

Sanità. L'ira di Maroni. La decisione a settembre

Regioni benchmark: è guerra, tutto rinviato

Roberto Turno

ROMA

«Riparliamone a settembre». Messi alle strette dall'improvvisa e per tanti discutibile proposta del Governo per scegliere le 3 sanità regionali benchmark nel segno dei presunti costi standard del federalismo all'italiana, i governatori si spaccano. Uno di qua, l'altro di là. Tutti (o quasi) contro (quasi) tutti. E rinviavano a settembre qualsiasi decisione, un mese che si annuncia sempre più denso di scadenze: Imu, Iva, riforme istituzionali, finanziamento ai partiti, legge di stabilità. E ora anche le tante patate bollenti che si accumulano nel pentolone dei conti sanitari. Una grana in più per il Governo, se mai ce ne fosse bisogno.

Tutto, ieri, s'è consumato la mattina in poche ore. Giusto il tempo della pausa pranzo. Quando, finita la riunione dei governatori che ha deciso di non decidere, il presidente leghista della Lombardia, interpellato dal Sole-24 Ore sull'esito della riunione convocata per dire «sì o no» alla proposta del Governo, non usava mezzi termini: «Il Governo deve cambiare il decreto o sarà guerra. La Lombardia non ha mai avuto deficit sanitari e dovrebbe essere al primo posto, invece siamo quarti. Siamo fuori dalla terna per ragioni politiche. Tutte le tre prima di noi hanno avuto piani di rientro. Noi mai, siamo la regione benchmark per eccellenza, ma siamo esclusi per ragioni politiche a favore del centrosinistra. Qualcuno nel Governo non sa fare bene i conti». Parole indirizzate all'Economia, quelle di Maroni, ma anche alla Lorenzin (Pdl) accusata di essere in sintonia con la sinistra contro la regione pidiellina per eccellenza, proprio il modello lumbard e formigoniano. Un tradimento doppio.

Il furore leghista, dopo un duro confronto tra i governatori che avevano intanto deciso di non decidere (cioè di rinviare qualsiasi decisione), si è abbat-

tuto infatti contro la proposta della Lorenzin che indicava nell'ordine Umbria, Emilia Romagna, Marche, Lombardia e Veneto come le prime 5 regioni da cui pescare le 3 benchmark per dividere la torta dei fondi (108 miliardi) per il 2013 da distribuire per la prima volta col criterio dei costi e fabbisogni standard. Come dire, data anche la geopolitica: dentro Umbria, Emilia Romagna e una tra Lombardia e Veneto. Che però nella rosa delle cinque "migliori" starebbero in coda.

SUL PIATTO 108 MILIARDI

Scontro sulla scelta delle tre amministrazioni «pilota» sui costi standard. I leghisti contro Lorenzin che mette in coda Veneto e Lombardia

Troppo per l'orgoglio lumbard. Ma anche per quello (leghista) veneto: «Sentiamo puzza di voglia di continuare a far spendere gli spreconi», tuonava Luca Zaia. E Roberto Cota (Piemonte) s'accodava: «Lombardia e Veneto sono le migliori». Tant'è. Si ribellava subito Catuscia Marini (Pd, Umbria): «Noi mai finiti sotto piani di rientro, non è un campionato di calcio». Sulla stessa falsariga Gian Mario Spacca (Marche). E l'assessore emiliano Carlo Lusenti: «Da Maroni una svista clamorosa». Per non dire della Toscana: «Siamo al top. Di più: siamo l'unica regione con i conti delle aziende sanitarie certificati», la secca boccia di riserva al decreto della Lorenzin dal governatore Enrico Rossi.

Risultato: a settembre se ne parlerà. Rifacendo i conti. Sempre che soddisfino tutti. Anche se poi, che si diventi regione benchmark o meno, si sposterà ben poco: qualche decina di milioni, a esagerare. Ma quel che vale di questi tempi è anche una medaglia al collo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



quotidianosanita.it

Venerdì 01 AGOSTO 2013

Vittoria ex specializzandi. Sì ai risarcimenti. Stato dovrà pagare fino a 70mila euro ciascuno

La Corte d'Appello di Milano ha accertato il diritto alla rideterminazione triennale delle borse di studio per i medici specializzandi nel periodo 1994/2006. Non "è stata garantita l'adeguata remunerazione". Che avrebbe dovuto essere parametrata al trattamento economico previsto dai contratti dei medici del Ssn.

La Sentenza della Sezione Lavoro della Corte d'Appello di Milano emessa in data 24 luglio 2013 (n. 4832/2013) ha accertato il diritto alla rideterminazione triennale della borsa di studio e condannato così la Presidenza del Consiglio dei Ministri a pagare i medici specializzandi nel periodo 1994-2006 ed oggi specialisti". Agli specializzandi sono stati attribuiti risarcimenti fino a 70.000 euro. L'azione è stata patrocinata dagli Avvocati Francesco Caronia, Giuseppe Pinelli e dall'Avvocato Santi Delia, - afferenti al network nazionale di studi legali creatosi nel 2007 su input dell'Associazione Italiana Giovani Medici (S.I.G.M.) - in difesa di due gruppi di medici che hanno impugnato rispettivamente una sentenza del Tribunale di Milano e di Pavia, che avevano negato il diritto dei ricorrenti in primo grado.

