



Salute Dieci Più'

RAVENNA

Salute 10+



PAG. 12
SILVIO GARATTINI
...IL MIGLIOR FARMACO SI CHIAMA "STILE DI VITA"

- DERMATITE SEBORROICA
- LA VITAMINA DEL SOLE
- DISTURBI ALIMENTARI
- MANTENERE IN SALUTE I CANI ANZIANI



A 107 ANNI SE N'È ANDATO ELIO MIGNANI "IL NONNINO DI SOLAROLO". PAG. 21



Piazza J.F. Kennedy, 5
Ravenna
0544 31911
ravenna@zushi.eu



PER UNA PERFETTA CENA ROMANTICA.
SALUTE E GUSTO PER IL TUO PROSSIMO **SAN VALENTINO**



I capelli dicono tutto di noi, rappresentano la nostra identità. Un uomo nei capelli vede la sua forza, la sua virilità e perderli è un trauma. La soluzione? Il Centro Bayermann M&G di Ravenna ti informa su tutte le tecniche, i prodotti e i rimedi più efficaci per affrontare la caduta dei tuoi capelli. Scegli l'immagine di te che preferisci, scopri tutti i vantaggi del metodo "Capelli naturali M&G".

**I miei capelli?
Che forza!**




Perdita dei capelli - Autotrapianti con metodi innovativi - Calvizie androgenetica
Impianti capelli naturali - Esami tricologici - Consulenza gratuita 0544 40 30 14



I capelli dicono tutto di noi, rappresentano la nostra identità. Una donna nei capelli vede la propria femminilità e perderli è un trauma. La soluzione? Il Centro Bayermann M&G di Ravenna ti informa su tutte le tecniche, i prodotti e i rimedi più efficaci per affrontare la caduta dei tuoi capelli. Scegli l'immagine di te che preferisci, scopri tutti i vantaggi del metodo "Capelli naturali M&G".

Vestiti di capelli.



 Centro Bayermann Ravenna - Viale della Lirica, 21 - Tel. 0544 40 30 14
Cesena - Tel. 335 60 81 505 - ravenna.bayermann@gmail.com - bayermann.it



adv. Marina Dall'Agata | collaborata.it - ph. Davide Cavagnola

Salute

Salute Dieci Più

Nr. 2 - FEBBRAIO 2019 - www.salute10piu.it

10+

SALUTE

2 LA VITAMINA DEL SOLE

Dott.ssa Daniela Verduci

OCULISTICA

4 TUMORI alle PALPEBRE

Dott. Ugo Cimberle

ALIMENTAZIONE

7 DISTURBI ALIMENTARI

Dott.ssa Michela Mancinelli

SANITÀ

10 VACCINO PEDIATRICO CONTRO L'HIV

Dott. Paolo Palma

L'INTERVISTA

12 SILVIO GARATTINI

di Tiziano Zaccaria

UROLOGIA

16 ONDE D'URTO e DISFUNZIONE ERETTILE

Dott. Pier Andrea Della Camera

SANITÀ

18 TORCICOLLO

Dott.ssa Lara Castagnetti

LONGEVITÀ

20 ANTONINA SPINELLO

di Tiziano Zaccaria

SANITÀ

23 TUMORE AL POLMONE

Dott.ssa Stefania Gori

PEDIATRIA

26 LA TOSSE

Prof. Alberto G. Ugazio

DERMATOLOGIA

29 DERMATITE SEBORROICA

Dott. Sam Jalbout

I NOSTRI AMICI ANIMALI

30 SALUTE dei CANI ANZIANI

Dott.ssa Marta Avanzi

SALUTE 10+ - Anno 9 - N. 2.2019 - Aut. Trib. Ravenna n. 1381 del 23/11/2011 - www.salute10piu.it

Proprietà, redazione e realizzazione - Multiservice sas: via A. Gnani, 4 - 48124 Ravenna

Tel. 0544.501950 - multiredazione@linknet.it - **Direttore responsabile:** Spada Gabriele

Stampa: Modulgrafica Forlivese Spa - Forlì (FC) - www.modulforlivese.it

SALUTE

LA VITAMINA DEL SOLE



Dott.ssa **Daniela Verduci**

Farmacista, consulente alimentare e ricercatrice indipendente di sani percorsi alimentari.

E-Mail: d.verduci@yahoo.it

Facebook: [OfficinaAlimentare](#)

La vitamina D fu isolata per la prima volta come fattore antirachitico nel 1919 quando **il rachitismo** era una deformazione delle ossa che si verificava nei bambini sotto il peso del loro corpo, dovuta all'**insufficienza di sali minerali, in particolare Calcio, nel tessuto osseo.**



Comunque sia una vita all'aria aperta in generale, anche di inverno, aiuta a garantire dei buoni livelli di questa vitamina nel corpo. Ai nostri giorni i bambini piccoli e le persone più anziane

sono risultati essere maggiormente a rischio di carenze, in quanto categorie che hanno minore possibilità di stare all'aria aperta trascorrendo buona parte della giornata in ambienti chiusi.

La vitamina D

La vitamina D appartiene al gruppo delle vitamine liposolubili e nell'organismo espleta diverse funzioni tra cui **fissare il calcio sulle ossa** e svolgere alcuni compiti importanti dal punto di vista ormonale. Può essere introdotta con l'alimentazione, ma principalmente è sintetizzata dal nostro corpo con l'esposizione solare.

Circa il 90% della vitamina D viene ottenuto attraverso l'esposizione ai raggi UV, la cui azione consente la trasformazione del colesterolo in coledicalciferolo o vitamina D3 che viene successivamente assimilata sotto forma di vitamina completa.

La sua importanza è determinata molto da quanto riusciamo ad esporci al sole durante la stagione estiva, con le dovute precauzioni per la nostra pelle.



Questo problema ultimamente ha coinvolto tante persone dell'epoca moderna, laddove il posto di lavoro, l'abitacolo dell'auto e le case, sono diventati gli unici luoghi in cui svolgiamo le nostre attività. Ciò ha indotto a pensare che la carenza di vitamina D e il suo conseguente uso in prevenzione aiutasse a risolvere l'insorgere di questi disturbi, attraverso l'assunzione di farmaci che la potessero contenere.



Tante problematiche riferite alla fragilità delle ossa ma anche relative al rafforzamento del sistema immunitario hanno visto crescere le prescrizioni a base di vitamina D, senza però avere risultati significativi dal punto di vista scientifico sulla prevenzione di fratture ossee, osteoporosi e densità ossea.

Questo ha portato a evincere che la prevenzione a base di vitamina D ha valore solo in persone allettate e degenti in case di riposo a lungo termine, in tutti casi cioè dove non è possibile trascorre del tempo fuori all'aria aperta.

Alla luce di quanto detto, onde evitare di gravare inutilmente sulle spalle del nostro sistema sanitario, che alla fine altro non è che il nostro stesso portafoglio, sarebbe importante subito capire come evitare le carenze di vitamina D e le problematiche conseguenti senza ricorrere a rimedi ulteriori.

La dieta moderna può creare condizioni che possono indurre ad una perdita di sali minerali nel tessuto osseo e ciò può portare ad avere vari problemi di salute, ma è altrettanto vero che lo stile di vita associato alla nostra dieta fatto di stress, inquinamento e poco contatto con la natura, aumenta notevolmente il rischio di diventare carenti di questa preziosa vitamina. **FINE**



CONSIGLI UTILI

Per risolvere questo problema la via è semplice; **occorre mangiare il più possibile in maniera sana**, facendoci consigliare dal nostro medico o da un esperto in nutrizione.

E poi primo fra tutti ritrovare la gioia ed il piacere di **passare più tempo possibile all'aria aperta assorbendo i nutrienti raggi del sole**. Questo è un modo sicuramente più piacevole e meno dispendioso per rimanere in buona salute.



Farmacia Montanari Ravenna
orto-sanitaria e cosmesi

RAVENNA - Via Enrico Mattei, 30 - Tel. 0544.451401
www.farmaciamontanari.it

*Beauty*SPACE
NOVITÀ CABINA
ESTETICA

I nostri trattamenti:

- Radiofrequenza viso e corpo
- Trattamenti con acido mandelico
- Epilazione a diodo 808 nm
- Trattamenti viso
- Smalto semipermanente
- Massaggi corpo
- Manicure e pedicure



SERVIZIO CONSEGNA MEDICINALI A DOMICILIO



I farmaci a casa tua.

www.farmacia-casa.com

335.6076555

Lunedì - Venerdì 8.30 - 19.30 - Sabato 8.30 - 12.30

**Servizio
GRATUITO
per gli Over 65**

Solo 3 Euro
per le consegne
di importo
inferiore ai 30 Euro.
GRATIS per le
consegne di importo
superiore ai 30 euro.



OCULISTICA

TUMORI ALLE PALPEBRE QUANDO PREOCCUPARCI?



Dott. **Ugo Cimberle**
Studio Oculistico
Dal Fiume-Cimberle - Ravenna
E-mail: cimberle@cidiemme.it

Le nostre palpebre sono delle strutture particolari e complesse, formate da diversi tipi di tessuto. Abbiamo all'esterno tessuto cutaneo, la pelle di rivestimento che termina proprio sul bordo da cui parte verso l'interno la congiuntiva che invece è una mucosa, simile a quella della bocca.

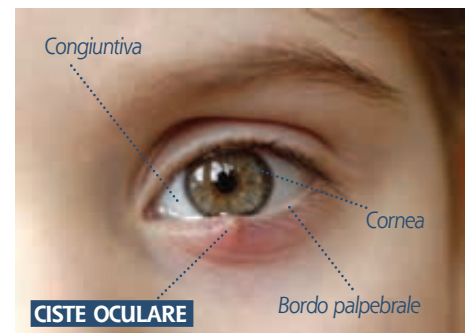
Sul margine esterno del bordo palpebrale si innestano le ciglia che hanno annesse al loro follicolo delle ghiandole di tipo sudoriparo. Sempre sul bordo ci sono gli sbocchi di altre ghiandole, **le ghiandole di Meibomio**, situate nello spessore della palpebra e deputate alla formazione di una parte del film lacrimale.



Altre ghiandole, di **Moll e di Zeiss** si trovano sempre nella zona del bordo palpebrale. Infine all'interno della palpebra troviamo tessuto muscolare e di sostegno.

Dalle cellule di tutti questi tessuti possono generarsi delle neoplasie, la maggior parte delle quali sono benigne ma una certa percentuale ha delle caratteristiche di malignità, alcune anche decisamente aggressive.

Il fatto di essere **facilmente esplorabili** facilita per fortuna la diagnosi anche precoce con la conseguente terapia.



Con una discreta frequenza troviamo delle cisti dovute alla chiusura di una ghiandola tra quelle menzionate prima o di un follicolo pilo sebaceo della cute. Sono benigne e di facile asportazione chirurgica.



PAPILLOMA ALL'OCCHIO



LESIONI BENIGNE

La lesione benigna più frequente è il **papilloma squamoso** che cresce sul bordo palpebrale ingrossandolo e a volte creando delle escrescenze peduncolate.



PAPILLOMA SQUAMOSO

Anche questo si asporta facilmente anche se può lasciare delle alterazioni cicatriziali con deformazione del bordo della palpebra. Ci sono diverse altre lesioni benigne, alcune di aspetto verrucoso di probabile origine virale, altre ombelicate o pigmentate. Tutte possono essere tolte chirurgicamente, spesso anche per sicurezza per un'analisi istologica.

LESIONI PRECANCEROSE

Tra le lesioni benigne e quelle maligne si collocano quelle che noi chiamiamo "precancerose" perché in una percentua-

ASSOCIAZIONE DILETTANTISTICA

la Palestra

Raggiungere gli obiettivi richiede: **forza di volontà, costanza e sacrifici!**

Metti la tua forma fisica al primo posto! *Noi siamo qui!*

RAVENNA - Via Faentina, 121/F - Centro Comm.le "Il Ponte" - Tel. 347.5212717

f **Palestra City Club** info@lapalestra.ra.it - www.lapalestra.ra.it

le variabile di casi possono trasformarsi in tumori maligni. La più frequente a livello palpebrale è la **cheratosi attinica** che ha un rischio di trasformazione fino



CHERATOSI ATTINICA

al 20% dei casi. È spesso legata ad esposizione al sole in soggetti di pelle chiara e si

presenta come un nocciolino pianeggiante e rotondo, squamoso, con una base eritematosa.

Queste sono lesioni che se piccole e sta-

bili si possono lasciare tranquille, se grandi e soprattutto se tendono a crescere conviene toglierle eventualmente facendo precedere l'escissione da una biopsia.

TUMORI MALIGNI ALLE PALPEBRE

Le palpebre purtroppo possono essere anche colpite da tumori maligni.

*Il più frequente, 85% delle neoplasie della regione perioculare, è il **carcinoma a cellule basali o basalioma**, derivato dalle cellule basali dell'epidermide.* »SEGUE

OPTICAL CENTER



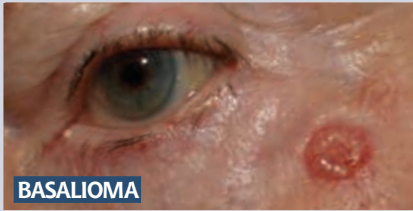
SALDI
50% 70%



VIENI A TROVARCI IN NEGOZIO

Via dell'Aida, 19 (zona via della Lirica) Ravenna - Tel. 0544.460778 - www.optical-center.it

» *Il basalioma si localizza di preferenza vicino al bordo della palpebra e si presenta il più delle volte come un nodulo duro ed indolente con ulcerazione centrale a volte pigmentato.*



BASALIOMA

Si forma più frequentemente in soggetti attorno ai 70 anni con carnagione chiara e con storia di frequenti esposizioni al sole.

La malignità si esprime più che altro a livello locale con possibile infiltrazione dei tessuti contigui, occhio, orbita, seni paranasali ed encefalo con rare metastasi a distanza. La terapia è chirurgica con ampia resezione dei tessuti circostanti sotto controllo istologico. Alternative meno efficaci la radioterapia, la crioterapia o la fotodinamica. Meno frequente è il **carcinoma a cellule squamose**, anch'esso più frequente in soggetti anziani e dopo esposizione cronica alla luce solare, derivando più frequentemente da una lesione attinica precancerosa della cute di cui ricorda l'aspetto con però frequenti ulcerazioni centrali e margini irregolari. Questa neoplasia tende a diffondersi per via metastatica sia all'orbita che ai linfonodi e di qui alle ossa ed ai tessuti molli.

Si dovranno fare esami approfonditi per ricercare metastasi ed il trattamento dovrà essere radicale con eventuale radio o chemioterapia di supporto.

