

PRIMO PIANO

In forma per l'autunno

- Tatuaggi e piercing
- Dilettanti allo sbaraglio

 **Mylan**

zENTIVA

GRUPPO SANOFI

RANBAXY

 **SANDOZ**

a Novartis company

 **EG**
EuroGenerici

 **FARMAUNITI News**

NOTIZIE PER LA TUA SALUTE

MENO MALE

Puoi provare
Ibuprofene Zentiva.
Agisce rapidamente.

Mal di testa, nevralgie, mal di denti,
dolori mestruali, mal di schiena,
dolori osteo-articolari e muscolari.

Contro il dolore, puoi scegliere
Ibuprofene Zentiva



www.zentiva.it

zENTIVA
GRUPPO SANOFI



È un medicinale a base di Ibuprofene e può
avere effetti indesiderati anche gravi.
Leggere attentamente il foglio illustrativo.
Autorizzazione del 24/06/2015.

Caro amico lettore,

in questi anni abbiamo assistito prima al dirompente successo dei telefoni cellulari, che ci hanno permesso di essere raggiungibili in ogni luogo e in ogni momento, e poi quello ancor più deflagrante dei social network. Proprio lo scorso 27 agosto Facebook ha raggiunto il miliardo di utenti registrati.

Questi due fenomeni sono l'ulteriore conferma che comunicare è un bisogno imprescindibile dell'essere umano. Proprio a questo riguardo Paul Watzlawick affermò:

"... non si può non comunicare. L'attività o l'inattività, le parole o il silenzio hanno tutti valore di messaggio: influenzano gli altri e gli altri, a loro volta, non possono non rispondere a queste comunicazioni e in tal modo comunicano anche loro..."

È chiaro che la comunicazione non può essere solo uno scambio di informazioni, ma è anche (se non soprattutto) un momento di scambio di emozioni e sentimenti.

La malattia, nostra ma ancor di più quella di una persona a noi cara, ci può far sentire meno sicuri e più vulnerabili: in quei momenti non abbiamo solo bisogno di ricevere informazioni sul nostro stato di salute e su come assumere la terapia, ma soprattutto abbiamo bisogno che queste informazioni ci siano trasmesse per rassicurarci e motivarci a proseguire il nostro cammino di salute.

Spesso questo avviene proprio in farmacia: dopo l'ospedale, dopo l'ambulatorio del medico il nostro percorso di salute può continuare facendo una, o più tappe, in farmacia dove le parole diventano anche loro farmaco.

Marco Aggeri



PIANETA GIOVANI

□ Tatuaggi e piercing pag. 4

PSICOLOGIA

□ Vorrei sapere se tutto questo è normale pag. 8

OCULOPLASTICA

□ La giusta scelta del medico: attenti al low cost pag. 12

TRAUMI

□ Dilettanti allo sbaraglio pag. 17

ALTRA MEDICINA

□ Un autunno ricco di possibilità pag. 20

NEWS

□ Fibromialgia, la "malattia invisibile" pag. 24

CUORE

□ Ictus e fibrillazione atriale: un matrimonio pericoloso pag. 27

ARTE

□ Dagli impressionisti a Picasso pag. 28

Farmauniti News - Notizie per Te
Rivista bimestrale
della Società Cooperativa Farmauniti
Via Sant'Anselmo, 14 - 10125 Torino
www.farmauniti.it

Iscrizione al Tribunale di Torino
n. 57/11 del 12/09/2011

Tiratura
102.000 copie

Direttore responsabile
Roberto Emer

Comitato di redazione
Marco Aggeri
Roberto Bruno
Anna Maria Coppo
Roberto Mutti
Giliola Rosso

Hanno collaborato
Ilaria Papandrea

Progetto e realizzazione grafica
SGI srl - Società Generale dell'Immagine
Via Pomaro, 3 - 10136 Torino

Per spazi pubblicitari
SGI srl - Società Generale dell'Immagine
Via Pomaro, 3 - 10136 Torino
www.sgi.to.it - info@sgi.to.it
tel. 011 35 99 08 - fax 011 329 06 79

Stampa
La Terra Promessa Onlus
Novara

Chiuso in tipografia il 7 settembre 2015

 **SANDOZ**
a Novartis company

IL 24% DEGLI ADOLESCENTI CON COMPLICANZE INFETTIVE, SOLO IL 17% HA FIRMATO UN CONSENSO INFORMATO: I DATI DI UNA RICERCA ITALIANA

TATUAGGI E PIERCING

RISCHIO INFEZIONI E DANNI AL FEGATO PER I GIOVANISSIMI



Tatuaggi e piercing sono sempre più amati dai giovanissimi, una tendenza che non teme crisi ma che, considerate 'pratiche ornamentali', sono talvolta effettuate con leggerezza. Una recente ricerca, condotta dall'Università di Tor Vergata su 2500 studenti liceali coinvolti con questionario anonimo, ha rilevato come il 24% di essi abbia avuto complicanze infettive; solo il 17% ha firmato un consenso informato; e uno scarno 54% è sicuro della sterilità degli strumenti che sono stati utilizzati. Scopo della ricerca è stato

informare gli adolescenti che l'esecuzione di ornamenti estetici in locali non certificati senza rispetto delle norme igieniche, oppure di pratiche artigianali inadeguati, possono essere veicoli di trasmissione di malattie infettive per via ematica. In particolare, ad esempio, quelle prodotte dal virus dell'epatite B e C - HBV e HCV - e dal virus dell'AIDS - HIV -, che a volte sono causa di morte; inoltre, da recenti studi scientifici, è stato rilevato come l'inoculazione nella cute di sostanze chimiche non controllate

costituisca un rischio di reazioni indesiderate di tipo tossicologico o di sensibilizzazione allergica.

"Se l'80% dei ragazzi ha affermato di essere a conoscenza dei rischi d'infezione, solo il 5% è informato correttamente sulle malattie che possono essere trasmesse" spiega la dottoressa Carla Di Stefano, autrice dell'indagine e ricercatrice all'Università di Tor Vergata. "Eppure il 27% del campione ha dichiarato di avere almeno un piercing, il 20% sfoggia un tatuaggio e sono ancora di più gli

'aspiranti': il 20% degli intervistati ha dichiarato l'intenzione di farsi un piercing e il 32% di ornare la pelle con un tatuaggio". L'epatite virale è un'infezione del fegato causata dall'infezione, silente o sintomatica, da parte di alcuni virus tipici del tessuto epatico, ma soltanto alcuni di essi - HBV, HCV, HDV - possono stabilirsi nell'organismo in modo persistente, causando danni cronici al fegato. Nella forma acuta, la malattia si manifesta con disturbi di tipo influenzale, spesso asintomatico, mentre nella sua forma

cronica, l'infiammazione permanente del tessuto epatico è dovuta all'incapacità del sistema immunitario di eliminare il virus epatico. Inoltre, nella metà circa dei pazienti l'infezione cronica causa lesioni progressive del fegato e una parte di questi pazienti può sviluppare la cirrosi - o cicatrizzazione del fegato.

L'Italia detiene la maglia nera rispetto alla media europea che si aggira tra lo 0,1 e l'1% della popolazione con un tasso d'incidenza variabile tra il 2-3% e 1 milione 200 mila

persone affette dal virus in forma cronica. Sempre nel nostro Paese, la cirrosi è la quinta causa di morte con circa quindicimila decessi l'anno e oltre seimila sono i pazienti che muoiono per carcinoma del fegato.

Proprio in questi giorni, molti studiosi hanno puntato i riflettori sullo studio - "Association of tattooing and hepatitis C virus infection: a multicenter case control study" - pubblicato sulla rivista Hepatology, dove si dimostra come l'infezione da HCV principalmente si trasmetta attraverso il

riutilizzo di aghi monouso, la non sterilizzazione di materiali, il riutilizzo d'inchiostro contaminato con sangue infetto. "Il dato scientificamente più interessante" commenta la Di Stefano "sta nei tempi di sopravvivenza del virus rilevati negli aghi e nell'inchiostro, variabile da pochi giorni nell'ambiente a quasi un mese nell'anestetico: dato ancor più preoccupante se incrociato con la scelta degli adolescenti verso locali spesso economici e non a norma di legge".

"Per quello che riguarda

tatuaggi e piercing non ci sono casistiche da procedure effettuate in studi professionali, ma il rischio aumenta quando tali procedure vengono eseguite talora da principianti, in strutture con scarse condizioni igieniche e sterilità degli strumenti o con strumenti improvvisati - corde di chitarra, graffette o aghi da cucito - ma anche nelle carceri o in situazioni non regolate come l'ambiente domestico", interviene il Professor Vincenzo Bruzzese, Presidente Nazionale del Congresso della SIGR dove è stata presentata la ricerca.

