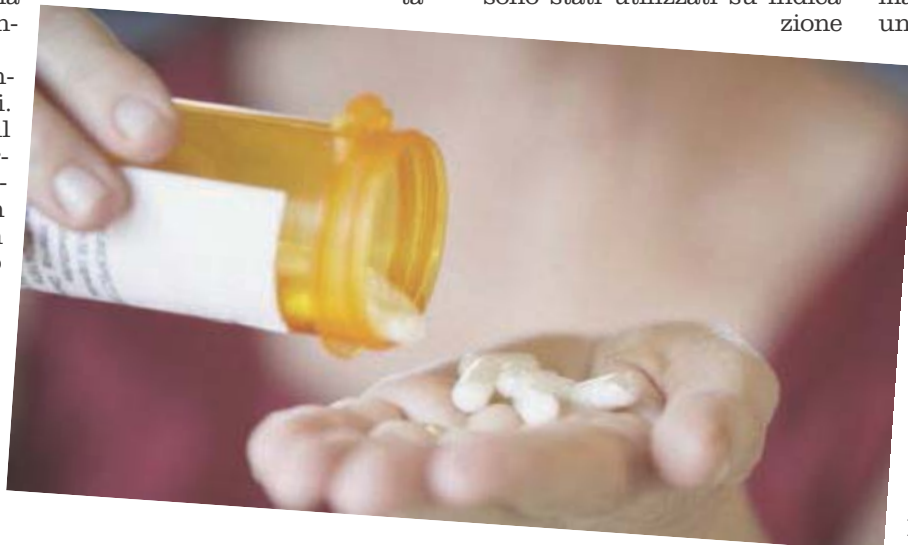
Il 43% dei ragazzi tra i 14-18 anni sa definire correttamente cosa sia un farmaco, il 74,8% degli studenti conosce i farmaci da banco, il 56,2% di loro ha sentito parlare di equivalenti.

Tuttavia un 46,3% confonde farmaci e integratori. Uno studente su dieci (il 10,6%) annovera tra i farmaci anche le tisane, mentre il 27% non sa che un farmaco è composto da un principio attivo e da uno o più eccipienti, mentre quasi 1 su 5 (il 18,9%) non è a conoscenza che la sua azione dipenda proprio dal principio attivo.

Quasi il 95% non ha mai acquistato farmaci sul web; di questi, oltre l'83% ritiene che acquistare un farmaco online esponga a significativi rischi di salute. È quanto emerge da un sondaggio condotto tra gli studenti italiani per il progetto «IoEquivalgo Scuola», promosso da Cittadinanzattiva.

Sui comportamenti, oltre uno su quattro (26,8%) getta via subito il foglietto illustrativo ma, anche tra coloro che non lo butta-

tra i motivi, il mal di testa (55,4%), la cura di malattie infettive (52,4%), altri dolori (45,2%) e febbre (37%). I farmaci sono stati utilizzati su indicazione



no, il 30,5% comunque non legge le istruzioni anche se il 92% è attento almeno alla data di scadenza.

Negli ultimi 12 mesi, oltre il 90% ha utilizzato un farmaco;

del medico di medicina generale (per il 57,7%), di un genitore o di un familiare (55,1%), dello specialista (21,7%) e del farmacista

(18,5%). Per quanto riguarda gli stili di vita, circa tre studenti su quattro (73,3%) sono completamente d'accordo sul fatto che il fumo sia dannoso per la salute. Uno studente su due ha dichiarato di non assumere o assumere raramente bevande alcoliche, ma un terzo riferisce un'assunzione almeno una volta a settimana, l'11,6% due-tre volte a settimana e un 2,2% segnala un'assunzione oltre le sei volte a settimana.

Alimenti quali hamburger, pizza, patatine sono consumati da circa il 50% dei giovani almeno una volta a settimana; uno su cinque mangia cibo da fast food due-tre volte a settimana, mentre circa uno su tre pare seguire una corretta alimentazione.

Il progetto «IoEquivalgo Scuola» ha portato i ragazzi a realizzare alcuni video spot sull'uso dei farmaci e sul diritto alle cure.

Ad aggiudicarsi primo e secondo premio, tra i 400 Istituti secondari di II grado di Piemonte, Lazio, Umbria e Campania, la quinta A dell'istituto di istruzione superiore "Giordano Bruno" di Perugia e quelli della quinta I del liceo scientifico Peano di Roma.