Anche le varie ghiandole che sono situate nello spessore palpebrale possono sviluppare tumori seppur più rari di quelli derivati dalle cellule cutanee.

Più spesso benigni ma alcuni possono essere invece piuttosto aggressivi come il carcinoma sebaceo delle ghiandole di meibomio ed il rischio è di confonderli con semplici cisti o calazi.

TUMORI PIGMENTATI

Un ultimo ed importante capitolo è quello dei tumori pigmentati. Anche qui distinguiamo le forme benigne, derivate dai melanociti migrati alla nascita da un "serbatoio" di cellule situato nella cresta neurale, le efelidi, lentiggini e nevi; le forme precancerose rappresentate da nevi con caratteristiche morfologiche ed istologiche irregolari e suscettibili di evoluzione maligna specie in persone con familiarità per melanomi; forme maligne melanomatose per fortuna piuttosto rari a livello palpebrale.

Ricordiamo che il melanoma è uno dei tumori più aggressivi e con alto tasso di mortalità. I più pericolosi sono quelli che si approfondiscono con uno spessore di oltre i 3 mm.



MELANOMA OCULARE

A volte ci può essere una regressione spontanea ma la soluzione è la chirurgia precoce, vista l'alta probabilità di metastasi a distanza che andranno accuratamente ricercate. **FINE**

LA PREVENZIONE

In definitiva anche le palpebre possono essere sede di tumori, specie in pazienti sopra i 70 anni e con storia di esposizione cronica al sole.

*La prevenzione in questi casi è molto importante, **creme protettive sulla cute ed occhiali da sole sono fondamentali specie in soggetti dalla carnagione chiara e con familiarità per neoplasie cutanee.***



Tutte le lesioni di nuova insorgenza specie se ci sia una tendenza alla crescita o all'ulcerazione vanno accuratamente valutate dallo specialista.



CIDIEMME s.r.l.

POLIAMBULATORIO CHIRURGICO PRIVATO · DAY SURGERY OCULISTICO

Direttore Sanitario - Dott. Paolino Spizuoco

**DA VENT'ANNI IL CENTRO DI MICROCHIRURGIA
DI ALTA QUALITÀ GRAZIE ALLE NOSTRE ECCELLENZE
DIAGNOSTICA SPECIALISTICA - CHIRURGIA OCULISTICA**

CIDIEMME s.r.l.
CHIRURGIA PER VEDERE

Via E. Berlinguer, 14 - RAVENNA
Tel. 0544.404355 - info@cidiemme.it

CIBO

DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE

ASPETTI PSICOLOGICI E NUTRIZIONALI



Dott.ssa. **Michela Mancinelli**
Biologa Nutrizionista - Ravenna

I disturbi del comportamento alimentare (DCA) o disturbi dell'alimentazione sono patologie caratterizzate da un'alterazione delle abitudini alimentari e da un'eccessiva preoccupazione per il peso. Sono disturbi alimentari che insorgono prevalentemente durante l'adolescenza e colpiscono soprattutto il sesso femminile.

I disturbi alimentari

Chi soffre di un DA generalmente introduce meno cibo ed effettua periodi di digiuno prolunganti oppure incorre in crisi bulimiche dove si ingerisce una notevole quantità di cibo in un breve lasso di tempo, per poi provocare conati di vomito per riequilibrare il peso. Alcune persone fanno inoltre utilizzo di farmaci lassativi o diuretici in modo ossessivo compulsivo allo scopo di controllare il peso attraverso fattori esterni.

I principali disturbi dell'alimentazione conosciuti sono:

- L'anoressia nervosa
- La bulimia nervosa

ANORESSIA NERVOSA

L'Anoressia Nervosa è caratterizzata da una restrizione dell'alimentazione da causare una significativa perdita ponderale. Nonostante i pazienti affetti da anoressia siano fortemente sottopeso, dal punto di vista psicologico continua-



no a vedersi con forme non appropriate e quindi risultano terrorizzati dall'aumento di peso.

»**SEGUE**

Il wi-fi ed i cellulari possono influire sulla tua salute?

Innanzitutto è doveroso precisare che ci sono onde elettromagnetiche che ci fanno bene e quelle che ci fanno male. Dipende dalle frequenze che emettono e da come interagiscono con il nostro corpo.

Dai più vita al tuo corpo
elimina l'acidità
EffettoVita
Di Bagnoli



In merito all'utilizzo dei cellulari e del wi-fi, dagli studi scientifici eseguiti è emerso che:

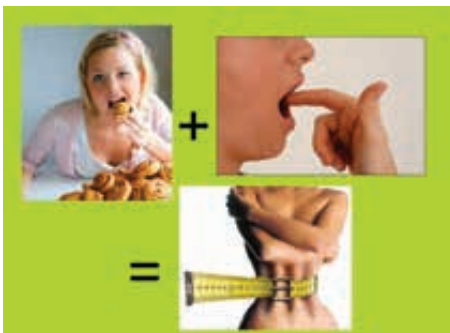
- Provocano un elevato aumento dell'ormone dello stress;
- Vanno a sregolare la mortalità programmata delle cellule del sistema immunitario provocando, nel tempo, infiammazioni;
- Riducono la produzione neuronale, quindi minore capacità di apprendimento e memoria breve;
- Alterano la funzionalità dello ione calcio, essenziale per numerose reazioni biochimiche;
- Riducono la produzione di melatonina, ormone che regola il sonno e stimola il sistema immunitario.

In pratica, quando utilizziamo il nostro cellulare o viviamo e/o lavoriamo in un ambiente con il wi-fi sottoponiamo il nostro organismo ad un continuo stress. Stress che può manifestarsi in problemi di sonno irregolare, ansia, mal di testa, problemi di concentrazione, ecc...
Considerato, tuttavia, che le nuove tecnologie sono utili, l'ideale è avere la possibilità di convivere e grazie alla Tecnologia CMO, adesso è possibile (Ottima idea regalo).

Vieni a scoprire da Effetto Vita come funzionano.
Siamo in via Paolo Costa, 16 a Ravenna - Tel. 339-63.68.711 - www.effettovita.it

BULIMIA NERVOSA

» La Bulimia Nervosa invece è caratterizzata da episodi di abbuffate seguite da atti compensatori per prevenire l'aumento di peso (es. vomito autoindotto, uso di diuretici e di lassativi, digiuno, attività fisica eccessiva).



Come si identificano i due disturbi alimentari

Nell'Anoressia, il segno clinico più evidente è **l'eccessiva magrezza**. Il paziente risulta scheletrico. Inoltre può esserci una sottile peluria che ricopre il corpo (chiamata lanugo), la perdita e la fragilità dei capelli (spesso vengono acconciati in maniera tale da sembrare comunque voluminosi), la pelle secca e squamosa e con un colorito giallognolo/grigiastro, e bassa temperatura corporea (chi ne è affetto spesso si veste con più strati di abiti).

La Bulimia Nervosa è più difficile da identificare, perchè chi ne soffre è **normopeso**. Alcune caratteristiche che si possono notare in chi si provoca il vomito sono dei tagli alle nocche delle mani (causate dallo sfregamento contro i denti), l'erosione dello smalto dentale ulcerazioni di bocca e gola.

Possono essere tanti i fattori scatenanti dei DA, soprattutto fattori psicologici come una bassa autostima, conflitti familiari, traumi infantili. Recenti studi effettuati in Italia, negli Stati Uniti e in Inghilterra hanno dimostrato che una delle cause di sviluppo di disturbi alimentari è il **sovrappeso durante l'infanzia** (al momento l'Italia risulta tra i paesi con più elevato tasso di sovrappeso infantile).



I bambini in sovrappeso sono spesso vittime di bullismo e tendono ad intraprendere diete auto diagnosticate che non funzionano, aumentando il rischio di abbuffate e successivi comportamenti compensatori. Capire come e perché si sviluppa un disturbo alimentare è molto difficile. **È sempre meglio affidarsi a specialisti in un team multi disciplinare che comprende medico, nutrizionista e psicologo che collaborano insieme**, perché le cause sono molteplici e probabilmente diverse da persona a persona.

LA RICERCA SCIENTIFICA

Tuttavia la ricerca scientifica ha fatto decisivi progressi negli ultimi anni e sono stati creati dei modelli per capire attraverso quali percorsi si arriva alla malattia e quali fattori aumentano il rischio di ammalarsi. L'utilizzo di un modello multifattoriale è il percorso più adatto a spiegare l'insorgenza dei disturbi dell'alimentazione. Questo modello spiega l'insorgenza del disturbo attraverso tre tipi di fattori di rischio che agiscono in modo consecutivo.

1 - Fattori predisponenti, fattori che possono essere genetici, psicologici o ambientali, che aumentano la vulnerabilità di una persona a sviluppare il disturbo dell'alimentazione.

2 - Fattori precipitanti, eventi o situazioni che scatenano l'insorgenza del disturbo.

3 - Fattori di mantenimento, fattori che impediscono il ritorno alla normalità.

4 - Fattori di predisposizione genetica, la presenza di familiari che soffrono o hanno sofferto di un disturbo alimentare. Il modello multi fattoriale porta di conseguenza a una collaborazione tra medici, psicologi e nutrizionisti per cercare di aiutare le persone affette da DA.



IN CASO DI INCIDENTE... RIVOLGITI A UNICA S.R.L.



Ti aiuteremo ad ottenere il giusto risarcimento nonostante il mondo assicurativo imponga:

Valutazioni standardizzate che prescindono dalla storia personale del danneggiato - **Microlesioni** sottostimate e sottopagate - **Criticità** ad ottenere il giusto indennizzo da parte delle persone più deboli, in particolar modo gli anziani.

Difficoltà ad ottenere il giusto risarcimento tramite l'ausilio della conciliazione, in quanto, non essendo previsto l'obbligo di presenza delle parti, le compagnie di assicurazione, spesso disertano l'udienza.

www.infortunisticaunica.com



STUDIO INFORTUNISTICA

TI OFFRIAMO CONSULENZA GRATUITA
ORGANIZZAZIONE - EFFICIENZA - COMPETENZA
SEMPRE AL TUO SERVIZIO



In collaborazione con
Infortunistica Tossani - BOLOGNA

Professione esercitata ai sensi della Legge 14 gennaio 2013 n.4

Via Castel San Pietro, 63 - RAVENNA - Tel. 0544.470475 - Fax 0544.470440
E-mail: infortunisticaunica@libero.it - Pec: infortunisticaunica@cert.postecert.it





CONVENZIONATO
UniSalute
PRESTAZIONI ASSISTENZIALI PRIVATE

CONVENZIONATO
Previmedical
Servizi per la Sanità Integrativa

FISIOTERAPIA

TECAR terapia - PILATES Terapeutico - Massaggi
Laser - Ultrasuoni - Onde d'Urto - Rieducazioni

dott. Gazi Augusto	fisiatra
dott. Bazzi Massimo	fisiatra
dott. Costa Alfredo	ortopedico
dott. Gondolini Giorgio	ortopedico
dott. Vasina Piergiorgio	ortopedico
dott. Vercilli Primo	nutrizionista

Ravenna - via Romea 150-p
0544 66607

Energad
CENTRO MEDICO FISIOTERAPICO

TRATTAMENTO DEL PAZIENTE

Le tappe fondamentali per il trattamento del paziente sono:

- Diagnosticare complicanze mediche che la malattia comporta;
- Aumentare la motivazione e la collaborazione al trattamento;
- Aumentare il peso corporeo (nell'anorexia);
- Ristabilire un'alimentazione adeguata;
- Affrontare gli aspetti sintomatologici (dieta, digiuno, vomito, abuso di lassativi, diuretici, iperattività);
- Correggere i pensieri e gli atteggiamenti patologici riguardo al cibo e al peso;
- Prevenire le ricadute.

Domande frequenti

Il ruolo del nutrizionista è fondamentale nella cura da questo tipo di patologie, il regime alimentare non è finalizzato alla guarigione del disturbo mentale, ma si tratta comunque di un aspetto necessario alla sopravvivenza del soggetto. In particolare, la dieta svolge un ruolo essenziale in quanto supporta l'organismo cercando di evitare l'insorgenza delle complicanze metaboliche ed aiuta il paziente verso una ri-educazione alimentare riallacciandolo verso un rapporto sano con il cibo.

L'aspetto psicologico va comunque considerato in quanto coloro che soffrono di

disturbi alimentari sono convinti di poter vivere meglio escludendo il cibo dalla loro esistenza e non si rendono conto delle conseguenze di un comportamento simile.

La dieta intesa come regime alimentare per l'aumento dell'introito calorico è sempre caratterizzata da alimenti semplici, non elaborati, quasi sempre sconditi e mai il junk food (cibo spazzatura ad esempio fast food). Il nutrizionista deve tener conto che l'apporto calorico deve essere il più vicino possibile a quello giornaliero (metabolismo basale) e **cercare di invogliare il soggetto a consumare il pasto in compagnia e mai da solo.**

Il frazionamento dei pasti giornalieri, da tre a cinque, in porzioni piccole e digeribili in quanto lo stomaco del paziente è molto ridotto ma frazionando i pasti si riesce a garantire alla persona un apporto di nutrienti essenziali (vitamine, sali minerali, amminoacidi, glucidi e grassi) senza dimenticare la varietà, aspetto fondamentale, in quanto la varietà riesce a lungo termine a coprire tutti i bisogni nutrizionali. **FINE**

Ricordo comunque che non esistono dei piani alimentari standard per chi soffre di DA ma è compito del nutrizionista personalizzare il regime alimentare del paziente.

IL RUOLO DEL NUTRIZIONISTA È FONDAMENTALE PER AFFRONTARE E RISOLVERE I DISTURBI ALIMENTARI



SANITÀ

SPERIMENTAZIONE VACCINO TERAPEUTICO PEDIATRICO CONTRO L'HIV



Si farà in Italia, Sudafrica e Thailandia. Il progetto di ricerca internazionale è coordinato dall'Ospedale Bambino Gesù. Altri due studi avviati nel continente africano.



Dott. **Paolo Palma**

Immunoinfettivologo

Ospedale Pediatrico Bambino Gesù - Roma

Partirà nel 2019, in tre diversi continenti, la seconda sperimentazione del primo vaccino terapeutico pediatrico contro l'HIV, sviluppato dall'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù in collaborazione con il Karolinska Institutet di Stoccolma. L'Ospedale della Santa Sede, capofila del progetto internazionale di ricerca EPIICAL, ha ottenuto un finanziamento dal National Institute of Health americano che consentirà di testare il vaccino terapeutico su un'ampia coorte di bambini, distribuita in tre Paesi: Italia, Thailandia e Sud Africa.

