

PRIORITY: SALUTE NEWS

www.farmauniti.it

4 — PRIMO PIANO

Dalla ricerca un aiuto per controllare il Parkinson

8 — ALIMENTAZIONE

Meno rughe con la dieta mediterranea

11 — BAMBINI

Un percorso PET per i piccoli pazienti oncologici

14 — ALTRA MEDICINA

Ignatia, il tranquillante degli omeopati

16 — PSICOLOGIA

Soggetti smarriti

18 — OCULOPLASTICA

Come affrontare un intervento oculoplastico

22 — PSICOLOGIA

Blocco mentale e ansia da esami

24 — SOLIDARIETÀ

Da Torino per portare la salute in Africa

26 — LIBRI

Il Ghetto di Varsavia

[Priorità: Salute]

powered by



VICKS MEDINAIT TRATTAMENTO NOTTURNO PER I SINTOMI DEL RAFFREDDORE E DELL'INFLUENZA

Le infezioni virali acute che interessano le vie respiratorie superiori comportano svariati sintomi, tra i quali:

- ✓ Febbre
- ✓ Mal di gola
- ✓ Dolori
- ✓ Congestione nasale
- ✓ Mal di testa
- ✓ Tosse secca

SPESSE I SINTOMI DI RAFFREDDORE E INFLUENZA SONO PARTICOLARMENTE FASTIDIOSI DURANTE LA NOTTE

Gran parte degli italiani lamenta un sonno disturbato a causa di raffreddore e influenza.

L'insonnia provoca affaticamento e riduzione della produttività durante il giorno.

Considerando i molteplici sintomi di raffreddore e influenza, un rimedio in grado di alleviare simultaneamente i disturbi e assicurare un sonno rigenerante può essere davvero importante.

SOLLIEVO NOTTURNO

Assunta subito prima di andare a dormire, una dose di sciroppo **Vicks MediNait** allevia 6 dei principali sintomi del raffreddore, grazie all'azione congiunta di 3 principi attivi, favorendo il **riposo notturno**.

Principi attivi di VICKS MediNait:

- 600 mg di paracetamolo per ridurre la febbre e alleviare i dolori.
- 7,5 mg di dossilamina succinato contro gli starnuti e il naso che cola.
- 15 mg di destrometorfano bromidrato per calmare la tosse.



PRONTO PER AFFRONTARE UNA NUOVA GIORNATA

Una singola dose da 30 ml di sciroppo Vicks MediNait prima di andare a dormire contiene principi attivi che danno sollievo a diversi sintomi e favoriscono il **riposo notturno**, aiutandoti a dormire meglio e a essere **pronto e attivo per affrontare la giornata seguente**.



EDITORIALE

Caro lettore, come puoi vedere abbiamo scelto di cambiare nome e immagine alla nostra rivista. Un cambiamento così radicale e così profondo, a lungo ricercato e progettato, che cercheremo di spiegarti in queste poche righe.

Partiamo dal nuovo nome: Priorità Salute...cosa vuol dire per noi "Priorità Salute"?

Vuol dire rendere possibile l'accesso alle terapie mediche a tutti, in ogni momento.

Vuol dire garantire la continuità del percorso di cura, che inizia dal medico e continua a casa del paziente.

Vuol dire fare attività di prevenzione e screening sanitario.

Vuol dire lavorare perché la Tua Salute sia per noi al primo posto, sempre.

Fare tutto questo è possibile solo raccogliendo le competenze e le esperienze di tanti farmacisti in una delle più grandi cooperative d'Italia: Farmauniti, che ad oggi riunisce più di 970 farmacie.. compresa la Tua!

Un progetto così grande e ambizioso ha bisogno di una veste grafica adeguata: attraente ed emozionante grazie all'attenta scelta delle immagini e del carattere tipografico, ma sempre con articoli di alta qualità scritti appositamente ed esclusivamente per noi. E con una grande attenzione alla carta, una scelta che ci permette di rispettare l'ambiente: un impegno irrinunciabile anche per noi.

DI
MARCO AGGERI

Priorità: salute
notizie per te

**Rivista bimestrale della
Società Cooperativa Farmaunita**
Via Sant'Anselmo 14 - 10125 Torino
n.1 / 6 del 01/01/16

Tiratura 135'000 copie

Direttore responsabile
Aldo Gallo

Comitato di redazione
Marco Aggeri, Roberto Bruno,
Anna Maria Coppo

Hanno collaborato
Carlo Graziani, Antonietta Meo,
Centro Psicologia delle Narrazioni,
Francesca Varano

Progetto e realizzazione Grafica
Manuel Rigo - Mediagraf Lab

Stampa: Mediagraf Spa
Noventa Padovana - PD

Dalla ricerca un aiuto per il controllo del Parkinson

Una particolare stimolazione automatica meccanica periferica produce risultati migliori negli stadi avanzati della malattia. Uno studio italiano conferma che la regolare erogazione della terapia consente di mantenere i benefici sui sintomi motori.

L'impatto della malattia di Parkinson, patologia in crescita che interessa solo in Italia quasi 250mila pazienti, è gravato dall'evidenza che alcuni sintomi motori – soprattutto nelle fasi intermedia e avanzata della malattia – non hanno adeguata risposta alle terapie farmacologiche, un aspetto che ha effetti sulla vita quotidiana e sulla sua qualità. Il soggetto malato presenta disturbi che impattano sulla capacità di muoversi, anche all'interno delle mura domestiche, e restringe progressivamente la sua autonomia.

Da diversi anni un gruppo di ricercatori svizzeri ha sviluppato un nuovo trattamento non invasivo con l'obiettivo di consentire ai pazienti di migliorare il controllo dei sintomi motori senza la necessità di aggiungere ulteriori terapie farmacologiche a quelle già in uso; per raggiungere tale obiettivo, hanno focalizzato la propria attenzione sul sistema nervoso periferico, che, come si sa, ha una sensibilità ridotta nei soggetti con Parkinson. Questa intuizione ha portato alla messa a punto di una tecnica di stimolazione e di un dispositivo meccanico per erogarla in modo automatico. I risultati di uno studio italiano recentemente pubblicato sul *Journal of Parkinson's Disease* mostrano come la terapia AMPS, erogata con il dispositivo medico GONDOLA®, sia in grado di indurre miglioramenti nei parametri spazio-temporali del cammino in persone con Parkinson. In particolare, è stato documentato il collegamento tra la condizione clinica del paziente (cioè con la gravità dei sintomi motori) con la percentuale di miglioramento nei principali parametri del cammino (lunghezza del passo, velocità, cadenza e propulsione) dopo l'Automated Mechanical Peripheral Stimulation) che si riscontrano dopo il trattamento: più compromessa è la situazione clinica e maggiore è il miglioramento ottenuto. In particolare, lo studio evidenzia come i valori medi dei parametri motori dei pazienti Parkinson dopo il trattamento mostrino un avvicinamento apprezzabile a quelli del gruppo di controllo di persone sane.

Lo studio, condotto dal Professor Fabrizio Stocchi, Responsabile del Centro per la cura e la diagnosi del Parkinson dell'IRCCS San Raffaele Pisana di Roma, ha coinvolto un gruppo di 35 pazienti a diversi stadi di avanzamento della patologia (scala Hoehn & Yahr), sottoposti a una seduta di terapia AMPS somministrata con il dispositivo e i risultati

sono stati anche confrontati con quelli di un gruppo di controllo di 35 soggetti sani con analoghe caratteristiche fisiche.

Rispetto alle misurazioni effettuate prima della stimolazione e al gruppo di controllo, una seduta di terapia AMPS ha prodotto un miglioramento medio del 14,85% nella lunghezza del passo, del 14,77% nella velocità del cammino e del 29,91% nella propulsione. Questi risultati sono molto importanti e sono coerenti con quelli di un precedente studio nel quale si è anche mostrato come, con la regolare ripetizione bisettimanale delle sessioni di stimolazione AMPS, i nuovi parametri motori si mantengano nel tempo.

Lo studio condotto ha inoltre mostrato una correlazione tra lo stadio di avanzamento del Parkinson, misurato con la scala H&Y (Hoehn&Yahr) comunemente usata per definire lo stadio clinico, e la percentuale di miglioramento.

Questo conferma le evidenze cliniche riportate dai pazienti, che riportano benefici maggiormente apprezzabili quando il quadro clinico è più compromesso.