“In conclusione, a partire dalla fine degli anni '90”, avverte ancora la dottoressa Carla Di Stefano “questo problema è stato più volte messo in evidenza in Italia attraverso i dati della Sorveglianza delle epatiti virali acute - la Seieva. Recentemente è stato stimato che **nel nostro Paese una quota di casi di epatite C acuta superiore al 10% è attribuibile ai trattamenti estetici**; inoltre, una volta esclusi i tossicodipendenti dall'analisi, si può stimare che **coloro i quali si sottopongono a un tatuaggio hanno un rischio 3, 4 volte più alto di contrarre l'epatite C rispetto a chi non ci si sottopone. Analogamente, per quanto riguarda il piercing, il rischio di contrarre l'epatite C è 2, 7 volte maggiore rispetto a chi non se lo fa applicare**”.

Dai dati dei ricercatori italiani - presentati al 2° Congresso Nazionale SIGR - emerge quindi la necessità di un maggiore sforzo per incoraggiare l'utilizzo di materiale monouso e la corretta sterilizzazione degli strumenti utilizzati durante queste procedure, aumentandone il monitoraggio.

Informare con continuità che il far ricorso a strutture temporanee, come quelle che compaiono durante i mesi estivi nelle località balneari, aumenta il rischio di contagio perché si tratta di situazioni svincolate dai normali controlli. Per questi motivi, si evince la necessità, da parte degli addetti ai lavori, di promuovere interventi di educazione alla salute già nella scuola secondaria di primo grado.

eglab.it



EuroGenerici EG®

Anche i farmaci generici hanno un nome. EG®

Anche i farmaci generici equivalenti hanno un nome: EG®, da sempre, garanzia di sicurezza e qualità. Stesso principio attivo, stessa efficacia dei farmaci di marca e più attenzione al prezzo.

Quando scelgo un generico, chiedo EG®



EuroGenerici EG®



Vorrei sapere
se tutto questo
è NORMALE

Capita sempre più di frequente che qualcuno si rivolga al Centro psicoanalitico per domandare se questo o quel modo di essere del proprio bambino sia da considerarsi "normale". Si tratta di una domanda

che è spesso suggerita al genitore da altre figure che con il bambino hanno a che fare. Talvolta, sulla scorta di questo dubbio, la madre e/o il padre hanno già consultato degli specialisti, sottoposto il bambino a test e controlli di vario

genere, senza che questa serie di accertamenti permettesse di formulare una qualche diagnosi capace di spiegare "quel che non va". Vorrei sapere se sono io - dice una madre che telefona al Centro - che non mi rendo

conto o se davvero mio figlio non è normale. A scuola mi dicono che devo farlo vedere da qualcuno, ma io l'ho fatto, ho consultato anche un neuropsichiatra e non risulta niente. Chi la ascolta accoglie innanzitutto l'angoscia che

Ranbaxy Qualità senza confine



www.ranbaxy.it

RANBAXY
Trusted medicines. Healthier lives



VICKS FLU ACTION

DOPPIA AZIONE CONTRO I SINTOMI DEL RAFFREDDORE E DELL'INFLUENZA

Con tante cose da fare ogni giorno e una famiglia di cui prendersi cura, le mamme non possono permettersi di ammalarsi.

AZIONE 2-IN-1 CONTRO I SINTOMI DI INFLUENZA E RAFFREDDORE

✓ Formulazione a base di **2 principi attivi**

2in1

L'ibuprofene combatte dolore, febbre e infiammazione

La pseudoefedrina libera il naso chiuso

ALLEVIA

- 1 FEBBRE
- 2 MAL DI TESTA
- 3 MAL DI GOLA
- 4 DOLORI MUSCOLARI

ALLEVIA

- 5 CONGESTIONE NASALE

✓ Non provoca sonnolenza

✓ Sotto forma di pratiche compresse

Chiedi consiglio al farmacista. Per ulteriori informazioni, visita www.vicks.it

questa donna porta con la sua domanda, invitando lei a passare al *Centro*, se lo desidera, per dire qualche parola in più sull'assillo che la tormenta.

Al *Centro psicoanalitico*, da molti anni, è aperto uno Studio Bambini. Un bambino, ciascun bambino in modo diverso, può patire di una grande sofferenza soggettiva. A differenza dell'adulto, però, il bambino non rivolge all'altro la propria domanda di cura, è sempre un adulto a farlo per lui o per lei. Questa domanda dell'adulto merita, a propria volta, di essere opportunamente ascoltata. Per quanti libri ci si affanni a pubblicare sul modo più corretto di essere genitore, non esiste infatti alcun manuale d'istruzioni che possa dire a una madre o a un padre come fare con il proprio bambino, essere unico e irripetibile, come unica e irripetibile è la contingenza in cui quel piccolo d'uomo è venuto al mondo. I manuali possono fornire solo regole generali, uguali per tutti, incapaci di tener conto delle differenze soggettive, storiche, di quello che, in fondo, fa la singolarità di ciascuno, adulto o bambino che sia. Un po' come quando, rispondendo a uno dei tanti questionari che oggi, in ambiti diversi, ci vediamo somministrare, fra le scelte multiple che ci vengono offerte non riusciamo a trovare la risposta che vorremmo formulare: il nostro caso è unico, non è contemplato fra le caselle da crocettare. Il discorso scientifico si fonda su affermazioni universali. Anche scienze

più empiriche, come la medicina, cercheranno di formulare delle generalizzazioni che valgano per il maggior numero di soggetti possibili. Una diagnosi è questo, una classe generale alla quale potranno essere ricondotti dei casi particolari. Il particolare, però, resta solo un caso dell'universale, non vale in sé, nella sua unicità irripetibile. Per questo ogni volta che ci sentiamo o sentiamo attribuire al bambino un'etichetta diagnostica, qualcosa in noi si ribella. Non c'è tutto in quel nome che viene assegnato, non c'è la storia, non ci sono le parole, non ci sono i legami, non c'è la stoffa di una voce e di uno sguardo, solo una definizione che non riesce ad afferrare fino in fondo l'esistenza. Spesso, chi si rivolge alla psicoanalisi, bussando alla porta del *Centro psicoanalitico*, lo fa perché cerca qualcuno che sia pronto ad accogliere quello che la diagnosi ha tagliato fuori, per dire l'eccedenza che ogni singolarità comporta rispetto alla norma e all'universale. Ma accade anche, come mostra il breve frammento iniziale, che l'urgenza della domanda stia tutta nel fatto che non c'è neppure una diagnosi in grado di stabilire se il proprio figlio è "normale". Viviamo in un'epoca in cui a genitori, educatori, insegnanti è domandato di rintracciare, quanto più precocemente possibile, i segni di un eventuale disturbo del bambino. Ogni comportamento,



che si discosti da una "norma", statisticamente fissata - e che non tiene conto dell'evoluzione singolare di ogni bambino, della sua storia e delle sue contingenze di vita - può essere preso come l'indizio che qualcosa non va. Si rischia, in questo modo, di destare un allarmismo eccessivo, di sollecitare ogni adulto a sorvegliare, con meticolosa attenzione, ogni piccolo sussulto del bambino, non considerando che gli inciampi, i ritardi, le impasse, sono inevitabili nel percorso di crescita. In questo scenario in cui tutti i bambini sono potenzialmente bambini malati, si rischia, per altro verso, di trascurare quella che può essere una reale sofferenza soggettiva. Se la sofferenza, infatti, è presa come il segno di un disfunzionamento, può capitare che l'adulto cerchi di evitare di rivolgersi a qualcuno per non dover incorrere in una diagnosi che spaventa. Nell'uno, come nell'altro caso, ciò che finisce per essere cancellato è il posto, per l'adulto e per il bambino, in quanto

soggetti di un dire e in quanto presi in un legame che, al pari di tutti gli altri legami, porta con sé qualcosa di insopportabile. Al di là di qualsiasi etichetta diagnostica, infatti, a volte è proprio ciò che disturba l'adulto, nella sua relazione con il bambino, a dover essere accolto e ascoltato, così da consentire al genitore o all'insegnante di placare la preoccupazione che lo assilla e che non manca di farsi sentire nel legame. In altri casi, sarà opportuno che anche il bambino possa incontrare un terapeuta, con l'aiuto del quale trattare la propria sofferenza soggettiva, senza trascurare l'effetto che questa sofferenza può produrre in coloro che sono in relazione con lui. A ciascuno il proprio posto di parola, a ciascuno la possibilità di costruire una "normalità" a propria misura.