Il vaccino terapeutico

La vaccinazione terapeutica rappresenta una strategia di cura mirata a "educare" il sistema immunitario di una persona con HIV, per aiutarlo a reagire contro il virus che lo ha infettato. **I vaccini "terapeutici" si distinguono da quelli "profilattici" in quanto i primi servono a curare persone già infette, mentre i secondi hanno una funzione preventiva** (si prendono da sani per evitare i contagi).

18

Non esiste purtroppo al momento un vaccino profilattico contro l'HIV.

La nuova sperimentazione segue quella effettuata la prima volta nel 2013 dall'Unità Operativa di Infettivologia del Bambino Gesù, all'interno del Dipartimento Pediatrico Universitario Ospedaliero diretto dal professor Paolo Rossi, in collaborazione con la cattedra di Pediatria dell'Università di Roma "Tor Vergata".

Nel bambino viene somministrato il DNA di una specifica proteina del virus dell'HIV.



Queste informazioni genetiche introdotte nelle cellule del paziente stimolano la risposta immunologica dell'organismo. La cellula umana che riceve il DNA dell'HIV inizia a sintetizzarla, migliorando la risposta immunitaria verso il virus.



La somministrazione del vaccino, abbinata alla terapia antiretrovirale classica, aveva ottenuto risultati positivi determinando il significativo aumento di risposte immunologiche potenzialmente in grado di consentire il controllo della replicazione del virus dell'HIV.

L'avvio della nuova fase della sperimentazione sarà possibile grazie al lavoro di EPIICAL,

EPIICAL

il consorzio nato nel 2015 che coinvolge 27 partner accademici, i più prestigiosi al mondo nell'ambito della ricerca su HIV pediatrico. Il consorzio, coordinato dal Bambino Gesù, ha lo scopo di mettere a sistema la ricerca di nuove immunoterapie che permettano un controllo della malattia (remissione virologica) senza utilizzare i farmaci antiretrovirali attualmente disponibili.

La sfida

La sfida è quella di riuscire ottenere, grazie al vaccino terapeutico, un controllo della malattia tale da ridurre al minimo nei bambini il ricorso alle terapie antiretrovirali, che sono certamente molto efficaci ma gravate di tossicità nel lungo termine.

Un bambino che nasce con HIV, infatti, inizierà le cure già nel primo anno e dovrà proseguirle per tutta la vita senza interruzioni.

Il successo di questo vaccino potrebbe ridurre il rischio dei fallimenti terapeutici legati alla ridotta aderenza nel tempo alle cure antiretrovirali e diminuire sensibilmente i costi per i sistemi sanitari nazionali, che spesso costituiscono un impedimento all'accesso alle terapie, specie nei Paesi più poveri.

L'arruolamento dei primi pazienti per la seconda sperimentazione è previsto a partire da quest'anno e coinvolgerà inizialmente i bambini seguiti in Italia dall'Ospedale della Santa Sede e successivamente i bambini con HIV in Sudafrica e Thailandia, due tra i Paesi con la più alta percentuale di bambini nati infetti per via materna.

C'è fiducia che dalla ricerca pediatrica possano arrivare le nuove risposte terapeutiche alle esigenze dei pazienti di tutte le fasce di età.

Le altre sperimentazioni

Altri due studi, intanto, sono partiti sempre grazie all'attività del consorzio EPIICAL. Lo studio **CARMA**, che include bambini con infezione materno-infantile da HIV trattati sin dai primi giorni di vita con terapie antiretrovirali, in diversi centri Europei. Il Bambino Gesù ha partecipato allo studio arruolando 15 bambini.

I dati preliminari hanno permesso di identificare nuovi marcatori di malattia che potranno essere utilizzati in studi futuri di immunoterapia.



In parallelo allo studio CARMA è iniziato anche lo studio denominato **EARTH**, dedicato ai bambini con infezione materna da HIV in diversi centri del Sudafrica (Johannesburg e Capetown) e del Mozambico. Attualmente sono stati arruolati 40 neonati con infezione da HIV (con una previsione di arrivare a 100) che verranno seguiti per i prossimi 2 anni. Questi bambini rappresentano i candidati ideali per nuove strategie di remissione virologica.

FINE

DATI SULL'HIV

L'infezione da HIV in età pediatrica rappresenta oggi una realtà in regressione nei Paesi industrializzati come l'Italia. L'infezione madre-bambino risulta un evento sempre più raro confinato a realtà sociali che sfuggono alle maglie di prevenzione ormai piuttosto consolidate. Nuovi casi d'infezioni, tuttavia, sono descritti negli adolescenti che rappresentano una popolazione particolarmente a rischio. In base alle ultime stime UNAIDS, nel mondo vi sono circa 180.000 nuove infezioni pediatriche ogni anno. Circa 1.800.000 bambini hanno l'infezione da HIV.



Seguici anche su:



RAVENNA AIL SOSTIENE

- L'ASSISTENZA DOMICILIARE** medica e psicologica per i **pazienti con malattie del sangue e con tumori solidi** in fase avanzata della malattia e per i loro familiari.
- La **RICERCA CLINICA** sulle Malattie del Sangue. Presso l'U.O. di Ematologia di Ravenna sono in corso circa 50 studi clinici che prevedono l'utilizzo di farmaci innovativi.
- L'ASSISTENZA AI MALATI EMATOLOGICI**, con i volontari che ogni mattina si recano nel reparto di degenza per dare conforto ai pazienti e fornire piccoli servizi di utilità per chi è impossibilitato ad uscire dalla stanza.
- La fornitura di **PARRUCCHE E BELLISSIMI COPRICAPO** per far sì che le signore sotto chemioterapia affrontino più serenamente questo percorso.

VUOI DIVENTARE UN VOLONTARIO AIL?

Ci puoi trovare presso l'U.O. di Ematologia dell'OSPEDALE di RAVENNA da lunedì a venerdì: 8.30 - 12.30.

SCRIVICI O TELEFONA AL NUMERO **0544.408913**
www.ailravenna.it - ail.ravenna@ail.it

L'INTERVISTA



SILVIO GARATTINI

LA MEDICINA MIGLIORE SI CHIAMA "STILE DI VITA"

È considerato il "numero uno" dei farmacologi italiani. A novant'anni presiede l'Istituto di ricerche "Mario Negri". Ecco il suo pensiero fra presente e futuro.

di **Tiziano Zaccaria**

E-Mail: zaccariatiziano@gmail.com

Nato a Bergamo il 12 novembre 1928, il professor Silvio Garattini è il più noto farmacologo italiano.

Ricercatore scientifico, medico e docente in chemioterapia e farmacologia, attualmente è presidente dell'Istituto di ricerche farmacologiche "Mario Negri", del quale nel 1961 fu il fondatore e il primo direttore. Oggi l'istituto si è sviluppato fino a raggiungere un organico di circa 850 ricercatori localizzati nelle sedi di Milano, Bergamo e Ranica.

Garattini è autore di centinaia di pubblicazioni su riviste del settore a livello internazionale e autore di numerosi trattati sulla farmacologia.

Fra le altre cariche, è stato consulente dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, vicepresidente dell'Istituto Superiore di Sanità, membro dell'Agenzia europea per i medicinali, membro del Comitato Scientifico della Lega Italiana per la Lotta Contro i Tumori, presidente dell'Organizzazione europea di ricerche sul cancro, presidente della Commissione Ricerca e Sviluppo dell'Agenzia italiana del farmaco (Aifa).

Ha ricevuto diverse lauree "honoris causa" da varie università europee.

Nel 1961 lei fondò l'istituto Mario Negri, cambiando il modo di fare ricerca in Italia. Come nacque quell'intuizione?

Nel 1957, a 29 anni, quando ero professore di Medicina, feci un viaggio di qualche mese negli Stati Uniti per capire come funzionavano la ricerca e la sanità oltreoceano. Mi accorsi della distanza abissale rispetto al nostro Paese. Negli Usa il ricercatore è un professionista a tutto tondo e spesso i finanziamenti vengono erogati dalle fondazioni, strutture senza scopo di lucro che uni-

scono la libertà d'azione al perseguimento di un interesse pubblico. Questa formula mi affascinò perché, non essendo pubblica, non doveva sottostare a troppa burocrazia, e non avendo scopo di lucro, poteva operare per l'interesse collettivo.

Come fu l'incontro con Mario Negri?

Una volta rientrato in Italia, assieme ai miei collaboratori decisi di dar vita ad una fondazione sul modello osservato negli Stati Uniti.

MARIO NEGRI

Primo finanziatore dell'istituto di Ricerche Farmacologiche.





Ma servivano parecchi soldi. Per caso incontrai il signor Mario Negri, un gioielliere di via Montenapoleone a Milano che aveva accumulato una discreta ricchezza, creando anche una piccola industria farmaceutica. Gli chiesi se mi aiutava a mettere in piedi una fondazione. L'idea gli piacque e mi garantì il suo contributo. Purtroppo, però, nel 1960 gli fu diagnosticato un tumore. Quindici giorni prima di morire, Negri mi telefonò per dirmi che avrebbe mantenuto la sua promessa. Infatti, nel testamento destinò cento milioni di lire ed un nutrito pacchetto azionario alla creazione della fondazione, disponendo che io ne fossi il direttore.

Nel 1963 l'Istituto aprì i battenti con una squadra di ventidue persone. In tutti questi anni, il Mario Negri ha consolidato la propria reputazione internazionale grazie ad un'attività di ricerca di prim'ordine. Oggi conta circa 850 ricercatori.

All'inizio fu dura. L'università premeva affinché incorporassi al suo interno l'organizzazione appena nata, mentre attorno a noi trovavamo scetticismo e diffidenza. Per fortuna ci aiutò una fondazione inglese fornendoci delle apparecchiature moderne. E negli anni Sessanta ci sostenne anche il governo statunitense, procurandoci contratti di ricerca importanti.

In Italia esiste un problema di fondi per la ricerca?

Sì, esiste una grande carenza di fondi per la ricerca, sia pubblici che privati. Siamo uno dei fanalini di coda **in Europa, dove in media ci sono cinque ricercatori ogni mille occupati**; il dato italiano è fermo a 2,7. Se i politici rifiutano l'idea che la ricerca è un investimento, e non una spesa, il Paese non ha futuro. Nelle classifiche internazionali sull'innovazione perdiamo posizioni. Siamo l'unico Paese europeo privo di un'interfaccia permanente tra il mondo della politica e quello della ricerca.

QUALI SONO I FARMACI CHE CI HANNO CAMBIATO VERAMENTE LA VITA?

I vaccini, insieme agli antibiotici, hanno rivoluzionato il metodo delle cure. Sono i farmaci più efficaci in termini di prevenzione e hanno costi accessibili. Ma se la copertura vaccinale diminuisce, i virus ricompaiono. Molti genitori di oggi non hanno mai visto un bambino con la poliomielite ed è nostro compito informarli e dimostrare con i fatti che i vaccini sono i farmaci più sicuri in circolazione. Quanto agli antibiotici, essi hanno ridotto a zero la mortalità per malattie infettive. Vanno usati correttamente: l'impiego sconsiderato nel caso di malattie virali o sugli animali da allevamento rischia di sviluppare la resistenza dei batteri.

Invece, spesso si assume un antibiotico al primo sintomo d'influenza. E purtroppo nella lotta all'analfabetismo scientifico lo Stato latita.

Lei ha detto che un farmaco su due è di troppo. Ci spiega perché?

Non sono in discussione la sicurezza e l'efficacia di molti farmaci, ma l'eventuale superiorità rispetto ad altri già in commercio. E questo è un aspetto che nessuno verifica. Il discorso vale anche per le procedure diagnostiche. **L'Italia è tra i Paesi in cui si eseguono più Tac e risonanze magnetiche.** Così il medico dimostra di aver fatto tutto quanto gli era possibile per inquadrare il paziente, ma i risultati spesso sono parziali, o non in grado di determinare un preciso approccio terapeutico.

E lo Stato ha sprecato fondi, sottratto la possibilità di garantire cure necessarie ai più bisognosi.

»**SEGUE**



» **Negli ultimi decenni le suggestioni irrazionali hanno avuto più "appeal" sugli italiani rispetto alla scienza ufficiale. Prima le terapie alternative contro i tumori come la cura Di Bella, poi la parentesi di Stamina, oggi l'avversione ai vaccini...**

Nel nostro Paese manca la cultura scientifica ed i ciarlatani prendono il sopravvento, illudendo migliaia di malati. La gente dovrebbe imparare a diffidare da chi garantisce in partenza risultati su tutti i tumori.

Quando lei faceva parte del Consiglio superiore di Sanità, prese una posizione precisa sul metodo Di Bella.

Nel 1999 il ministero della Salute decise di condurre una sperimentazione ad hoc, che poi portò a sancirne l'inefficacia terapeutica.

Mi fu chiesto di entrare a far parte del comitato etico che avrebbe dovuto valutare lo pseudo-trattamento Di Bella applicabile per tutti i tumori, indistintamente. Mi rifiutai.

Si trattava evidentemente di una ciarlataneria. All'estero i colleghi ci osservavano increduli. Purtroppo, però, non impariamo dai nostri errori. Il copione si è ripetuto pressoché identico qualche anno dopo con il **metodo Stamina**.

Quale sarà la prossima bufala anti-scientifica?

Le mode alimentari. Passata la fase del "senza olio di palma", oggi nel mirino c'è il glutine. **Va di moda il "gluten free". Ma bisogna spiegare che devono farne a meno soltanto i celiaci, non il resto degli italiani.**

Oggi funzionano le battaglie nel campo alimentare perché ci sono grandi interessi ed è importante far figurare che determinati alimenti o sono troppo dannosi o rappresentano la soluzione. È in atto una corsa alla salute che fa capo alle logiche del mercato.

Lei se l'è presa anche con l'omeopatia, definendola "acqua fresca".

Sì, l'omeopatia è inutile. Acqua fresca. Non c'è una sola evidenza scientifica che porti benefici terapeutici.

Eppure i prodotti omeopatici sono ammessi in commercio per il principio che non nuociono alla salute. Ma i farmaci devono curare le malattie, altro che "non nuocere".

Qual è la scoperta certificata fra le mura del Mario Negri più significativa?

Una delle più importanti è la terapia trombolitica per la cura dell'infarto acuto, che ha salvato tante migliaia di vite nel mondo.

Nel 1993, dopo l'arresto di Poggiolini per aver favorito l'ingresso di alcuni farmaci nel prontuario sanitario dietro regalie, lei prese il suo posto alla commissione farmaci.

Facemmo una bella pulizia del prontuario da tutti i farmaci inutili, che costavano un sacco di soldi.