► **SALUTE.** *Il nostro stare bene è intrinsecamente correlato al mantenimento di un giusto apporto di liquidi*

Questione di idratazione

*Il corpo è composto per il 65% di acqua
Cellule, sangue, organi la contengono*

Maria Luisa D'Amore*



L'idratazione è una condizione indispensabile per la salute e il benessere del nostro corpo, ed indipendentemente dalla stagione in cui ci troviamo, bere acqua è essenziale.

Il nostro corpo è infatti composto per il 65% di acqua: le cellule, il sangue, i nostri organi la contengono; ancora essa trasporta le sostanze nutritive, reintegra i minerali, determina la termoregolazione, favorisce l'eliminazione delle scorie dal nostro organismo e, addirittura, stimola e mantiene una corretta trasmissione nervosa.

Pertanto, il nostro stare bene è intrinsecamente correlato al mantenimento di un giusto apporto di liquidi.

Se questo è vero sempre, in estate lo è ancora di più.

Le alte temperature e il sole bollente possono infatti giocare brutti scherzi e far sì che il rischio di disidratazione sia sempre dietro l'angolo. Per comprendere al meglio le motivazioni che sono alla base della richiesta di una maggiore quantità di acqua in estate bisogna infatti ragionare su quel meccanismo che, tecnicamente, è definito bilancio idrico e che consiste in soldoni nel rapporto tra la quantità d'acqua che assumiamo e quella che invece viene eliminata. Procediamo con ordine: il nostro corpo fisiologicamente elimina acqua attraverso le urine, le feci e il sudore. Tra tutti, proprio l'ultimo elemento dipende strettamente, oltre che dalla temperatura interna del nostro corpo, anche da quella esterna; ne consegue quindi che, in estate, la sudorazione aumenta e con essa aumenta anche la perdita di liquidi.

Una perdita eccessiva di liquidi può comportare l'istaurarsi di sensazioni come giramenti di testa, cali di pressione, bocca asciutta e una ridotta minzione.

Ma come può il nostro corpo capire quando il "livello" di acqua si sta esaurendo? Un ruolo decisivo è svolto dal meccanismo della sete, che a sua volta è regolato dall'ipotalamo: il senso di sete, infatti, è un vero e proprio campanello d'allarme per richiedere al nostro organismo di integrare con nuovi liquidi quelli persi. È però necessario riportare che spesso, il meccanismo della sete non è immediato ma compare quando la perdita è stata già tale da provocare i primi lievi effetti negativi.

Altra faccia della medaglia del bilancio idrico è però l'assunzione di acqua: e allora, quanto bere in estate?

Partiamo da un concetto di base: non esiste una quantità di acqua prestabilita e valida per tutti. Il fabbisogno idrico dell'organi-

simo varia infatti sulla base di numerosi fattori quali sesso, età e grado di attività fisica svolta; tuttavia la quantità standard si aggira intorno ai due litri di acqua al giorno per tutti, quantità che può toccare i quattro litri quando ci si riferisce ad uno sportivo.

L'assunzione di acqua deve avvenire in ogni momento della giornata, e non solo durante i pasti: è buona norma, infatti, tenere una bottiglia d'acqua a portata di mano anche sulla scrivania o quando si è a lavoro in modo da "anticipare" il senso di sete bevendo di tanto in tanto piccole ma frequenti quantità di acqua.

Cosa bere dunque? Come si è facilmente intuito dal leitmotiv che ritorna ciclicamente lungo tutto l'articolo, l'acqua è la bevanda più naturale e più sana in quanto dissetante, rinfrescante e totalmente priva di calorie. Che sia del rubinetto o acquistata, non fa alcuna differenza. Anche la scelta tra liscia e gassata dipende esclusivamente dal gusto: le bollicine non modificano la composizione dell'acqua, ma la rendono, secondo alcuni palati, più appetibile.

Se poi abbiamo voglia di cambiare, ecco qualche valida alternativa estiva, da concedersi di tanto in tanto:

- **Infusi e tisane:** sono la scelta migliore dopo l'acqua, soprattutto se prive di caffeina e teina. Alcune tisane a base di menta, camomilla e finocchio sono ottime se consumate fredde.

- **Spremute o frullati:** ottimi per associare l'assorbimento di acqua a quello delle vitamine contenute nella frutta. Vanno però consumati senza esagerare perché spesso contengono un alto quantitativo di zucchero.

- **Succhi naturali e non zuccherati:** freschi e dissetanti, vanno consumati con moderazione perché non contengono vitamine e minerali delle spremute fresche. Possono contenere zuccheri nascosti.