“Il trattamento genera un'andatura più stabile e riduce le difficoltà del cammino, aspetti che migliorano la qualità della vita delle persone con Parkinson specialmente negli stadi avanzati in cui il quadro motorio è maggiormente compromesso” afferma la Dottoressa Francesca De Pandis Responsabile del Centro Parkinson del San Raffaele di Cassino, che chiosa “anche i risultati di questo studio sembrano confermare che la AMPS rappresenti una terapia promettente per la riabilitazione motoria dei pazienti”.

Questo nuovo studio arricchisce le evidenze di studi precedenti che documentano l'efficacia della terapia AMPS nel migliorare quei parametri motori tipici del Parkinson e che costituiscono una delle principali cause di peggioramento della qualità della vita, con impatto anche sui nuclei familiari dei pazienti. L'AMPS è una interessante terapia che permette alle persone con Parkinson di recuperare prima e mantenere poi una indipendenza motoria ed una sicurezza di cammino, con riduzione del rischio di cadute; è un approccio di fondamentale importanza negli stadi avanzati della malattia e, soprattutto, per tutti quei tanti pazienti che soffrono del sintomo del Freezing della Marcia, per il quale ad oggi non sono conosciuti trattamenti efficaci.



Nel trial clinico sono stati arruolati 35 pazienti affetti da Parkinson diagnosticato in base a criteri internazionali. Durante lo studio, i pazienti sono stati studiati in fase "off" con la sospensione notturna del trattamento farmacologico anti Parkinson. Ogni paziente è stato trattato con un singolo trattamento AMPS, che si basa su 4 cicli di stimolazione, durante ognuno dei quali ciascuna delle 4 aree target nei piedi viene sollecitata dallo stimolatore con una procedura brevettata. Durante l'erogazione della terapia il paziente rimane sdraiato e non deve compiere nessuna attività particolare. Le misurazioni delle prestazioni motorie sono avvenute prima e subito dopo la stimolazione (acuto) tramite un sensore inerziale wireless che ha calcolato movimenti ed accelerazioni nelle diverse direzioni, trasmettendo i dati via connessione Bluetooth a un computer dotato dell'apposito software di elaborazione.

Un ulteriore obiettivo era verificare l'effetto del trattamento nel tempo, in base alla ripetizione delle stimolazioni: rimangono gli effetti positivi? Ha documentato questo aspetto un altro studio clinico, recentemente pubblicato sull'*International Journal of Rehabilitation Research*, nel quale sono stati studiati gli effetti a medio e lungo termine della terapia AMPS, erogata con il dispositivo brevettato. È stato osservato che, dopo un ciclo di tre settimane di stimolazioni, due a settimana, i principali parametri motori mantengono i benefici, già apprezzabili, misurati in acuto dopo la prima stimolazione. Inoltre, mentre tali miglioramenti rimangono nella misurazione effettuata 48 ore dopo l'ultimo trattamento di stimolazione GONDOLA®, a distanza di dieci giorni dall'ultimo trattamento gli effetti benefici mostrano un trend di regressione verso i valori iniziali pre-ciclo di stimolazioni. Questo ha anche permesso di definire le modalità di somministrazione più corretta per mantenere gli effetti, e cioè che il trattamento erogato dal dispositivo GONDOLA®, per consentire al paziente di mantenere i benefici nel tempo, deve essere ripetuto due volte a settimana in via continuativa. In questo studio sono stati arruolati 18 pazienti con Parkinson idiopatico, e un gruppo di controllo di 15 individui sani e di età comparabile; per verificare i benefici a medio-lungo termine della Stimolazione AMPS sui parametri chiave dell'andatura quali la lunghezza del passo, andatura, velocità media, velocità di rotazione e cadenza del passo.

"Lo studio ha evidenziato che i benefici permangono con la ripetizione del trattamento, consentendo ai pazienti un mantenimento delle nuove capacità motorie, a vantaggio della riduzione dei sintomi tipici della malattia" spiega il Professor Fabrizio Stocchi, Responsabile del Centro per la cura e la diagnosi del Parkinson dell'IRCCS San Raffaele Pisana di Roma. Sono state erogate 6 stimolazioni ogni 3/4 giorni a pazienti in off farmacologico, le misurazioni sul cammino sono state effettuate prima e dopo la stimolazione iniziale (in acuto), dopo la sesta stimolazione, poi 48 ore e dieci giorni dopo l'ultima stimolazione. Lo studio ha mostrato gli effetti positivi sulla bradicinesia (la lentezza di movimento), sulla lunghezza del passo e sulla stabilità del cammino. I parametri mantengono il miglioramento nel periodo del ciclo di sei stimolazioni, mentre già a dieci giorni di distanza dall'ultima stimolazione si misura un regresso dei benefici, con un ritorno verso i problemi motori presenti prima dell'inizio del trattamento.

IN FOTO:
Il dispositivo
di stimolazione
GONDOLA



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[®]

A close-up photograph of an olive branch with several dark, ripe olives and some green leaves. The branch is positioned diagonally across the frame. The background is a soft, out-of-focus blue sky with some light clouds. The lighting is natural, suggesting a sunny day.

IL CIBO CI FA BELLI (E GIOVANI): meno rughe con la dieta mediterranea



La salute della pelle non è soltanto un fattore estetico. In effetti, la puliamo, la idratiamo, la coccoliamo con amore attraverso creme, massaggi, peeling e spiamo ogni suo segno, ruga, imperfezione. Ma per tenerla in forma perfetta, i trattamenti estetici non bastano. La miglior cura inizia a tavola.

“La più recente e stimolante branca della genetica è quella che ha chiarito come il DNA non sia un elemento statico che rappresenta il nostro destino biologico, ma che al contrario è un sistema dinamico che dialoga, interagisce e reagisce agli stimoli ambientali. Questa branca di studi, l’epigenetica, ha aperto orizzonti inimmaginabili nella medicina e nelle possibilità di prevenzione, ma ha implicazioni anche sui processi di invecchiamento. Facendo le scelte giuste quindi possiamo accendere i geni buoni e spegnere quelli dannosi e influire sulla salute ma anche sulla longevità e sulla bellezza” sostiene il Dottor Filippo Ongaro medico e Specialista in Medicina Anti-aging. “Un esempio confermato da molti studi riguarda le sirtuine, proteine cellulari capaci di riparare i danni che si accumulano giorno dopo giorno e che vengono stimolate da interventi come la riduzione delle calorie o l’assunzione di particolari fitonutrienti come il resveratrolo. Questo è di particolare importanza per la pelle che fungendo da barriera e filtro con l’esterno è un tessuto dove i segni dell’età si accumulano con particolare facilità”.

“Parte del nostro elisir di lunga vita è in cucina” rinforza il concetto la Dottoressa Pucci Romano, Specialista in Dermatologia “e il segreto risiede nelle radici ambientali, culturali e culinarie del nostro meraviglioso Paese. Pensiamo alle produzioni tradizionali: ulivi millenari per l’olio extravergine di oliva, una fonte di acidi grassi preziosissimi dal potere antiossidante, grassi vegetali buoni e poi l’uva sia da tavola che da vino, specialmente il rosso, un concentrato di polifenoli e resveratrolo dalla spiccata azione antiossidante e anti-aging. Una posizione geografica in cui siamo esposti al mare per tre quarti che significa pesce azzurro, un vero concentrato di omega 3 che proteggono il cuore ma non solo. Una dieta ricca di pesce significa una pelle più giovane così come testimoniato anche dalle popolazioni orientali che hanno nel pesce il loro ingrediente base. Purtroppo il link tra pelle e alimentazione è quello meno indagato e spesso usiamo il cibo come ‘medicina’ per migliorare i parametri ematochimici e limitare il rischio di alcune patologie, mentre dobbiamo iniziare a pensare alle centinaia di molecole degli alimenti come a preziose alleate della bellezza. Molecole che moltiplicano esponenzialmente le proprie qualità quando agiscono insieme, quelle sostanze che esercitano una funzione plastica, favorendo il rinnovamento cellulare, energetica nel senso di fornire carburante all’organismo ma anche regolatrice e protettiva dei processi metabolici”.

Nella ricetta di una pelle sana e giovane nessun nutriente deve mancare all'appello e nessuno deve essere escluso. Come in una grande orchestra sinfonica ciascuno contribuisce alla perfezione dell'esecuzione.