Passammo da un bilancio che negli anni precedenti era di 13mila miliardi di lire, a 9mila miliardi nel 1994, facendo risparmiare allo Stato 4000 miliardi di lire, ovvero due miliardi di euro di oggi. Una cifra estremamente importante.

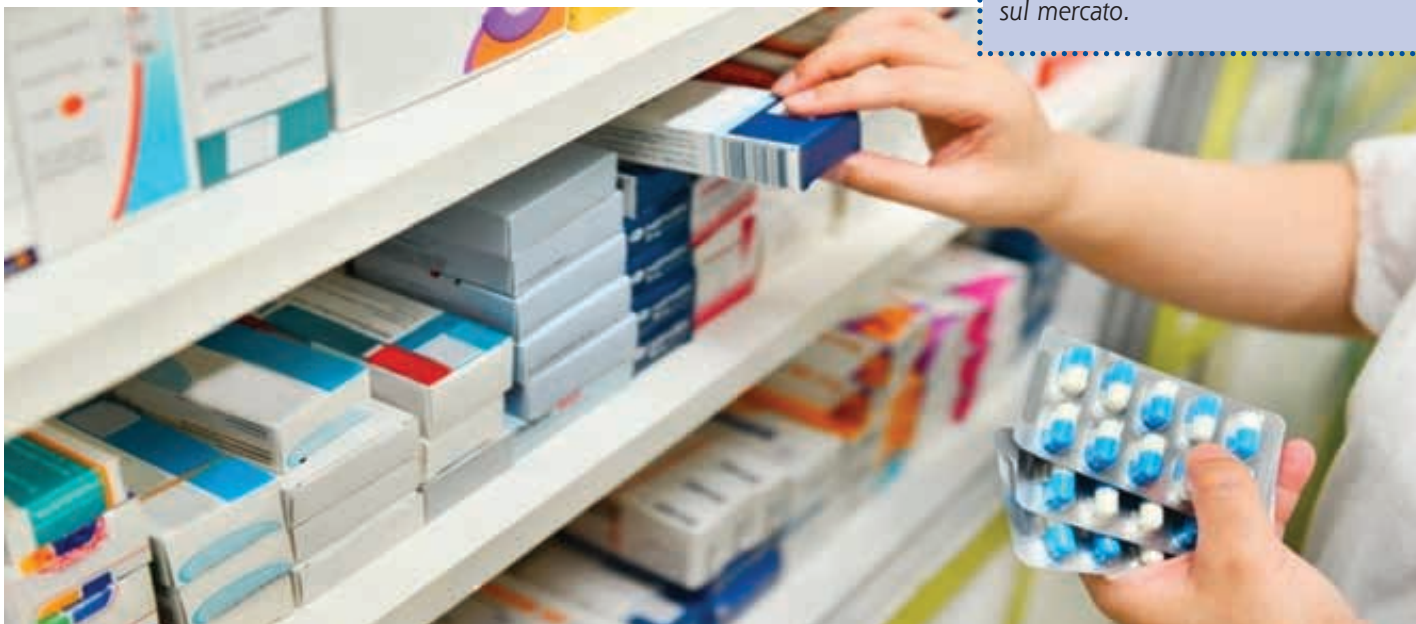
È ORA DI FARE UN'ALTRA PULIZIA DI FARMACI INUTILI?

Da allora non si è più fatta una revisione del prontuario. Sarebbe necessario. Nelle farmacie ci sono circa novemila prodotti. Ne basterebbe la metà.

Si potrebbero eliminare molti farmaci e fare in modo che quelli con la stessa indicazione abbiano lo stesso prezzo.

A meno che non sia dimostrato che uno è meglio dell'altro.

L'Unione europea dovrebbe limitare l'approvazione di nuovi farmaci e ammettere in commercio solo quelli che portano un valore aggiunto terapeutico rispetto a quelli che sono già sul mercato.



Se lei fosse ministro della Sanità, quale altro provvedimento adotterebbe?

La politica me l'hanno proposta, ma ho rifiutato. Il mio mestiere è un altro. Comunque, se fossi ministro, vieterei di fumare nei ristoranti all'aperto, al parco e allo stadio. E cercherei di aumentare il prezzo delle sigarette.

Qual è il miglior farmaco che conosce?

Lo stile di vita: non fumare, mangiare bene, non eccedere nell'alcol, evitare la sedentarietà, dormire regolarmente, esercitare attività intellettuali e sociali. Oggi invece si fuma, si beve, perché si è convinti che esiste una medicina per tutto. "Tanto poi guarisco con un farmaco", pensa la gente. La pubblicità ed internet hanno diffuso questo messaggio distorto, ma caro alle case farmaceutiche.

L'uomo potrà arrivare a vivere fino a 120 anni, come sostengono alcuni studiosi?

Non esistono dati scientifici per ritenere che il limite dell'età dell'uomo sia fissato a 120 anni. Solo il tempo e lo sviluppo delle conoscenze potranno dare una risposta. Allo stato attuale la longevità dipende soprattutto dalla genetica, sulla quale non possiamo avere un'influenza diretta, e dalle abitudini di vita, sulle quali invece possiamo agire concretamente. Fumo, eccesso di alcol, obesità, sedentarietà, sono i principali freni al raggiungimento della vecchiaia in buone condizioni fisiche e psichiche.

Lei intanto è arrivato a 90 anni in splendida forma. Complimenti.

Finché va, continuo ad andare al lavoro ogni giorno, da mattina a sera. Non ho nessun elisir, credo solo nello stile di vita. È uno dei fattori chiave della nostra vita assieme alla genetica e al caso. Dal punto di vista alimentare sono un sostenitore della restrizione calorica: mangio una volta al giorno, e preferisco alzarmi da tavola con una sensazione di fame inappagata.



PRIVAT ASSISTENZA®

ASSISTENZA DOMICILIARE ANZIANI, MALATI E DISABILI

CHIAMACI QUANDO VUOI. RISPONDIAMO SEMPRE!

Reperibilità telefonica h24 - 365 gg l'anno

0544 470419

RAVENNA · Via Panfilia, 62

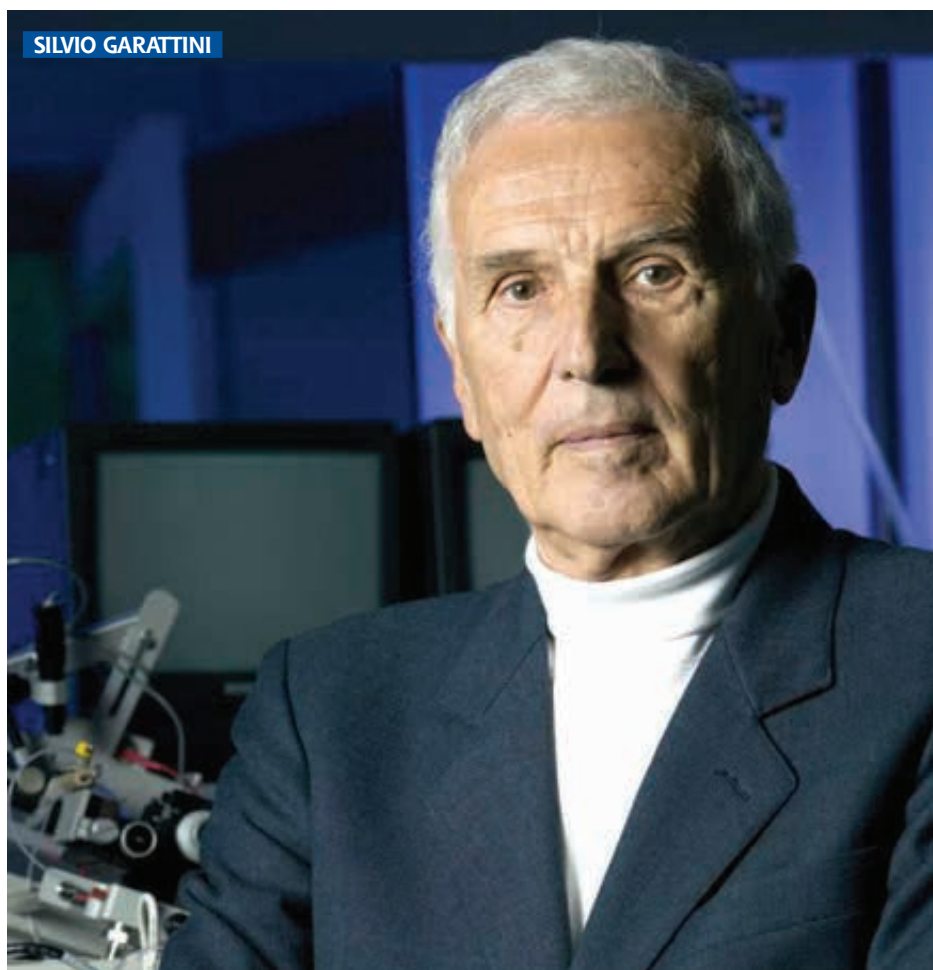
24 ORE SU 24

365 GIORNI ANNO

La dieta mediterranea è la più azzeccata: verdure, cereali e poca carne. Quand'ero giovane, mi immaginavo vecchio a sessant'anni. Invece, a novanta riesco ancora a lavorare e a muovermi.

L'unico campo nel quale avverto una distanza incolumabile con le nuove generazioni è il digitale. A parte la posta elettronica, sul resto sono negato.

FINE



UROLOGIA

ONDE D'URTO A BASSA INTENSITA' PER LA DISFUNZIONE ERETTILE



Dott. **Pier Andrea Della Camera**
Urologo - Ospedale Careggi di Firenze
E-mail: pierandreadellacamera@gmail.com

Se da un punto di vista puramente fisiologico la disfunzione erettile - che in Italia colpisce tre milioni di uomini - è una patologia che interessa l'apparato urogenitale maschile, guardando la problematica con un campo più allargato si può comprendere come i protagonisti in questo caso siano due: lui e lei. Ed è proprio grazie alla collaborazione di entrambi i partner che la coppia può riuscire a superare vecchi tabù e a trovare la soluzione, non solo farmacologica, a questo delicato problema.

Che cos'è

La disfunzione erettile è la mancata capacità dell'uomo ad avere e a mantenere un'erezione del proprio pene sufficiente per completare un rapporto sessuale. Tale disfunzione è solitamente dovuta ad un ridotto afflusso o svuotamento precoce di sangue nel pene, con conseguente mancanza di rigidità dell'organo stesso.

L'erezione avviene infatti grazie a due meccanismi tra loro collegati: **uno psichico, derivante dal desiderio sessuale, l'altro di natura neuro-vascolare**, con vasodilatazione arteriosa e conseguente aumento di volume dei corpi cavernosi associata a veno-occlusione per bloccare la fuoriuscita di sangue dai corpi cavernosi stessi.

La cura

Sebbene fino a qualche anno fa la presenza di un'accertata disfunzione erettile induceva i medici a trattare il paziente farmacologicamente con inibitori delle fosfodiesterasi (Viagra, Cialis, Levitra) e, nel caso in cui la risposta a questa terapia fosse stata scarsa, si decideva di passare a metodi più invasivi fino alla protesi peniena; attualmente, esiste una nuova opzione terapeutica per i pazienti con disfunzione erettile di grado lieve e moderato: **le onde d'urto a bassa intensità.**

Con questa terapia si è dimostrato la capacità delle onde d'urto di determinare nei tessuti trattati una neoangiogenesi, cioè la produzione di nuovi vasi sanguigni.



IL TRATTAMENTO

"Il trattamento - spiega il dott. Pier Andrea Della Camera - non provoca effetti collaterali, non è invasivo ed è rapido e indolore.

Lo dimostrano i risultati del primo studio multicentrico italiano coordinato dalla Società Italiana di Andrologia

(SIA), condotto su circa 100 pazienti, con risultati positivi nel 70% dei pazienti di grado lieve/medio, che ha smesso di utilizzare farmaci per tornare ad una sessualità spontanea, mentre nei pazienti più gravi la risposta alla terapia orale è migliorata nel 40% dei casi".

LA RAMIFICAZIONE ARTERIOSA



- PRIMA -



- DOPO -

Successo significa in questo caso possibile guarigione: i farmaci contro la disfunzione erettile hanno rivoluzionato le abitudini sessuali ma restano cure "on demand", incapaci se non in rari casi di ripristinare la funzione erettiva.

Le onde d'urto invece riescono a ristabilire il meccanismo dell'erezione, consentendo il ritorno ad una sessualità naturale senza necessità di programmazione dei rapporti.

Si tratta però di una tecnica ancora emergente e la ricerca ha il compito di approfondire i meccanismi di azione della metodica. Per questo occorrono dati derivanti da studi multicentrici per definire gli effetti del trattamento nel lungo periodo.

Le onde d'urto

Impiegate a partire dal 1980 per il trattamento della calcolosi renale, le onde d'urto, verso la metà degli anni ottanta sono state applicate anche in campo ortopedico, dermatologico e andrologico.



Si tratta di una terapia eseguita da un medico che **agisce localmente in maniera focale**

e precisa nel punto da trattare tramite l'applicazione di un puntatore esterno appoggiato alla cute attraverso il quale si propagano le onde d'urto.

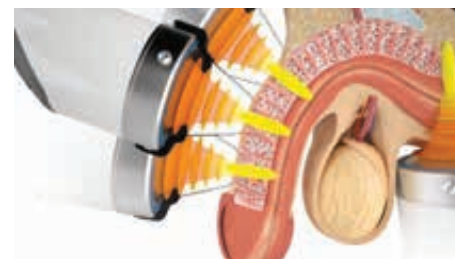
Sono degli impulsi pressori della durata di una frazione di tempo brevissima che generano una forza meccanica diretta avente come obiettivo principale la stimolazione dei processi riparativi a livello osseo, muscolare e tendineo, e la creazione di meccanismi con effetto antinfiammatorio-rigenerativo ed analgesico dei tessuti molli con aumento del flusso di sangue a livello locale, il che determina a sua volta la rimozione di alcune sostanze proinfiammatorie e l'arrivo di nuove cellule che favoriscono i processi di riparazione e guarigione del tessuto. L'effetto antidolorifico, invece, è dato dalla liberazione di sostanze endorfiniche e dal blocco di alcuni recettori specifici coinvolti nei sistemi neurologici che portano al dolore.

Specifiche per la disfunzione erettile

Arrivato alla soglia dei 60 anni con la speranza di godere ancora per alcuni decenni dei piaceri della vita sessuale, l'uomo può rendersi conto di non essere più in grado di aver un rapporto sessuale penetrativo. Fortunatamente oggi sono disponibili molti rimedi a quello che, di fatto, rappresenta un vero e proprio disagio.

