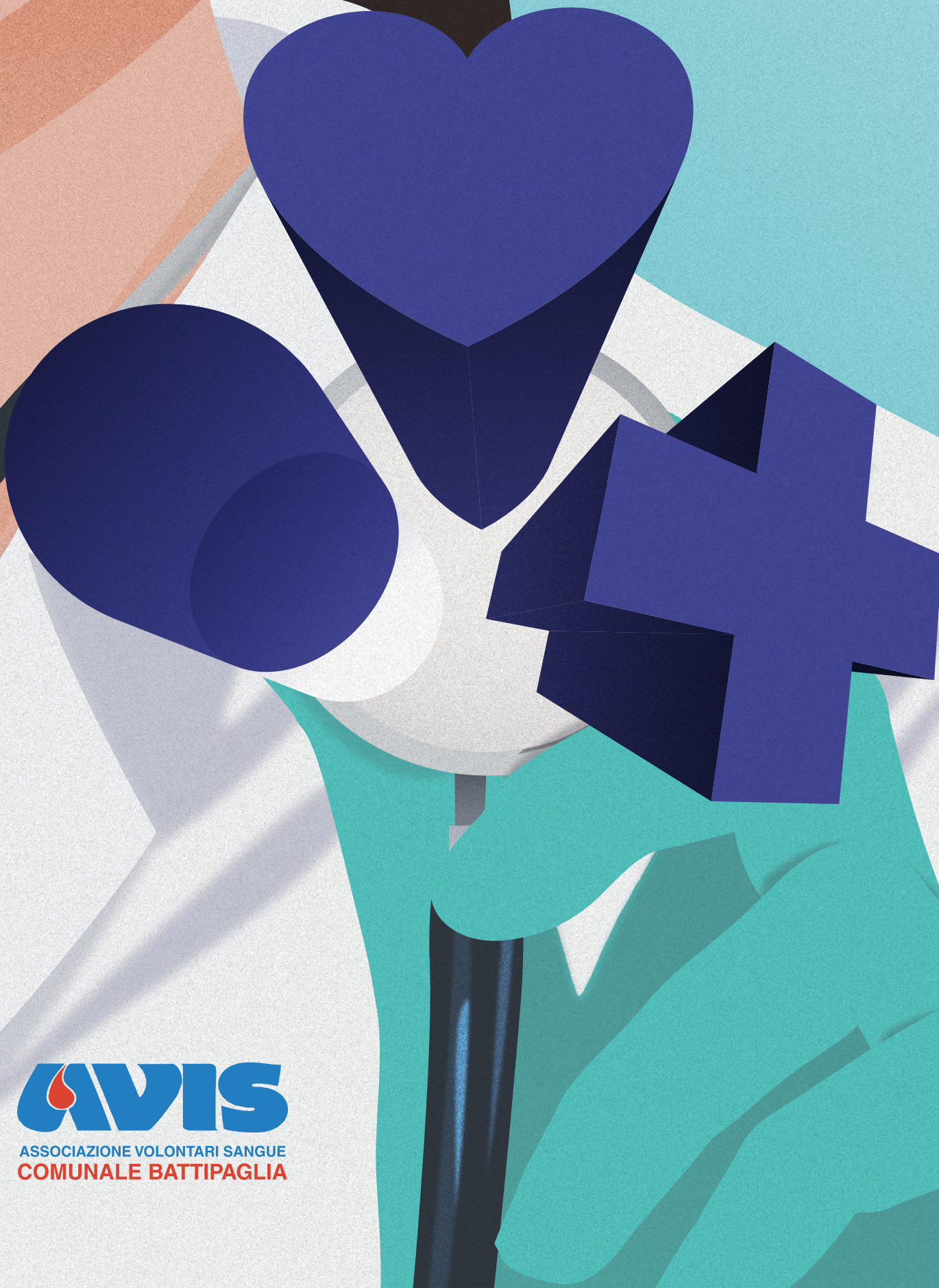




tictac



L'ORA DELL'APPROFONDIMENTO



AVIS
ASSOCIAZIONE VOLONTARI SANGUE
COMUNALE BATTIPAGLIA

chi sia mo

Il progetto "Tic Tac" ha visto la luce grazie alla sinergia tra **EmPa**, l'associazione editrice della rivista, l'Avis comunale di Battipaglia e Sodalis ETS CSV Salerno.

Le Map Micro ad Azioni Partecipate promosse dal CSV Sodalis Salerno sono azioni volte a promuovere la cultura e la pratica della solidarietà e della cittadinanza attiva, nell'ottica della collaborazione con le organizzazioni di volontariato e gli enti del Terzo settore: in questo frangente l'Avis Battipaglia ha realizzato con giovani e adulti giornate di formazione per cooptare nuovi volontari e sensibilizzare la cittadinanza sul tema della raccolta sangue.