Ne dà notizia una nota del sindacato dei giovani medici che spiega come ai medici che si sono specializzati nel periodo tra il 1993 e il 2007 non è stata garantita l'"adeguata remunerazione" sancita dalla Direttiva 93/16/CE. In tale periodo i medici specializzandi hanno ricevuto la borsa di studio di cui al D.lgs. 257/91 - "bloccata" al valore del 1992 - senza l'applicazione del meccanismo di adeguamento previsto dall'art. 6 del D.lgs. 257/91. Il principio comunitario dell'"adeguata remunerazione" doveva essere garantito in Italia mediante un meccanismo di adeguamento delle borse di studio, comprendente la sua indicizzazione annuale per l'adeguamento al costo della vita nella misura del tasso programmato di inflazione e la sua rideterminazione triennale in funzione perequativa in funzione del miglioramento stipendiale tabellare minimo previsto dalla contrattazione collettiva relativa al personale medico neoassunto dipendente dal SSN.

Tale meccanismo di adeguamento - prosegue la nota - è stato utilizzato solo per l'anno 1992 e da allora l'emolumento è rimasto bloccato fino al 2006. La Corte milanese si è rifatta alla recente Sentenza della Suprema Corte di Cassazione, Sez. Lav., 29/10/2012 n. 18562 la quale ha rilevato che la parte di meccanismo di adeguamento relativo alla rideterminazione triennale è rimasto pienamente in vigore nel periodo tra il 1994 e il 2007. Il Legislatore ha sospeso dal '94 al 2006, con varie leggi giustificate della tutela del bilancio pubblico, il meccanismo di indicizzazione annuale per l'adeguamento al costo della vita. Incredibilmente però il Legislatore "si è dimenticato" di emettere qualsiasi provvedimento "sospensivo" sulla parte di meccanismo di adeguamento inerente la rideterminazione triennale. In altre parole i medici specializzandi, nel periodo tra il '94 e il 2006, avrebbero dovuto ricevere una borsa di studio il cui valore doveva essere ogni tre anni riparametrata rispetto alla contrattazione collettiva del personale medico dipendente del SSN, così da agganciare la remunerazione degli specializzandi agli incrementi contrattuali conseguiti dal personale medico dipendente anche per evidenti ragioni di parità di trattamento rispetto ad analoghe mansioni svolte.

Gli avvocati **Francesco Caronia** e **Giuseppe Pinelli** esprimono "viva soddisfazione per la nuova

vittoria che fa seguito alle sentenze positive già ricevute dallo stesso patrocinio avanti i Tribunali di Torino, Novara, Ferrara, Brescia, Siena e Pisa". I legali esprimono "ancora più grande soddisfazione per il valore fondamentale della decisione della Corte meneghina che è il primo giudice di merito, per di più in grado di appello, a riconoscere il ragionamento della Cassazione in merito al meccanismo di adeguamento". Il network di legali, coordinato dai due avvocati, rappresenta attualmente oltre 6.000 medici specializzandi in analoghe procedure avanti Tribunali e Corti d'appello su tutto il territorio nazionale ed "auspica ed esprime viva e rinnovata fiducia che anche questi colleghi si adeguino all'interpretazione della Cassazione e riconoscano per tutti i medici specializzandi il diritto all'adeguata remunerazione". Il coordinamento nazionale afferma quindi che questa "è una buona notizia per tutti quei medici che hanno frequentato le scuole negli anni dal 1994 al 2006 e non hanno ancora ottenuto giustizia".

Soddisfazione viene espressa anche **dall'Associazione Italiana Giovani Medici (S.I.G.M.)** che per prima ha sollevato in sede giudiziaria il problema del mancato recepimento da parte dell'Italia delle Direttive Comunitarie per gli specializzandi del periodo compreso tra il 1994 e il 2006: *"Una consistente giurisprudenza sta dando ragione alle nostre tesi. L'impatto sulle Casse dello Stato di tali controversie non sarà indifferente e pertanto, anche in ragione della crisi economico-finanziaria che attraversa il Paese, ci chiediamo se non sia il caso di cominciare ad esplorare la via del concordato al fine di ristorare i diritti disattesi di migliaia di giovani specialistici. Ci rendiamo disponibili al confronto per individuare eventuali soluzioni in sede legislativa, consci che le sempre più limitate risorse disponibili nel capitolo di spesa della formazione medico-specialistica vadano prioritariamente indirizzate ai più giovani colleghi che aspirano ad entrare alle scuole di specializzazione".*

BEAUTIFUL
MIND

di Giuliano Aluffi

L'UOMO CHE
VUOLE
BATTERE
IL CANCRO
AFFAMANDOLO

«Affamare la bestia», in questo caso le cellule cancerose, per vincere il male. È la strategia proposta da Christopher Proud, docente di scienze biologiche all'Università di Southampton, che ha appena pubblicato il suo studio sulla rivista *Cell*.

Che cosa avete scoperto?