"Da qualche anno, infatti, - spiega il dott. Della Camera - si è dimostrata l'efficacia di un sistema terapeutico basato sulle applicazioni di onde d'urto a basso voltaggio al tessuto cavernoso del pene con risoluzione del deficit erettile: una terapia assolutamente

indolore, senza alcun effetto collaterale che consente la ricomparsa di erezioni spontanee senza più la necessità del rimedio farmacologico. Senza dubbio una soluzione a lungo termine per migliaia di pazienti che finora l'hanno utilizzata. In particolare le onde d'urto, onde acustiche ad alta energia, vengono applicate sul pene con specifici dispositivi.



Le sedute durano non più di 20 minuti e vanno ripetute per un totale di sei trattamenti. La terapia fisica viene così portata esattamente dove serve e agisce stimolando la circolazione peniena, attraverso la crescita graduale di nuovi vasi sanguigni (neovangiogenesi), restituendo al paziente l'erezione spontanea, perché la circolazione nel pene torna normale e può garantire un'erezione efficiente. **Il trattamento non comporta rischi, dolore o effetti collaterali** e ha effetti positivi anche sul dolore cronico delle patologie del pavimento pelvico, il che apre sviluppi futuri per patologie della prostata estremamente invalidanti. Le onde d'urto infatti sono ideali anche per trattare pazienti che hanno subito interventi di asportazione totale di prostata, affinché possano tornare ad avere una vita sessuale soddisfacente e preservare l'armonia di coppia". **FINE**



Sanitaria Ravennate
dal 1975

ORTOPEDIA SPADONI

*Dal 1975 Tecnici Ortopedici
al servizio della città*

Plantari e Calzature
Video-Analisi del
piede e della corsa
Busti e Pancere
Ausili da bagno
Ausili per mobilità
Apparecchi per
riabilitazione
Noleggi
Convenzioni AUSL
e INAIL
Servizio a domicilio



Viale L.B. Alberti, 100-106 • RAVENNA
tel. 0544.406969 • fax 0544.408488
www.ortopediaspadoni.it • sanitaria@ortopediaspadoni.it

SANITÀ

TORCICOLLO

LE CAUSE PIU' COMUNI E COME ALLEVIARE IL DOLORE



Dott.ssa **Lara Castagnetti**
Osteopata e Specialista in Medicina Fisica
e Riabilitativa di Humanitas

Il torcicollo è un disturbo di natura muscolo-scheletrica piuttosto comune, dall'esordio improvviso, che in genere scompare spontaneamente nel giro di qualche giorno.

Si manifesta con un dolore acuto all'altezza del collo e in sua presenza è difficile compiere movimenti di flessione, estensione e rotazione del capo. A cosa è dovuto e quando è il caso di rivolgersi al medico? Vediamo di spiegarlo.

Le cause più comuni

Contratture muscolari e disturbi a carico della colonna vertebrale sono due delle cause principali alla base del torcicollo. La contrattura muscolare può essere dovuta, per esempio, a uno **sbalzo di temperatura**, dall'assunzione di **posizioni scorrette prolungate**, ma anche da movimenti bruschi della testa e traumi: si pensi per esempio a un colpo di frusta in caso di incidente.

In questi casi, il torcicollo dura qualche giorno e poi passa. **Se il disturbo persiste, potrebbe celare problemi alla colonna cervicale**, come per esempio una condizione di sofferenza dei dischi intervertebrali magari legata a un'ernia del disco o più raramente a spondiloartriti, patologie reumatiche autoimmuni responsabili di un'inflammazione cronica alla colonna vertebrale.

Come alleviare il dolore

In fase acuta possono essere di aiuto: **fare una doccia tiepida**, perché l'acqua



KINESIO TAPING

effettua una sorta di massaggio sui muscoli del collo e li rilassa; assumere farmaci antinfiammatori; dopo aver consultato il medico, si può ricorrere eventualmente al **"kinesio taping"** con l'applicazione di appositi cerotti che aiutano ad attenuare il dolore.

KINESIO TAPING

IL CEROTTO CHE AIUTA LA RIABILITAZIONE

A COSA SERVE IL KINESIO TAPING? Il kinesio taping è un cerotto elastico in cotone, cui si ricorre per esempio in caso di piccoli edemi ed ematomi sottocutanei, tendiniti, artrosi cervicali, ma anche per alleviare il dolore da contratture e tensioni muscolari. Non rilascia principi attivi e se applicato correttamente **può essere un valido aiuto nella riabilitazione mantenendo in posizione corretta le articolazioni, proteggendo tendini e legamenti**.



COME FUNZIONA IL KINESIO TAPING?

Il kinesio taping viene applicato sulla pelle e in base alla posizione, alla direzione e alla tensione può inibire un muscolo sovraccaricato e contratto o stimolarne uno ipotonico. Sull'epidermide infatti sono presenti recettori nervosi, in grado di comunicare con i muscoli sottostanti in seguito a stimoli esterni. L'azione di questo cerotto allevia il dolore (inibendo i muscoli contratti che premono sui recettori del dolore) e contribuisce alla ripresa motoria. **Questo cerotto unisce la libertà di movimento (grazie alla sua elasticità) alla funzione protettiva**. La sua composizione in puro cotone riduce al minimo il rischio di allergia o di irritazioni cutanee. **Affinché sia davvero efficace, è bene che sia posizionato da terapisti esperti ed è dunque sconsigliato il fai da te**.

UN CONSIGLIO

Quando si soffre di torcicollo si tende a muovere il capo il meno possibile: questo in realtà è controproducente, quindi è preferibile provare a compiere piccoli movimenti controllati. Stare fermi, infatti, riduce il dolore nell'immediato, ma aumenta di fatto la rigidità muscolare e dunque il dolore. In questo senso possono essere di aiuto esercizi di stretching che allungano il collo.

Quando rivolgersi al medico

Se il dolore dura più di una settimana, è consigliabile rivolgersi al medico per gli opportuni accertamenti.



Da non sottovalutare anche la presenza di sintomi quali mal di testa, mal di schiena e dolore alle spalle. **Il medico potrebbe prescrivere esami quali radiografia e risonanza magnetica (RMN)** per verificare l'origine del disturbo. Se il torcicollo

si associa a difficoltà a respirare, a parlare, a camminare o a deglutire o in presenza di debolezza o intorpidimento agli arti, è bene recarsi in pronto soccorso per verificare non vi siano lesioni a carico delle strutture del sistema nervoso centrale. **FINE**



presto è meglio

NUOVO PUNTO PRELIEVI	FISIOTERAPIA MANUALE E STRUMENTALE	NUTRIZIONE CLINICA
VISITE SPECIALISTICHE	PISCINA FISIOTERAPICA	SPAZIO DONNA
DIAGNOSTICA PER IMMAGINI		MEDICINA DELLO SPORT











POLIAMBULATORIO
PISCINA FISIOTERAPICA
PUNTO PRELIEVI

Zona Rocca Brancaleone
Via Porto Coriandro, 7 - Ravenna
tel. 0544 456845
www.medicinaravenna.it
info@medicinaravenna.it



di Tiziano Zaccaria

E-Mail: zaccariatiziano@gmail.com

L'8 gennaio scorso, nella sua casa di Ravenna, Antonina Spinello ha compiuto il secolo di vita festeggiata da amici e parenti. La neo-centenaria è nata ad Ispica, paese costiero situato sulla punta sud della Sicilia, in provincia di Ragusa, pochi mesi dopo la fine della prima guerra mondiale.

«Mio padre era un commerciante - racconta Antonina, che ha raggiunto i cent'anni in buono stato di salute - Eravamo quattro figli: tre femmine e un maschio. Io volevo fare la maestra, ma a quei tempi, finita la prima media, c'era da sostenere l'esame di ammissione per frequentare le scuole magistrali, scuole che al mio paese non c'erano.

Mio padre, che era un uomo geloso, siccome girava per paesi e città come commerciante, vedendo le studentesse camminare assieme ai ragazzi, si convinse a non mandarmi a scuola. Mi disse: "tu impari a fare la sarta che fa lo stesso". Così, a quattordici anni, mi ha mandato dalla sarta di mia madre ad imparare questo mestiere».

LONGEVITÀ

I 100 ANNI DI ANTONINA

LA SARTINA SICILIANA

Originaria di Ispica, da mezzo secolo la neo-centenaria vive a Ravenna.

Il matrimonio e il lavoro

Antonina si sposò negli anni Quaranta con un suo concittadino, Iacono Carmelo, dal quale ha avuto due figli: Salvatore nato nel 1947 e Milena nata nel 1954.

«Mio marito era impiegato nelle Ferrovie dello Stato. Negli anni Settanta ci trasferimmo a Ravenna perché c'era già mia sorella con suo marito, che nel dopoguerra erano venuti qui in cerca di lavoro.

Mio marito fece domanda di trasferimento a Bologna. Le Ferrovie accettarono la sua domanda e così venimmo in Romagna. Da allora, ho sempre abitato a Ravenna».



Per una ventina d'anni Antonina ha fatto la capo sarta in un centro civico del Comune, dove si aggiustavano capi d'abbigliamento ed altre cose a chi non poteva permettersi di acquistarli nuovi.



«Se avessi gli occhi buoni, ancora mi metterei a cucire», dice la centenaria, che oggi vive assieme alla figlia Milena.

La salute non le manca e a tavola mangia ancora di tutto, come ha sempre fatto. Quand'era giovane, in Sicilia, ha sempre seguito una sorta di "dieta Mediterranea" povera ma genuina.

I ricordi della guerra

Fra i suoi ricordi più forti, vi sono quelli legati alla seconda guerra mondiale. In particolare nel luglio 1943 gli ispicesi vissero sotto l'incubo dei continui bombardamenti degli alleati.

«Quando sentivamo la sirena che annunciava i bombardamenti aerei, uomini, donne e bambini lasciavano frettolosamente le loro case e si catapultavano nella "Cava Grande"», per rifugiarsi nelle millenarie grotte che una volta erano le abitazioni dell'antica Spaccaforno (oggi Ispica), distrutta dal terremoto del 1693.



Lunghe file di persone in preda al terrore, con in braccio i bambini più piccoli, quasi quotidianamente, ad ogni allarme, si incamminavano velocemente verso la "Cava", che offriva riparo e protezione alla popolazione.

Terminato l'allarme, ogni famiglia tornava nelle proprie abitazioni, che a volte trovavano dilaniate dalle bombe o dai proiettili delle mitragliatrici degli aerei».

FINE

CAIO ELIO. A 107 ANNI SE N'È ANDATO IL NONNINO DI SOLAROLO

Nella mattinata del 28 gennaio 2019, è scomparso all'età di 107 anni Elio Mignani. Era il più anziano cittadino solarolese. Da quattro anni viveva alla casa residenza Bennoli, ma fino a Natale la salute non lo aveva ancora abbandonato ed era ancora molto lucido. Secondo le statistiche ufficiali disponibili sul sito supercentenariditalia.it, **attualmente era il nono uomo più anziano d'Italia (la 153ª persona più anziana, se consideriamo tutte le donne, che sono la grande maggioranza dei centenari)**. Nato il 5 giugno 1911, nonno Elio ha vissuto per l'esattezza 107 anni e 238 giorni. Era arrivato ad un passo dal record assoluto di longevità cittadina: Agnese Bassani si era spenta tre anni fa a 107 anni e 256 giorni. Ma la famiglia Mignani non è nuova in fatto di longevità. Anche la sorella maggiore di Elio, Domenica, aveva raggiunto un'età del tutto ragguardevole, 106 anni e 126 giorni, a conferma di una genetica straordinaria che forse andrebbe studiata. Elio Mignani ha sempre vissuto a Solarolo. Da giovane ha svolto diversi lavori: dal contadino al muratore, fino al barista. Aprì un caffè in paese prima della Seconda Guerra Mondiale, gestendolo per oltre vent'anni. Negli anni Cinquanta comprò una licenza per la compravendita di mangimi, che poi iniziò a produrre in proprio, acquistando cereali e lavorandoli con un mulinetto ed un miscelatore. Elio non ha fermato la sua voglia di fare e la sua creatività nemmeno quando è andato in pensione, realizzando fino ai cento anni delle artistiche specchiere in legno, da regalare ad amici e parenti. **«A nome dell'intera Comunità di Solarolo porgo le più sentite condoglianze alla famiglia di Elio Mignani, scomparso alla veneranda età di 107 anni. E' stato testimone attento di molti momenti importanti della storia recente di Solarolo e con lui scompare un'altro punto di riferimento di questa Comunità. Ci mancherà»**. Questo il telegramma che, in giornata, il sindaco Fabio Anconelli ha inviato ai suoi familiari.



Nel numero di ottobre 2012 Elio Mignani è stato intervistato dalla redazione di "SALUTE 10+", al compimento di 101 anni.



Salute in cucina

Zuppa di mais con cannellini e cavolo riccio

Ingredienti per 4 persone

120 g di fagioli cannellini secchi
80 g di farina di mais fioretto
80 g di zucca al netto
7/8 foglie di cavolo riccio
1 carota
8 pomodorini ciliegino
peperoncino piccante
olio extravergine d'oliva
sale, pepe

Preparazione

Mettete in ammollo i fagioli cannellini per circa 12 ore. Scolateli dall'acqua di ammollo e fateli cuocere per 35 minuti circa. Scolateli senza buttare l'acqua di cottura. Tenetene da parte circa 100 grammi pesati cotti e frullate i rimanenti. Mondate e lavate la carota e la cipolla, eliminate la buccia dalla zucca e tagliate tutto a cubetti. Tagliate il cavolo riccio a strisciole, e i pomodorini in 4 parti. In un tegame antiaderente fate scaldare due cucchiari di olio e mettete a rosolare carota, cipolla e zucca per qualche minuto. Unite il cavolo riccio ed i pomodorini e fate insaporire qualche minuto. Aggiungete la purea di fagioli e 1,2 litri di liquido totale, tra acqua di cottura dei fagioli e acqua calda, regolate di sale, pepe e peperoncino, cuocete 30 minuti. Unite la farina di mais a pioggia mescolando energicamente con una frusta per non formare grumi. Cuocete per 30 minuti mescolando spesso ed aggiungete i fagioli interi, terminate la cottura per 10 minuti e servite.

Il **cavolo riccio** noto anche come **kale** viene considerato come il vegetale più ricco di nutrienti. La parte edibile sono proprio le foglie dai bordi arricciati e dal colore verde intenso o viola scuro. È molto ricco di antiossidanti, fibre, potassio, vitamina A e C. Questo ortaggio può essere utilizzato in numerose preparazioni, oltre che nelle zuppe come condimento per la pasta, per preparare un pesto, semplicemente ripassato in padella, in frullati detox o per le famose chips di cavolo riccio.