Ilaria Papandrea
Centro Psicoanalitico di trattamento
dei malesseri contemporanei - onlus - Torino
www.cepsi.it

LA GIUSTA SCELTA DEL MEDICO: ATTENTI AL LOW COST

L'OCCHIO COME SPECCHIO DELL'ANIMA E LO SGUARDO RAPPRESENTANO I PRINCIPI FONDAMENTALI DELLA COMUNICAZIONE VERSO GLI ALTRI E UNO DEI PILASTRI DELLA BELLEZZA.

Con il passare degli anni, l'espressività cambia, lo sguardo diventa più stanco, con meno appeal. Sia nella chirurgia plastica (con la Blefaroplastica superiore e inferiore) che nella medicina estetica (uso di filler e botulino), il ringiovanimento dello sguardo è uno dei

trattamenti più richiesti al mondo (dati AICPE 2014).

Ma lo sguardo è anche una delle zone più delicate del nostro corpo. - dichiara il dottor Graziani, chirurgo oculoplastica specialista dello sguardo - La pelle delle palpebre è la prima parte del viso a mostrare i segni dell'invecchiamento. Con l'1% della superficie totale della pelle del nostro corpo e uno spessore di meno di 0,04 mm, è una delle zone con il minore contenuto di collagene, elastina e ridotto film idrolipidico, nonché sottoposto di continua ad un altissimo stress meccanico (10000movimenti oculari/ora). Nel caso di un intervento di medicina o chirurgia plastica estetica e/o funzionale, la scelta

del medico rimane quindi essenziale per salvaguardare la naturalezza e la funzionalità dello sguardo.

LA COMPETENZA NELL'IPER SPECIALIZZAZIONE?

Il primo criterio da valutare è la **competenza del professionista** e la sua esperienza nella zona da trattare. L'ultra specializzazione e, di conseguenza, la maggiore esperienza del medico sulla zona da trattare deve essere considerato un valore aggiunto sia per un intervento chirurgico che per un trattamento estetico, permettendo di **ridurre drasticamente i rischi**. Soprattutto quando,

e accade spesso, i problemi estetici e funzionali sono collegati; come nel caso della ptosi palpebrale o della paralisi facciale dove il ruolo del medico è risolvere una patologia mantenendo il più possibile un aspetto armonioso e gradevole del viso.

La scelta del medico con la massima esperienza non è da sottovalutare. Troppo spesso arrivano negli studi pazienti che, in seguito ad interventi come la blefaroplastica, lamentano successivamente problemi funzionali come l'occhio rotondo o importanti inestetismi, spiega il dottor Graziani. In tale caso il paziente si rivolge ad un **iperspecialista della zona dello sguardo** in modo

da ridurre al massimo le complicanze di altri interventi. Nell'intervento di complicità post blefaroplastica, il chirurgo oculoplastico rimane il referente più competente per risolvere eventuali **danni funzionali** e ricostruire uno **sguardo naturale ed armonioso**.

LA STRUTTURA SANITARIA

Nel caso di un intervento chirurgico, il medico saprà circondarsi di

ottimi professionisti che daranno un contributo fondamentale alla serenità e sicurezza del paziente durante l'intervento e al risultato estetico finale, così come la scelta della Clinica ove viene effettuato l'intervento. L'Associazione Italiana di Chirurgia Plastica Estetica (AICPE), insieme alla Regione Lombardia, hanno già puntato il dito sul **problema del Low Cost** nella chirurgia plastica, ovvero strutture inadeguate a garantire la sicurezza del paziente al fine di proporre prezzi sempre più bassi. Queste offerte, apparentemente vantaggiose, espongono i pazienti ad alti rischi.

MEDICINA ESTETICA: IL RUOLO DEL MEDICO

Se si parla di medicina estetica, anche la scelta del prodotto è di massima

importanza. Nel caso del botulino, per esempio, sono solo tre i farmaci autorizzati per uso estetico dall'AIFA (Agenzia Italiana del Farmaco): Bocouture, Azzalure e Vistabex. Il medico, durante la seduta, deve presentare il codice del prodotto iniettato al proprio paziente in modo da poter in caso di bisogno, risalire a quello utilizzato.

Oltre alla scelta del prodotto, sempre di massima qualità, il medico deve avere una profonda esperienza e conoscenza delle zone anatomiche su cui eseguire i vari trattamenti. Ecco l'importanza dell'ultra specializzazione acquistata in Italia e/o all'estero: offrire competenza e sicurezza nel trattamento della regione dello sguardo. L'uso di filler e di botulino non presenta un pericolo per la salute, ma la differenza nel risultato

la farà **la mano e la sensibilità del medico**. Il paziente ricerca bellezza, armonia e naturalezza. In medicina estetica, come nella chirurgia, l'intervento del medico non si deve vedere.

IL GIUSTO PREZZO

Sono sempre più numerose le offerte su internet di trattamenti o interventi Low Cost sia in Italia che nel resto del mondo. Trattamenti praticati da medici senza la formazione necessaria per praticare l'intervento e che rischiano di provocare danni irreversibili sulla pelle dei pazienti. Il rischio è di comprare un trattamento fatto da un medico senza formazione, un intervento in una struttura non adeguata o un filler pericoloso per la salute. L'AICPE (Associazione

ENO-COLEST[®]

FORMULA POTENZIATA
10 MG / DOSE DI MONACOLINA K

omegasol Perle

**Con Monacolina K
per favorire
il mantenimento
di normali livelli
di colesterolo**

L'Amico del Cuore



1 perla al giorno
DURATA 20 GIORNI

Integratore Alimentare a base di Riso Rosso Fermentato, con Olio Algale, Bergamotto e Coenzima Q10.

Contiene Omega-3 100% vegetali



Natura Scienza Salute



www.specchiasol.it - seguici su:



IN FARMACIA, PARAFARMACIA ED ERBORISTERIA



Italiana Chirurgia Plastica Estetica) mette in guardia contro queste pratiche sempre troppo diffuse ed invita il paziente ad informarsi prima di effettuare qualsiasi tipo di trattamento.

La voglia di risparmiare può condurre in certi casi a rischiare per la propria salute. In tale caso si tratta di un falso risparmio: quando si tratta di farsi iniettare sostanze estranee nel viso è sempre meglio puntare alla massima qualità piuttosto che fare economia, ci vuole un medico che sia adeguatamente formato.

Per questo l'Agorà (Società Scientifica Italiana di Medicina ad Indirizzo Estetico) mette a disposizione online un tariffario di numerosi trattamenti, sotto i cui costi è necessario che vengano prestate le massime attenzioni da parte del paziente. Un trattamento filler, a seconda delle zone da trattare, e della quantità di prodotto da iniettare, dovrebbe avere un costo compreso tra i 250€ e 400€.

Stesso discorso per la tossina botulinica, che spazia tra i 300€ e i 600€ a seconda delle tipologie di trattamento.

Va posta una grande attenzione anche alla qualità dei prodotti impiegati, un prezzo basso potrebbe nascondere l'impiego di un prodotto non di alta qualità, magari senza un background scientifico, che costituiscono per il medico operatore un necessario ed importante punto di riferimento.

Importante poi che il paziente chieda sempre la tracciabilità dei prodotti utilizzati richiedendo il talloncino che riporta il nome del prodotto, il lotto di produzione e la scadenza, senza dimenticare il consenso informato che deve rappresentare la sintesi di quanto il medico ha correttamente e preventivamente illustrato al paziente sulle specifiche del trattamento, e sulle linee guida post-trattamento.

Lo stesso discorso vale per gli interventi di chirurgia estetica proposti a dei prezzi sospettabili come la blefaroplastica superiore a meno di 2000€, prezzo non sufficiente per coprire il costo della Clinica, dell'equipe chirurgica, dell'anestesista e del chirurgo.

Quando si parla di medicina o chirurgia estetica, il ruolo del medico è preponderante nella scelta del prodotto da iniettare o della tipologia di intervento da proporre. Il medico competente deve valutare il quadro generale: richiesta, patologia e risultato per presentare le migliori soluzioni terapeutiche. Ciò necessita una visita preliminare al trattamento o all'intervento.

CONCLUSIONE

È quindi necessario scegliere con massima cura il medico specializzato che sarà in grado di accompagnare il paziente lungo il percorso. La scelta

dell'ultra specializzazione permette di eliminare rischi legati alla mancanza di formazione.