Iniziativa che è stata utile per stringere sinergie anche con altri Ets del territorio che hanno contribuito a diffondere il messaggio. In particolare, la seconda idea progettuale ha visto l'expertise di "Empa", associazione che annovera giovani volontari, medici e professionisti, essere messa a disposizione gratuitamente in una proficua collaborazione confluita nella rivista di cui sopra.

Forse sarebbe stato meno anacronistico leggere la tipica frase "Siamo online". Al giorno d'oggi l'informazione e l'editoria scelgono il web e i social come piazze e piattaforme dove lanciare un'idea, un progetto, un brand. E invece, decisamente in controtendenza con i nostri anni, abbiamo preferito l'odore della carta stampata per presentarci. **Tic Tac** è la sfida dell'associazione Empa aps in supporto ad AVIS Comunale Battipaglia per coordinare un prodotto divulgativo e dare quindi voce al tema della donazione del sangue, informare sulle politiche sanitarie e sulle buone pratiche.

Senza colossi o particolari *main sponsor* alle spalle, abbiamo di accettare l'idea progettuale, un po' per gioco e un po' per misurarsi con la giungla dell'editoria cartacea, sempre più in declino negli ultimi anni. Ma tra la giungla del web, dove proveremo comunque ad essere presenti per rimanere al passo coi tempi, e il rumore d'una macchina da stampa dove s'inseriscono gli A4, abbiamo privilegiato la seconda opzione. **Tic Tac è una rivista che guarda a 360° al campo della Sanità:** dalla Medicina alla Salute, dalla Dieta Mediterranea alla Prevenzione, dal campo ospedaliero a quello delle strutture private.

tic tac

Ci troverete nelle Asl del territorio, nelle farmacie, nelle cliniche private, negli ospedali, negli studi dei professionisti e dei medici di base. E ci troverete soprattutto in giro, perché abbiamo bisogno di voi

lettori per portare a compimento il primo obiettivo che ci siamo prefissati: raggiungere ogni angolo della provincia di Salerno. Non buttarla questa copia: portala a casa, a un amico, conservala in qualche scaffale. Aiutaci a diffondere le informazioni e a farci conoscere: il tuo contributo può essere prezioso per noi! Dietro ogni copia c'è il lavoro di un editore, di un grafico, di un giornalista, di una stamperia. Ai cestini preferiamo le case, i bar, le piazze, e i negozi: portaci lì.

Anno 0 Numero 0

Fondatore ed Editore Associazione **EmPa** Aps

Sede legale via del Centenario 18, Battipaglia

Presidente Emilio Del Vecchio

Direttore responsabile Paolo Vacca

empa.aps@gmail.com | empa.aps@pec.it

+39 338 62 77686 / +39 340 35 43 201

Testata giornalistica in fase di registrazione
presso il Tribunale di Salerno

Periodicità **bimestrale** | Tiratura **1.500 copie**

Responsabile del trattamento dati (legge 196/03) Paolo Vacca
C.F. 91070640650

P. Iva 06100020657

Iban IT59 P083 7876 0900 0000 0355 489

Stampa Grafica Litos sas - viale Belgio 33/e, Battipaglia

 Grafica Litos
s.p.a. - viale Belgio 33/e

Progetto grafico  Carmine Palladino

Campania maglia nera per la donazione di sangue



ANALISI CLINICHE D'ONOFRIO
Via Ugo Foscolo, 19 - 84091 Battipaglia (SA)

Raccolta del sangue: la Campania è tra le regioni non autosufficienti. Parola di Giuseppe Pipolo, primario a Medicina Trasfusionale dell'ospedale "Santa Maria della Speranza" di Battipaglia. Nella speciale classifica stilata dal Ministero della Salute, che ha suddiviso le regioni in tre fasce (autosufficienti con surplus e senza e non autosufficienti), la Campania occupa il gradino più basso. «C'è bisogno di stimolare sempre più la donazione - commenta Pipolo - perché la quantità di globuli rossi per 1.000 abitanti è ben inferiore alla media nazionale». E i cittadini della 'Terra Felix' sono costretti ad "emigrare". «Ci salviamo perché utiliz-

ziamo meno globuli rossi, ma ciò è dovuto al fatto che molti pazienti scelgono di curarsi in altre regioni, scaricando il fabbisogno di sangue su altri territori». È necessario sensibilizzare in maniera più efficace? «Sicuramente - prosegue il primario -. Io, personalmente, ho promosso la donazione nelle scuole del territorio per decenni, ma il ritorno non è mai stato brillante. Donare è un gesto non solo di civiltà e di solidarietà: serve anche a sé stessi perché consente periodicamente di controllare il proprio stato di salute». Donare il sangue in una giornata di raccolta equivale a poter analizzare i valori gratuitamente.



