

Progetto SAFE, sfida all'obesità

In Italia il 34% della popolazione è in sovrappeso e il 10% obeso ma solo uno su due conosce le ripercussioni sulla salute, legate ai chili di troppo. Senza una motivazione del paziente è difficile cambiare stili di vita e mantenere il calo di peso raggiunto con la dieta e l'esercizio fisico. Per questo parte il Progetto 'S.A.F.E.' (Stile di vita - Alimentazione - Farmaco - Esercizio Fisico), promosso dalla Scuola Nazionale di Medicina degli Stili di Vita di Fimmg-Metis, in collaborazione con Abbott. «I medici di famiglia 'Fimmg' avranno a disposizione un algoritmo decisionale e un manuale specifico, dedicato ai pazienti», spiega Walter Marrocco, Direttore della Scuola Nazionale Fimmg-Metis di Medicina degli Stili di Vita. Info: old.fimmg.org/alimentazione.



Dopo una dieta spesso difficile mantenere il peso senza una motivazione che giustifichi il cambio di stile di vita

di Antonio Caperna

La maggioranza delle italiane (57%) soffre di manifestazioni dolorose croniche, secondo una recente indagine. Percentuale che sale al 70% tra le over 65. Nell'88% dei casi poi il disturbo dura anche più di anno e nel 10% ci si affida al 'fai da te'.

Tra i dolori più frequenti ci sono quelli alla testa, al collo e alla schiena, che interferiscono pesantemente con l'umore e la concentrazione sul luogo di lavoro. Tuttavia il livello di 'sopportazione' dei sintomi supera spesso l'impatto che essi hanno sulle attività quotidiane. Dolori che si manifestano in

particolare a livello della colonna vertebrale, che negli anni va incontro a un naturale processo di invecchiamento: i dischi tendono a perdere elasticità; le vertebre, soggette a osteoporosi o ad artrosi, si indeboliscono e si deformano; i legamenti si irrigidiscono.

Un insieme di problematiche che va a scapito di quei nervi che collegano il cervello con gli arti superiori e inferiori: "Per varie cause (spazio ridotto, alterata circolazione sanguigna) questi nervi si vengono a trovare in una situazione di sub-ischemia, cioè di malnutrimento cro-

L'impatto sulla vita quotidiana dei dolori cronici interferisce con l'umore e la concentrazione

Oltre la metà delle donne italiane soffre di disturbi a testa, collo e schiena. Piccoli interventi possono però restituire la mobilità



Dolori cronici, allarme rosa

nico, che ne compromette il funzionamento. La conseguenza è il dolore nel compiere gesti anche banali, difficoltà a camminare, senso di affaticamento", spiega il professor Alberto Alexandre, direttore dell'Euni (Istituto Europeo di Neurochirurgia, www.eunionline.com), con varie sedi in Italia. «Con trattamenti adeguati, si affronta innanzitutto la sintomatologia dolorosa. Poi, con una serie di tecniche endoscopiche, si ripristina a poco a poco la funzionalità delle varie strutture -aggiunge lo specialista- Grazie a strumenti microscopici è possibile lavorare sia all'interno dei dischi (terapie a base di onderadio, laser,

ozono) sia nel canale sede dei nervi (asportazione di aderenze) sia nella parte posteriore della colonna, tramite l'eventuale inserimento di ammortizzatori tra le vertebre».

Interventi piccoli e veloci, eseguiti in anestesia locale e con ricoveri in day hospital. «Nelle persone che soffrono di questi disturbi la nostra filosofia è togliere l'errata idea di essere ormai invalide - conclude Alexandre - è possibile infatti ripristinarne progressivamente la capacità di movimento e tornare a una qualità di vita soddisfacente».

Rivoluzione pacemaker, la risonanza è ok

La risonanza magnetica non è più "off-limits" per i pazienti con pacemaker. Al Policlinico Casilino, tra i primissimi centri in Italia, è stato impiantato il pacemaker compatibile con la risonanza. Il dispositivo consente ai pazienti di sottoporsi con tranquillità a questo esame diagnostico, annullando i rischi di interferenze con i campi magnetici, prodotti anche dai metal detector in ae-

roporti, banche e supermercati. Il nuovo pacemaker, realizzato da Medtronic, permette un impianto «del tutto simile a quello tradizionale - spiega Leonardo Calò, che ha eseguito l'intervento - con la stessa durata e senza rischi aggiuntivi. Per il paziente è un vantaggio importante: sono oltre 300mila gli italiani con pacemaker, a cui è stata negata la risonanza magnetica benché indicata».

Nuovo approccio Terapie ibride per le malattie del cuore

Le terapie 'ibride' per la cura delle malattie congenite del cuore, ovvero l'approccio simultaneo interventistico e chirurgico nei difetti complessi del cuore, è al centro del VII International Workshop sulla Cardiologia Interventistica Pediatrica e del IV ISHAC Meeting, che si chiude oggi a Milano. In una sessione dei lavori verranno presentati anche casi in diretta via satellite da Germania, Inghilterra e Stati Uniti. Altri temi affrontati sono stati i nuovi dispositivi per gli interventi e la ricerca genetica. «Le procedure ibride, eseguite in collaborazione fra il cardiologo interventista e il cardiocirurgo, riducono i rischi dell'intervento», spiega Mario Carminati, Presidente del VII Workshop e Direttore della Cardiologia Pediatrica del Policlinico San Donato di Milano.