- **Latte:** elemento principe per iniziare la giornata. Occhio al contenuto di grassi!

Al contrario vanno evitate bevande zuccherate, caffè, tè e superalcolici.

In ultimo ma non per ultimo ricordiamo che l'acqua può essere assunta anche attraverso il cibo, e in questo senso la frutta e la verdura estiva sono nostre alleate: cetrioli, pomodori, pesche, angurie e meloni sono ottime per idratarsi a tavola con gusto!

Per concludere una piccola precisazione è rivolta ai nostri cari anziani: fisiologicamente con l'avanzare dell'età man mano si riduce la percezione del senso della sete, favorendo nelle persone più anziane il rischio di incorrere in stati avanzati di disidratazione. Per questo motivo, in loro più che in ogni altro è importante bere spesso, anche quando non si percepisce lo stimolo della sete.



DIFESE IMMUNITARIE BASSE

Covid 19 ed infezioni opportunistiche

Biagio Campana*



I funghi o miceti sono tra gli organismi più diffusi al mondo e vivono praticamente ovunque trovandoli nel terreno, nell'acqua, nell'aria e nel nostro organismo. Le difese immunitarie di cui disponiamo ci aiutano a tenere sotto controllo i loro tentativi di invasione, ma nel caso di problemi congeniti o in presenza di farmaci che riducono l'attività immunitaria può accadere che i funghi superino le difese e inizino a proliferare dando tutta una serie di problemi spesso maggiori della patologia di base. Durante la pandemia da Covid 19 uno dei pochi presidi terapeutici che si è rivelato utile è stato il cortisone soprattutto nella formulazione del desametasone utilizzato ad elevati dosaggi soprattutto nei pazienti in terapia intensiva e quindi più critici. I cortisonici detti anche steroidi sono sostanze che contribuiscono a ridurre l'attività del sistema immunitario. Il loro impiego può apparire apparentemente controproducente, considerato che spetta proprio alle cellule immunitarie il compito di identificare e distruggere il coronavirus. In alcuni casi, però, la reazione del sistema immunitario finisce fuori controllo, causando forti infiammazioni ai tessuti dell'apparato respiratorio, dove è presente il coronavirus, che finiscono per danneggiarli gravemente. Gli steroidi e altri farmaci consentono di calibrare questa risposta, in modo da ricondurla entro livelli tollerabili. Ridurre la risposta immunitaria ha però diverse implicazioni come ad esempio il favorire l'emergere di altri microrganismi patogeni, come i batteri, che proliferando a dismisura ed accrescendo le loro colonie danneggiano il nostro organismo. Per questo, temendo infezioni secondarie batteriche, i medici in terapia intensiva somministrano spesso antibiotici ad ampio raggio



ai ricoverati per COVID-19, in via preventiva e come precauzione. Tra sistema immunitario che non funziona a pieno regime, mancanza di batteri utili per la nostra salute e forti infiammazioni a livello polmonare, si creano condizioni ideali per le infezioni fungine. Alcune di queste non solo sono difficili da diagnosticare, ma anche da trattare. In India ad esempio in corso di ondata da variante delta è emerso il cosiddetto fungo nero. Trattasi di una mucormicosi ben nota agli operatori sanitari di quel paese e già molto diffusa rispetto agli altri paesi del mondo che riconosce come agenti patogeni funghi appartenenti all'ordine dei Mucorales (Zigomiceti) e comprendono generi quali Mucor, Absidia e Rhizopus, che sono in grado di moltiplicarsi nella mucosa orofaringea, negli occhi ma anche in profondità nel sistema nervoso, provocando gravi malattie che comprendono sintomi respiratori e neurologici. Nelle mucose, si notano delle mac-

chie nere di tessuto riconducibili alla moltiplicazione del fungo. Non solo fungo nero ma anche infezioni opportunistiche sostenute da altri funghi del genere Aspergillus e Candida è stata riscontrata negli ospedali di Stati Uniti, Francia, Pakistan e Regno Unito. Un'analisi di 19 studi osservativi condotti in vari ospedali su un totale di 1.421 pazienti malati di COVID-19 ha evidenziato la presenza di aspergillosi nel 13,5 per cento dei casi. Le terapie sono consistite nella somministrazione di antimicotici, ma gli esiti non sono stati sempre positivi con tassi di mortalità molto elevati. L'utilizzo di farmaci immunosoppressori come gli steroidi se da un lato è indispensabile per la sopravvivenza dei pazienti dall'altro li espone a sovra infezioni batteriche e soprattutto fungine non sempre responsive ai farmaci disponibili. L'antibiotico resistenza sarà la prossima sfida che il genere umano dovrà affrontare.