CARBOIDRATI - I Carboidrati sono la benzina del corpo, ma vanno scelti tra quelli più complessi e integrali, limitando i prodotti preconfezionati e di origine industriale. Questo perché proprio gli zuccheri semplici interagiscono negativamente con le proteine di supporto del derma, il collagene e l'elastina, che vengono danneggiate e perdono così la loro funzione di sostegno. Ecco allora come una dieta troppo ricca di carboidrati semplici corrisponda ad una cute lassa, rilassata, poco densa dall'aspetto precocemente invecchiato.

PROTEINE – Sono la struttura di sostegno e i costituenti essenziali di tutte le cellule e alcuni degli aminoacidi di cui sono composte possono essere introdotti solo con la dieta perché il corpo umano non è capace di sintetizzarle. Tra i più importanti per una azione anti-età la creatina, che stimola la produzione di collagene ed elastina, cisteina per unghie e capelli, prolina per la sintesi delle proteine di sostegno. Ecco allora solo una dieta varia ci garantisce l'apporto di tutte queste magnifiche sostanze.

COTTURA – Quando scegliamo il metodo di cottura di un cibo stiamo favorendo o contrastando rughe e invecchiamento. Lo sapevate? L'uso del forno ad alte temperature, grill, frittture e tutte le cotture a più di 120 gradi aumentano la presenza di prodotti di glicazione, molecole che derivano dal legame di zuccheri e proteine dannose per la cute e i tessuti. Danni impossibili da riparare e che devono quindi essere soggetti a intelligenti strategie preventive.

GRASSI 'BUONI' NECESSARI – Preziosi e indispensabili per l'integrità della carriera cutanea, specialmente gli omega 3 e 6 che migliorano sia l'idratazione che l'elasticità della pelle. Ma anche il vituperato colesterolo ha la sua parte di meriti: è un precursore della vitamina D che costituisce un elemento fondante delle membrane cellulari. Come sempre, ogni elemento deve essere assunto senza eccessi preferibilmente da alimenti crudi. Al contrario i grassi idrogenati, ormai ubiquitari nei prodotti pronti, possono fare diversi danni: una recente ricerca ha ipotizzato che proprio questi siano responsabili dell'epidemia di smagliature che affligge le donne moderne, anche giovanissime e magre.

INDICE GLICEMICO – È la misura che indica la quantità di insulina secreta dall'organismo in risposta all'introduzione di un alimento necessaria per metabolizzarlo. Ogni alimento ha il suo indice che va da 100 dello sciroppo di glucosio al 15 delle zucchine. Ebbene è stato osservato che una dieta ricca di cibi con elevato indice glicemico è correlata ad un aumento dell'acne o al suo peggioramento.

ALLA RICERCA DELLE VITAMINE Sono capaci di riparare i danni tissutali, hanno una azione trofica e si accompagnano spesso agli antiossidanti e tutto è contenuto in alimenti deliziosi e freschi come frutta e verdura, da scegliere tra quelle di stagione per beneficiare del massimo contenuto anche in minerali. Una piccola quota di vitamina C, perché solo con la sua presenza l'organismo riesce a convertire le proteine nel prezioso collagene.

A proposito di antiossidanti va precisato che quasi tutti gli alimenti ne contengono una quantità precisa, indicati con la sigla ORAC (Oxygen Radical Adsorbance Capacity) dei quali servono almeno 2000 unità al giorno per avere benefici. Nella nostra piramide alimentare, famosa in tutto il mondo, c'è un patrimonio di salute ma anche di longevità e bellezza.

A Torino inaugurato il primo percorso PET dedicato ai piccoli pazienti oncologici

È una novità: un vero percorso a misura di bambino, destinato ai piccoli pazienti oncologici che purtroppo devono sottoporsi a un esame PET per la diagnosi della loro malattia o per monitorare lo stato della cura, cui sono sottoposti.

“L’infanzia è quel periodo spensierato che i nostri piccoli pazienti perdono affrontando cure e fatiche da giganti, perciò nel nostro piccolo cerchiamo di preservarlo il più a lungo possibile.”, afferma Elisabetta Salza, Amministratore Delegato IRMET. “Guardando gli accessi – prosegue – ci siamo resi conto che sempre più bambini e ragazzi arrivano nel nostro centro per sottoporsi a un esame importante e decisivo come la PET. Abbiamo allora cominciato a riflettere che qui, così come negli ospedali in generale, tutto è pensato per un paziente adulto. Insieme ai medici e ai tecnici, abbiamo deciso che era ora di cambiare punto di vista e di rendere il percorso per i più piccoli un po’ meno “pesante”.

E così i piccoli pazienti e i loro genitori entrando nel centro potranno fin dall’accettazione seguire un percorso dedicato, che li accompagnerà prima nella sala di attesa che ha preso le sembianze di un’isola nell’oceano, per poi proseguire nella Sala PET, dove il macchinario è un sottomarino che naviga nelle acque limpide e piene di pesci che sorridono.

Di un percorso di tal genere, che parte dall’accettazione e arriva alla consegna del referto, totalmente pensato, studiato e strutturato per i bambini, non c’è traccia in Italia. Negli Stati Uniti, al Miller Children di Long Beach e all’Advocate Lutheran General Children’s Hospital di Philadelphia, si trova qualcosa di simile, così come al Bambin Gesù di Roma dove è stata allestita una Ludo Tac, che fa giocare i piccoli prima di sottoporsi a un esame diagnostico.





I SOSTENITORI

Il progetto recentemente inaugurato, a dimostrazione della sua validità, ha trovato numerosi sostenitori, “che Irmec – sottolinea ancora la dottoressa Salza – ringrazia uno a uno per averci creduto”: a partire dalla FONDAZIONE DE BENEDETTI CHERASCO 1547 ONLUS che, dopo esserne stata la fondatrice, continua a sostenere le iniziative IRMET.

Importante è menzionare anche il patrocinio al progetto ottenuto da parte di UGI- Unione Genitori Italiani, e FIAGOP- Federazione Italiana Associazione Genitori Oncoematologia pediatrica ONLUS, e di AIEOP- Associazione Italiana Ematologia Oncologia Pediatrica.



IL TUMORE INFANTILE

Ogni anno in Italia si ammalano circa 1.600 bambini tra 0 e 14 anni e circa 1.000 adolescenti tra i 15 e i 19 anni. Rispetto alle neoplasie dell'adulto, i tumori dell'infanzia e dell'adolescenza presentano molte peculiarità: differiscono principalmente per istologia (i tessuti colpiti dal tumore sono diversi), velocità di accrescimento, risposta alla terapia e prognosi. Nell'adulto prevalgono i carcinomi, cioè i tumori maligni di derivazione epiteliale, che colpiscono una particolare tipologia di cellule che appartengono al tessuto di rivestimento, pelle o mucose, oppure ghiandolare; questi sono molto rari in età pediatrica.

Nei bambini, al contrario, prevalgono i tumori che derivano da cellule ancora immature e quindi di derivazione embrionale, ad esempio i nefroblastomi o i neuroblastomi, o da cellule del tessuto connettivo, come i sarcomi.

Le forme tumorali più tipiche dell'adulto fanno in genere la loro comparsa negli adolescenti. In età inferiore ai 14 anni i tumori più diffusi sono le leucemie (33%); seguono i tumori del sistema nervoso centrale (22%), i linfomi (12%), il neuroblastoma (8%), i tumori renali (7%), i sarcomi dei tessuti molli (7%) e i sarcomi ossei (6,4%). Altri tumori, come il retinoblastoma, l'epatoblastoma, sono quelli a cellule germinali e altri ancora sono estremamente inusuali e rientrano, quindi, nella categoria dei "tumori rari".