«Le cellule cancerose hanno un metabolismo accelerato rispetto a quelle sane: crescono e si dividono di più delle altre. Per questo motivo sono "affamate": hanno bisogno di più nutrienti e ossigeno. Quando non li trovano, riescono comunque a sopravvivere perché entra in funzione una proteina che le rende più resistenti. Abbiamo individuato questa proteina - la eEF2K - e, bloccandola con un composto chimico, possiamo far morire di fame le cellule cancerose».

Questa strategia come può migliorare la chemioterapia?

«La maggior parte dei [farmaci](#) anticancro bloccano processi che sono importanti anche per le cellule sane: è questa la causa della loro tossicità. Invece la proteina eEF2K non è necessaria alla maggior parte delle cellule normali: perciò aggredirla non mette in pericolo le cellule sane. Si apre insomma una strada assai promettente per sviluppare una chemioterapia con meno effetti collaterali».

Qual è stata la maggiore difficoltà?

«Capire il modo in cui la proteina eEF2K protegge le cellule. È una proteina molto particolare: da un lato questo ha reso più difficile studiarla, dall'altro però è un vantaggio, perché dovrebbe essere più facile sviluppare un farmaco che ne impedisca il funzionamento senza colpire anche le altre proteine utili all'organismo».

Quando si passerà all'uso terapeutico?

«Per sviluppare il farmaco ci vorranno tra i cinque e i dieci anni».

stampa | chiudi

CRITICI I VOLI E I TRASFERIMENTI ALL'ESTERO

Allergici in viaggio, qualche trucco per evitare di correre rischi

In vacanza, soprattutto all'estero, cresce la probabilità di pericolosi choc anafilattici per chi è allergico ai cibi

MILANO - La prospettiva di una vacanza può diventare un incubo per i due milioni di italiani che soffrono di un'allergia alimentare. Al di fuori dei rassicuranti spazi domestici, infatti, il timore di andare incontro a uno choc anafilattico cresce e una ricerca dell'European Academy of Allergy and Clinical Immunology (EAACI) dimostra che si tratta di timori fondati: in viaggio la probabilità di guai aumenta, soprattutto se ci si trova a dover mangiare in aereo.

STUDIO - Lo studio, condotto dall'allergologa Julie Barnett dell'università di Southampton in Inghilterra, è stato pubblicato sulla rivista dell'EAACI. La ricercatrice ha intervistato alcuni pazienti allergici a noci, nocciole e noccioline per capire quali fossero state le loro esperienze trovandosi a viaggiare all'estero e, stando ai risultati, spostarsi non è una passeggiata per chi vive con la spada di Damocle di uno choc anafilattico sulla testa. I nodi "critici" sono numerosi, primo fra tutti il volo aereo: il 9 per cento dei partecipanti ha avuto reazioni allergiche a bordo che in otto casi su dieci si sono rivelate da moderate a gravi; inoltre, chi ha richiesto alla compagnia aerea una particolare attenzione vista la propria allergia ha ricevuto un'assistenza soddisfacente solo in quattro casi su dieci. «Ci sono anche le esperienze positive, come chi ha raccontato di hostess e steward che informano della presenza di allergeni negli snack prima di distribuirli, ma ci sono casi in cui questi sono stati dati comunque, anche se il passeggero aveva chiaramente detto di non tollerare alcuni ingredienti – racconta l'allergologa –. Alcuni mangiano solo cibo portato da casa, altri guardano che cosa c'è nel menu e consumano solo ciò che è a prova di allergie; ma c'è anche una quota di pazienti riluttanti a dichiarare la propria allergia perché pensano che così verrà servito loro cibo scarso e peggiore».

VIAGGIO - La ricerca rivela che i problemi iniziano comunque ben prima di salire a bordo dell'aereo: la maggioranza degli intervistati ha dichiarato che le allergie condizionano innanzitutto la scelta della destinazione, perché ad esempio molti preferiscono evitare viaggi all'estero temendo difficoltà legate alla comprensione di una lingua diversa; altri non andrebbero mai in India o Cina perché sono convinti che la cucina di quei luoghi sia particolarmente rischiosa; tanti scelgono di alloggiare sempre in case in affitto o residence per poter controllare in maniera autonoma ciò che mangiano. Leggendo le testimonianze dei pazienti si percepisce, palpabile, la paura che da un momento all'altro qualcosa possa andare storto e, trovandosi lontano da casa, non ci sia modo di farsi capire per trovare aiuto: c'è chi rinuncia a visitare luoghi lontani dalle città, chi meticolosamente annota tutti gli ospedali nelle vicinanze e pianifica al millimetro ogni spostamento, chi impara come si chiama il cibo "incriminato" nella lingua del Paese che visiterà per poterla leggere su menu ed etichette. «Alla fine è netta la sensazione che per i pazienti la

vacanza non sia il momento di relax e distrazione che è per tutti noi: uno dei partecipanti ci ha detto chiaramente che dovendosi assicurare sempre della "bontà" del cibo non vive mai con spensieratezza e spontaneità i giorni di ferie», riferisce Barnett.