Le raccomandazioni per il paziente di medicina estetica sono, anzitutto, di rivolgersi a un medico che abbia competenza in materia. Spesso si pensa che, trattandosi di interventi che si eseguono in ambulatorio ed i materiali iniettati sono riassorbibili, non possano provocare danni troppo seri: niente di più sbagliato. I danni da medicina estetica, **se praticati da mani inesperte e con prodotti di scarsa qualità**, possono essere molto seri, comparire anche a distanza di mesi e in molti casi sono irreversibili. Importante è verificare che il medico a cui ci si rivolge abbia una **competenza in medicina estetica** e che sia un professionista serio stando sempre **attento alle offerte Low Cost**.



**Troppi impegni
ti fanno sentire
stanca
e irritabile?**

**mag2.
Per la tua vitalità.**



Quando nelle tue giornate piene di impegni e attività una carenza di magnesio ti fa sentire stanca e irritabile, mag2 ti può aiutare. mag2 reintegra la quota fisiologica di magnesio e ti aiuta a combattere irritabilità e stanchezza.

È un medicinale a base di magnesio pidolato. Leggere attentamente il foglio illustrativo. Attenzione, i medicinali vanno assunti con cautela, per un breve periodo di tempo, non superando le dosi consigliate e solo per le indicazioni riportate nel foglio illustrativo. In caso di dubbio rivolgersi al medico o al farmacista. Autorizzazione del 01/12/2014.

www.ilmagnesio.it

SANOFI 

DILETTANTI ALLO SBARAGLIO



300MILA ACCESSI
AL PRONTO SOCCORSO
PER TRAUMI SPORTIVI
OGNI ANNO
SOLO NEI MESI ESTIVI.

SPALLE, SCHIENA E
GINOCCHIA A RISCHIO
NELL'ATTIVITÀ FISICA
SENZA PREPARAZIONE.

È appena terminata la tanto desiderata estate: giornate lunghe e soleggiate, tempo libero, voglia di riparare i danni dell'inattività invernale, la ricetta perfetta per decidere di indossare le scarpette e cimentarsi negli sport più disparati. Di solito con grande entusiasmo e

in maniera spesso troppo intensa, senza che il fisico sia stato preparato. Per non parlare dell'offerta irresistibile di hotel, villaggi vacanze e campi estivi che portano una ampia fascia della popolazione a cimentarsi in attività sportive di ogni genere. Con

l'idea che l'attività fisica possa fare solo bene e che è caldeggiata anche dai medici. Ecco quindi un esercito di persone che, completamente impreparate dal punto di vista atletico accettano la sfida: arrivare alla fine della bella stagione sani e salvi, pronti per l'autunno.

E allora si fanno i conti... e facciamo il punto.

L'Istituto Superiore di Sanità ha stimato in 300mila l'anno gli infortuni sportivi nei mesi estivi che necessitano di cure mediche. A parte le fratture, parliamo di traumi alle

C'È FERMENTO...



...E FERMENTO

SANGERMINA ORO SANDOZ®

è un integratore alimentare di fermenti utile per riequilibrare la flora intestinale in caso di alterazioni dovute a terapie antibiotiche, stress, cambio di abitudini alimentari (es. viaggi all'estero).



10 bustine orosolubili
1 bustina al dì

utilizzabile senza acqua



IT 503306105

articolazioni e muscolari, stiramenti, contratture sino alla rottura dei tendini.

I distretti più frequentemente coinvolti sono la spalla per il 40% dei casi, il ginocchio nel 25%, poi schiena, gomiti e mani nel 20% e il 15% altre parti.

Incidenti in agguato che hanno molteplici cause: "Gli sport estivi sono numerosissimi e le persone si cimentano senza una adeguata preparazione" afferma il dottor Grasso, ortopedico "oppure si sottopongono a pratiche pericolose come i tuffi, le cadute da biciclette, mountain bike e motociclette che sono i killer delle ginocchia. Nel beach volley invece sono frequenti le rotture tendinee a causa delle cadute sulla sabbia.

Menzione speciale agli sport acquatici: surf, moto d'acqua e sci nautico, sono sport a rischio trauma, a farne le spese la spalla che spesso necessita di un approccio chirurgico, mentre il tennis deve essere praticato con cautela negli over 60 che rischiano di 'vincere' dolorose borsiti ed epicondiliti.

Il ciclismo è probabilmente lo sport più diffuso al mondo, e talora si tende a sottovalutare la propria preparazione o i rischi: le biciclette che hanno il pedale che blocca il piede sono quelle che spesso determinano la rottura della clavicola e traumi degli arti superiori e la rottura dei tendini perché il ciclista 'atterra' con tutto il corpo,



non riuscendo ad attutire l'impatto col terreno. Poi ci sono traumi gravissimi: i tuffi mantengono il primato dei traumi spinali con esiti cronici e disabilità ma anche quelli dal trampolino possono determinare seri traumi della spalla. Anche attività apparentemente innocue possono essere insidiose: per lo jogging non basta acquistare un paio di scarpe da corsa (ma la gente corre spesso con scarpe di ogni tipo, spesso inadatte) ma andrebbe considerato il terreno dove si svolgerà l'attività: una cosa è la pista di atletica o la ciclabile, un'altra la campagna o la sabbia. Il risultato di una scarpa inappropriata sono microtraumi che spesso danno problemi nel medio termine, ad esempio quando in autunno il soggetto inizia a soffrire di fasciti e lumbalgie, dovute ad una attività intensa. Per limitare questi rischi, oltre all'acquisto di scarpe adatte, c'è la prassi di scaldare i muscoli prima l'attività con almeno 15 minuti di stretching e di eseguire un defaticamento alla fine, lo fanno veramente in pochi.

Questo per evitare che il muscolo rimanga contratto e possa andare incontro a strappi. Le cicatrici che si creano nei muscoli infatti non provocano solo dolore ma predispongono a lesioni successive. Particolare attenzione va posta alle fratture articolari delle ossa corte come la testa dell'omero: sappiamo infatti che questo tipo di traumi porta ad una forma di artrosi, quindi gli atleti devono sapere per conseguire l'idoneità sportiva che non sempre l'organismo torna alla situazione iniziale, ma che alcuni esiti sono a lungo termine e necessitano di una fase di riabilitazione per evitare complicanze future.

I bambini paradossalmente sono quelli che rischiano meno: le loro ossa e le articolazioni sono ancora estremamente elastiche e assorbono meglio i traumi, ma va fatta grande attenzione agli sport da contatto come il rugby e ai tuffi in zone di acqua bassa. Sport come la pallavolo e il basket invece hanno come **target le**

mani. Cionondimeno su 38 milioni di bambini e ragazzi americani che fanno sport, si contano 2,6 milioni di accessi al pronto soccorso ogni anno.

Coloro che fanno sport tutto l'anno sono al sicuro da questi rischi? "Di certo un soggetto allenato assorbe meglio eventuali urti e cadute e quindi l'esito può essere meno grave ma nessuno è al riparo, specialmente se si scelgono **attività ad alto impatto muscolare** e articolare" spiega il dottor Grasso. "Anche gli agonisti e i professionisti sono soggetti ad infortuni".

E ALLORA ECCO I CONSIGLI, CHE VALGONO TUTTO L'ANNO. L'ATTIVITÀ MOTORIA È UN PILASTRO FONDAMENTALE DELLA SALUTE E DELLA LONGEVITÀ E DOVREBBE ESSERE PARTE DELLO STILE DI VITA DI CIASCUNO MA CON ALCUNE CAUTELE: CALZATURE ADATTE, ADATTAMENTO PROGRESSIVO ALL'ESERCIZIO CON UNA PREPARAZIONE CHE PREVEDA UN ALLENAMENTO DI CIRCA 30 MINUTI PER 3 VOLTE ALLA SETTIMANA E L'IMMANCABILE STRETCHING DI RISCALDAMENTO PRIMA DELLO SPORT.

In attesa di sapere quali e quanti saranno i danni per gli sportivi dilettanti con l'esercizio degli sport invernali!

Un autunno ricco di possibilità



Quando in autunno la natura abbassa le luci, allunga ombre scure sui nostri pomeriggi e folate d'aria fresca ci fanno rabbrivire come un presagio d'inverno, possiamo volgere lo sguardo sulla nostra salute e su quella dei nostri cari, per avere cura con metodi naturali. Si parla qui della possibilità di curarci della nostra salute

e di quella dei nostri cari con metodi naturali, efficaci, convenienti, ricorrendo alla possibilità di guarire con l'energia della "vis medicatrix naturae", così infatti viene chiamata l'omeopatia, come anche medicina del simile o delle alte diluizioni. Ingiustamente criticata con alcuni articoli quest'estate, non adatta per tutte le patologie, per moltissime è



Hahnemann e la nascita dell'omeopatia

Hahnemann nacque a Meissen, in Sassonia, nel 1755, figlio di un raffinato decoratore di porcellane, arte nuova, raffinata e assai segreta. Fu un "enfant prodige" in grado a dodici anni di sostituire il suo professore di greco nelle lezioni.