Nuovi farmaci

«Un donatore periodico - spiega Pipolo - ha la possibilità di controllarsi 4 volte all'anno tenendo sotto controllo problemi come il diabete, il colesterolo, potendo vigilare la funzione renale e quella epatica: donare il sangue vuol dire mantenere sotto osservazione il proprio stato di salute». Ma chi può donare? «Non bisogna essere un carabiniere in alta uniforme - scherza - o un recordman olimpico. Basta essere una persona sana, di età compresa tra i 18 e i 65 anni, e senza patologie importanti. Dopo sarà il medico, all'atto della visita, a stabilirne l'idoneità. Certo, meglio evitare fumo, droghe o abusi di alcol...». E gli incentivi? Nemmeno per scherzo! «La donazione è anonima, volontaria e gratuita. Nessun incentivo può essere dato al donatore per evitare commercio. Ma far parte dei donatori garantisce una serie di servizi fondamentali: esami del sangue, visite cardiologiche, elettrocardiogrammi. E, perché no, anche una buona colazione offerta da noi. Oltre, si rischia la denuncia».

A cosa serve raccogliere sangue

Che fine fanno le unità di sangue raccolte? In molti, almeno una volta, se lo saranno chiesti. «Il sangue ha tre componenti: globuli rossi, piastrine e plasma - prosegue il medico -. Al centro trasfusionale viene lavorato e separato. I globuli rossi aiutano i pazienti anemici, cronici o acuti, e anche gli interventi chirurgici. Le piastrine servono ai pazienti in deficit di coagulazione per evitare o arrestare emorragie». Discorso a parte per il plasma, che viene trasformato in farmaco: «In seguito a una convenzione tra regioni - aggiunge Pipolo - cediamo il plasma alle industrie che lo lavorano producendo emoderivati, dei veri e propri farmaci». Attualmente, il centro trasfusionale di Battipaglia, diretto da Pipolo, è il quartier generale della raccolta sangue. Tre le strutture pubbliche che afferiscono: Eboli, Polla e Oliveto Citra. Due quelle private: Campolongo Hospital e la Clinica Salus. Per un'afferenza annuale di circa 7.000 unità di sangue. «Bisogna superare il concetto dell'incendio - conclude lo specialista -. Grande sensibilità nei momenti di emergenza, poca nel resto del tempo. Siamo come il fiammifero: dalla vampata del cerino, però, dobbiamo passare alla candela che dà meno fuoco ma è più costante».

CSV sodalis

A Salerno un luogo di incontro e socializzazione per gli ETS della provincia di Salerno, realizzata e gestita da Sodalis CSV Salerno.

È stata inaugurata da pochi mesi, ma già fa sentire la sua presenza. È la Casa del Volontariato aperta al pubblico sabato 26 marzo 2022 a Salerno. A realizzarla e gestirla, il Centro Servizi della provincia di Salerno. Un luogo fisico di incontro e di scambio a disposizione delle organizzazioni di volontariato e degli enti del Terzo Settore della provincia di Salerno. La struttura è situata in via Patella, 2/6 a pochi passi dalla stazione centrale di Salerno. L'evento ha visto la partecipazione di numerose esperienze nazionali e locali, articolandosi in due giorni. Al

taglio del nastro, sabato 24 marzo, erano presenti: **Agostino Braca**, presidente del CSV di Salerno Sodalis, monsignor **Andrea Bellandi**, arcivescovo della Diocesi di Salerno, Campagna e Acerno, **Paola De Roberto**, assessore alle Politiche sociali e Politiche giovanili del Comune di Salerno, **Claudio Tringali**, assessore alla Sicurezza, Trasparenza, Polizia Locale e Protezione Civile del Comune di Salerno, **Domenico Credendino**, presidente della Fondazione Carisal e vicepresidente vicario dell'OTC Campania Molise.



Il primo intervento è stato affidato in videoconferenza a **Massimo Giusti**, segretario generale della Fondazione ONC. Consegnata a **Francesco Tortora**, volontario del Nucleo Protezione Civile di Roccapiemonte, una targa celebrativa per l'onorificenza di Alfieri della Repubblica ricevuta dal presidente **Sergio Mattarella**. Il secondo giorno, domenica 25 marzo, è stato dedicato alle attività di workshop con le associazioni del territorio. I lavori, sia della prima che della seconda giornata, sono stati conclusi dalla presidente di CSVnet, Chiara Tommasini.