CONSIGLI – L'allergologa prosegue dando consigli ai pazienti che si mettono in viaggio: «Se per il volo si è richiesto un pasto speciale, è bene accertarsi che l'esigenza sia stata ben compresa al momento del check-in, all'imbarco e anche quando viene servito il pasto; per evitare il contatto cutaneo con tracce di allergeni come le noccioline degli snack, che potrebbero essere presenti perché consumate dal passeggero precedente, è opportuno pulire le parti dure del sedile con una salvietta umida. Gli allergici inoltre devono portare con sé l'autoiniettore di epinefrina, perché si tratta di un salvavita: avvertite la compagnia aerea, gli addetti alla sicurezza e il personale di volo, indicando anche dove lo avete riposto». Alcuni partecipanti allo studio hanno ammesso di portare più di una "penna salvavita" con sé in viaggio; può essere una buona idea, così come indossare un braccialetto "da emergenza" in cui siano indicati gli allergeni che non si tollerano. Prima di partire, secondo l'esperta, è opportuno farsi preparare una lettera in inglese dall'allergologo, in cui si spieghi di quale allergia si soffre e della necessità di sempre portare con sé l'autoiniettore e i farmaci indispensabili; altrettanto raccomandabili le schede con frasi utili tradotte nella lingua del Paese dove ci si recherà (ad esempio "sono allergico a..." oppure "mio figlio sta avendo uno choc anafilattico, chiamate un'ambulanza" e così via). Sul sito dell'EAACI ad esempio si possono trovare schede sulle allergie in 27 lingue, oltre ai consigli per viaggiare sicuri.

CAMPAGNA EUROPEA - Intanto, prosegue la Campagna contro l'Anafilassi e le Allergie Alimentari patrocinata dall'EAACI: «Faremo una dichiarazione pubblica a livello europeo, con cui chiederemo che gli autoiniettori di epinefrina, essendo strumenti salvavita come i defibrillatori, vengano resi accessibili al pubblico in caso di emergenza - spiega Antonella Muraro, direttrice della Campagna -. Attraverso la Campagna vogliamo istruire le persone su cause, rischi e prevenzione delle allergie alimentari, ma anche migliorare l'accesso agli autoiniettori nei luoghi pubblici e soprattutto nelle scuole: tuttora un terzo degli choc allergici si verifica per la prima volta in classe e gli insegnanti sono spesso impreparati a gestire la situazione». Entro il 2013 sono attese anche le linee guida europee per la gestione delle allergie alimentari: la speranza è che ne derivino regole in grado di tutelare i pazienti, durante la vita di tutti i giorni ma anche in vacanza e in viaggio.

Elena Meli

stampa | chiudi

Fitness per migliorare i geni così la ginnastica cambia il nostro Dna

La ricerca: aiuta a prevenire le malattie più della dieta

DAL NOSTRO INVIATO
MASSIMO VINCENZI

NEW YORK — «E io che speravo di essermi salvato la coscienza dando la colpa della mia pancia ai geni. Adesso scopro che sono responsabile anche del Dna»: un deluso Mark scrive sul sito del *New York Times* commentando l'ultima scoperta scientifica che unisce dieta e attività fisica. La novità viene dalla Svezia e prova come il fitness non solo faccia bene, ormai scontato, ma va a modificare direttamente la nostra mappa genetica producendo vantaggi duraturi nel tempo e, con tutta probabilità, passando dai genitori ai figli. Due studi, uno della Lund University Diabetes Centre e l'altro del Karolinska Institute, forniscono così la risposta ad una delle domande più ricorrenti degli scienziati: perché correre fa bene?

La parola chiave è "metilazione", ovvero il procedimento con cui i geni si modificano e cambiano il loro modo di interagire con il resto del corpo. Sin qui, i ricercatori hanno sempre ritenuto la dieta come la forza propulsiva di queste mutazioni: a seconda

dei cibi mangiati, il nostro Dna cambia modo di comportarsi e alza o diminuisce il rischio di contrarre determinate malattie, diabete in testa. Ma adesso la svolta, l'alimentazione è solo uno dei fattori, non il principale: non basta mangiarsi sano, bisogna mettersi in tuta da ginnastica e sudare.

Protagonisti del primo studio un gruppo di maschi adulti svedesi, in salute ma con abitudini sedentarie. Grazie alle nuove tecniche viene tracciato il profilo dei loro geni, poi sono schedati in base a conformazione muscolare, misura del giro vita, pressione sanguigna e i livelli di colesterolo. A questo punto per le cavie volontarie inizia la "tortura quotidiana": sei mesi di esercizio fisico con tanto di personal trainer a sorvegliare i loro sforzi. Dalla corsa alla ginnastica aerobica, i benefici arrivano come previsto: la circolazione va meglio, i chili scendono e le condizioni generali di salute virano tutte sul bello stabile. Ma la vera sorpresa per gli scienziati è il cambiamento del profilo dei geni, come se anche loro fossero andati in palestra e fossero più forti, più efficaci nel

difenderci dagli assalti esterni. E, altro fattore determinante, ad essere maggiormente colpito dalla trasformazione quella parte del Dna che riguarda il peso e la possibilità di ammalarsi di diabete.