I suoi studi, sostenuti ed incoraggiati dagli insegnanti, lo portarono a Lipsia e poi a Vienna, per meglio approfondire lo studio della medicina anche attraverso molte traduzioni, una delle quali lo portò a formulare la "legge dei simili". Studiando la "corteccia peruviana" e la sua efficacia nelle febbri malariche, decise di sperimentarla su di sé, in ottima salute, ed iniziò ad avere palpitazioni, ansia, tremori, spossatezza, sete, proprio sintomi simili a quelli delle febbri malariche, ma più ampi e numerosi. Insomma, proprio il farmaco che curava la malaria provocava in persone sane delle febbri simili a quelle malariche!

Iniziò una sperimentazione su se stesso, su amici e familiari, verificando che i sintomi provocati da una sostanza nelle persone sane potevano essere curati con quello stesso farmaco nei malati. Sperimentò sostanze tossiche, ma comunemente usate all'epoca, come l'arsenico, il mercurio, l'oppio, lo stramonio, l'aconitum e la belladonna, diluendole sempre più e poi dinamizzandole. Scopì che la ricchezza dei sintomi che provocavano erano sempre più interessanti, e che quindi anche i sintomi patologici che potevano essere guariti erano sempre più numerosi. Si valse anche della letteratura sugli avvelenamenti per costruire l'insieme dei sintomi che ogni sostanza poteva curare. La cosa interessante era che i farmaci sperimentati davano sintomi sia nella sfera fisica che in quella emozionale e mentale e che quindi si poteva riequilibrare un malato considerando tutti questi aspetti insieme (si disse poi che l'omeopatia è una medicina "olistica").

Era il 1789 e per alcuni anni i risultati di queste sperimentazioni non vennero divulgati. Comparvero nel 1796 alcuni articoli e nel 1810 Hahnemann pubblicò l'Organon dell'arte di guarire, un testo fondamentale anche ai nostri giorni, sulla salute (come espressione della forza vitale tesa agli scopi superiori dell'esistenza) e sulla malattia (alterazione della forza vitale da equilibrare col rimedio simile), sulla totalità dei sintomi da considerare, sulla preparazione e l'uso dei farmaci. Grandi successi dell'omeopatia si ebbero nelle epidemie: nel 1799 la scarlattina fu curata con Belladonna, in grado di guarire i malati e di prevenire nei familiari il contagio, e nel 1813 Hahnemann riuscì a curare la febbre tifoidea contagiosa, la febbre degli accampamenti militari, con i rimedi Bryonia e Rhus tox.

Nelle epidemie di colera l'omeopatia diede i suoi migliori risultati: le statistiche di diverse ondate epidemiche indicano una mortalità del 6-10% con l'Omeopatia e del 50-70% con l'allopatria. Uno dei rimedi principali era la Camphora, rimedio che Hahnemann aveva trovato il più simile alla descrizione accurata che aveva avuto del morbo del colera. Questo rimedio era però efficace solo se somministrato al primo manifestarsi del male, mentre se il medico interveniva in uno stadio successivo il rimedio non era più Camphora, ma poteva essere Cuprum, Veratrum, Arsenicum, Phosphoricum acidum, o altri ancora. L'uso di dosi infinitesimali, il fatto che non ci fosse un farmaco specifico per "quella" malattia, ma fosse necessario valutare di volta in volta, di paziente in paziente, come l'insieme dei sintomi indicasse un farmaco piuttosto che un altro, fece sì che l'Omeopatia fosse osteggiata, criticata, anche derisa. Inoltre almeno nella prima metà dell'800 i farmaci omeopatici erano preparati dagli stessi medici, con il conseguente risentimento dei farmacisti, che spesso arrivò a denunce e conseguenti limitazioni.

Hahnemann ebbe dunque vita difficile, fu costretto spesso a trasferirsi da un paese all'altro della Germania, per la difficoltà di conciliare la sua cura con dosi infinitesimali con le usanze e credenze mediche del tempo, ma all'età di 80 anni si trasferì a Parigi dove visse gli ultimi 8 anni della sua vita tra successi professionali, salotti con musica e colte conversazioni, spettacoli teatrali. Morì nel 1843.

la soluzione migliore. Per averne benefici riflettiamo con calma come sono il nostro disturbo digestivo, la nostra cefalea, il nostro herpes ricorrente. Si tratta di cercare quelle che si chiamano "modalità": la reazione al caldo od al freddo. Per esempio: "da quando ho quest'influenza intestinale ho anche freddo, anche se fa caldo."; "Da quando ho questa tosse sudo la notte in modo insolito".

Bisogna anche tener conto dei sintomi emotivi e mentali: il malato d'influenza che non riesce a star fermo un momento, oppure è irritabile e intollerante come non mai. Ancora, il malato ha un'ansia divorante, è agitato e pensa che morirà. Il paziente non vuole essere toccato, dice di stare bene, di non aver bisogno d'aiuto.



Nei disturbi ricorrenti (una dermatite che torna ogni inverno, una cefalea che ogni due settimane ci affligge) è bene considerare gli eventi concomitanti che ne facilitano la comparsa, per esempio insonnia durante il plenilunio, o, ancora, le modalità orarie, come tosse

prima di mezzanotte, fame alle undici del mattino, peggioramento tra le sedici e le venti, risveglio tra l'una e le tre di notte.

Tutti questi dati vengono raccolti con attenta riflessione dal paziente e dai suoi familiari e il bravo omeopata deve farne tesoro e usare queste informazioni come i dati di un enigma, le tessere di un puzzle, gli indizi per individuare il rimedio che equilibrerà il paziente.

Alcuni esempi di cure con la medicina del simile.

Anna, dopo i primi giorni di lavoro al ritorno dalle vacanze una sera si sente particolarmente stanca, ha brividi di freddo, testa pesante, gola secca che brucia un po', ha le mani freddissime che scaldano sulle guance scottanti; la madre le fa osservare come siano lucidi i suoi occhi e lei osserva come le dia fastidio la luce, ma anche i rumori, e la prega di tenere basso il volume del televisore. È utile per Anna sciogliere in bocca qualche granulo di Belladonna, un rimedio omeopatico dall'ampio spettro d'azione, utile ora per l'inizio d'influenza, con gola secca infiammata, testa pesante, mani fredde e volto caldo, probabilmente anche con un po' di febbre. Il fastidio per la luce ed anche per i rumori completano il quadro del rimedio. Anna potrebbe assumere anche il famoso antinfluenzale omeopatico, a base di anas barbariae: si trova in monodosi ed una è da prendere il prima possibile all'inizio della sindrome influenzale e le

altre due a distanza di otto, dieci ore l'una dall'altra. È possibile ai cambi di stagione assumere anche una dose settimanalmente, come prevenzione.

Giulia, all'inizio dell'autunno, teme di non riuscire a gestire tutta la routine che comincia, coi ragazzini da seguire nei compiti e l'equilibrio tra le esigenze del lavoro e della vita familiare... non riesce nemmeno a trovare il tempo di riorganizzare il guardaroba e pullover e piumini rimangono lassù nella parte alta dell'armadio. Sente la testa pesante, il collo rigido, una sorta di debolezza nell'agire, un'ansia sorda e opprimente. Che autunno! Il rimedio omeopatico Gelsemium potrà sbloccarla,

insieme ai gemmoderivati per il cambio di stagione, dal ribes nero al rosmarino, dal faggio alla rosa, a seconda dei casi.

Per **Rosanna** la dermatite del figlioletto è sempre un cruccio, quella pelle screpolata all'interno delle braccia e nella parte posteriore delle gambe imbarazzano il ragazzino quando fa sport coi compagni: timido e riservato, magrolino e delicato, soffre di mal di testa talvolta già dal mattino al risveglio e fino alla sera dice di non migliorare, ma un omeopata, ascoltando i racconti di dermatiti controllate con bagni oleati e di creme lenitive, di

mal di testa da studio e di timidezze da ragazzino, ha individuato nel sale marino diluito e dinamizzato il rimedio simile, e piano piano lo sta portando ad avere una pelle sempre più liscia e i mal di testa sempre più rari.

Questi casi clinici sono inventati, e sono... simili a quelli in uso nelle scuole di omeopatia per fare esercitare gli omeopati!