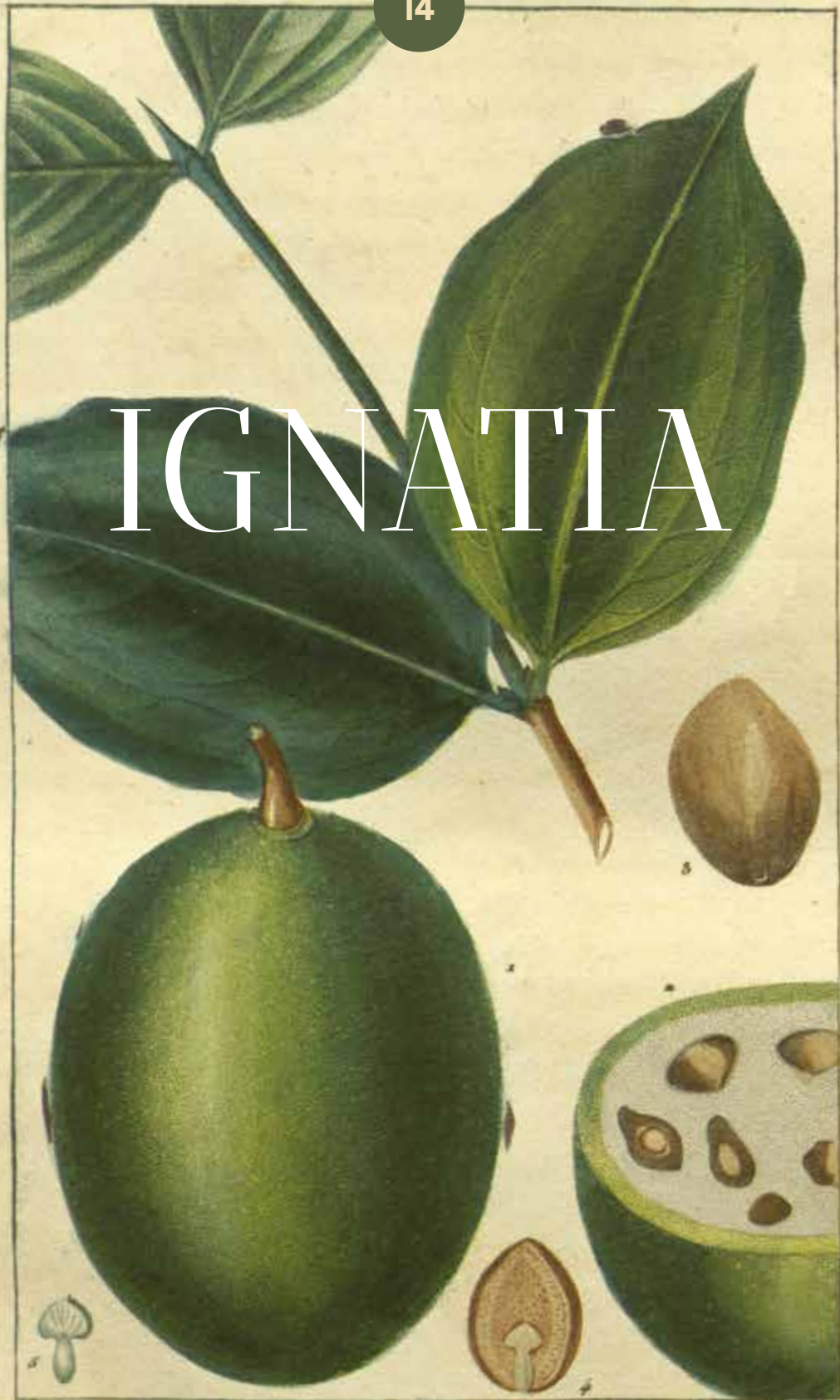
Solo il 5-6% dei tumori pediatrici ha una chiara origine genetica: meno del 3% ha una diretta correlazione con esposizioni ambientali (infezioni, agenti fisici come dosi massicce di radiazioni, sostanze chimiche), quindi oltre il 90% dei tumori

ha cause ignote. Nonostante, quindi, non vi siano particolari evidenze che i tumori pediatrici siano, ad eccezione di casi particolari, causati da fattori esterni, gli scienziati stanno analizzando potenziali fattori di rischio che potrebbero avere un ruolo, anche se le conclusioni sono molto incerte. Un aumento del rischio è stato dimostrato per quanto riguarda le radiazioni ionizzanti, che causano alcune forme di tumori del sangue e di tumori solidi. Di molti altri fattori, gli studiosi hanno solo sospetti: tra questi, il consumo di alcool e tabacco da parte della madre durante o prima della gravidanza, la dieta in gravidanza, la professione dei genitori (che possono essere a contatto con sostanze cancerogene come il benzene, i pesticidi o altro), l'esposizione a gas di scarico come il benzene, le infezioni, l'immunodeficienza congenita o acquisita. Anche una storia familiare di tumore può predisporre ai tumori pediatrici e giovanili, così come alcune condizioni genetiche particolari. La ricerca scientifica mondiale, oltre a essere costantemente impegnata per raggiungere la guarigione completa nel 100% dei casi, prosegue anche in questa direzione: capire le cause potrà salvare molte altre vite.

In Italia il 95% dei bambini (0-14 anni) affetti da tumore vengono curati presso i centri dell'AIEOP (Associazione Italiana Ematologia Oncologia Pediatrica), associazione che si è costituita 40 anni fa al fine di garantire ai pazienti pediatrici con neoplasia la migliore assistenza e terapie possibili. I 54 centri AIEOP, diffusi su tutto il territorio italiano, sono strutture del Sistema Sanitario Nazionale dedicate in modo specifico alla diagnosi ed alla cura dei bambini ed adolescenti (15-19 anni) con patologie oncoematologiche.

Fonte: **AIEOP**

IGNATIA



Turpin P.

Lambert J. sculp.

FÈVE DE S^T IGNACE.

Il tranquillante degli omeopati

Così definito in Francia, dove l'impiego dei rimedi omeopatici è diffuso e quotidiano, questo farmaco omeopatico è preparato dalla "fava di Sant'Ignazio", un arbusto originario delle Filippine, di cui si utilizzano i semi secchi, ricchissimi in alcaloidi, per la loro azione generale sull'iperemotività e su manifestazioni fisiche spasmodiche (crampi, parestesie, mioclonie) spesso causate da dispiaceri, contrarietà e surmenage nervoso.

Molto indicato per depressioni reattive dopo lutti, ma anche dopo contrattempi positivi, come un cambiamento favorevole al lavoro, o di residenza, oppure quando, dopo essere stati messi alla prova, si ha una grande stanchezza, poca voglia di fare, malinconia e persino poca voglia di parlare, anche in compagnia, per quanto la distrazione in società faccia stare meglio.

Anche alcuni problemi fisici sono sensibili a "Ignatia amara", che, assunto alla diluizione più adeguata, può dare un grande aiuto o addirittura portare alla scomparsa del disturbo:

- cefalee "come un chiodo nella tempia", con fastidio per luce, rumori, suoni ed odori
- fame nervosa, che non si calma mangiando, o intolleranze alimentari mutevoli e paradossali
- mioclonia palpebrale (palpebra che trema)
- dolori mestruali spasmodici
- amenorrea dovuta a dispiacere
- dolori articolari e muscolari a punti, che si spostano;
- sciatica aggravata a riposo e da coricati
- tachicardia emotiva
- sensazione di mancanza d'aria, difficoltà a respirare.

Ignatia amara si può definire il principale rimedio dell'ansia somatizzata, dell'insonnia dovuta a dispiacere, delle esplosioni emotive subito trattenute e in generale ha uno spettro d'azione molto ampio.

IGNATIA E LA GELOSIA

Il Grande omeopata greco George Vithoulkas, nel suo testo "Classical Homeopathy for Anxiety & Jealousy", mette in rilievo un aspetto molto particolare di Ignatia amara, la gelosia... periodica, che si manifesta di tanto in tanto, scatenata da un evento anche piccolo che però mette in crisi tutto: il paziente si rende conto di stare mettendo in difficoltà il proprio matrimonio o la propria relazione affettiva, ma non riesce a controllarsi, il suo comportamento diventa imprevedibile, spesso duro ed ipercritico, e la vita sessuale diventa indifferente e senza più importanza.

Queste intense emozioni si esprimono con grandi sospiri e in genere, pur esprimendo grandi sofferenze o raccontando al medico i disturbi, il paziente, o la paziente, non piange (emozioni trattenute). Può però avere una vera crisi isterica perdendo il controllo ed allora il pianto sarà di quelli che scuotono dai singhiozzi.

Nel suo testo Vithoulkas parla della gelosia di Ignatia come di una gelosia illogica, che si manifesta in persone ipersensibili, colte, cresciute con cultura, educazione raffinata, arte, musica, teatro, in grado di coniugare queste ricchezze interiori con un'efficacia rapida nell'agire: perfezionisti ed esigenti, sono persone capaci nella realtà. Tuttavia, vivendo nella società, questa sensibilità raffinata viene facilmente urtata, ferita, o quantomeno disturbata, ma il paziente non è predisposto a diventare insensibile, ad indurirsi: questa situazione di conflitto tra una natura sensibile ma efficiente nel mondo e la ruvida realtà produce uno stato Ignatia.