«È una scoperta rivoluzionaria, che ci permette di capire come combattere in maniera più efficace l'obesità e le altre patologie che ne derivano», dice Charlotte Ling, responsabile del progetto.

E il secondo studio rivela che ad essere interessati dalla trasformazione sono principalmente i muscoli e che gli effetti positivi arrivano sin da subito, dopo il primo allenamento. Questa volta i volontari pedalano sulle cyclette sino a perdere quattrocento calorie: i confronti con gli esami precedenti indicano anche in questo caso una trasformazione genetica. E un'ulteriore elaborazione dei dati regala un altro duro colpo alla nostra scarsa forza di volontà: quelli che si sono impegnati di più, cioè che hanno bruciato grassi più velocemente sono quelli con le modifiche più radicali e più durature.

«Adesso si aprono nuove prospettive», spiega Juleen Zierath

del Karolinska Institute, e aggiunge: «Potremo dare indicazioni più precise su quale tipo di esercizio fisico fare, con quali

tempi e con quali modalità per andare a combattere con sempre maggior efficacia le malattie e per avere i benefici migliori». Non c'è invece ancora una risposta definitiva sul fatto che le trasformazioni siano permanenti e passino dai genitori ai figli: gli scienziati svedesi sono convinti di sì ma per averne la prova scientifica servono altre indagini.

Di sicuro c'è lo sconforto di tutti i pigri del mondo: «Altro che destino segnato nei geni, ancora una volta la scienza spiega che siamo responsabili della nostra salute. Svegliamoci, nel mondo ci prendono in giro per le nostre pance», scrive un'indignata nella pagina dei commenti. Ma l'appello salutista riceve più fischi che applausi, nella speranza che arrivi un'altra ricerca a sostenere il contrario.

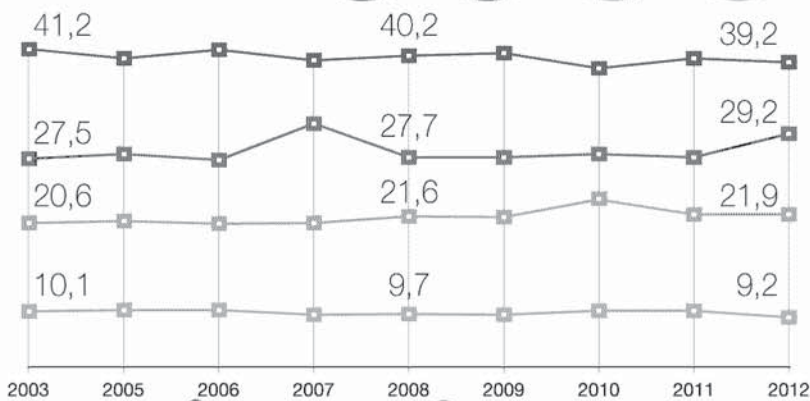
© RIPRODUZIONE RISERVATA

Modifiche alla parte di patrimonio genetico legato al peso e allo sviluppo del diabete

Da verificare se le trasformazioni sono permanenti e si trasmettono dai genitori ai figli

Gli italiani e lo sport

Dati in %



I numeri

19 milioni
le persone
che **praticano**
sport in Italia

i sedentari
in Italia sono
il triplo di quelli
europei
(15/54 anni)

di cui

32,1%
della popolazione
al di sopra
dei 3 anni di età



Dove si pratica più sport...

In % sulla popolazione

Sardegna
32,2%

Abruzzo
20,7%

...dove si pratica meno sport

Campania
19,4%

Puglia
20,7%

60%

dei ragazzi
fra 11 e 14 anni
praticano
sport

Praticano attività fisica saltuariamente

38,6%

uomini

25,3%

donne

Italiani pigri

Chi pratica sport in modo continuativo

media europea

40%

Spagna

39%

Francia

48%

Italia

21,9%

Fonte: Istat 2011



LOTTA ALLA SLA La cura contestata

Il metodo Stamina sotto la lente degli scienziati

I protocolli consegnati agli esperti del ministero della Sanità. E la Sicilia apre alla sperimentazione

VERIFICA

Il responso arriverà tra mesi, ma i malati chiedono risposte certe

Francesca Angeli

Roma Metodo Stamina: la sperimentazione può partire. Finalmente i tantissimi malati che hanno riposto tutte le loro fragili speranze nelle potenzialità di questa terapia potranno conquistare maggiori certezze e sapere se si tratta di un bluff o di una cura rivoluzionaria. Ci vorrà ancora molto tempo però. La sperimentazione non partirà prima dell'autunno e ci vorranno 18 mesi per i primi risultati.

Davide Vannoni, il presidente di Stamina Foundation, dopo settimane di estenuanti tira e molla, ha consegnato ieri mattina il protocollo del suo metodo all'Istituto Superiore di Sanità, Iss. Nei prossimi giorni le autorità scientifiche competenti, oltre all'Iss anche l'Agenzia nazionale per il farmaco (Aifa) e il Centro nazionale trapianti (Cnt), e soprattutto il Comitato Scientifico che presiede la sperimentazione dovranno pianificare le prossime mosse. Spetta infatti a componenti del Comitato individuare prima di tutto le strutture sanitarie dove realizzare la sperimentazione e le cell-factory in cui potranno essere prodotte le cellule secondo le good manufacturing practices (Gmp). Nei prossimi gior-

ni intanto si capirà se, sulla base della documentazione fornita da Vannoni, sia effettivamente possibile condurre una sperimentazione che rispetti i presupposti scientifici necessari per validarla a livello internazionale.