La Casa del Volontariato ospita attualmente: attività formative come corsi, seminari e workshop, banco del farmaco, attività ludiche per bambini, laboratori sociali. E a breve partiranno diverse attività di sportello dedicate alla cura della salute dei cittadini, in modo particolare di chi vive momenti di difficoltà economici e sociali. Per prenotare la struttura basta compilare il modulo sul sito csvsalerno.it. «Il nostro impegno è promuovere il mondo del Terzo Settore e della cittadinanza attiva attraverso un'intensa attività di animazione territoriale e un ampio ventaglio di opportunità, servizi ed iniziative, destinate ad affiancare e potenziare il percorso di crescita dell'associazionismo, delle reti sociali e del territorio in generale, in modo totalmente gratuito» ha commentato il presidente Agostino Braca.

Covid: non è finita.

L'importanza della prima dose e... della quarta!



Il mostro invisibile dei nostri giorni, meglio conosciuto come Covid-19, non è stato ancora sconfitto. La pandemia non è stata ancoradebellata. Parola d'ordine: non abbassare la guardia. **Vincento Patella**, professore di malattie dell'apparato respiratorio e cardiovascolare, nonché responsabile del centro vaccinale all'ospedale "Santa Maria della Speranza", invita alla responsabilità. E a vaccinarsi. «Veniamo da una campagna vaccinale molto intensa – sottolinea l'allergologo – dove però ci sono tre fattori cosiddetti 'needs unmet' ovvero i bisogni non ancora acccontentati. Il primo riguarda la popolazione non vaccinata: oltre il 90% ha ricevuto almeno una dose, ma in quel (quasi) 10% c'è una componente molto importante legate agli over 50 e quindi più a rischio Covid sia come prime dosi, sia come seconde dosi ma soprattutto come terze dosi, perché non ce lo aspettavamo: credevamo

che chi si fosse convinto a fare due dosi dopo 120 giorni avesse fatto anche la terza». Probabilmente ha giocato un ruolo decisivo l'informazione, allentatasi dopo la seconda dose. **E la convinzione che il Covid non fosse più un problema**, nonostante le persone – in tutto il mondo – continuassero a morire. «La percezione che 100 morti al giorno – prosegue l'immunologo – siano pochi è sbagliata: è come se ogni giorno cadesse un aereo. Se per la prima dose ci ha pensato l'agenzia delle entrate, con multe da 100 euro dalle quali è difficile "fuggire", poiché consistono in vere e proprie cartelle esattoriali, restano da convincere gli scettici della terza dose».

Quarta dose: si parte

Mentre una esigua fetta di popolazione non ha ancora ricevuto la prima dose di siero, c'è chi già si prepara alla quarta. «Abbiamo cominciato dagli ultra 80enni – spiega Patella – e si è dimostrata utile specialmente in coloro i quali hanno basse difese immunitarie. E per la prossima campagna vaccinale, differentemente dal 2021, verranno presi diversi ceppi, magari quelli più attuali, per rinforzare il sistema immunitario e prepararci ai periodi invernali che si temono di più».

Perché l'inverno è "amico" del Covid e dei virus in generale? «Perché con le basse temperature – precisa lo specialista – aumentano i raffreddamenti e le possibilità di diffondere il virus. E poi viviamo molto di più al chiuso, mentre d'estate, stando maggiormente all'aperto, temiamo meno le infezioni».



Curarsi a casa? Si può

Giù le mascherine, hanno fatto sapere i nostri governanti. **Ma le precauzioni sarebbe meglio non abbandonarle.** «È importante – parola di Patella – avere una buona igiene personale, lavarsi le mani, stare attenti nei luoghi chiusi, utilizzare la mascherina e mantenere il distanziamento. Detto ciò, l'Asl attualmente ha centri di riferimento per i ricoveri da Covid ma se prendiamo il virus in forma grave oggi è possibile curarsi anche a casa». Come? «Tramite i medici di base ci si può curare con i famosi anti-virali. Una volta erano farmaci a base di anticorpi, oggi sono compresse (6 al giorno per 5 giorni) che ci permettono di curarci anche a casa».

sigm SALERNO

10 anni di storia

La sede provinciale di Salerno del Segretariato Italiano Giovani Medici (SIGM) nasce ufficialmente dieci anni fa con l'obiettivo di aggregare studenti di Medicina e Chirurgia, Specializzandi e Giovani Specialisti e di supportarli nelle loro prime mosse sullo scacchiere della Sanità. Al 15 aprile 2012 risale l'inaugurazione presso l'Ordine dei Medici di Salerno di quella che sarebbe diventata in breve tempo una delle sedi di riferimento per i futuri medici della Campania.