Questa persona capace, che non chiede nulla agli altri e se la cava, può somatizzare le emozioni o può far esplodere ogni tanto queste crisi di gelosia periodica tipiche di Ignatia.

SOGGETTI SMARRITI

—
Antonietta Meo

Socia del Centro Psicoanalitico di trattamento
dei malesseri contemporanei – onlus



Oggi non possiamo fare a meno di constatare una particolare difficoltà che i soggetti incontrano, che ha a che fare con una sensazione di mancanza, di vuoto nel loro viversi, una sensazione di fuga dalle emozioni o ancora di non riuscire a vivere a pieno la propria vita, di sbagliare, di non potercela fare. La mancanza simbolica, invece, è per la psicoanalisi la molla di un dinamismo che può portare qualcuno a bussare ad una porta chiedendo aiuto, chiedendo uno scambio simbolico con l'Altro.

I soggetti che suonano alla porta del Centro Psicoanalitico di trattamento dei malesseri contemporanei possono portare un interrogativo apparentemente confuso, oppure un disagio che li ha schiacciati, risucchiati all'inverosimile, o un'angoscia che non permette loro più di vivere. Sono questioni che danno voce ad un tempo soggettivo che possiamo chiamare di smarrimento. Proprio perciò è importante che il soggetto trovi un Altro interlocutore che possa accogliere la sua urgenza nel modo opportuno; modo che non è garantito e che non può sapersi prima a partire da un manuale di procedure.

In questi frangenti si tratta per il soggetto di voler prendere parola includendo l'Altro, come condizione per cercare un senso, lì dove sembrerebbe essersi perso. Per questo motivo, la posizione di chi si troverà ad accogliere questa prima parola soggettiva è delicata e richiede di essere avvertiti.

C. si presenta al Centro Psicoanalitico dicendo che non va d'accordo con la sua famiglia, sta male e non ce la fa a lavorare. La famiglia insiste, dandogli che andando a lavorare gli passerà tutto. C. invece ha provato in tutti i modi, ma proprio non ci riesce, sviene spesso sul posto di lavoro. Si chiede se sia la luce del neon che non sopporta e aggiunge che sono comparsi altri problemi, come la paura di stare al chiuso e la paura della folla. Si tratta di un soggetto che racconta di un improvviso venir meno dei riferimenti prelevati nell'Altro e della sua contemporanea caduta nel vuoto. I battiti accelerati del corpo, sudorazione, manifestazioni del corpo incontrollabili: sola risposta che il soggetto trova in quel momento per arginare il vissuto di sparizione di sé e dell'altro e per sentire che si è ancora vivi, quanto meno nel corpo.

Una giovane di venticinque anni si presenta al Centro Psicoanalitico dicendo di sentirsi molto in imbarazzo. Quando la incoraggio a parlare, dice di sentirsi molto confusa, pensa di fare una cosa e poi ne fa un'altra, non riesce a portare a termine gli impegni che inizia, desidera trovare un equilibrio. Riesce a trovare solo piccoli lavori con contratti a termine i quali, poiché precari, la mettono sempre più in difficoltà. Ha aperto una piccola azienda di restauro, ma anche in quell'occasione, da sola, non ce l'ha fatta. Si sente una fallita, "la deficiente" sempre insicura. Si è rivolta al Centro Psicoanalitico per trovare due dritte che la orientino. Il soggetto

domanda in questo caso un aiuto per ritrovare la bussola che lo possa ri-orientare.

V. è all'ultimo anno di Università. Ha paura di concludere, si domanda cosa succederà dopo. Da una parte vuole laurearsi, dall'altra si chiede se riuscirà a realizzare qualcosa. Vorrebbe fare un percorso al Centro Psicoanalitico per essere sostenuta, per fare un passaggio da studente a lavoratrice.

A. non sa come fare, si sente in colpa nei confronti dei genitori che la mantengono, ma non capisce perché non riesca a trovare lavoro. Alla fine del colloquio riesce a formulare ciò che le piacerebbe fare, ma teme che sia un mestiere che non porta tanti soldi. Aggiunge che si prenderà del tempo per capire quale sia il suo vero desiderio; non vuole più fare delle cose che la facciano sentire obbligata.

Come possiamo leggere questi tentativi di richiesta d'aiuto? Si tratta di accogliere la lamentela del soggetto per separarlo da una pietrificazione della standardizzazione, così da cercare di circoscrivere ciò che lo angoscia.

Forse, oggi, essere conformi sembra essere una specie di valore imposto. Forse proprio perciò è diventato molto complesso, per i giovani, costruirsi un posto nel mondo attuale, dove tutto sembra svanire nel nulla. "Sempre più si fa ricorso alla metafora del liquido per indicare la crisi del reale in cui il soggetto contemporaneo si perde, immerso in un mondo di parvenze".

In questa prospettiva non si tratta di spiegare delle tecniche, né di dare consigli, né tantomeno si tratta di normalizzare il funzionamento del soggetto, assimilando ciò che egli porta di singolare ad un semplice disturbo standard. Jacques Lacan, nei suoi Seminari, era solito ricordare come fosse sempre in agguato il potere della suggestione nella cura. Proprio perciò lo psicoterapeuta non può prendere la posizione di colui che guida moralmente il paziente. Il lavoro con ogni soggetto che bussa alla nostra porta deve essere quello di produrre una separazione tra ciò che egli dice e ciò che sta chiedendo. Né l'uomo, né il suo pensiero sono una macchina; si tratta, quindi, di produrre del desiderio nuovo, inedito, affinché avvenga una separazione dall'alienazione collettiva di tipo conformista, una separazione da un'identificazione di massa e dalle icone.

Possiamo dire che se un soggetto arriva al Centro Psicoanalitico portando una questione che riguarda il lavoro – che si tratti della difficoltà di trovarlo, oppure di mantenerlo, o che non riesca a lavorare perché non ne ha voglia –, si può accogliere tale enunciato come se fosse un sintomo, per provare a decifrarlo. È proprio da questo residuo che si può ripartire, da questo insopportabile sintomo segno, sintomo che si presenta, scrive Lacan, rappresentando un significante per un altro significante, e che può per questo rivelare una verità nascosta all'io.

COME AFFRONTARE AL MEGLIO UN INTERVENTO OCULOPLASTICO?



DOVE INTERVIENE IL CHIRURGO OCULOPLASTICO?

La chirurgia Oculoplastica consiste nell'iper specializzazione sia chirurgica che medica delle palpebre, orbite, vie lacrimali ed il volto nel suo insieme.

Alcune delle patologie trattate sono:

- disfunzioni del condotto lacrimale (come l'iperlacrimatione)
- occhio secco
- protrusione dei bulbi oculari (morbo di Basedow)
- ciglia mal posizionate (entropion od ectropion)
- palpebre cadenti (ptosi palpebrale congenita o acquisita)
- paralisi facciale
- blefarospasmo

Il chirurgo oculoplastico è anche altamente specializzato nella rimozione di tumori palpebrali sia maligni che benigni. La sua specifica formazione nella regione dello sguardo gli permette una completa rimozione mantenendo il più possibile la funzionalità dell'occhio.

In qualità di specialista dell'estetica dello sguardo e dell'armonia del volto nel suo insieme, l'oculoplastico si occupa anche di trattamenti medici estetici (iniezione di botulino o di acido ialuronico) che permettono al paziente di ritrovare un volto più riposato rispettando sempre la propria personalità.

Quando la medicina estetica non basta più a raggiungere "il desiderio del paziente", la doppia specializzazione medica e chirurgica permette di offrire altre soluzioni come per esempio la blefaroplastica inferiore e superiore, capace di ridare freschezza e naturalezza a uno sguardo stanco. L'intervento può essere combinato ad un lifting del sopracciglio, al lipofilling del viso (in modo da ritrovare il volume perso durante gli anni) o ancora la rimozione delle borse sotto gli occhi (inestetismo che colpisce sia gli uomini che le donne giovani o meno).

Il chirurgo oculoplastico è anche la figura di riferimento nella gestione di eventuali complicanze dopo un passato intervento di blefaroplastica in modo da riabilitare l'estetica dello sguardo nonché la normale funzionalità della palpebra.