Anna Maria Coppo
Farmacia San Giuseppe,
Settimo Torinese



SANDOZ
a Novartis company

EFFETTO ENERGIA



MAGNESIO POTASSIO SANDOZ®

In caso di eccessiva sudorazione e spossatezza, facilita l'efficienza fisica svolgendo un'azione energetica e rivitalizzante.

Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta varia ed equilibrata e di un sano stile e di vita. Si raccomanda di non superare la dose di 3 bustine al giorno.

10/20 bustine effervescenti

1 BUSTINA
dopo i pasti
AROMA ARANCIA

FIBROMIALGIA, LA 'MALATTIA INVISIBILE'

**MICROBIOTA
INDAGATO
SPECIALE: SEMPRE
PIÙ CHIARO IL
RUOLO DELLA
FLORA BATTERICA
INTESTINALE
NELLA MALATTIA.**

L'hanno definita la 'malattia invisibile', perché i pazienti hanno un aspetto sano e ricevono una diagnosi con difficoltà. Eppure è una delle malattie reumatiche in assoluto più diffuse: solo in Italia si stima che ne siano affetti dai tre ai quattro milioni di individui, in maggior parte donne. Stanchezza al risveglio, dolore, senso di fatica, concomitanza di sintomi gastroenterologici come gastrite e colite, mal di testa e vertigini sono i segni che più spesso vengono riferiti.

Più che di una patologia a carico di muscoli e tendini, le più recenti ricerche considerano la fibromialgia un disturbo a carico del Sistema Nervoso Centrale, in cui il dolore viene percepito in eccesso. Ma c'è di più: "Fino al 70-75% dei pazienti che presentano diagnosi di colon irritabile sono poi classificabili come fibromialgici e viceversa:

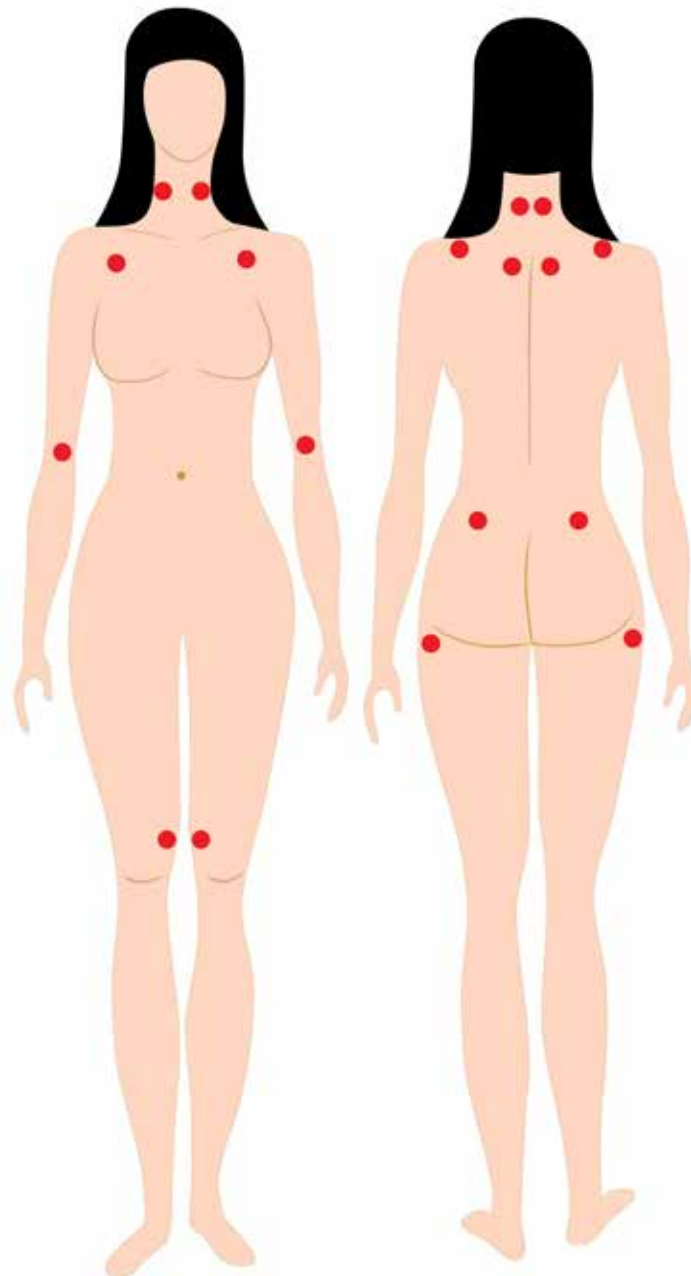
il 60% dei fibromialgici lamenta problemi di colon irritabile e presenta una comorbidità accentuata con la celiachia (intolleranza al glutine)" sostiene il professor Menotti Calvani, Specialista in Neurologia e nutrizionista.

"Clinici e ricercatori hanno studiato a fondo" prosegue Calvani "se esistesse una correlazione tra malattia e sintomi gastrointestinali, sospettando, a ragione, un ruolo del 'microbiota' ossia la composizione della flora batterica intestinale, oggi 'indagato speciale' in una molteplicità di condizioni che includono l'obesità e i disturbi dell'umore. È noto che la flora batterica comunica con il cervello attraverso uno specifico asse 'microbi-intestino-cervello', giacché nel colon sono presenti e ben attivi la quasi totalità dei neurotrasmettitori cerebrali che agiscono su un folto gruppo di neuroni intestinali, quasi 500 milioni".

Se l'intestino del feto è sterile, questa condizione cambia immediatamente in quanto i batteri intestinali sono trasmessi dalla madre durante il parto e poi

modificano la loro qualità con la dieta. 10 volte più numerosi delle cellule propriamente umane, i batteri presenti nel corpo

umano si suddividono in migliaia di ceppi e altrettanti DNA. Le scoperte sulle proprietà del microbiota sono recenti e comprendono,



UN MIGLIORAMENTO
CON I LATTOBACILLI
DELLO YOGURT.



oltre ad un effetto barriera contro gli agenti esterni, una funzione immunologica con azioni regolatorie e pro-infiammatorie, sino al metabolismo di grassi e zuccheri. A seconda di ciò che mangiamo o dei farmaci che assumiamo, selezioniamo batteri favorevoli o meno creando una sorta di 'impronta individuale' che ci predispone ad una lunga serie di condizioni.

Anche all'Università del Maryland suggeriscono ai propri pazienti una dieta corretta e variata

che possa migliorare i sintomi della patologia passando attraverso un miglior stato di salute del microbiota: frutta e verdura con predilezione per i vegetali dotati di proprietà antiossidanti come mirtilli e ciliegie, spinaci e peperoni, poi cereali integrali e riso nero per aumentare l'apporto di fibre, cui aggiungere proteine derivate da carne bianche, pesce di mari freddi e soia. Pollice verso per cibi pronti, precotti e industriali. "Alcuni pazienti fibromialgici" interviene il Professor Bruzzese, Presidente

SIGR (Società Italiana GastroReumatologia) "presentano una 'sensibilità al glutine', condizione diversa dalla celiachia e che viene diagnosticata con una biopsia intestinale. Una ricerca del 2014 apparsa su Rheumatology International ha rivelato come eliminando il glutine dalla dieta di un campione di soggetti si otteneva una significativa riduzione del dolore e un miglioramento della qualità di vita".

La buona notizia è che in parte possiamo dotarci di un microbiota sano. "La

ricerca ci sta dicendo che la soluzione potrebbe risiedere - conclude il professor Menotti Calvani - nel dotarci di una flora batterica amica. Circa un secolo fa per combattere le malattie del cervello si toglieva il colon (!), nello stesso periodo il premio Nobel Mechnikov proponeva di cambiare il microbiota con lo yogurt: potrebbe essere, quest'ultima, l'idea vincente. A patto però di inserirci i microbi giusti".

**Controlla la PRESSIONE
e rileva la
FIBRILLAZIONE ATRIALE
per prevenire l'ICTUS!**

**L'IPERTENSIONE e la
FIBRILLAZIONE ATRIALE
sono tra i maggiori
fattori di rischio ICTUS.**



È un dispositivo medico CE 0044. Leggere attentamente le istruzioni d'uso.
Le misurazioni della pressione arteriosa e la rilevazione della fibrillazione atriale
devono essere seguite nell'ambito del controllo del medico.
Autorizzazione ministeriale dell'11-09-2014.

microlife
Un partner per la gente. Per la vita.

**Misuratore della PRESSIONE
e rilevatore della
FIBRILLAZIONE ATRIALE
Microlife AFIB**



- Semplice da utilizzare
- Garantito 5 anni
- Brevettato



Distributore esclusivo
sul territorio nazionale
Colpharma s.r.l.