*Specialista in Malattie dell'Apparato Respiratorio



▶ IMPROPRIAMENTE CONOSCIUTA ANCHE COME GRAVIDANZA EXTRAUTERINA.

Gravidanza Ectopica

Quando l'impianto dell'ovocita fecondato ha luogo in una sede diversa dalla cavità uterina

Mario Polichetti*



“Gravidanza ectopica” è l'espressione medica che descrive le gravidanze in cui l'impianto dell'ovocita fecondato ha luogo in una sede diversa dalla cavità uterina.

Impropriamente conosciuta anche come gravidanza extrauterina, la gravidanza ectopica è una condizione molto pericolosa per la gestante; in caso di una sua diagnosi tardiva, infatti, la gravidanza extrauterina può risultare perfino fatale per la madre.

Secondo alcune stime, l'1,6% circa di tutte le gravidanze diagnosticate sarebbe di natura ectopica. Questo dato è decisamente più alto rispetto a qualche decennio fa; le ragioni di tale rialzo, tuttavia, non sono da ricercarsi nella maggiore esposizione delle donne ai fattori causali, ma nel fatto che sono migliorate le tecniche diagnostiche per l'individuazione della gravidanza ectopica.

Un tempo, il numero di gravidanze ectopiche risultava più basso, perché sottostimato. Grazie alle strumentazioni diagnostiche attuali, oggi, i medici riescono a individuare il doppio delle gravidanze ectopiche riscontrate in passato.

È assai difficile fornire una stima precisa della frequenza della gravidanza ectopica tra le gestanti; tale difficoltà è dovuta al fatto che la gravidanza extrauterina è un disturbo che si presenta con frequenza diversa a seconda di fattori come la popolazione di appartenenza, l'età e la predisposizione genetica.

Da alcuni studi è emerso che:

Sono meno soggette a gravidanza ectopica le donne di popolazione Caucasica, mentre sono più inclini a gravidanza extrauterina le donne giovanissime che non hanno ancora avuto figli, le donne in età fertile avanzata e le donne con una storia passata di aborti spontanei consecutivi. A ogni modo, prendendo come riferimento quanto osservato nel Regno Unito, il fenomeno della gravidanza ectopica riguarderebbe una donna incinta ogni 80.

Le statistiche dicono che il responsabile in un 10% dei casi di mortalità materna è la gravidanza extrauterina. Si tratta di un dato alquanto elevato, se si considera l'avanguardia delle tecniche diagnostiche attuali e il miglioramento delle strategie terapeutiche.

Classificazione

A seconda di dove ha sede l'impianto anomalo dell'embrione (od ovulo), gli esperti distinguono la gravidanza ectopica in due grandi categorie: intrauterina ed extrauterina.

La suddetta classificazione spiega per quale motivo “gravidanza extrauterina” rappresenti un'espressione impropria per definire la gravidanza ectopica; con gravidanza extrauterina, infatti, si esclude dalla casistica tutte le gravidanze ectopiche intrauterine, le

quali, sebbene l'annidamento sia comunque nell'utero, sono comunque delle anomalie.

Gravidanza Ectopica Intrauterina

Prende il nome di gravidanza ectopica intrauterina la gravidanza in cui l'embrione s'impianta sì all'interno dell'utero, ma in un'area impropria al suo corretto sviluppo.

Gravidanza Ectopica Extrauterina

I medici definiscono gravidanza ectopica extrauterina la gravidanza in cui l'impianto dell'embrione avviene al di fuori dell'utero.

Le sedi fuori dall'utero in cui può annidarsi l'embrione, dando luogo al fenomeno della gravidanza ectopica extrauterina, sono sostanzialmente 3: le tube di Falloppio (gravidanza ectopica tubarica), l'ovaia (gravidanza ectopica ovarica o tubo-ovarica) o l'addome/cavità peritoneale (gravidanza ectopica addominale).

GRAVIDANZA ECTOPICA TUBARICA

La gravidanza ectopica tubarica – ossia la gravidanza ectopica extrauterina in cui l'annidamento dell'embrione avviene nelle tube di Falloppio – costituisce il 95% dei casi di gravidanza ectopica (compresi i casi di gravidanza ectopica intrauterina), risultando la variante più comuni di questa pericolosa anomalia gestazionale.