Tiziana Moltis
food blogger
food photographer
autrice del blog
l'ombelico di Venere

Consigli e variazioni

Per velocizzare la ricetta utilizzate 240 grammi di cannellini in scatola. In sostituzione del cavolo riccio utilizzate delle foglie di cavolo nero.

Se preparate la zuppa in anticipo al momento di scaldarla aggiungete poca acqua leggermente salata.

SANITÀ

IL TUMORE AL POLMONE

Terza parte di un viaggio nell'oncologia di precisione.

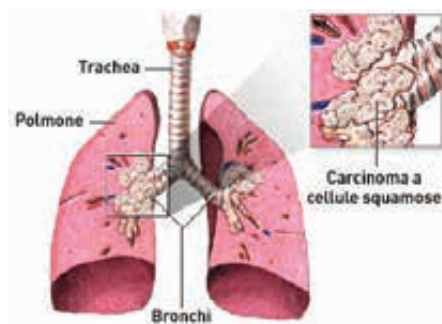


Dott.ssa **Stefania Gori**
Presidente Nazionale AIOM
Associazione Italiana di Oncologia Medica

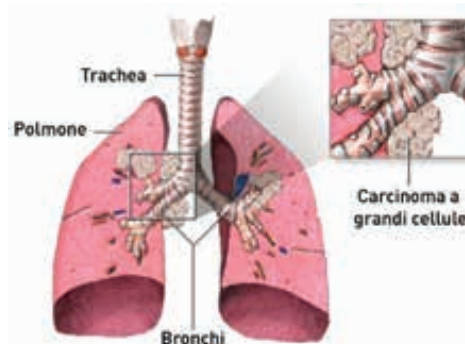
Si distinguono due tipi principali di tumori al polmone, a seconda dell'aspetto delle cellule all'esame microscopico.

NON A PICCOLE CELLULE

• **CARCINOMA A CELLULE SQUAMOSE:** origina dalle cellule che rivestono le vie respiratorie. Rappresenta il 25-30% dei tumori del polmone.



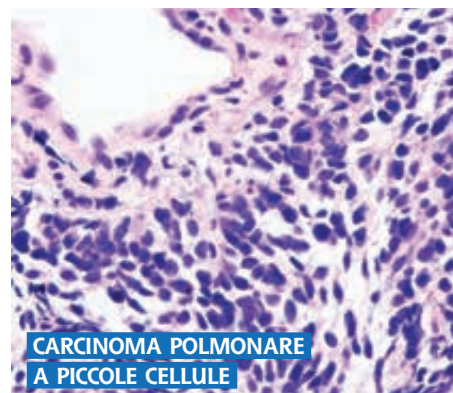
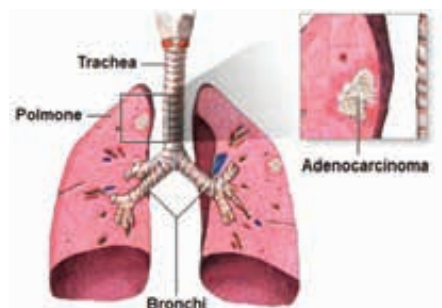
• **CARCINOMA A CELLULE GRANDI:** è meno frequente (10-15%), il nome deriva dalle grandi cellule tondeggianti che si evidenziano quando si esamina un campione biotico al microscopio.



A PICCOLE CELLULE O "A CHICCO D'AVENA"

È così definito per la caratteristica forma delle cellule. È meno frequente, ma molto aggressivo e con elevatissime probabilità di diffondersi velocemente ad altri organi. **»SEGUE**

• **ADENOCARCINOMA** (non squamoso): è il tipo più diffuso (45%) e negli anni la sua frequenza è aumentata. È il tumore polmonare più frequente tra chi non ha mai fumato, ma è purtroppo frequente anche nei fumatori.



Il carcinoma del polmone "non a piccole cellule" rappresenta un esempio di neoplasia per la quale sono oggi disponibili specifici approcci terapeutici, in grado di modificare in maniera significativa il decorso della malattia in fase avanzata o metastatica.



Anche se il numero di marcatori e relativi farmaci approvati finora è relativamente limitato, è possibile prevedere un notevole incremento nei prossimi anni delle opzioni terapeutiche, perché numerosi farmaci in grado di agire su specifiche alterazioni genético-molecolari sono in corso di sperimentazione.

illu^oit

O.F. FLAMIGNI

FRANCHISING NETWORK

RAVENNA

Viale Randi, 4

(A 200 mt. dall'ospedale)

Tel. 0544.1691422

(Attivo 24 ore su 24).

PROFESSIONALITÀ
e DISCREZIONE
al VOSTRO SERVIZIO

www.onoranzefunebrilluxit.it

ravenna@onoranzefunebrilluxit.it

onoranzefunebriflamigni

DISPERSIONE CENERI
CON L'URNA BIODEGRADABILE



I sintomi

- » Anche se fortunatamente non sono sempre indicativi di un tumore polmonare, sarebbe opportuno che soprattutto le persone a rischio tenessero sotto controllo i sintomi.

Tra questi, tosse secca o con catarro (talvolta striato di sangue), piccole perdite di sangue con i colpi di tosse, difficoltà respiratorie, dolore al torace, perdita di peso.

Il tumore del polmone è una malattia subdola: molte volte non presenta sintomi almeno fino ad uno stadio avanzato.

La diagnosi

A causa della presenza di pochi e non specifici sintomi, **la diagnosi delle neoplasie polmonari è spesso tardiva**. Ad esempio, la tosse e la raucedine sono sintomi comuni nel fumatore e, proprio per questo, vengono spesso trascurati.

La radiografia del torace rappresenta di solito il primo esame effettuato, che però non consente di giungere ad una diagnosi di natura e non è comunque un'indagine precisa. Sicuramente più accurata è la TAC (Tomografia Assiale Computerizzata) che permette di localizzare la malattia, i suoi rapporti con altri organi, oltre che definire lo stadio del tumore quando venga estesa anche al cranio e all'addome.

La PET (Positron Emission Tomography) può essere utile in alcuni casi, a giudizio del medico, dopo l'esecuzione della TAC e consente, tra l'altro, anche di valutare l'apparato scheletrico e il suo eventuale coinvolgimento nella malattia.

I NON FUMATORI

Solo il 15% delle diagnosi di tumore del polmone riguarda i non fumatori. Tali casi, spesso, presentano specifiche mutazioni o alterazioni genetiche, che possono essere trattate con farmaci a bersaglio molecolare.

L'85% delle diagnosi interessa invece i tabagisti, nei quali queste alterazioni sono molto più rare.

I casi in cui non sono presenti alterazioni molecolari trattabili con farmaci a bersaglio molecolare, possono essere affrontati con la chemioterapia oppure con l'immunoncologia, che negli ultimi anni si è aggiunta agli strumenti terapeutici disponibili per questa patologia.

I biomarcatori

Attualmente i biomarcatori utilizzati nel trattamento del tumore del polmone, per i quali si abbinano trattamenti già considerati "standard" e disponibili presso tutte le strutture italiane, sono la

mutazione del **gene di EGFR** (recettore per il fattore di crescita dell'epidermide) e il riarrangiamento del **gene di ALK** (recettore tirosin-chinasico del linfoma anaplastico, un recettore di membrana che produce uno stimolo di crescita per le cellule). La loro presenza nei pazienti affetti da tumore polmonare permette di ricorrere a un trattamento mirato.

La mutazione di EGFR si ritrova nel 10-15% dei pazienti con adenocarcinoma polmonare. Quasi il 50% dei tumori polmonari con questa mutazione viene diagnosticato in persone che non hanno mai fumato. L'alterazione di ALK è presente nel 5% dei pazienti affetti da tumore polmonare, soprattutto nell'adenocarcinoma.

Anche **l'alterazione di ROS1** è presente nell'1% dei pazienti affetti da tumore polmonare, soprattutto nell'adenocarcinoma. Vi sono altre mutazioni nel tumore polmonare, ma in questi casi non vi sono ancora terapie a bersaglio molecolare in commercio, ma solo all'interno di studi clinici. Alcuni esempi sono costituiti da KRAS (gene mutato in circa il 25% dei pazienti con tumore polmonare, indipendentemente dall'esposizione al fumo di sigaretta), BRAF (mutazione presente nel 3% dei pazienti), MET (questo segnale della cellula può essere iperespresso o possono esservi mutazioni specifiche), HER2 (nota alterazione molecolare che grazie alla disponibilità di farmaci specifici ha avuto grande impatto nella cura del tumore mammario, si ritrova nell'1-2% dei tumori polmonari).

Le terapie mirate

Le terapie mirate vengono utilizzate nel trattamento del carcinoma polmonare non a piccole cellule avanzato.

Tra i tanti tipi di terapie biologiche attualmente disponibili, sono due quelle efficaci in questa neoplasia: gli inibitori della crescita tumorale e gli anticorpi monoclonali.

Le terapie biologiche sono utilizzate da sole o in associazione ai farmaci chemioterapici.

Alcune terapie target agiscono sull'angiogenesi, cioè sulla formazione di nuovi vasi sanguigni che alimentano il tumore: que-

sti agenti (anticorpi monoclonali) sono chiamati anti-VEGF (fattore di crescita vascolare-endoteliale che stimola l'angiogenesi, meccanismo con cui il tumore si nutre e si accresce).

LA RICERCA

Man mano che la ricerca ha approfondito la genetica del tumore del polmone, sono state identificate alterazioni cromosomiche che hanno portato alla sintesi di nuovi farmaci. Alcuni hanno come bersaglio il recettore del fattore di crescita epidermico (EGFR) e impediscono l'attivazione della via intracellulare che stimola la crescita e proliferazione delle cellule tumorali.

Gli antagonisti di EGFR possono essere molecole molto piccole, assunte per bocca, oppure complesse, somministrate per via endovenosa.

Al momento, nella pratica clinica, sono disponibili per i pazienti con tumore del polmone caratterizzato dalla presenza di mutazione del gene EGFR solo farmaci della prima categoria (inibitori tirosin-chinasi).



Altre terapie sono specifiche per una particolare alterazione genetica, il riarrangiamento del gene chiamato ALK, che viene spesso osservata nei tumori di

pazienti non fumatori. Questa alterazione del gene ALK porta alla formazione di una proteina diversa che causa la crescita del tumore.

FINE

A FEBBRAIO PASSA A TROVARCI!

CENTRO RIPARAZIONI SCOOTER ELETTRICI MULTIMARCHE

**SIAMO
A RAVENNA**
in via Frignani, 102

Ti aspettiamo!

EB SERVOSCALE RAVENNA






Tel. 349.3767823

E-mail: enricobiagi.ebsas@fastwebnet.it
E-mail certificata: ebsas@pcert.postecert.it
www.ebservoscale.com - www.montascalravenna.it
www.facebook.com/ebservoscale



- > Montascale a poltrona per anziani ed a pedana per disabili in carrozzina/sedia a rotelle
- > Piattaforme elevatrici senza vano (elevatori per superare dislivelli)
- > Piattaforme elevatrici con vano (miniascensori per superare uno o più piani)

Il nostro servizio è una consulenza, fornitura e installazione chiavi in mano che non ti lascerà solo neanche in futuro, grazie al servizio di manutenzione periodica.







PEDIATRIA

LA TOSSE

Cosa c'è da sapere sul riflesso protettivo che ripulisce le vie aeree nei bambini e ragazzi. Quanto dura e quando rivolgersi al pediatra.



Prof. **Alberto G. Ugazio**

Direttore Istituto Bambino Gesù di Roma per la Salute del Bambino e dell'Adolescente

La tosse non è una malattia, ma un riflesso protettivo che serve a ripulire le vie aeree dalle secrezioni o da materiale inalato in modo involontario.

Il suo ripetersi comporta ansia, disturbi del sonno, stanchezza e scarsa capacità di concentrazione durante il giorno.

Può essere acuta o cronica.

La prima si risolve entro tre settimane ed è causata da una continua esposizione ai microbi, in particolare nei bambini dai 2 ai 4 anni. Episodi di tosse acuta sono in gran parte legati all'insorgenza di malattie come laringite e pertosse. La tosse cronica invece dura più di otto settimane e le sue cause principali possono essere l'asma bronchiale o la tosse somatica. La terapia per la tosse varia a seconda della causa scatenante.

Ecco di seguito le malattie che hanno come sintomo la tosse...

PERTOSSE

La pertosse è una malattia batterica contagiosa, **si manifesta con una serie di colpi di tosse ravvicinati fino a lasciare senza respiro.** Nei lattanti i suoi segni caratteristici sono l'apnea e la cianosi.

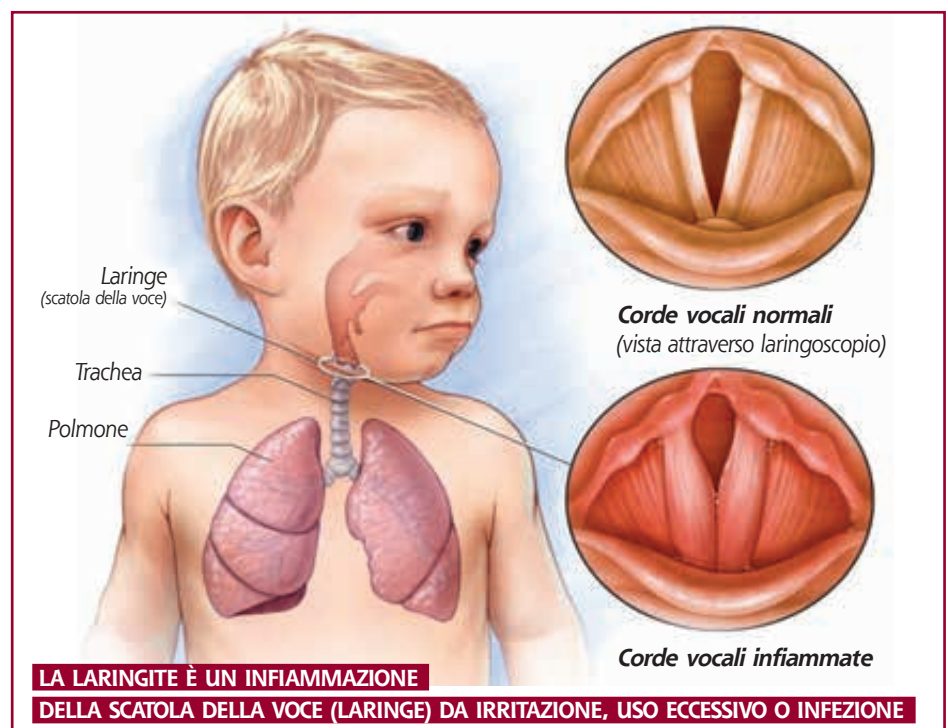
Non esistono terapie specifiche se non quella antibiotica, che se iniziata precocemente avrà maggiori probabilità di abbreviare i sintomi della malattia.