Per informazioni sui punti vendita
e assistenza tecnica:
Numero Verde
800-510661
SERVIZIO CONSUMATORI

ICTUS E FIBRILLAZIONE ATRIALE: UN MATRIMONIO PERICOLOSO

LA FIBRILLAZIONE ATRIALE È CAUSA DI 3 ICTUS SU 4: SAPERE O MENO SE SI HA LA FIBRILLAZIONE ATRIALE È IL PRIMO PASSO VERSO UN'EFFICACE PREVENZIONE DELL'ICTUS

Questa è la raccomandazione delle associazioni, come la National Stroke Association o la Società Medico-Scientifiche dei Medici di Medicina Generale e dei Cardiologi, impegnate per la lotta all'ICTUS. Ma cosa sono l'ICTUS e la FIBRILLAZIONE ATRIALE?

COSA È L'ICTUS

L'ICTUS è per il cervello quello che l'infarto è per il cuore. Entrambi gli organi vitali ricevono il sangue, e quindi l'ossigeno, necessario per il loro corretto funzionamento, attraverso una fitta rete di "tubature" (le arterie). Se questo flusso viene interrotto, una o più aree di questi organi perdono l'indispensabile apporto di ossigeno e subiscono un grave danno, in genere irreversibile. Il danno cerebrale si chiama appunto ICTUS. L'ICTUS rappresenta la prima causa di invalidità e la terza causa di morte nel mondo; si è stimato che esso colpisca prevalentemente gli anziani, ma solo in Italia esistono più di 30.000 persone giovani che ne sono affette, anche in modo invalidante.

COME PREVENIRE L'ICTUS CON UNA VITA SANA (non fumando, facendo attività fisica, alimentandosi correttamente,

non abusando di alcool e droghe) e **CONTROLLANDO** pressione arteriosa, FIBRILLAZIONE ATRIALE, colesterolo, glicemia e peso corporeo.

2 ICTUS su 3 potrebbero essere evitati individuando i fattori di rischio e seguendo un sano stile di vita.

LA FIBRILLAZIONE ATRIALE

La FIBRILLAZIONE ATRIALE è un disturbo del battito cardiaco, e più precisamente un'aritmia: il cuore batte in modo irregolare e perde la capacità di contrarsi in modo coordinato, causando un "ristagno" di sangue e il rischio di formazione di coaguli o trombi (grumi solidificati di sangue). I coaguli possono immettersi nella circolazione sanguigna, attraverso le arterie che partono dal cuore, e arrivare al cervello causando un ICTUS ISCHEMICO.

La FIBRILLAZIONE ATRIALE è l'anomalia del ritmo cardiaco più comune nella popolazione adulta. In Italia colpisce circa 1.000.000 di persone, con 120.000 nuovi casi ogni anno. I dati si riferiscono solo ai casi accertati, ma quelli totali sono in realtà ben più numerosi perché molte persone che ne soffrono non presentano disturbi e ignorano di avere questo problema.

Chi è a rischio di FIBRILLAZIONE ATRIALE

La FIBRILLAZIONE ATRIALE colpisce mediamente il 2% degli adulti. Il rischio di FIBRILLAZIONE ATRIALE aumenta con l'età: 1 persona su 4, oltre i 40 anni, presenta elementi di

rischio per la comparsa di questa pericolosa aritmia.

Le caratteristiche più comunemente associate ad un aumentato rischio di FIBRILLAZIONE ATRIALE sono:

- età superiore a 65 anni
- ipertensione arteriosa
- obesità
- diabete
- problemi cardiaci
- disfunzione tiroidea
- apnee notturne
- broncopneumopatia cronica ostruttiva
- insufficienza renale
- abuso di bevande alcoliche e uso di droghe

I sintomi più comuni della FIBRILLAZIONE ATRIALE sono:

- sensazione di battito cardiaco irregolare o veloce
- difficoltà nel respirare sotto sforzo (dispnea)
- facile affaticamento (astenia)

Molte persone affette da FIBRILLAZIONE ATRIALE non presentano sintomi, specialmente quando la frequenza cardiaca non è eccessivamente elevata.

La FIBRILLAZIONE ATRIALE ASINTOMATICA è particolarmente pericolosa perché la persona che ne soffre non ne è consapevole, non la cura e quindi si espone a un aumentato rischio di Ictus.

L'IMPORTANZA DELLO SCREENING DELLA FIBRILLAZIONE ATRIALE

In circa un terzo dei casi la FIBRILLAZIONE ATRIALE

rimane asintomatica e non è diagnosticata. Spesso inoltre la FIBRILLAZIONE ATRIALE si presenta in forma PAROSSISTICA (compare e scompare in maniera imprevedibile). È quindi indispensabile un approccio proattivo di medici, farmacisti e pazienti che permetta di generare il sospetto di FIBRILLAZIONE ATRIALE controllando il proprio battito cardiaco attraverso la palpazione del polso o **misurandosi la pressione arteriosa con apparecchi automatici dotati di algoritmi (validati) in grado di indicare la possibile presenza di FIBRILLAZIONE ATRIALE.**

Gli apparecchi validati per lo screening della FIBRILLAZIONE ATRIALE devono riportare chiaramente nel manuale d'uso o nella confezione questa indicazione d'uso.

L'importanza dello screening della FIBRILLAZIONE ATRIALE

Dati recenti dimostrano come lo screening della Fibrillazione Atriale, unitamente alla misurazione della Pressione Arteriosa, può contribuire a evitare 2.500 Ictus fatali* all'anno e far risparmiare 250.000.000 euro* all'anno al sistema sanitario.

29 OTTOBRE 2015
GIORNATA MONDIALE
CONTRO L'ICTUS CEREBRALE
PER INFO:
WWW.ALICEITALIA.ORG

(*) Stime pubblicate nelle linee guida NICE-NHS (Sistema Sanitario Nazionale Inglese) e applicate ai dati di prevalenza sulla FA in Italia

DAGLI IMPRESSIONISTI A PICASSO

Per 200 giorni, il Detroit Institute of Arts si trasferisce a Genova con una selezione di cinquantadue opere, un'occasione unica per ammirare capolavori dei più grandi pittori del '900 nel loro periodo di massima espressione artistica e per ripercorrere all'inverso il tragitto che da Detroit porta al vecchio continente.

Ritroviamo a Palazzo Ducale pionieri e simboli delle avanguardie: Monet, Van Gogh, Renoir, Degas, Picasso, Matisse, Kandinsky, artisti capaci di anticipare il gusto del moderno attraverso le loro tele, espressione di tutte quelle novità e stimoli che hanno caratterizzato l'Europa di inizio '900.

Curata da Salvador Salort-Pons e Stefano Zuffi, la mostra è organizzata dal Detroit Institute of Arts, prodotta da MondoMostre Skira insieme a Palazzo Ducale Fondazione per la Cultura ed è promossa dal Comune di Genova e dal Ministero dei Beni e delle Attività Culturali e del Turismo.

Nel 1880, uno dei fondatori del Metropolitan Museum spronava i suoi connazionali americani a "convertire la carne di maiale in porcellane, il grano e i derivati in

ceramiche preziose, le pietre grezze in sculture in marmo, le partecipazioni alle linee ferroviarie e i proventi dell'industria estrattiva nelle gloriose tele dei maestri più importanti del mondo". Nasce la straordinaria avventura culturale e imprenditoriale del collezionismo statunitense: un inimitabile scambio tra pubblico e privato, uno scenario del tutto nuovo per il mercato dell'arte internazionale, che porta alla creazione e al rapido sviluppo di grandi musei, considerati strategici per la crescita culturale dell'intera nazione. Con tipico spirito americano, nel giro di pochi decenni, a cavallo del Novecento, si assiste a una vera e propria competizione per la formazione delle raccolte più complete, per l'acquisizione di opere-chiave, per la scoperta e la valorizzazione di artisti antichi e moderni. La scintillante Parigi della Belle Époque è il punto di riferimento principale, ma i collezionisti, i galleristi, gli antiquari, le case d'aste, i direttori dei musei americani sono impegnati in una continua corsa sostenuta non solo da ingenti risorse economiche, ma anche da un gusto aperto, libero da pregiudizi. È noto, ad esempio, che pittori come gli impressionisti o lo

I CAPOLAVORI DEL DETROIT INSTITUTE OF ARTS
VAN GOGH, GAUGUIN, MONET,
CÉZANNE, DEGAS, RENOIR, MATISSE,
MODIGLIANI, KANDINSKY, PICASSO

DAL 25 SETTEMBRE 2015
AL 10 APRILE 2016

stesso Matisse sono stati apprezzati e acquistati prima da collezionisti americani (e russi), e solo in seguito apprezzati anche in Europa. Detroit è una delle capitali economiche degli Stati Uniti, storico centro dell'industria automobilistica, tanto da essere soprannominata "Motor City": il Detroit Institute of Arts, fondato nel 1885 e più volte ampliato e rinnovato nel corso dei suoi 130 anni di storia, è da sempre l'epicentro della gloria cittadina, in particolare quando, negli anni del boom economico, le fabbriche cittadine rappresentavano la locomotiva dell'industria americana. Già nei primi decenni del '900 il Detroit Institute of Arts era considerato l'avamposto e la principale via di accesso delle avanguardie europee negli Stati Uniti.