«Abbiamo consegnato la metodica ed i protocolli clinici di tre malattie: la sindrome di Kennedy, la paresi cerebrale infantile e la Sla bulbare -annuncia Vannoni- Tra queste ne saranno scelte una o due. Adesso la metodica verrà valutata dal comitato. Non penso la sperimentazione possa partire prima dell'autunno. Verranno coinvolti 20 o 30 pazienti al massimo». La consegna del protocollo comunque non pone fine alle polemiche e soprattutto allo strazio di quanti affetti da patologie ancora prive di una cura ufficiale aspettano nella consapevolezza di avere pochissimo tempo a disposizione.

Il primo a polemizzare è lo stesso Vannoni che lamenta l'assenza di un Cro, un organismo di controllo internazionale, che vigili sulla sperimentazione come richiesto da Stamina. «Il primo passo l'abbiamo fatto ora chiediamo due criteri di salvaguardia del materiale che lasciamo -dice Vannoni- È un fatto strano che il ministero abbia detto no all'istituzione di una Cro e mi dispiace perché era un punto di trasparenza». Vannoni ha anche annunciato che sta preparando una relazione che tra settembre ed ottobre

uscirà su una rivista scientifica internazionale. Non su Nature ovviamente visto che questa rivista scientifica ha già in più occasioni sonoramente bocciato il metodo Stamina. «Mi sembra strano che Nature abbia fatto ben cinque editoriali contro una fondazione onlus italiana con quattro dipendenti -dice Vannoni- La mia idea è che sia stata sollecitata dall'Italia e comunque sono state scritte falsità contro le quali muoveremo querela».

E proprio nel giorno della consegna del protocollo arriva un'altra notizia sicuramente positiva per chi spera nella terapia per infusione di staminali ma che allo stesso tempo evidenzia l'urgenza di chiarire se questa cura sia o no efficace. La Regione Sicilia, come già aveva fatto l'Abruzzo, ha approvato una risoluzione che autorizza due ospedali a «procedere con il trattamento sperimentale che prevede l'utilizzo di cellule staminali mesenchimali del metodo "Vannoni"». La terapia viene autorizzata nell'ambito delle cure compassionevoli come già avviene da qualche mese per una novantina di pazienti presso gli Ospedali Civili di Brescia. La risoluzione impegna l'assessorato alla salute ad attivarsi presso due ospedali, probabilmente il Vittorio Emanuele di Catania ed il Villa Sofia di Palermo, che entro 45 giorni dovranno attrezzare un laboratorio in modo da poter rispondere alle richieste dei potenziali pazienti.



Salute I consigli degli esperti dell'Aifa per conservare al meglio le medicine: dai

ANCHE I FARMACI SOFFRONO IL CALDO.

Le elevate temperature possono modificare la composizione e scatenare reazioni.

Se fa molto caldo, bisogna badare non solo all'alimentazione, bevendo molta acqua (circa 2 litri al giorno), ma anche ai farmaci che si assumono abitualmente.

Per aiutare i cittadini a conservare e assumere correttamente i medicinali anche nelle giornate più torride, l'Aifa (Agenzia Italiana del Farmaco) ha indicato alcune semplici regole per poter passare un'estate tranquilla, e in salute. Eccole nel dettaglio.

1 Non assumete alcun medicinale se il suo aspetto è diverso dal solito. La presenza di particelle solide in sospensione o sul fondo (del bicchiere), cambiamenti di colore od odore e variazioni di consistenza possono essere il segnale di un'alterazione.

Leggere bene le istruzioni d'uso

2 Segnalate al vostro medico o farmacista di fiducia qualsiasi malessere, anche lieve, che compaia in concomitanza con una terapia farmacologica, perché alcuni medicinali possono avere effetti negativi facilmente correlabili al caldo.

3 È meglio, se possibile, preferire le formulazioni solide rispetto a quelle liquide che, contenendo acqua, sono in genere più sensibili alle alte temperature ovvero sono termolabili.

4 Leggete accuratamente le istruzioni per la conservazione riportate sul foglietto illustrativo (bugiardino). Qualora queste non siano specificate, conservate il medicinale in luogo fresco e asciutto a una temperatura inferiore ai 25 gradi.

5 Per i farmaci che richiedono la conservazione in frigorifero, attrezzarsi di contenitori termici per i viaggi (macchina,



PILLOLE D'ESTATE

Nella stagione estiva l'esposizione ai raggi solari, le elevate temperature e l'alto grado d'umidità possono danneggiare i vostri farmaci. Ma bastano alcuni accorgimenti per proteggerli e conservarli al meglio.

aereo o treno) o i soggiorni fuori casa. «È bene, dunque, evitare gli sbalzi di temperatura con l'esposizione a fonti di calore o alla luce solare, che potrebbero rendere il principio attivo inefficace e persino dannoso», spiegano gli esperti.