NEL CASO DI UN TRATTAMENTO DI MEDICINA ESTETICA, QUANTO TEMPO DURA LA PROCEDURA?

I trattamenti si effettuano direttamente in studio. La visita dura in genere tra 30 a 45 minuti durante i quali il paziente viene ascoltato in modo da proporre il trattamento più idoneo.

Il giorno stesso il paziente torna a svolgere le sue normali attività lavorative e sociali.

Il medico è sempre disponibile telefonicamente al fine di rispondere ad eventuali dubbi o domande. Una visita di controllo viene programmata gratuitamente con il paziente entro 10 giorni dopo il trattamento per controllare al meglio il risultato.

PRIMA DI UN INTERVENTO OCULOPLASTICO.

Durante la prima visita, al paziente vengono spiegate le migliori e più aggiornate tecniche chirurgiche in relazione al suo problema clinico.

Il paziente ed il chirurgo, durante il consulto, individueranno le modalità dell'intervento.

Una serie di esami sono richiesti in procedura standard: in genere si tratta di normali esami del sangue (emocromo con formula, test coagulativi) e di un elettrocardiogramma.

QUANTO DURA UN INTERVENTO CHIRURGICO OCULOPLASTICO?

In generale, un intervento di chirurgia delle palpebre dura tra 45 minuti e 2 ore (45 minuti/1h per una blefaroplastica classica o una ptosi, 45 minuti per la rimozione delle borse sotto gli occhi e 2h per un intervento combinato di blefaroplastica + lipofilling per esempio).

Il giorno dell'intervento il paziente verrà seguito, in modo dedicato, da un team specializzato nella chirurgia dello sguardo.

Un'infermiera e un anestesista garantiranno al paziente un intervento senza dolore durante e dopo l'operazione.

Il paziente tornerà il giorno stesso a casa in modo da continuare la sua terapia post operatoria in tranquillità con i suoi cari.

Subito dopo l'intervento si possono presentare gonfiore, ecchimosi, irritazione e secchezza degli occhi. Questi sintomi sono di normale riscontro ed andranno a scomparire con il passare dei giorni. Una protezione solare ed occhiali da sole con lenti scure sono fondamentali per assicurare una completa guarigione della zona palpebrale.

QUALI SONO LE ISTRUZIONI POST INTERVENTO OCULOPLASTICO?

Una volta tornato a casa, la posizione eretta della testa favorisce la riduzione del gonfiore così come dormire con la testa ed il busto sollevato da 2-3 cuscini. È assolutamente necessario evitare sforzi ed attività fisiche nei primi giorni.

In seguito ad interventi di blefaroplastica, lifting, lipofilling, l'applicazione d'impacchi freddi avvolti da garze sterili e delicatamente appoggiati sulle palpebre riduce il gonfiore successivo all'intervento. Nel caso di un intervento di lipofilling si può applicare una pancia addominale od indossare collant da 150 denari, a seconda di dove è stato eseguito il prelievo di grasso, per circa 2 settimane.

Il processo di guarigione è individuale. Certi fattori esterni come il fumo, l'attività fisica prematura o troppo intensa possono ritardare la guarigione. È sempre molto importante seguire le istruzioni del medico e la terapia prescritta dopo l'intervento.

Una serie di visite post operatorie verranno programmate per assicurarsi una completa guarigione.

Il paziente può tornare alla propria vita sociale e lavorativa in generale dopo circa 7 giorni.

QUALI SONO I RISULTATI?

Nel caso della chirurgia delle palpebre, i risultati sono immediatamente visibili e l'effetto definitivo apprezzabile dopo varie settimane. Il periodo di cicatrizzazione è variabile e personale.

Le fotografie prima/dopo dell'intervento aiuteranno il paziente ad apprezzare i risultati dell'intervento.

La chirurgia oculoplastica permette di ritrovare uno sguardo sano, naturale in totale armonia con il resto del volto mantenendo sempre la funzionalità dell'occhio.

Carlo Graziani

Chirurgo Oculoplastico

Servizio alta Specializzazione Chirurgia Oculoplastica
Clinica Fornaca, Pinna Pintor e Casa di Cura Columbus
www.oculoplastica.it

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

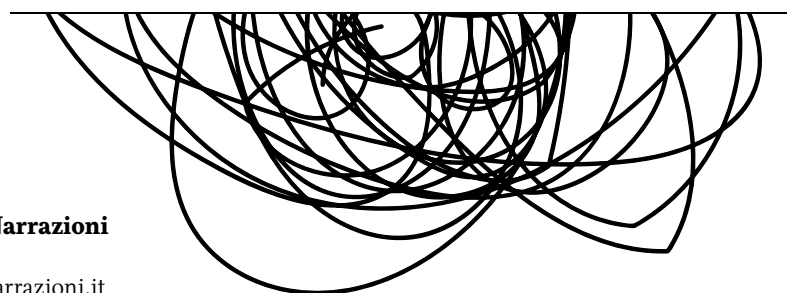


È un medicinale a base di Ibuprofene e può
avere effetti indesiderati anche gravi.
Leggere attentamente il foglio illustrativo.
Autorizzazione del 24/06/2015.

www.zentiva.it

zENTIVA
GRUPPO SANOFI

BLOCCO MENTALE E ANSIA DA ESAMI come interrompere questo circolo vizioso?



Centro di Psicologia Narrazioni
Savigliano
www.centropsicologianarrazioni.it

Dicembre e Gennaio sono i mesi che coincidono con l'arrivo delle pagelle per la scuola secondaria e con le sessioni degli esami universitari. In questi mesi si intensificano le domande d'aiuto che arrivano al Centro di Psicologia Narrazioni riguardanti difficoltà legate all'affrontare gli esami e a gestire l'ansia. A volte si tratta di mamme preoccupate per i figli che non riescono ad avere risultati soddisfacenti, nonostante gli sforzi e l'impegno che loro stesse riconoscono, altre volte sono gli stessi studenti che dopo l'ennesimo esame non superato chiamano per chiedere un aiuto. Ciò che riportano al primo colloquio sono vuoti di memoria, insonnia, nervosismo, difficoltà di concentrazione, mal di stomaco, irritabilità, panico e ciò che accomuna le diverse situazioni è solitamente espresso così "Mi sono preparato moltissimo, più di tanti miei compagni...e poi avevo il vuoto...mi sembrava di non ricordare nulla". Vuoti di memoria e blocchi nell'esposizione sono infatti molto spesso i sintomi riportati dagli studenti che soffrono di ansia da esame che questo indipendentemente dalla propria intelligenza e preparazione.

L'ansia consiste in uno stato emozionale negativo, accompagnato da nervosismo e preoccupazione, legati ad un'elevata attivazione corporea.

In generale, rappresenta uno stato associato a quella spiacevole tensione data dal presagio di un pericolo imminente e di origine in gran parte sconosciuta, caratterizzata da un disagio psichico di varia intensità e da una serie di manifestazioni somatiche. È una reazione che può verificarsi anche in assenza di uno stimolo esterno, ma con la semplice anticipazione mentale di una situazione che potrebbe presentarsi. In realtà, che si sia studiato nel migliore dei modi possibili o meno, un po' di agitazione prima dell'esame è normale e produttiva. L'ansia infatti, se contenuta, può dimostrarsi un utile supporto di fronte alle difficoltà o ai compiti da affrontare. Entro certi livelli e in determinati contesti, una quantità limitata di ansia è utile ad attivare il sistema nervoso autonomo e meccanismi di attenzione e concentrazione che possono addirittura migliorare la performance. Diversi esperimenti sul rendimento di studenti universitari hanno evidenziato come i risultati migliori siano ottenuti da coloro che provano un'ansia contenuta e che sono in grado di controllarla. Queste persone conseguono risultati migliori anche di coloro che non provano nessuna forma di ansia, in quanto hanno un livello ottimale di "attivazione" rispetto al compito.