In base alla precisa sede di annidamento dell'embrione, gli esperti distinguono la gravidanza ectopica tubarica in 4 diverse sottocategorie:

•La gravidanza ectopica tubarica ampollare. È la forma più frequente di gravidanza ectopica tubarica (caratterizza il 75% delle gravidanze ectopiche tubariche);

•La gravidanza ectopica istmica (si osserva nel 13% delle gravidanze ectopiche tubariche);

•La gravidanza ectopica interstiziale (forma rara);

•La gravidanza ectopica peritoneale primitiva (assai rara, vede l'impianto dell'ovulo nella fimbria, una delle porzioni terminali della tuba di Falloppio).

GRAVIDANZA ECTOPICA OVARICA

La gravidanza ectopica ovarica è la gravidanza ectopica extrauterina caratterizzata dall'annidamento dell'embrione a livello di una delle due ovaie. Si tratta di una condizione molto rara, che alcuni autori identificano con una forma particolare di gravidanza ectopica tubarica (questo spiega perché sia nota anche come gravidanza ectopica tubo-ovarica).

GRAVIDANZA ECTOPICA ADDOMINALE

La gravidanza ectopica addominale è la gravidanza ectopica extrauterina contraddistinta dall'annidamento dell'embrione in un organo addominale o all'interno della cavità peritoneale.

Sintomi

Sfortunatamente (sarebbe utile alla diagnosi tempestiva), per il fenomeno della gravidanza ectopica, è impossibile delineare un quadro sintomatologico oggettivo e standard, in quanto il corpo di ogni donna reagisce in maniera assolutamente soggettiva all'anomalia; di conseguenza, i sintomi della gravidanza ectopica appaiono molto generici, tanto che, talvolta, si confondono con quelli di altri disturbi a carico dell'apparato genitale femminile (es. infiammazioni pelviche, irregolarità mestruali, infezioni, coliche addominali ecc.).

È da segnalare, inoltre, che sulle caratteristiche della sintomatologia della gravidanza ectopica concorrono fattori variabili, come: lo stadio di avanzamento della stessa gravidanza ectopica, l'età della paziente e le complicanze presenti.

Secondo quanto riportano alcune statistiche, il 10% dei casi di gravidanza ectopica sarebbe asintomatico, cioè privo di sintomi.

A ogni modo, tra i sintomi più frequenti della gravidanza ectopica, rientrano:

- Crampi addominali;
- Salpingite;
- Emorragie uterine ripetute rappresentate da spotting;
- Amenorrea;
- Nausea e vomito;
- Vertigini;
- Febbre;
- Percezione di tensione a livello pelvico;
- Ipotensione.

In genere, i casi sintomatici di gravidanza ectopica si manifestano tra la IV e l'VIII settimana di gestazione, quindi in una fase alquanto precoce di quest'ultima.

È da segnalare che, nelle prime settimane di una gravidanza ectopica, è frequente anche la morte spontanea dell'embrione (aborto spontaneo), fenomeno quest'ultimo che preserva da gravi complicazioni.

Complicazioni

Quando la gravidanza ectopica è tubarica (maggioranza dei casi), c'è il rischio di rottura della tuba di Falloppio interessata. La rottura della tuba di Falloppio successiva a una gravidanza ectopica determina una grave emorragia interna, la quale, in assenza di cure appropriate e tempestive, induce shock ipovolemico e ha un'alta probabilità

di causare la morte della paziente.

La morte della gestante per rottura della tuba di Falloppio è la principale causa di decesso nei primi tre mesi di gravidanza.

Rischio di Rottura della Tuba di Falloppio

In presenza di gravidanza ectopica tubarica, il rischio di rottura della tuba di Falloppio è tanto maggiore, quanto più l'embrione riesce a crescere nella sede anomala che lo ospita.

Come riconoscere la Rottura della Tuba di Falloppio

Durante una gravidanza ectopica tubarica, la rottura della tuba di Falloppio si associa a sintomi importanti, quali:

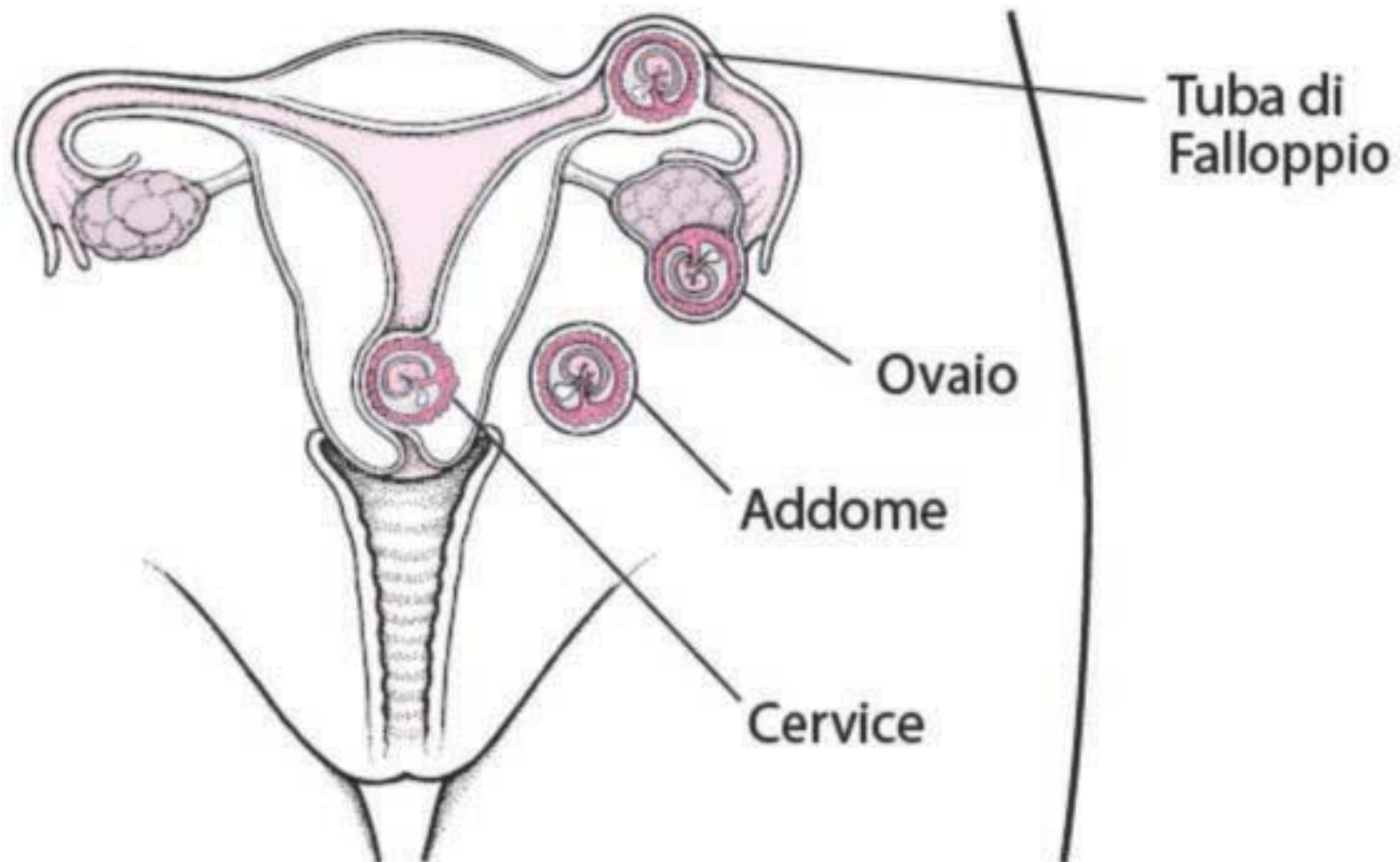
- Intenso dolore addominale o pelvico;
- Sanguinamento vaginale anomalo;
- Senso di forte stordimento o svenimento.

Conseguenze sulla Fertilità Futura

Anche quando il trattamento ha successo, la gravidanza ectopica lascia un'impronta incancellabile sulla fertilità della donna che ne è stata oggetto: qualora la gravidanza ectopica fosse tubarica (maggioranza dei casi), infatti, l'instaurarsi di una successiva gravidanza comporta quasi sempre delle complicanze, a causa del danneggiamento interno della tuba, in cui c'è stato l'annidamento anomalo.

Tra le suddette complicanze della gravidanza ectopica, spicca l'alta probabilità di un ulteriore impianto extrauterino dell'embrione a livello della tuba di Falloppio.