Fin dalla sua nascita, il SIGM Salerno si è posto nei confronti della comunità medica locale con il fine di dare un **concreto e proficuo contributo alla formazione dei giovani medici** e ai profili etici e sociali della professione, oltre che alla **crescita intellettuale, deontologica e professionale della classe medica emergente**. Ha contribuito, con un impegno fattivo e costante sul territorio salernitano, a creare una rete che mettesse in contatto i giovani medici tra di loro, con le Aziende Sanitarie, nonché con le altre figure professionali e le rispettive Associazioni di settore.

La mission

La mission del SIGM Salerno si è evoluta, nel corso degli anni, di pari passo con il fisiologico evolversi del settore sanitario, anche di fronte al banco di prova rappresentato dalla pandemia da Covid-19, senza mai perdere di vista il ruolo di ponte tra formazione e professione, in quel limbo, tra laurea e mondo del lavoro, nel quale i giovani colleghi iniziano il loro percorso, spesso caratterizzato da ostacoli burocratici e da fisiologiche difficoltà di inserimento. Una strada imperiosa lungo la quale il SIGM Salerno è al loro fianco per accompagnarli attraverso l'organizzazione di corsi teorico-pratici, seminari e giornate di prevenzione sul territorio: tutte attività volte a favorire la loro crescita professionale e ad ampliare il loro bagaglio formativo. Non sono mai mancate le battaglie concrete a supporto dei diritti dei gio-

vani medici, ai quali è stata sempre data voce, nelle corsie dei reparti come ai tavoli istituzionali.

Tale *mission* ha consentito di tenere uniti quelli che oggi sono specialisti di branche differenti, ed ha permesso di far crescere diversi membri dell'Associazione nell'ambito della politica Sanitaria e dell'Ordine dei Medici. L'attività locale, oltre che essere legata al territorio salernitano, è sempre stata tesa alle dinamiche del Segretariato Nazionale, di cui è figlia e con la quale si pone in continuità. Il filo diretto e quotidiano con l'Associazione Nazionale ha generato, negli anni, il cosiddetto "*modello Salerno*" quale **modello paradigmatico di riferimento** dal punto di vista delle attività svolte, dell'approccio ai giovani medici alle prime armi e del profilo di comunicazione adottato.

Il modello Salerno

Il "*metodo Salerno*" è stato costantemente citato ed emulato dalla compagine nazionale dell'Associazione e dalle altre sedi quale **metro di confronto** per la qualità dei servizi offerti ai propri iscritti, per la coesione del gruppo e per i proficui rapporti stabiliti con il territorio. In tale ottica, la sede provinciale di Salerno ha stabilito, nel corso degli anni, **rapporti sempre più stretti anche con il Dipartimento di Medicina, Chirurgia e Odontoiatria "Scuola Medica Salernitana"**, con l'obiettivo di stabilire una costruttiva integrazione reciproca tra la formazione universitaria e l'attività di perfezionamento post - laurea, per il bene comune della classe medica e di tutto il sistema sanitario locale.

cecilia parla francese

SALUTE

alla Sorbona
l'élite di studiosi
della tiroide

Francese, ma non solo di cognome. La carriera dell'endocrinologa battipagliese **Cecilia Francese** è legata indissolubilmente alla terra d'Oltralpe: 33 anni fa la borsa di studio del Ministero per il perfezionamento degli studi sulla Tiroide che le consentì, per 5 anni, di varcare le soglie dell'università Paris-Sud. Un legame che da allora non s'è più spezzato. Anzi, s'è rafforzato. Tant'è che a marzo di quest'anno c'era anche lei a Parigi per omaggiare la carriera di **Martin Schlumberger**: un incontro promosso e fortemente voluto dal Gruppo di Ricerca sulla Tiroide e dall'Istituto Gustave Roussy a un anno dal pensionamento di Schlumberger, **considerato a tutti gli effetti uno dei massimi luminari nel campo di studi sul cancro della Tiroide** e tra i principali esperti degli effetti delle radiazioni ionizzanti sugli individui

e sui loro discendenti, nonché. responsabili degli studi su Cernobyl' e, più di recente, sull'incidente nucleare in Giappone.

Nella splendida cornice della Sorbona, lo storico edificio francese ancora oggi sede d'una prestigiosa università, gli esperti nazionali e internazionali – provenienti da ogni angolo del mondo o connessi in videoconferenza – hanno fatto il punto della situazione sui carcinomi della Tiroide e sulle relative novità. «*Tornare in Francia è ogni volta stimolante ed emozionante – racconta l'endocrinologa -. Alla Sorbona c'è stata una vera e propria full immersion su tutto ciò che è stato fatto negli ultimi 40 anni nel campo della Tiroide. La grossa novità è rappresentata dallo studio di nuove molecole*».