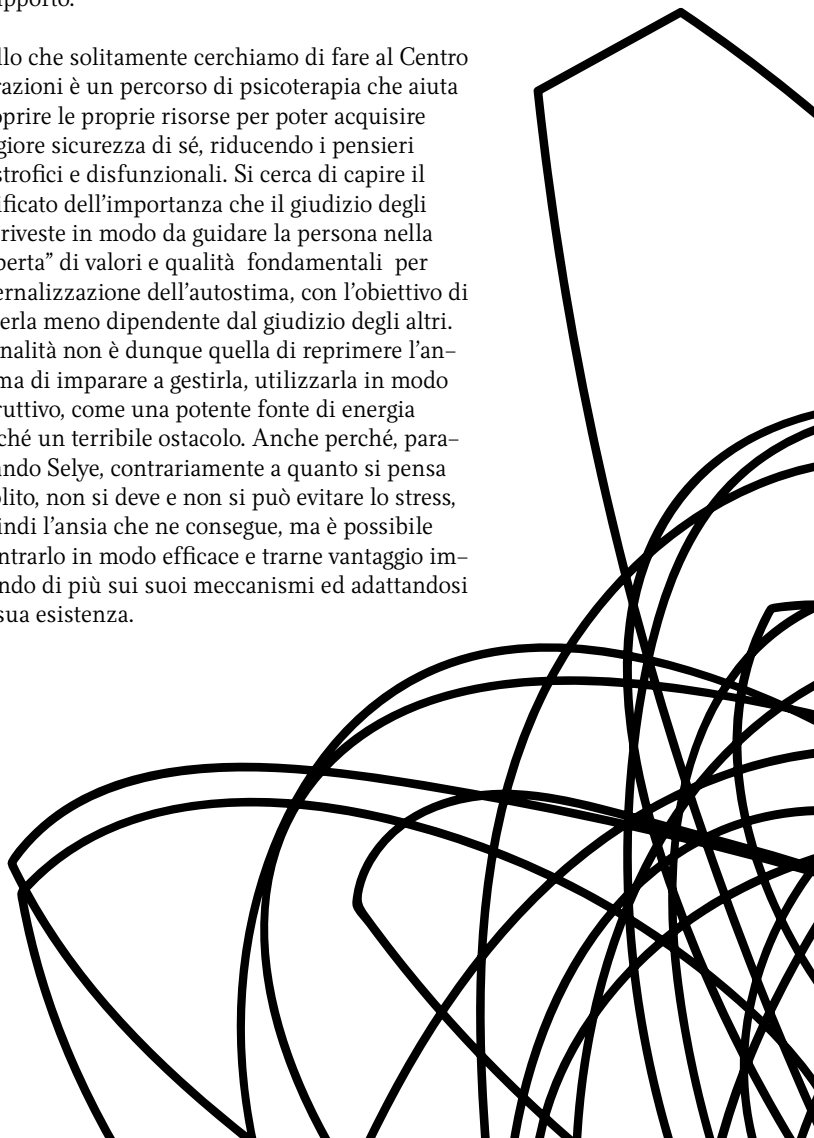
Diverso è il caso dell'ansia da esame eccessiva, un tipo particolare di ansia da prestazione: un sentimento di apprensione che insorge quando ci si sente giudicati e valutati. Quando questo tipo di ansia assume dimensioni eccessive, poichè diventa un grosso ostacolo per il raggiungimento dell'obiettivo. Quest'ultima può inibire le prestazioni intellettuali, ostacolare la concentrazione e la memoria, peggiorando notevolmente la performance dello studente. Yerkes e Dodson, due autori che hanno studiato molto l'ansia, hanno documentato come un aumento dello stress può avere come risultato un aumento della produttività, ma fino ad un certo punto. Questo "certo punto" varia per ognuno di noi. Tra livello di attivazione e la prestazione esiste una relazione ad U rovesciata: questo comporta che l'aumento dell'attenzione, della memoria, della tensione muscolare e di altre funzioni (come l'aumento del battito cardiaco) che conseguono all'ansia, vengono considerate come una carica energetica utile ai fini del superamento della prova. Il problema sopraggiunge quando il livello di ansia supera i livelli di positiva eccitabilità propedeutica all'attivazione, per raggiungere livelli in grado di inficiare la prestazione. In questo caso l'ansia è vissuta come interferenza negativa e i sintomi frequenti sono sudorazione eccessiva, emicrania, tachicardia, nausea, iperventilazione, sensazione di non ricordare nulla. Questo comporta che anche svolgere ragionamenti molto semplici o ricordare dati che fino a poco prima erano ben chiari diventa un compito molto arduo e, in alcuni casi, impossibile.

Gli studi condotti sono concordi sul fatto che la risposta all'ansia da esame non sia univoca ma provocata da più fattori coesistenti. Può esservi un problema di eccessiva insicurezza legata a bassa autostima: in questi casi il pensiero di poter fallire il test diventa insopportabile poichè legato, erroneamente, al valore personale. Si investe l'esame di significati diversi, ragion per cui l'esame smette di essere "solo un esame" e diventa la prova per dimostrare qualcosa a familiari, amici, docenti o se stessi. La caratteristica comune è l'eccessiva importanza data alla prestazione e al suo esito, a cui spesso si accompagnano sentimenti di vergogna, autosvalutazione e depressione. Il rischio è che l'ansia si trasformi in angoscia, che può a sua volta diventare panico, portato dalla sensazione di dover ogni volta giocare tutto (autostima, fiducia, approvazione, amore, ...) e rischiare di perderlo. Altro problema che frequentemente si riscontra è l'uso di "costrutti cognitivi disfunzionali" ossia di idee irrazionali che alimentano l'ansia, come drammatizzazioni che portano a giudicare gli eventi negativi come intollerabili catastrofi (trasformando, ad esempio, una brutta figura in un'umiliazione intollerabile).

Per questo uno dei problemi che è importante risolvere non è tanto legato all'evento iniziale che ha innescato l'ansia, ma alle tentate soluzioni che si mettono in atto per poterla gestire. Molto spesso, infatti, gli studenti che soffrono di ansia da esame, cercando con le migliori intenzioni di controllarla, provocano le peggiori conseguenze sintomatiche, innescando escalation ansiogene estremamente logoranti sia da un punto di vista mentale che fisico. È davvero importante interrompere questo circolo vizioso, un fenomeno che spesso rischia non solo di compromettere l'esito di un test per il quale si è preparati, ma anche di condizionare negativamente la vita scolastica e personale.

A volte può essere utile utilizzare tecniche di rilassamento. Quest'ultime permettono di migliorare la propria capacità di intervenire sulla componente fisiologica dell'ansia, permettendo di gestire meglio sintomi quali batticuore, respiro affannoso, tensione muscolare, ecc. Va detto che le tecniche di rilassamento sono utili se pensati come strumenti che possono essere integrati in un percorso di psicoterapia, efficaci se utilizzati come strumenti di supporto.

Quello che solitamente cerchiamo di fare al Centro Narrazioni è un percorso di psicoterapia che aiuta a scoprire le proprie risorse per poter acquisire maggiore sicurezza di sé, riducendo i pensieri catastrofici e disfunzionali. Si cerca di capire il significato dell'importanza che il giudizio degli altri riveste in modo da guidare la persona nella "scoperta" di valori e qualità fondamentali per l'internalizzazione dell'autostima, con l'obiettivo di renderla meno dipendente dal giudizio degli altri. La finalità non è dunque quella di reprimere l'ansia, ma di imparare a gestirla, utilizzarla in modo costruttivo, come una potente fonte di energia anziché un terribile ostacolo. Anche perché, parafrasando Selye, contrariamente a quanto si pensa di solito, non si deve e non si può evitare lo stress, e quindi l'ansia che ne consegue, ma è possibile incontrarlo in modo efficace e trarne vantaggio imparando di più sui suoi meccanismi ed adattandosi alla sua esistenza.



DA TORINO PER PORTARE LA SALUTE IN AFRICA



IL LAVORO DEL COMITATO COLLABORAZIONE MEDICA

Il Comitato Collaborazione Medica – CCM onlus è un'associazione non governativa fondata nel 1968 da un gruppo di medici torinesi con l'obiettivo di promuovere e assicurare il diritto alla salute a tutti, in particolare alle fasce più vulnerabili della popolazione nei Paesi a basso reddito.

Siamo presenti in Kenya, Burundi, Etiopia, Sud Sudan, Somalia e Uganda dove, in collaborazione con le autorità sanitarie locali, siamo impegnati a favorire l'accesso alle cure di base. Attraverso progetti di cooperazione internazionale rafforziamo le strutture sanitarie e potenziamo la rete dei servizi di salute, soprattutto nei villaggi più lontani dagli ospedali. Puntiamo sulla formazione del personale locale, così da lasciare in Africa competenze e capacità che dureranno anche dopo la conclusione dei nostri progetti.