Il percorso inizia con la grande sala in cui si racconta la nascita del movimento che ha cambiato

per sempre la storia della pittura: l'impressionismo. La volontà di aprirsi alla luce libera della natura è una conquista che - agli albori dell'impressionismo - passa attraverso il realismo intenso di Courbet (Bagnante addormentata presso un ruscello) e le opere narrative di pittori "alla moda" come Gervex e Carolus-Durand, ma approda poi alla gloria del colore di un capolavoro di Claude Monet, i radiosi Gladioli databili intorno al 1876. Altrettanto significativo è il luminoso Sentiero di Camille Pissarro, che costituisce un autonomo, libero sviluppo dell'impressionismo, riflesso in un ampio paesaggio di campagna. Significativa in questa sala è la presenza di tre opere affascinanti di Pierre Auguste Renoir, a cominciare dalla Donna in poltrona che coincide con la prima mostra dell'Impressionismo (1874), per giungere a due opere della tarda maturità.



Uno spazio autonomo è dedicato alla figura di Edgar Degas, di cui sono presenti cinque tele che sviluppano tutti i temi fondamentali del pittore parigino: il ritratto, i cavalli e le inconfondibili ballerine. La sala successiva, la principale della mostra, affronta uno dei temi più delicati e significativi dell'arte di fine Ottocento: il superamento dell'impressionismo e l'aprirsi di nuovi orizzonti. La figura-chiave è Vincent Van Gogh, che trasferendosi in Francia "scopre" la luce e rispecchia una vicenda umana esaltante ma terribilmente sofferta in pennellate cariche di materia e di espressione. Immediato e molto intenso è il confronto con una serie di quattro straordinari dipinti di Paul Cézanne.

Anche in questo caso, le collezioni del museo di Detroit comprendono tutti i campi di ricerca del pittore: la figura umana, il paesaggio provenzale nei dintorni di Aix (con una delle ultime versioni della prediletta Montagna Sainte Victoire), la natura morta, le Bagnanti nel bosco. All'opposto di Van Gogh, Cézanne non si lascia travolgere dai sentimenti, ma ritorna più volte sugli stessi soggetti, indagandone con pazienza la forma, e combinando il colore luminoso degli impressionisti con una rigorosa logica geometrica ben radicata nella tradizione. Alle dinamiche del postimpressionismo partecipano Pierre Bonnard, con l'incantevole Donna con un cane, e l'originalissimo Odilon Redon, la cui Evocazione di farfalle è uno

dei dipinti più suggestivi e sorprendenti di tutta la mostra. Troviamo poi è Henri Matisse, qui presente con tre opere memorabili, fra cui l'indimenticabile Finestra (1916), la prima opera di Matisse ad entrare in una collezione pubblica americana, in cui un classico interno borghese viene scomposto in una serie di forme, tra la penombra e la piena luce. Appassionante è il dialogo con i tre ritratti (uno femminile e due maschili) di Amedeo Modigliani, capaci di evocare sentimenti segreti, con una intensità struggente. Le tele dei francesi Raoul Dufy e Georges Rouault, del bielorusso Chaim Soutine, dello spagnolo Juan Gris confermano la spiccata internazionalità del contesto artistico parigino nei primi due decenni del XX secolo. Il gruppo di capolavori delle avanguardie tedesche presenti a Detroit è senza paragoni nei musei nordamericani. Accanto ad artisti di spiccata autonomia, come Emil Nolde (Girasoli) e Oskar Kokoschka (vedute di Dresda e di Gerusalemme), troviamo i protagonisti delle diverse tendenze in cui si articola il movimento espressionista in Germania. Il "Ponte", con gli elettrizzanti Paesaggi di Ernst Kirchner e di Karl Schmidt Rottluff, e le figure inquiete di Erich Heckel e Max Pechstein; la "Nuova oggettività" di Max Beckmann; e infine la svolta verso l'astrattismo, carico di colore e di emozione, impressa da Vassily Kandinsky, con il precoce Studio per quadro con forma bianca, del 1913. La sala monografica dedicata

a Pablo Picasso presenta sei tele, in un percorso che attraversa in pratica l'intera vicenda dell'arte del Novecento, dalla giovanile Testa di Arlecchino (1905) fino alla magmatica Donna seduta, dipinta nel 1960. Da un capolavoro all'altro, si seguono le svolte, gli scatti geniali, il continuo dinamismo mentale del grande pittore spagnolo. Si parte dal periodo blu e con il Ritratto di Manuel Pallarés (1909) ci si ritrova sulle soglie della scomposizione cubista, una indagine sulle forme che si ispira chiaramente a Cézanne; la natura morta intitolata La bottiglia di Anis del Mono (1915) è una evoluzione di questa ricerca, con gli oggetti disposti liberamente nello spazio, riconducibili alle sagome e alle materie essenziali. Sorprendente è il passaggio successivo, il "classicismo" dei primi anni Venti, conseguenza di un viaggio in Italia: il grande ritratto di Donna seduta in poltrona ne è un esempio di formidabile intensità e importanza. La ragazza che legge (1938) ci porta poi nel clima stilistico di Guernica (dipinta l'anno prima), con l'espressiva deformazione di visi e mani, pur senza perdere la forza intima del personaggio. La mostra si conclude con una sala che esce dalla sequenza cronologica per presentare un gruppo di autoritratti, tutti di grandissima intensità: quasi un rapido ma profondo riepilogo dell'intero percorso attraverso i volti dei protagonisti.

IL MAL DI GOLA TI PRENDE DI MIRA?



TANTUM VERDE GOLA

NEBULIZZATORE

Quando il mal di gola ti prende di mira, puoi vincerlo con un'arma appropriata. Tantum Verde Gola Nebulizzatore, il suo principio attivo abbate rapidamente il dolore mentre cura l'infiammazione. Per un rapido sollievo.

UNA CANNONATA CONTRO IL MAL DI GOLA



Tantum Verde Gola è un medicinale a base di flurbiprofene che può avere effetti indesiderati anche gravi. Leggere attentamente il foglio illustrativo. Autorizzazione del 07/05/2015



RILASSATI

Il farmaco equivalente è sottoposto agli stessi **rigorosi test di qualità** condotti sul medicinale di riferimento*



Ogni giorno in Italia vengono venduti **1.000.000 di farmaci equivalenti****

FIDATI



Il farmaco equivalente deve avere un costo di **almeno il 20% inferiore** rispetto al corrispondente medicinale di riferimento***

CONTACI

Il farmaco equivalente contiene la **stessa quantità di principio attivo** del medicinale di riferimento*



SORRIDI



Mylan

Seeing is believing

*Fonte AIFA - Agenzia Italiana del Farmaco. **Fonte IMS sell out - dati a volume MAT Apr 2014
***Fonte sito AIFA - <http://www.agenziafarmaco.gov.it> - Statement sui medicinali equivalenti. Riferito al prezzo al momento del lancio del medicinale equivalente rimborsato dal SSN.

bevo LAURETANA perchè

scelgo il
benessere

Segui la campagna
ragionidiunasceltaconsapevole

Con un residuo fisso di soli 14 mg/l, Lauretana è l'acqua più leggera d'Europa, primato che la rende perfetta per coloro che scelgono uno stile di vita sano ed equilibrato.

Un'acqua leggera è più utile all'organismo poiché favorisce più velocemente il ricambio idrico e la diuresi; Lauretana è l'acqua ideale per il fabbisogno giornaliero di grandi e piccini, perfetta per gli sportivi, indicata per la preparazione di alimenti destinati all'infanzia e ai neonati, consigliata alle donne in gravidanza e durante l'allattamento.

Leggere l'etichetta e conoscere le caratteristiche dell'acqua significa fare scelte di consumo consapevoli, mettendo in primo piano valori quali benessere e salute. Lauretana significa qualità nel bicchiere!

LAURETANA

L'acqua più leggera d'Europa



www.lauretana.com

Seguici su