Con la vaccinazione contenuta nell'esavalente le manifestazioni cliniche sono più lievi.



LARINGITE

La laringite è una patologia respiratoria prevalente in inverno, è causata da infezioni virali e uno dei sintomi tipici di questa malattia è la tosse che somiglia a un verso della foca o a quello di un cane che abbaia.



La prima cosa da fare è tranquillizzare il bambino e preferire la posizione seduta per migliorare la ventilazione. In caso di risposta parziale alla terapia o se la laringite è associata a una difficoltà respiratoria va eseguita una visita medica. **Il primo farmaco da scegliere è lo steroide, dietro prescrizione del medico, somministrato per via orale o respiratoria.**

ASMA BRANCHIALE

L'asma bronchiale ha espressioni cliniche variabili che vanno dalla tosse o sibilo all'affanno respiratorio, fino alla manifestazione più grave: il **bronicospasmo**. Si tratta di un meccanismo di contrazione delle pareti bronchiali che può necessitare anche di cure in pronto soccorso o, nei casi gravi, in centri specialistici che forniranno un piano di cura personalizzato con i farmaci e le dosi più appropriate.



Quando la tosse cronica è provocata da asma bronchiale, gli esperti del Bambino Gesù consigliano **una terapia a base di aerosol, se occorre insieme ad altri farmaci per via orale.**



 Trattoria cà della lanterna

Cà della Lanterna

Sant'Agata sul Santerno - Via Nuova, 8
Tel. **0545.916257** - www.cadellalanterna.it



APERTI DA LUNEDÌ A DOMENICA:
12-14/19-22 - **CHIUSO IL MERCOLEDÌ**

 PAGA DAL TUO SMARTPHONE CON **satispay**

Il locale si trova nella campagna tra i comuni di Sant'Agata sul Santerno e Massa Lombarda, ad un centinaio di metri dalla statale San Vitale che collega Bologna a Ravenna.

La cucina è specializzata nei piatti della tradizione romagnola: pasta fatta a mano, coniglio alla cacciatore, carne alla griglia, piada al pesto e altri piatti tipici. Non mancano dolci tradizionali, fatti anch'essi "in casa", come facevano un tempo le "azdore" romagnole nei giorni di festa.

- **AMPIO PARCHEGGIO GRATUITO**
- **CONNESSIONE WI-FI GRATUITA**
- **AREA GIOCO BIMBI**
- **INGRESSO LIBERO PER GLI AMICI A 4 ZAMPE**

TOSSE SOMATICA O PSICOGENA

La tosse somatica, o psicogena, è la seconda causa di tosse cronica. Non ha origini organiche e **insorge nei bambini a partire dall'età di 6 anni**. Tra le sue caratteristiche troviamo una lunga durata, il carattere 'stizzoso', quasi si trattasse di un tic, oppure 'abbaiante', con un suono caratteristico che spesso somiglia a quello di un clacson. **Nella maggior parte dei casi il sintomo si attenua assicurando il bambino.**

Nei casi particolarmente resistenti può rendersi necessario il ricorso allo psicologo o allo psichiatra infantile. **»SEGUE**





PRENOTI SUBITO UN CONTROLLO GRATUITO DELL'UDITO

 **800 14 86 21**
AudioPiù 
MEDICALE





SUPER MINI MICRO NANO TECHNOLOGY PRATICAMENTE INVISIBILE ANCHE NEL PREZZO

RAVENNA Via Renato Serra 73/a **0544 63676**

IMOLA Via P. Galeati 26/a **0542 25288** - **FAENZA** V.le G. Marconi 189 **0546 061036** - **RIMINI** Via Bastioni Sett. 29 **0541 24617**

LUGO DI ROMAGNA Via Francesco Baracca 65/2 **0545 288137**



QUANDO RIVOLGERSI AL PEDIATRA

In generale, se gli episodi di tosse non disturbano la vita quotidiana del bambino e scompaiono dopo 3/4 giorni, la tosse sarà da considerarsi del tutto benigna e non sarà necessario ricorrere al pediatra. Al contrario, la visita sarà opportuna in caso di tosse persistente e per molti giorni, tanto da ostacolare le normali attività quotidiane, oppure in caso di febbre, soprattutto se superiore a 39°C.

I rimedi

Il tipo di farmaco da utilizzare dipende dalla malattia a cui è legata la tosse. In commercio esiste una grande varietà di strumenti e rimedi per trattare o prevenire la tosse, ma gli interventi utili ed efficaci sono davvero pochi.

Gli antibiotici, ad esempio, sono utili solo se il medico sospetta un'infezione batterica.

Il riflesso della tosse, in realtà, è generato da uno scolo di muco dal naso in gola, provocato dal raffreddore.

Rimuovere il muco tramite **lavaggi nasali** è quindi il metodo più efficace.



Il miele di Manuka della Nuova Zelanda: VERA MEDICINA NATURALE



Questo tipo speciale di miele prodotto in Nuova Zelanda ha un'altissima componente antibatterica.

Viene prodotto dalle api che si nutrono dei fiori dell'albero di Manuka che è una pianta indigena che cresce nelle distese incontaminate e prive di qualsiasi tipo di inquinamento. Questo miele è riconosciuto dai medici come una valida alternativa alle forme convenzionali di medicina.

È un potente e naturale **antibatterico, antivirale, antiossidante, antisettico, antinfiammatorio** ed è un validissimo vaccino naturale ma anche un ottimo rimedio in caso di mal di gola, raffreddore e tosse ricorrente. Sulle ferite crea un ambiente di guarigione che permette alle nuove cellule della pelle di crescere a filo della ferita, prevenendo deformità della pelle e cicatrici. Contrasta reflusso gastrico e bruciore di stomaco. Ha proprietà antifunginea.

Il Miele di Manuka è adatto anche ai bambini anche al suo sapore dolce e gradevole.

L'attività antibatterica del miele di manuka è indicata dal quantitativo di MGO (MethylGlyOxal) che è indice di qualità del prodotto e ne suggerisce il corretto utilizzo.

Contenuti MGO	Utilizzato per:
MGO 100	Prevenzione
MGO 250	Reflusso, bruciori
MGO 400	Ulcera, colon irrit.
MGO 550	Il meglio



BIETTIVO SALUTE
PARAFARMACIA - ERBORISTERIA

Via dell'Aida, 15 - Ravenna - Tel. **0544.270872**
Via P. Pavirani, 32/34/36 - Ravenna - Tel. **0544.502216**

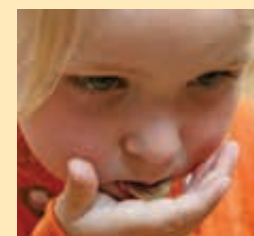
E-mail: obiettivosalute.ra@gmail.com



Parafarmacia-Erboristeria-Obiettivo-Salute

INALAZIONE DI UN CORPO ESTRANEO

C'è anche un altro tipo di tosse: quella che compare all'improvviso



e in modo vigoroso. In questo caso potrebbe trattarsi di inalazione di un corpo

estraneo e il bambino non andrà toccato, ma incoraggiato a tossire ancora più energicamente per assecondare il riflesso di espulsione del corpo.

OCCORRERÀ AVVISARE SUBITO IL SISTEMA SANITARIO DI EMERGENZA ATTRAVERSO IL NUMERO 112.

FINE

DERMATOLOGIA

DERMATITE SEBORROICA

È una malattia della pelle dovuta ad un'infezione delle ghiandole sebacee.



Dott. **Sam Jalbout**
Medico chirurgo specialista in
Dermatologia - Venereologia - Medicina Estetica
Cell. 329.4083785
www.dermatologodrsam.com

Come si manifesta?

La dermatite seborroica può manifestarsi in diversi modi a seconda della zona interessata.

A livello dei capelli e del cuoio capelluto potrebbe dare un quadro di capelli unti, forfora e prurito in testa.



Con l'arrivo del periodo invernale, inizia a farsi risentire una delle patologie cutanee spesso stagionali: la dermatite seborroica.

Che cos'è?

La dermatite seborroica è una patologia della cute dovuta ad un'infezione spesso cronico-ricidivante interessante le ghiandole sebacee della pelle responsabili della produzione di sebo.

Perché si presenta?

Nelle aree cutanee interessate dalla malattia, si riscontra un'alterazione del sebo, ovvero della secrezione grassa delle ghiandole sebacee che ha la funzione di ammorbidire e di difendere la pelle dall'aggressione degli agenti esterni.

Questa alterazione del sebo permette ad un fungo cutaneo microscopico di proliferare determinando un'infezione della pelle.

Quando colpisce il viso, spesso nella sua parte centrale, si manifesta con arrossamenti, squame croste e prurito. Talvolta interessa la zona toracica e le orecchie.



A causa del prurito la persona colpita tende a grattarsi stimolando in questo



modo l'infezione e peggiorando la situazione creando un circolo vizioso.

COME SI CURA

Il trattamento della dermatite seborroica inizia con l'accurata detersione della zona interessata con dei **detergenti medicali**. Alla detersione viene abbinata una terapia spesso soltanto topica da applicare sulla cute irritata, ma talvolta anche sistemica per via orale a base principalmente di **antimicotici**. Ad ogni modo è sempre giusto **rivolgersi al suo dermatologo di fiducia** che condurrà una diagnosi corretta, escludendo altre patologie infiammatorie della pelle ed indicando la terapia adeguata caso per caso. **FINE**



I NOSTRI AMICI ANIMALI

COME MANTENERE IN SALUTE I CANI ANZIANI



Dott.ssa **Marta Avanzi** - Veterinaria
www.avanzimorivet.it

I cani invecchiano più rapidamente di noi e anche loro possono soffrire per i disturbi della vecchiaia. La longevità di ognuno dipende da fattori genetici, dalla dieta e dall'ambiente.

Anche se non possiamo influire sulla genetica, possiamo fare molto per aiutarlo a mantenersi sano fisicamente e mentalmente, perché possa tenerci compagnia più a lungo possibile. Ecco sei utili consigli.

Alimentazione adatta all'età

I cani anziani beneficiano di una dieta specifica per la loro età.

Poiché in genere sono meno attivi, hanno bisogno di una dieta con livelli di calorie più contenuti, ma necessitano di una maggior quantità di antiossidanti. Il fabbisogno di proteine non diminuisce, a causa di una ridotta capacità di sintesi.

Le marche migliori hanno linee di alimenti formulate per i cani "senior".

Tuttavia, non tutti i cani invecchiano nello stesso modo e ognuno può aver bisogno di consigli dietetici specifici.

L'integrazione con antiossidanti, acidi grassi e altre sostanze può aiutare condizioni specifiche come l'invecchiamento cerebrale, l'insufficienza epatica o l'artrosi.

I cani anziani inoltre possono gradire maggiormente una dieta più morbida, con maggiori quantità di acqua. Ammorbidire le crocchette con acqua o brodo, o mescolarle a cibi umidi, può stimolare l'assunzione di cibo.



Curare i denti

L'igiene dentale è molto importante. La regolare pulizia fatta a casa aiuta a mantenere sana la dentatura e a prevenire dolorose infiammazioni delle gengive e la perdita dei denti.



Se il cane non accetta di farsi pulire i denti provate i bastoncini e i giochi per l'igiene dentale. In caso di tartaro e gengivite occorre effettuare la pulizia dal veterinario. I denti che presentano le radici scoperte vanno estratti per eliminare il dolore cronico associato a questa condizione.

Controllare il peso

È importante che i cani anziani non siano né sottopeso né in sovrappeso. La perdita di peso è un campanello di allarme che richiede sempre una valutazione veterinaria. Può essere dovuta a un scarso apporto energetico o a specifiche condizioni, come ad esempio insufficienza renale, problemi epatici o tumori. Il sovrappeso è deleterio per la salute, causa problemi di vario tipo e accorcia l'aspettativa di vita. Portare il cane anziano a un peso forma ne aumenterà sicuramente salute e vitalità.



Mantenere la mobilità

L'infiammazione e la degenerazione delle articolazioni (artrite) è un problema comune nei cani anziani. Il dolore causa una diminuzione dell'attività che a sua volta peggiora lo stato delle articolazioni. Non è necessario che i cani anziani soffrano per i





STEFANIA SCARABELLI

NATUROPATIA E TECNICHE OLISTICHE

Per ritrovare vitalità e benessere della persona e del proprio animale.




Il counseling relazionale tra l'animale e l'uomo aiuta a conoscere meglio se stessi.

La presa di coscienza e la risoluzione a livello personale porterà di riflesso un cambiamento anche sull'animale.

E' di sostegno alla persona nell'accompagnamento dell'animale alla sua dipartita e al lutto...

Stefania Scarabelli è professionista disciplinata ai sensi della legge n.4/2013, laureata in Scienze Naturali, Naturopata Heilpraktiker, Operatore Olistico Trainer, Counselor Olistico.

Tel. 335.302181
info@stefaniascarabelli.com [naturopatiaolisticaecounseling](https://www.facebook.com/naturopatiaolisticaecounseling)

www.stefaniascarabelli.com

dolori articolari. I risultati migliori si ottengono se si agisce ai primi segni che il cane si muove meno ed è meno agile. In caso contrario si instaura una perdita di muscolatura che è poi difficilmente reversibile. Oggi sono a disposizione molti prodotti, farmaci e integratori, che aiutano a combattere dolore e infiammazione. Una moderata attività fisica, costante e personalizzata in base alle condizioni del cane, aiuta a mantenere la mobilità articolare e prevenire degenerazioni.

Portate quotidianamente il cane a fare una passeggiata al guinzaglio, monitorando il suo respiro e il passo per evitare di stancarlo troppo. Durante la stagione calda fatelo uscire solo nelle ore più fresche.

Attenzione alla salute mentale

I cani anziani possono sviluppare problemi cerebrali degenerativi analoghi al morbo di Alzheimer delle persone, dovuti all'invecchiamento cerebrale. **Le loro capacità cognitive declinano, appaiono meno interessati all'attività della famiglia, disorientati, con disturbi del sonno e difficoltà a rispondere ai comandi.**

Anche in questo caso è possibile aiutare il cane con uno specifico trattamento e prima si inizia, migliori sono i risultati.