In Italia favoriamo l'accesso ai servizi sanitari di migranti e rifugiati. Realizziamo campagne di sensibilizzazione rivolte alla cittadinanza e alle scuole e promuoviamo corsi di formazione per medici e infermieri.

Il CCM sarà d'ora in poi ospite della nostra rivista con uno spazio fisso: nel prossimo numero vi presenteremo i progetti della campagna, lasciando spazio alla voce di chi opera sul campo.



PER SOSTENERE I NOSTRI PROGETTI:

• versamento sul c/c postale n° 13404108 intestato a COMITATO COLLABORAZIONE MEDICA

• bonifico su c/c bancario intestato a COMITATO COLLABORAZIONE MEDICA c/o Banca Etica.
IBAN: IT85 I050 1801 0000 0000 0199 848.

Per conoscere meglio il CCM e la campagna Sorrisi di madri africane, visita il sito del CCM o seguici sui social network:

www.ccm-italia.org

www.facebook.com/comitatocollaborazionemedica

www.twitter.com/CCM_OngEOnlus

SORRISI DI MADRI AFRICANE

La campagna Sorrisi di madri africane è nata nel 2011 con l'obiettivo di migliorare la salute di mamme e bambini nei paesi dove il CCM è presente garantendo assistenza alle donne durante la gravidanza e il parto, cure e vaccinazioni ai bambini. In Africa sub-sahariana ogni 7 secondi 1 bambino muore a causa di malattie come morbillo, infezioni e dissenteria. Ogni anno circa 160 mila donne muoiono per complicanze legate alla gravidanza o al parto.

Malattie e cause che possono essere facilmente prevenute e curate attraverso le vaccinazioni, il controllo della gravidanza e della crescita dei bambini. Azioni semplici o poco costose che però richiedono medici, infermieri e ostetriche adeguatamente formati.

Personale sanitario che in Africa sub-sahariana manca: nella regione si registra, infatti, il 25% delle malattie, ma è presente solo il 4% degli operatori necessari.

La campagna Sorrisi di madri africane ha come obiettivo principale proprio quello di formare medici, ostetriche, infermieri e altro personale sanitario. Queste persone opereranno all'interno delle strutture sanitarie per garantire cure di qualità anche nelle zone più lontane dai centri di salute, incoraggiare donne e uomini ad accedere tempestivamente ai servizi di cura e sensibilizzare la popolazione su igiene, prevenzione delle malattie e pianificazione familiare.

ENTRO IL 2020 VOGLIAMO:

- formare 2.700 operatori sanitari
- assistere 170.000 donne durante la gravidanza e il parto
- vaccinare e curare 780.000 bambini



SORRISI DI MADRI AFRICANE

TESTIMONIANZA

La cosa che più adoro, rientrando da una missione sul campo, è l'abbraccio delle mie bambine quando varco la porta di casa. Non mi vedono da giorni e ora mi saltano al collo, mi abbracciano e mi baciano tutta!

Mi chiamo Micol e sono la responsabile sanitaria dei progetti del Comitato Collaborazione Medica. Il mio lavoro mi porta spesso a viaggiare per visitare gli ospedali e i centri di salute in cui il CCM lavora. Rientrando a casa dalle mie figlie sorrido e penso ad Alima, una neo-mamma che aveva stampato sul viso il mio stesso sorriso e la stessa gioia. Tutti si erano accorti che la pancia di Alima era particolarmente grande. Tutti, anche la levatrice tradizionale, che è stata la prima a dirle che non poteva aspettare e tentennare. Doveva farsi visitare da un'ostetrica e andare a partorire in ospedale! Non è cosa comune in Etiopia, dove 9 donne su 10 partoriscono in casa. Ma Alima ha ascoltato i saggi consigli delle amiche e ha scelto di partorire in ospedale, con l'aiuto di mani esperte e preparate. Per fortuna, perché è stato necessario un taglio cesareo. Ha messo al mondo tre splendidi gemelli: otto chili di bimbi e uno splendido sorriso di mamma!

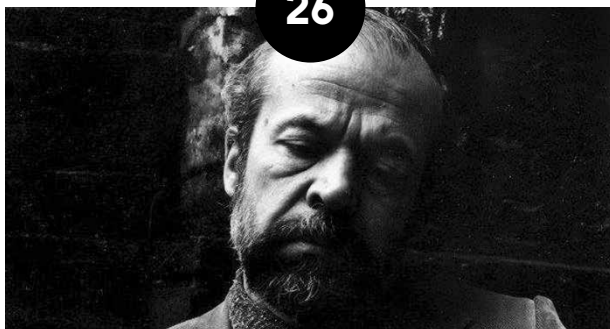
Siamo donne diverse Alima ed io. Lei etiopica e io italiana. Lei con grandi difficoltà ad accedere ai servizi sanitari a causa delle lunghe distanze e dei costi elevati. Io con l'enorme fortuna di poter usufruire gratuitamente di un servizio sanitario nazionale di eccellenza.

Come medico, so che questa mia fortuna potrebbe fare la differenza per Alima e tante altre mamme come lei. L'assistenza di ostetriche e medici qualificati e competenti durante la gravidanza, il parto e i primi giorni di vita è essenziale per garantire un futuro sano a tutte le madri e i bambini del mondo.

Alima ed io siamo diverse e lontane, ma nel sorriso elettrizzante e pieno di gioia per i nostri figli dovremmo entrambe poter essere semplicemente due mamme felici.

Micol Fascendini

responsabile sanitaria progetti CCM



IL GHETTO DI VARSAVIA: un libro mancato ora finalmente pubblicato

Mario Lattes, torinese ed ebreo laico, è stato un personaggio di spicco nel mondo culturale del capoluogo piemontese del secondo dopoguerra e del nostro passato prossimo. Oggi, a distanza di cinquantacinque anni, la sua tesi di laurea in Storia contemporanea, *Il Ghetto di Varsavia*, è diventato un saggio nel quale emergono le più importanti pubblicazioni sul tema, le interviste ai testimoni del genocidio e le ricerche che Lattes ha condotto nella città di Varsavia.

Questo saggio – come mostra l'introduzione del curatore – è la restituzione di un libro mancato, in un periodo storico, quello passato, in cui è prevalso il bisogno di rimuovere o di creare monumenti e miti eroici, mentre il libro di Lattes testimonia la cruda realtà di ciò che è stato. Leggere questo libro significa accostarsi a quella realtà – ancora incandescente – con la razionalità della storia e l'immediatezza della testimonianza.

Il volume di Mario Lattes è una narrazione storica arricchita da un'importante antologia documentale, non concedendo nulla alla fiction e all'evasione narrativa.

“Svegliati o popolo e lotta! [...] Che ogni madre diventi una leonessa in difesa dei suoi piccoli! Che nessun padre veda con rassegnazione la morte dei figli! Che il nemico paghi col proprio sangue la vita di ogni ebreo! Che ogni cosa diventi una fortezza! Nessun ebreo deve più morire a Treblinka! Preparatevi ad agire! Siate pronti!”.

Questo recitavano alcuni manifesti apparsi nel gennaio del '43 sui muri del Ghetto di Varsavia e testimoniano l'urgenza di uomini e donne di resistere all'occupazione delle forze tedesche, tentando di liberarsi dalle catene naziste. Gli scontri costarono migliaia di morti, senza contare le vittime delle successive rappresaglie e deportazioni. Nonostante il tragico epilogo, la storia di quella straordinaria resistenza è rimasta impressa nella memoria, diventando un importante simbolo di riscatto e di orgoglio contro ogni genere di sopraffazione.

Il libro di Mario Lattes svela l'orrore di questa fabbrica di morte e attraverso le testimonianze raccolte, proprio grazie a quelle voci, tutti, le nuove generazioni comprese, possiamo essere testimoni di ciò che è stato, senza dimenticare.

Ranbaxy Qualità senza confine





Abbiamo
tutti lo stesso
desiderio.
Andare dove
i nostri sogni
ci portano.

In Mylan ci impegniamo affinché
ognuno di noi possa vivere i propri
sogni, fornendo l'accesso a cure
di qualità a 7 miliardi di persone.
Una persona alla volta.

Chiedi al tuo farmacista per maggiori
informazioni o visita **Mylansalutemigliore.it**

Una salute migliore
per un mondo migliore
7MLD:1

 **Mylan**
Seeing
is believing