6 Evitate l'uso di contenitori (portapillole) non esplicitamente destinati al trasporto di farmaci, in quanto potrebbero facilmente surriscaldarsi,

o rilasciare sostanze nocive, e alterare, così, le caratteristiche del medicinale. È vietato anche mescolare i farmaci diversi nello stesso contenitore.

Non lasciateli al sole o in luoghi umidi

7 Non lasciate mai i farmaci in automobile al caldo. Se non rientrate subito a casa, chiedete consiglio al farmacista su come

conservarli in sicurezza, perché le alterazioni di farmaci fondamentali (salvavita) come l'insulina possono essere molto pericolose. In particolare, l'insulina deve essere preservata al freddo senza, però, scendere al di sotto dei 2 gradi.

8 Prestate attenzione anche agli antiepilettici e agli anticoagulanti: alterazioni anche piccole possono fare una grande differenza per la salute soprat-

contenitori alle modalità di trasporto. E come riconoscere i segni del deterioramento

ECCO COME (E DOVE) VANNO PROTETTI

Tutte le regole per evitare brutte sorprese e trascorrere vacanze davvero sicure

UNA PICCOLA SELEZIONE DI PREPARATI DA METTERE IN VALIGIA PERCHÉ INDISPENSABILI PER FARE FRONTE ALLE EMERGENZE

Il "kit di sopravvivenza" da portare con voi al mare o in montagna

Quando si viaggia, specialmente d'estate, è molto facile subire piccoli acciacchi e malanni o, nei casi più gravi, essere colpiti da vere e proprie patologie.

Per questa ragione, avere a portata di mano una piccola selezione di farmaci comuni è un ottimo modo per non rovinarsi le ferie, tra visite mediche e corse all'ultimo minuto in farmacia. Il primo farmaco del "kit di sopravvivenza alle vacanze", come vi suggerirà il vostro medico, è il paracetamolo, essenziale per curare raffreddore, mal di gola e febbri improvvise. Per la tosse, malanno molto frequente in special modo nei bambini, è perfetto un buon sciroppo mucolitico.

Se dovete spostarvi in macchina o in autobus, e qualcuno in famiglia soffre di mal d'auto e nausea, non dimenticate di mettere in valigia le pratiche compresse specifiche per

questo disturbo oppure dei farmaci a base di biochetasi.

Un tasto dolente dei mesi estivi sono le punture d'insetto. Per proteggere tutti i membri della famiglia (specialmente bambini e anziani) dalle zanzare e dagli altri fastidiosi insetti, "ospiti" di agriturismi, appartamenti in affitto e alberghi, mettete in valigia un repellente per insetti e una lozione antistaminica per trattare la pelle dopo gli attacchi.

DA NON DIMENTICARE

- un integratore multivitaminico, per sostenere l'organismo al meglio;
- un disinfettante e un cicatrizzante per curare ferite e abrasioni;
- un antifungino, per combattere le micosi tipiche di spiagge e piscine;
- un farmaco contro i disturbi gastrointestinali e contro la stipsi, disturbi molto comuni quando si viaggia soprattutto in Paese esotici.



tutto nei soggetti deboli (anziani e bambini). Alcune modificazioni di antibiotici o aspirina potrebbero danneggiare reni o stomaco, mentre le creme a base di idrocortisone potrebbero separarsi nei loro componenti e perdere di efficacia.

9 Anche i farmaci per la tiroide, i contraccettivi e altri medicinali a base di ormoni sono particolarmente sensibili alle variazioni termiche.

10 I farmaci sotto forma di spray non devono mai essere esposti al sole o a temperature elevate, e devono sempre essere trasportati in contenitori termici.

11 Fate attenzione anche ai test diagnostici, per esempio quelli per misurare i livelli di zucchero nel sangue, i test di

gravidanza e quelli per l'ovulazione. L'umidità o l'eccesso di calore potrebbero alterarli e falsare i risultati tanto da diventare inattendibili.

Mai nel bagagliaio e occhio alle ricette

12 Se dovete affrontare un lungo viaggio in auto per raggiungere il luogo della vacanza, è bene trasportare i farmaci in un contenitore termico e accendere possibilmente l'aria condizionata. È assolutamente vietato mettere i farmaci nel bagagliaio.

13 Se viaggiate in aereo, portate i farmaci nel bagagliaio a mano, ricordando, nel caso dei farmaci salvavita, le ricette mediche: potrebbero chiederve-

le durante i controlli. Se dovete spedirli, scegliete compresse o forme solide.

14 Molti non lo sanno: alcuni farmaci in seguito all'esposizione al sole possono scatenare reazioni da fotosensibilizzazione.

È opportuno, perciò, controllare attentamente le istruzioni di antibiotici (tetracicline, chinolonici), sulfamidici, contraccettivi orali, antinfiammatori non steroidei (Fans), prometazina (antistaminico).

15 Evitate l'esposizione al sole dopo l'applicazione di gel o cerotti a base di ketoprofene (fino a due settimane dopo il trattamento) o creme a base di prometazina.