Scuole di pensiero differenti, anche se le nuove molecole mettono tutti d'accordo. «*Come in tutti i campi – aggiunge Francese – anche per la Tiroide sono state scoperte nuove molecole che agiscono bloccando il fattore di crescita (anche se non è certo ancora quanto durerà la risposta): se quel tumore esprime quei fattori di crescita, allora si ha la regressione della patologia altrimenti si va avanti. Terapie che sono costose, sì, ma che oramai rappresentano la vera svolta per tutti i settori. Io sono sempre stata di una scuola di pensiero: non bisogna essere*

aggressivi e togliere tutto, né stressare il paziente con controlli ogni 6 mesi: dipende dal tipo di tumore se è classico o metastatico. E in base a questo vanno trattati differentemente».

E sulla diffusione di questa tipologia di carcinoma, precisa: «*È molto diffuso, ma poco aggressivo. Si può morire anche a 100 anni di tumore alla Tiroide senza saperlo. Anche per Aldo Moro si scoprì del tumore solo dopo la sua morte. Dall'avvento delle ecografie sono moltiplicati i casi proprio perché è più facile notarlo*». **E a chi ancora si chiede se è necessario finire sotto i ferri**, risponde concludendo: «*La maggior parte dei tumori della Tiroide non si operano, da anni oramai c'è uno studio che ti consente di seguire il carcinoma per dimostrare che la maggior parte probabilmente, e sottolineo probabilmente, non saranno mai clinico*».

nel salone della Dieta mediterranea

Cultura d'élite e cultura pop: una *fusion* da ristorante stellato. Potrebbe sintetizzarsi così Dmed – il Salone della Dieta Mediterranea svoltosi sul finire di maggio nella splendida cornice dell'ex Tabacchificio di Capaccio Paestum, prezioso lascito d'archeologia industriale e agricola al bivio tra la Piana del Sele e il Cilento. Una quattro giorni all'insegna della Dieta Mediterranea, il modello alimentare divenuto negli anni patrimonio dell'Unesco promosso e studiato dal biologo Ancel Keys negli anni che furono, alla presenza di chef stellati e personalità politiche di spicco. Un evento che, tra le altre cose, è stata pure tappa della EU Agrifood Week, promosso dalla Rappresentanza della Commissione Europea in Italia, a sottolineare l'importanza dello stile di vita Dieta Mediterranea, esempio concreto di un modello di sviluppo capace di interpretare un vero concetto di *One Health*. **Marco Cefalo**, chef di "In Cibus", **Nausica Ronca** di "Osteria Nonna Nannina", **Giovanni Solofra** di "Tre Olivi", **Vincenzo Carola** di "Il Vecchio Saracino", **Costabile Guariglia** di "Hortus Castellabate", **Helga Liberto** di "Pizza Art", **Cristina Bowerman** di "Chef Glass Hostaria", **Pasquale Tarallo** di "Ristorante Paisà", **Christian Torsiello** di "Osteria Arbustico", **Enzo Crivella**, **Massimiliano Costa**, **Massimo Bonetti**, **Paolo Conticini**, **Geppino Croce**, **Francesco Forte**, **Elena Scerii**, **Michele Cesta** e **Maurizio Casagrande** hanno colorato le quattro giornate incantando gli ospiti con oltre 30 *show cooking* e 50 tra *talk* e convegni scientifici. Presenti anche il sindaco di Capaccio, **Franco Alfieri**, il consigliere regionale **Michele Cammarano**, il sindaco di Pollica, **Stefano Pisani**. **Valerio Calabrese**, direttore del Museo Vivente della Dieta Mediterranea di

MUSEO
VIVENTE DELLA
DIETA
MEDITERRANEA



Pioppi, ha sottolineato come tramite il Dmed «sentiamo di aver mosso un passo importante, condiviso con produttori, chef e istituzioni culturali, verso l'affermazione di questo stile di vita quale modello di sviluppo capace di affrontare le sfide del presente e del futuro, nel solco del sentiero tracciato da Ancel Keys e Angelo Vassallo». Non solo *show business*: la fiera ha avuto il merito di accendere i riflettori sulle disparità di genere che inquinano il mondo del lavoro: simbolo della leadership femminile sono due volti noti della ristorazione: **Giovanna Voria**, la Chef contadina nominata Ambasciatrice della Dieta Mediterranea dal Museo Vivente della Dieta Mediterranea

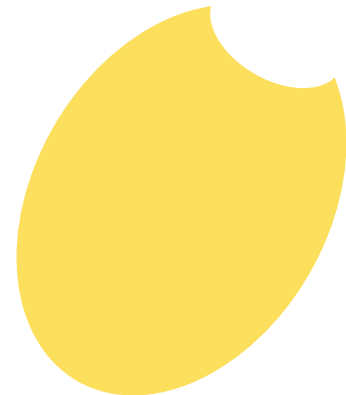
di Pioppi nel 2017 e la Chef stellata Cristina Bowerman che da tempo porta avanti una crociata pubblica per chiedere più spazio alle donne nell'alta cucina. Don **Alfonso Iaccarino**, Best Chef Legend ai Best Chef Awards 2021 e capostipite dell'alta cucina nel Sud Italia secondo la Guida Michelin, ha addirittura definito la Dieta Mediterranea «il nostro petrolio».