Mantenere i controlli veterinari

I cani anziani vanno visitati dal veterinario più di frequente e con regolarità, per individuare e trattare prontamente i problemi di salute che possono presentarsi. Anche esami del sangue e delle urine sono utili per individuare eventuali alterazioni prima che si manifestino clinicamente. Potete aiutarli a vivere meglio e più a lungo dedicando loro molta attenzione, per rilevare ogni cambiamento nel loro stato fisico e nel loro comportamento che rappresenti un campanello d'allarme.

FINE

DALL'ORTO ALLA TAVOLA

corso di cucina vegetariana

tutti i martedì

dal 29 gennaio al 26 febbraio 2019

presso Ecomuseo delle Erbe Palustri
Villanova di Bagnacavallo

Un corso pratico per **scoprire e conoscere le potenzialità e la varietà della cucina vegetariana**, in modo creativo e senza preconcetti.

Dagli antipasti alle portate principali, rispettando la stagionalità, piatti gustosi che mantengono le proprietà benefiche delle verdure e consentono l'assimilazione di tutte le componenti nutritive per una corretta alimentazione.

I corsisti saranno accolti con una tisana di benvenuto e attivamente coinvolti nella preparazione delle pietanze che verranno assaggiate a fine lezione.

Programma

5 lezioni dalle ore 18 alle 20

29/01: stagionalità e conservazione *

05/02: legumi e cereali *

12/02: tuberi e rizomi

19/02: alimenti fermentati e loro utilizzo *

26/02: crudo e croccante

Docente

Candida Visaggi

Co-fondatrice e cuoca del progetto **Mattarello(a)way**, vi accompagnerà nel mondo delle verdure, per far capire a tutti che la cucina vegetariana è tutt'altro che noiosa.

* Vegan OK

Corso completo comprensivo di ricettario: € 140

Numero partecipanti: max 12 - min 7 per l'attivazione del corso

Iscrizione obbligatoria: tel. 0545 47122 • mattarelloaway@gmail.com

• **MATTARELLO(A)WAY** •

in collaborazione con



HANNO COLLABORATO al numero 2 FEBBRAIO 2019 di SALUTE 10+



Dott.ssa **Marta Avanzi**
Veterinaria

www.avanzimorivet.it



Dott.ssa **Lara Castagnetti**
Osteopata e Specialista in Medicina Fisica
e Riabilitativa di Humanitas



Dott. **Ugo Cimberle**
Studio Oculistico
Dal Fiume-Cimberle - Ravenna
E-mail: cimberle@cidiemme.it



Dott. **Pier Andrea Della Camera**
Urologo - Ospedale Careggi di Firenze
E-mail: pierandreadellacamera@gmail.com



Dott.ssa **Stefania Gori**
Presidente Nazionale AIOM
Associazione Italiana di Oncologia Medica



Dott. **Sam Jalbout**
Medico chirurgo specialista in
Dermatologia - Venereologia - Medicina Estetica
Cell. 329.4083785 - www.dermatologodrsam.com



Dott.ssa. **Michela Mancinelli**
Biologa Nutrizionista - Ravenna



Dott. **Paolo Palma**
Immunoinfettivologo
Ospedale Pediatrico Bambino Gesù - Roma



Prof. **Alberto G. Ugazio**
Direttore Istituto Bambino Gesù
per la Salute del Bambino e dell'Adolescente



Dott.ssa **Daniela Verduci**
Farmacista, consulente alimentare e ricercatrice
indipendente di sani percorsi alimentari.
E-Mail: d.verduci@yahoo.it

I COLLABORATORI DI SALUTE 10+

Dott. **José Aguayo Ph.D.** - Psicologo - Psicoterapeuta
Email: j.aguayo1345a@ordpsicologier.it

Dott. **Antonio Ascarì Raccagni**
Responsabile U.O. - Dermatologia AUSL di Forlì

Dott.ssa **Marta Avanzi** - Veterinaria - www.avanzimorivet.it

Prof. **Giorgio Walter Canonica**
Responsabile Centro Medicina Personalizzata:
Asma e Allergologia in Humanitas - Presidente SIAAC

Dott. **Andrea Costa** - Laurea in tecniche audioprotesiche

Dott. **Ugo Cimberle** - Studio Oculistico Dal Fiume-Cimberle
Ravenna - E-mail: cimberle@cidiemme.it

Dott.ssa **Ludovica De Fazio** - Psicologa Psicoterapeuta
Studio in via Bozzi, 83 - Ravenna - Cell. 329.5886662
E-mail: ludovica.defazio@libero.it

Stefania De Fazio - Consigliere nazionale della Società Italiana di
Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica SICPRE

Dott. **Andrea Drei**
Pronto Soccorso Medicina d'Urgenza
Ospedale di Faenza - E-mail: andrea.drei@alice.it

Paola Ferrari - Medico Veterinario della Società Scientifica
Italiana di Medicina Veterinaria Preventiva
Email: segreteria.fvmromagna@yahoo.it

Dott.ssa **Alice Finazzer** - www.ambulatoriozama.it

Dott. **Maurizio Fontana**
Direttore U.O.C. Ortopedia Traumatologia - Presidio Ospedaliero di Faenza

Dott. **Andrea Flamigni** - Specialista Idrologia Medica
Direzione Sanitaria Terme di RIOLÒ

Dott. **Francesco Giuseppe Foschi**
Ambulatorio Interdipartimentale Malattie Epatiche Complesse
Presidio Ospedaliero di Faenza - Azienda AUSL di Ravenna

Dott.ssa **Alessia Fronte**
Medico Veterinario - E-mail: tritiumvet@gmail.com

Dott. **Battista Galli** - Medico Veterinario
www.clinicaveterinariacmv.it

Dott. **Raffaello Furlan**
Responsabile di Unità Operativa Clinica Medica c/o Humanitas
- Milano - www.humanitas.it

Dott. **Emanuele Giordano**
Direttore Sanitario Centro Veterinario Riminese

Valentina Giorgi - D.O.D.O.P. - Specialista in riabilitazione
neurologica infantile c/o Medicina Ravenna, via Porto Coriandro, 7

Dott. **Marco Ioni** - Dirigente Medico 1° Livello Medicina d'Urgenza
e Pronto Soccorso Ospedale Civile di Faenza AUSL di Ravenna

Dott. **Marcello Lanari** - Consiglio Direttivo SIN,
Società Italiana di Neonatologia

Prof. **Massimo Massetti** - Ordinario di cardiocirurgia
all'Università Cattolica del Sacro Cuore

Dott. **Fabio Meneghini** - Medico Chirurgo Specialista in Chirurgia
Maxillo-Facciale - Maria Cecilia Hospital

Dott. **Valerio Nobili** - Responsabile di Malattie Epato-Metaboliche
Ospedale Pediatrico Bambino Gesù - Roma
Dott. **Roberto Nonni** - Direttore Sanitario
San Pier Damiano Hospital - Faenza - E-mail: monni@alice.it

Dott. **Gianfranco Niedda**
Otorinolaringoiatra
E-mail: gianfranconiedda@tiscali.it

Dott. **Aladar Bruno Ianes**
Direttore medico di Korian Italia (Leader europeo per assistenza
e cura anziani) - www.korian.it

Dott. **Stefano Palo** - Medico Chirurgo Specialista
in Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica
Cell: 393.4825681 - E-mail: dott.stefanopalo@gmail.com

Dott. **Massimiliano Perrone** - Medico Chirurgo Oculista Direttore
Sanitario Poliambulatorio Privato DSC - Bologna - Tel. 051.242588
E-mail: info@poliambulatoriodsc.com

Dott.ssa **Anna Pasi** - Medico Specialista in ginecologia
e ostetricia c/o Studio Medico DonnaSiCura
Ravenna - Tel. 0544.1825803 - donnasicurapolistudio@gmail.com

Dott. **Andrea Sagona** - Senologo - Istituto Clinico Humanitas

Dott.ssa **Simonetta Santisi**
Fisioterapista c/o Studio Medico DonnaSiCura
Ravenna - Tel. 0544.1825803 - donnasicurapolistudio@gmail.com

Dott. **Ernesto Sarracono**
Coordinatore pedagogico Comune di Russi e Faenza
Pedagogista al centro per le famiglie del Comune
di Forlì Consulente per i genitori - Tel. 335.5238668

Dott.ssa **Paola Stefanelli**
Dipartimento Malattie Infettive,
Parassitarie ed Immuno-mediate Istituto Superiore di Sanità - Roma

Dott. **Francesco Giambelli**
Specialista in Ginecologia e Ostetricia
Unità Operativa di Ginecologia e Ostetricia
Presidio Ospedaliero di Ravenna

Dott. **Mauro Stronati**
Presidente S.I.N. - Società Italiana Neonatologia

Dott.ssa **Sara Vignoli** - Fisioterapista - Studio Medico
Via Anastagi, 2 - Ravenna - Cell. 333.3537612 - vignolisara@gmail.com

Dott. **Giovanni Lughezzani** - Urologo - Humanitas

Dott.ssa **Daniela Verduci** - Farmacista,
consulente alimentare e ricercatrice indipendente di sani
percorsi alimentari. E-Mail: d.verduci@yahoo.it

Dott.ssa **Maria Nives Visani**
Farmacista - Naturopata - E-mail: salutenaturasnc@alice.it
Dott. **Massimo Vincenzi** - Dietologo e gastroenterologo - Faenza

Dott. **Massimo Vincenzi** - Dietologo e gastroenterologo - Faenza

Dott. **Alfonso Zaccaria** - Ex Direttore Dipartimento Oncologia
ed Ematologia Azienda USL di Ravenna

Prof. **Silvio Danese** - Responsabile Centro Malattie Infiammatorie
Croniche Intestinali di Humanitas - Milano

Dott. **Nicola Gaffuri**
Responsabile dell'Unità operativa di Gastroenterologia ed Endoscopia
digestiva all'Ospedale Humanitas Gavazzeni di Bergamo

Dott. **Emanuele Micheli**
Responsabile Unità Operativa di Urologia
c/o Humanitas Gavazzeni - Bergamo
Prof. **Franco Locatelli**
Direttore del Dipartimento di Onco-Ematologia,
Terapia Cellulare e Genica
Ospedale Pediatrico Bambino Gesù di Roma

Prof. **Carlo Selmi**
Responsabile di Reumatologia e Immunologia Clinica in Humanitas

Viola Tofani
Associazione Luca Coscioni - www.associazionelucacoscioni.it

Prof. **Antonio Costanzo**
Responsabile di Dermatologia di Humanitas

Dott.ssa **Giselle Cavallari** -
Psicologa e psicoterapeuta Rogersiana
Psicoterapia del benessere Emozionale

Dott.ssa **Patrizia Benvenuti**
Medico di Base - Ravenna - Via Berlinguer, 36

Dott. **Roberto Ceriani**
Responsabile della Sezione Day Hospital Epato-logico ed Epato-logia
Interventistica in Humanitas

Nando Tessitore
Educatore cinofilo comportamentalista
Allevamento "Delle Code Allegre" Fossalto - Campobasso

Dott. **Renato Cutera**
Responsabile Unità di Bronco-Pneumologia
Ospedale Bambino Gesù - Roma

Prof. **Antonio Di Pietro**
Medico-Dermatologo - Presidente fondatore Isplad,
società internazionale di dermatologia plastica, rigenerativa
e oncologica. Direttore Istituto Dermoclinico Vita Cutis - Milano

Dott. **Flaviano Jacopi**
Specialista in cardiologia e medicina dello sport
Direttore sanitario Astrea Medical Center - Faenza
E-mail: flaviano.jacopi@fastwebnet.it

Prof. **Nicola Specchio**
Responsabile di Epilessie rare e complesse
del Bambino Gesù di Roma

Dott.ssa **Beatrice Salvio**
Gastroenterologa di Humanitas - Milano

Dott. **Filippo Ongaro**
Professore presso l'Università di Bologna Medico Chirurgo -
Direttore scientifico di Medicina Rigenerativa
e Antiaging (Ismerian) - Treviso

Prof. **Giuseppe Barillaro**
Dipartimento di Ingegneria dell'Informazione
dell'Università di Pisa

Dott. **Alessandro Repici**
Responsabile Endoscopia Digestiva
Humanitas Milano

Prof. **Riccardo Polosa**
Direttore Centro di Ricerca del Danno da Fumo
Dipartimento Medicina Clinica e Sperimentale
dell'Università di Catania polosa@unict.it

Davide Acito
Fondatore di Action Project Animal

Dott.ssa. **Laide Antonioni**
Psicologa specializzata in terapia psicodinamica
e Psicoterapeuta a orientamento psicodinamico

Dott. **Giuliano Montalto**
Clinica Veterinaria S. Gaetanino
Circ. San Gaetanino, 203/205 - Ravenna Tel. 0544.456328

Dott.ssa **Lara Castagnetti**
Osteopata e Specialista in Medicina Fisica
e Riabilitativa di Humanitas

Dott. **Pier Andrea Della Camera**
Urologo - Ospedale Careggi di Firenze
E-mail: pierandreadellacamera@gmail.com

Dott.ssa. **Michela Mancinelli**
Biologa Nutrizionista - Ravenna

Dott. **Sam Jalbout**
Medico chirurgo specialista in
Dermatologia - Venereologia - Medicina Estetica
Cell. 329.4083785 - www.dermatologodrsam.com

www.adiura.com

info@adiura.com



ASSISTENZA SANITARIA INTEGRATA
BADANTI AD ORE E 24H

CAF - CENTRO ASSISTENZA FISCALE

RAVENNA - Via Ravegnana, 61 - Tel. 327.5308774 - Tel. 327.5308775

BADANTI - ASSISTENZA INFERMIERISTICA, FISIOTERAPIA E VISITE SPECIALISTICHE A DOMICILIO

Adiura dal 2008 offre un servizio di qualità ai cittadini. Chiamando in ogni momento **Adiura** o recandosi, previo appuntamento, negli uffici di **via Ravegnana, 61 a Ravenna** è possibile pianificare le diverse tipologie di servizi diurni e notturni per l'assistenza ad anziani, malati e disabili o persone non autosufficienti che necessitano di un aiuto concreto. Il servizio badanti di **Adiura** consente all'anziano di rimanere al proprio domicilio, mantenendo le proprie abitudini con un aiuto prezioso per sistemare la casa, fare la spesa o nei momenti di difficoltà. Le badanti sono selezionate da **Adiura** e possono essere residenziali ossia trasferirsi al domicilio dell'assistito oppure ad ore per assistenza in ospedale o per aiutare l'anziano a casa propria. **Adiura** gestisce anche le ferie della badante provvedendo all'invio alla famiglia di una sostituta. **Adiura** garantisce assistenza infermieristica a domicilio con personale sanitario professionale. **Chiamaci per un consulto o se desideri ricevere ulteriori informazioni.**