*Direttore Unità Operativa Gravidanza a Rischio Azienda Universitaria di Salerno



► **VACCINO.** Tra i nosocomi campani, oltre al "Cotugno" di Napoli, anche il "Moscati" per affrontare la fase due della sperimentazione

Anticorpi alle stelle ma senza green pass

GIANPAOLO PALUMBO*



All'inizio dello scorso mese di marzo al valzer dei vaccini si unì anche quello italiano denominato "Reithera" in collaborazione tra lo Spalanzani di Roma, una società biotecnologica italiana di Castel Romano nel Lazio e 26 istituti di ricerca o ospedali di rilievo nazionale ad alta specializzazione. A quest'ultimi si sono associati centri specialistici della Germania; tutti uniti ad affrontare la difficile "fase due" dello studio sperimentale. Tra i nosocomi campani, oltre al "Cotugno" di Napoli, la scelta è caduta sul "Moscati" di Avellino.

La sperimentazione è andata avanti con inoculi di uno o due dosi o di una quota di placebo. Non si sono registrati effetti avversi gravi. Si è trattato soltanto di cefalee, qualche volta febbre e dolori articolari. Per contro si è riscontrata una notevole immunogenicità e protezione dall'infezione: nel 93% dei casi dopo la prima dose e nel 99% dopo la seconda dose, con uno scudo immunitario attivo anche nei confronti delle aggressive varianti. Quindi grande protezione contro l'infezione virale. Chi legge dirà: che grande risultato! Invece i possessori di un gran numero di anticorpi non possono essere soggetti certificati per il green pass perché il vaccino è considerato ancora in fase sperimentale.

Il vaccino "italiano" è diverso dai due oggi in maggiore utilizzo in questo periodo (Pfizer e Moderna) che si basano su di una tecnologia ad mRNA. La piattaforma vaccinale del Reithera si basa su di un virus vettore (adenovirus modificato di Gorilla) che contiene l'informazione genetica che produce la proteina spike del coronavirus: il vero e proprio ponte per infettare le cellule.

I risultati di ogni struttura impegnata nella ricerca, le cui dotazioni tecnologiche, logistiche e clinico-sanitarie sono certificate e continuamente verificate, verranno raccolti ed elaborati in un solo centro per definire ufficialmente i contorni dei dati fino ad ora estremamente positivi.

Il supporto economico italiano a questa ricerca si è bloccato per una disquisizione sul controllo di legittimità di spesa presso la Corte dei Conti ed il Reithera potrebbe emigrare in Messico, che ha patito una strage infinita (quarta nazione al mondo per decessi) il cui governo insiste con la più volte espressa intenzione di acquisire la fabbrica italiana e la sua ricerca nel campo specifico.

Bisogna anche aggiungere che, al contrario del vaccino AstraZeneca e del "gemello" J&J, il virus italiano "coltivato" amorevolmente anche a Contrada Amoretta, pur essendo a vettore virale, non ha presentato casi avversi importanti, compreso le trombosi, ma ha presentato, come abbiamo già accennato, una difesa eccellente dalle micidiali varianti.

Torniamo al problema dei volontari pieni di anticorpi che non possono andare al ristorante o a teatro perché l'EMA e l'AIFA (gli Enti Eu-

ropei e Nazionali per l'autorizzazioni all'utilizzo dei farmaci) non hanno ancora potuto autorizzare il Reithera per le vaccinazioni e quindi il successivo green pass. Problema simile lo hanno i cittadini dello Stato di San Marino che si sono vaccinati autonomamente con lo Sputnik sovietico e che non possono accedere al green pass perché il vaccino non è autorizzato.

Da una parte mille persone che sono considerate eroi e piene di anticorpi, ma non risultano vaccinate ufficialmente, da un'altra quindicimila vaccinate non riconosciute e dall'altra ancora migliaia di no-vax che non vogliono bene a se stessi ed ai loro cari. Ci vorrebbe un intervento di buon senso da parte delle istituzioni per i volontari del Reithera e per i sammarinesi vittime di un giocare in anticipo che non ha pagato positivamente. I tecnicismi ed i formalismi vanno riformati. Nella progettualità di un decreto va previsto ciò che può accadere a lungo termine. I no vax portano avanti la loro "lotta" strumentalizzando dati e parole. Quante parole, spogliate dei loro autentici significati sono diventate voci insidiose! Quanto potere a quelle parole! Sull'arte oratoria molte cose si possono dire. Dall'esperienza della democrazia greca, nel lontano V seco-