Promosso da enti pubblici e privati, col patrocinio della Regione Campania, adesso il Salone punta a diventare un punto di riferimento tra le kermesse dell'intero Mezzogiorno. L'appuntamento per l'anno prossimo? Non mancherà.

L'oro giallo: usare con parsimonia

Estate alle porte e giù conti calorici. Sia già avvenuta o meno la fatidica prova costume, ci si ricorda all'improvviso di qualche chilo in più o comunque si punta ad un effimero perfezionismo, e si comincia una delle tante diete. Rammentando che ogni restrizione calorica (di questo, in soldoni, si tratta) dovrebbe avvenire senza far perdere equilibrio alla nostra giornata alimentare, proviamo a contribuire al 'calcolo' parlando di un alimento cardine nella nostra nutrizione corrente: **l'Olio**.

Siamo in un territorio in cui è tradizionale e prevalente l'uso di olio d'oliva. A tal proposito, ci sembra il minimo ribadire che i suoi vantaggi salutistici - per i quali è giustamente celebrato - si riferiscono all'Extravergine, aggiungiamo: di qualità, cioè rispettoso dei parametri produttivi e conservativi che ne fanno un ingrediente salutare. Esso, per conformazione chimica, guadagnato sempre più consenso come fattore preventivo: interverrebbe positivamente nel diminuire la Colesterolemia "cattiva" (aumentando la "buona") e insomma svolgendo un ruolo regolatore metabolico, tutto favorevole in un campo che attiene alle cardiopatie (prima causa di morte nelle nazioni "occidentali avanzate") **ed al loro più drammatico epilogo: l'infarto.**



Le virtù di questo amato condimento non si trovano nei grassi di uso alimentare in forma 'solida' (ma piccole dosi di un burro d'alta qualità non sfuggono in alcuna dieta) e sono ritenute minori per gli altri Olii. Seppure, un parziale uso di Olii monoseme (girasole, soia, arachide) di buona marca non vada escluso pregiudizialmente. Essi sono più ricchi di Acidi grassi "Polinsaturi" e, a differenza dei grassi "solidi" (composti in prevalenza da acidi grassi "Saturi", metabolicamente sfavorevoli) svolgono una discreta azione sui parametri in discussione. **Ma tutto ciò: se le quantità sono giuste!** Ogni dieta con eccesso calorico è

sfavorevole, comunque la si componga. Onde, la riflessione aritmetica: la quota 'grassa' di una giornata alimentare standard (non parliamo di sistemi dimagranti, che sono necessariamente più restrittivi) si colloca intorno al 30%. Se ci concediamo **2000 Calorie** nelle 24 ore (parametro medio di popolazione), i Grassi non devono superare le 600 Calorie. **Sette cucchiaini d'olio o 67 grammi, se vogliamo essere pignoli.** E beninteso: in questo quantitativo abbiamo incluso tutta la disponibilità lipidica quotidiana, sia di condimento, che del grasso già presente nel cibo che usiamo. E la chiamano estate...

di Antonio Vacca

nuove strategie terapeutiche

Patologie ematologiche: negli ultimi anni abbiamo assistito a svariate rivoluzioni rispetto alle possibilità di terapia, e ancora oggi sempre nuove strategie vengono messe in campo. I protocolli terapeutici risultano essere sempre più mirati alle caratteristiche molecolari e genetiche di patologia oltre che adattati alle caratteristiche del paziente, come età e fitness. Innanzitutto, quindi, **è opportuno un inquadramento diagnostico ottimale**, avvalendosi di tecniche laboratoristiche all'avanguardia, per la valutazione di mutazioni molecolari e genetiche specifiche. Fondamentale una collaborazione stretta tra più branche biomediche.

Strategie terapeutiche

Considerando le strategie terapeutiche più all'avanguardia per leucemie e linfomi, certamente non si possono non citare le **terapie a bersaglio molecolare**: agenti terapeutici che danno una minor tossicità rispetto alla classica chemioterapia, ma che sono altrettanto efficaci nel contrastare la patologia. Questi agiscono in maniera mirata sulla mutazione che ha dato innesco alla malattia o che consente la sopravvivenza della cellula neoplastica. Un approccio utilizzato sia nella gestione delle leucemie acute che nella gestione delle leucemie croniche. Patologie ematologiche: negli ultimi anni abbiamo assistito a

svariate rivoluzioni rispetto alle possibilità di terapia, e ancora oggi sempre nuove strategie vengono messe in campo. I protocolli terapeutici risultano essere sempre più mirati alle caratteristiche molecolari e genetiche di patologia oltre che adattati alle caratteristiche del paziente, come età e fitness. Innanzitutto, quindi, **è opportuno un inquadramento diagnostico ottimale**, avvalendosi di tecniche laboratoristiche all'avanguardia, per la valutazione di mutazioni molecolari e genetiche specifiche. Fondamentale una collaborazione stretta tra più branche biomediche.

Nuovi farmaci

Sempre nuovi farmaci vengono messi a punto: le ultime frontiere corrispondono agli anticorpi bi-specifici e *drug-combined*. I cosiddetti "bi-specifici" sono anticorpi monoclonali che fungono da ponte: da un lato riconoscono il tumore, dall'altro lo mettono in contatto con il sistema immunitario. Gli anticorpi monoclonali *drug-combined*, invece, sono associati a chemioterapici, e hanno il vantaggio di indirizzare il paziente verso le cellule tumorali, riducendo le tossicità sistemiche.



Guardando al futuro, vanno considerate anche le cosiddette cellule "CAR-T": una terapia innovativa in campo onco-ematologico che permette ai pazienti in ricaduta, dopo una terapia convenzionale, di curarsi con **Linfomi non Hodgkin** o con leucemie linfoblastiche. Si tratta di cellule estratte dal sangue, che vengono poi reinfuse nel paziente stesso, offrendo possibilità di remissione completa o più chance di sopravvivenza.

di Imma Ruggiero

Screening mammografici gratuiti all'ospedale di Battipaglia

Screening mammografici gratis all'ospedale di Battipaglia. Dal 20 maggio al "Santa Maria della Speranza" c'è un nuovo gioiello: **un'apparecchiatura mammografica** per dare il via alle sedute di screening. Un'importante novità in tema di prevenzione rivolto alle **donne d'età compresa tra i 50 e i 69 anni**. Prenotarsi è più facile che mai: basterà recarsi sul portale dell'Asl di Salerno, inserire i propri dati anagrafici e, una volta ricevuto il codice di conferma sul cellulare, selezionare la prima data utile per il ricevimento nei tre turni settimanali: martedì mattina, martedì pomeriggio e giovedì pomeriggio.



Giuseppe De Masellis, responsabile del Settore materno-infantile a Battipaglia, ha commentato con soddisfazione: «*Grazie alla direzione strategica abbiamo ottenuto un'apparecchiatura mammografica di ultima generazione. E già nei primi giorni abbiamo riscontrato una grossa richiesta da parte dell'utenza, considerando che accoglieremo gran parte dell'utenza dalle città limitrofe*».

Notifica

L'80% delle donne contrae il **papilloma virus** nella sua vita. La maggior parte di queste non lo sa. (Fonte: ISS)

Posticipa Fai il test

Togliti ogni dubbio, fai il **FULL-PAP TEST**. È gratuito.

CRISALIDE
Screening Innovativo Papilloma Virus

Logos: TUTE LA, Città di Battipaglia, Istituto Zooprofilattico Sperimentale del Mezzogiorno, Ministero della Sanità.

SCREENING GRATUITO CERVICE UTERINA

Sei una donna campana e hai tra i 25 e i 65 anni?

Il papilloma virus (HPV) è la prima causa di tumore alla cervice uterina. Da oggi le donne campane hanno la possibilità di aderire gratuitamente al FULL-PAP test Crisalide, una campagna di screening gratuito promossa dall'Istituto Zooprofilattico Sperimentale del Mezzogiorno che prevede un esame diagnostico più completo e accurato rispetto al pap test tradizionale. Si tratta di un test molecolare che consente di rilevare il virus HPV prima che generi lesioni cancerose e di intervenire in maniera tempestiva.

Le visite saranno effettuate previo appuntamento telefonico.

Tutte le info al numero 345 611 21 30 / 342 129 07 95 oppure sul sito tutela.campania.it/crisalide

LUNEDÌ	GIOVEDÌ
13 GIUGNO 2022	16 GIUGNO 2022
20 GIUGNO 2022	23 GIUGNO 2022

dalle ore 8.30 alle ore 16.30
Sala infermieristica Palazzo di Città - Battipaglia

realizzato con



SODALIS
CSV CENTRO SERVIZI
PER IL VOLONTARIATO
DELLA PROVINCIA
DI SALERNO