lo a.C., dopo il rivolgimento di Clitene contro la tirannide di Pisistrato, emerge il concetto di isonomia, cioè di eguaglianza di tutti di fronte alla legge; ritenuto uno dei principi fondamentali della stessa democrazia ateniese, esso dava a tutti la possibilità di prendere la parola e nello stesso tempo di ascoltare la parola altrui. Ecco perché nell'antica Grecia l'arte di parlare in pubblico si insegnava ed ecco perché la cultura maggiore degli ateniesi consisteva proprio nella loro capacità di saper ascoltare anche discorsi complessi. In questo contesto il teatro in Atene divenne

un mezzo di conoscenza molto potente, uno specchio della società che garantiva a tutti la libertà di parola; sorto dal popolo e promosso per le esigenze e l'educazione del popolo stesso, esso concentrava l'attenzione e l'interesse di tutti i cittadini: ai poveri, perché potessero assistere agli spettacoli, era concesso dallo Stato un sussidio di "due oboli".

Dai greci ad oggi, il lungo cammino della democrazia e della libertà è stato arrestato dall'emergenza da Covid-19 che ha portato con sé anche una vera e propria emergenza linguistica: parole semplici e

abusate a cui viene ribaltato il significato, parole piene di risonante retorica, parole che fanno precipitare il nostro universo linguistico verso i tecnicismi che uccidono la nostra lingua, il nostro pensiero e, soprattutto, la nostra capacità comunicativa.

Qualche anno fa nell'ambito del lavoro dipendente i nostri governanti, non considerarono per sbaglio gli esodati quale classe sociale da recuperare. Cerchiamo di non fare lo stesso errore, creando gli esodati del...vaccino.

*Medico Federazione medici sportivi italiani



PELLE

Granuloma piogenico o granuloma teleangectasico

Maria Assunta Baldassarre*



Il granuloma piogenico o granuloma teleangectasico o botriomicoma è una patologia abbastanza frequente. Si tratta di una proliferazione vascolare che clinicamente si presenta come un nodulo o una papula, molle, rossa, friabile, facilmente sanguinante. Talvolta la lesione è pedunculata. Insorge all'improvviso, molto spesso in seguito ad un trauma. Di recente è stata evidenziata una

mutazione del gene BRAF per cui si è proposta l'eziologia tumorale benigna della patologia. Le sedi principalmente coinvolte sono le labbra, le dita, le gengive, il naso. Nella donna in gravidanza è possibile il riscontro di un granuloma piogenico a livello gengivale. Questa patologia può presentarsi sia negli adulti che nei bambini. La diagnosi clinica è abbastanza agevole. L'esame dermatoscopico evidenzia un pattern vascolare atipico. Il granuloma piogenico, pur essendo una malattia abbastanza banale, crea nell'adulto dei problemi di diagnosi differenziale con patologie più importanti quali il melanoma amelanotico o il carcinoma spinocellulare. Nel bambino, invece, la diagnosi clinica di granuloma piogenico è quasi certa. La lesione può andare incontro a regressione spontanea nell'arco di qualche mese. Nonostante ciò, però, si preferisce far ricorso all'asportazione chirurgica o all'elettrocoagulazione perché il nodulo o la papula rossa tendono a sanguinare spontaneamente creando disagio al paziente.



PROTEZIONE



Cosa mettere nel nostro Beauty per l'estate?

In questa piccola guida voglio svegliarmi alcuni consigli pratici per organizzare il nostro Beauty. Quali sono i prodotti indispensabili per il benessere della nostra pelle? Certamente Un siero antiossidante che contrasti i danni dei raggi uv che come sappiamo sono responsabili dell'invecchiamento cutaneo punto il siero va applicato al mattino prima del solare ed è importante che nella sua composizione ci sia la vitamina C e acido ferulico.

Non può mancare nel beauty la crema solare scelta in base al tipo di pelle e ovviamente al fototipo. È importante che sia arricchito di aloe che ha un'azione lenitiva e di bisabololo. Ricordiamoci di portare molti con labbra 50+ adatto soprattutto per chi soffre di herpes labiale perché i raggi solari abbassano le nostre difese immunitarie aumentando le recidive. Applicheremo questo stick sulle cicatrici o ve la pelle più sensibile è più esposta irritazione i suoi tatuaggi per proteggere la pelle dal ipersensibilità.

Per proteggere i nostri capelli dai raggi solari sarà importanti proteggerli con uno spray e indossare un cappello. Nel nostro beauty ci sarà Certamente uno spray di acqua termale utilissimo da portare in spiaggia punto ha un'azione lenitiva idratante e donerà sollievo in caso di arrossamento o eritema cutaneo.

Proteggiamo sempre la nostra pelle dalle radiazioni e tranquillamente vivremo questa nostra estate