Queste ultime sono spesso utilizzate per trattare punture

di insetti o allergie cutanee; nel caso, lavate bene accuratamente la zona interessata, in modo da evitare la comparsa di macchie o di vere e proprie ustioni.

16 Chi assume farmaci contro l'ipertensione o altre malattie cardiovascolari potrebbe dover correggere le dosi perché il caldo può causare un abbassamento di pressione. Ma è assolutamente sconsigliabile il fai-da-te: prima di apportare qualsiasi cambiamento, è necessario chiedere consiglio al proprio medico.

17 Non utilizzare intorno agli occhi creme non adatte all'uso oftalmico che, con il caldo, potrebbero entrare in contatto con la superficie oculare.

di **Cristina Mazzantini**
vero-rubriche@gvssrl.com

quotidiano**sanità**.it

Venerdì 01 AGOSTO 2013

Integratori alimentari. Ecco il "decalogo" del Ministero per un uso informato

Data la crescente richiesta di questi prodotti da parte dei cittadini il ministero della Salute ha pubblicato un [opuscolo](#) contenente 10 semplici regole per un loro utilizzo sicuro ed utile sul piano fisiologico.

La richiesta di benessere da parte dei consumatori spinge verso un uso crescente degli integratori alimentari, che oggi coinvolge circa la metà della popolazione italiana. Gli integratori alimentari sono prodotti presentati in piccole unità di consumo come capsule, compresse, fialoidi e simili, a base di nutrienti o altre sostanze ad effetto nutritivo o fisiologico, ideati e proposti per favorire il regolare svolgimento delle funzioni dell'organismo senza alcuna finalità di cura. L'impiego di tali prodotti deve avvenire in modo consapevole e informato sulla loro funzione e le loro proprietà per risultare sicuro e utile sul piano fisiologico, senza entrare in contrasto con la salvaguardia di abitudini alimentari e comportamenti corretti nell'ambito di un sano stile di vita.

In tal senso, il Ministero della Salute ha elaborato e messo a disposizione questi 10 utili consigli:

- Ricorda che una dieta varia ed equilibrata fornisce in genere tutte le sostanze nutritive di cui l'organismo ha bisogno. Nel contesto di uno stile di vita sano e attivo, è fondamentale per tutelare e promuovere la tua salute e il tuo benessere. Per questo segui l'avvertenza, riportata nell'etichetta di tutti gli integratori, di non usarli come sostituti di una dieta varia ed equilibrata.
- Ricorda che un integratore alimentare non può "compensare" i comportamenti scorretti. All'occorrenza invece può complementare una dieta varia ed equilibrata, quando gli effetti fisiologici riportati in etichetta rispondono alle tue specifiche esigenze di ottimizzazione della salute e del benessere.
- Consulta sempre preventivamente il medico se: non sei in buona salute o sei in trattamento con farmaci per essere sicuro che non ci siano controindicazioni o la possibilità di interazioni; pensi di usare più integratori in associazione; l'impiego è destinato a fasce di popolazione vulnerabili, come i bambini e le donne durante la gravidanza e l'allattamento.
- Non assumere integratori per periodi prolungati senza consultare periodicamente il tuo medico se ne fai uso per condizioni dell'organismo "cronicamente" ai limiti della norma, come ad esempio la pressione arteriosa o il livello di colesterolo nel sangue.
- In caso di effetti indesiderati o inattesi sospendi l'assunzione dell'integratore. Anche gli integratori a volte possono provocare tali effetti per le sostanze fisiologicamente attive che contengono. In questi casi informa tempestivamente il medico o il farmacista (possibilmente portandogli la confezione impiegata), che potranno segnalare l'evento al sistema di fitovigilanza.
- Leggi sempre per intero l'etichetta dell'integratore che stai per assumere. Presta particolare attenzione alle modalità d'uso e alle modalità di conservazione, agli ingredienti presenti in considerazione anche di eventuali allergie o intolleranze, alle proprietà indicate e a tutte le avvertenze.
- Non assumere integratori alimentari in dosi superiori a quelle indicate in etichetta, stabilite per svolgere effetti fisiologici. L'uso di integratori in quantità eccedente può provocare conseguenze

svantaggiose per la tua salute, soprattutto se si prolunga nel tempo.

- Ricorda che per ridurre il sovrappeso e smaltire il grasso in eccesso devi diminuire l'apporto calorico alimentare con una dieta adeguata e, nel contempo, aumentare la spesa energetica dell'organismo con un buon livello di attività fisica. L'uso di qualunque integratore alimentare può essere solo secondario e accessorio. Non seguire diete ipocaloriche a lungo, oltre le tre settimane, senza sentire il parere del medico per valutarne l'adeguatezza in funzione delle tue specifiche esigenze. Ricorda che per mantenere il risultato raggiunto devi modificare stabilmente le tue abitudini alimentari e seguire uno stile di vita attivo.

- Anche se fai sport, con una dieta varia ed equilibrata in linea generale puoi soddisfare le esigenze nutrizionali del tuo organismo. L'eventuale impiego di integratori alimentari deve tener conto del tipo di attività svolta, delle effettive esigenze individuali e delle indicazioni riportate in etichetta. L'assunzione di integratori a dosi superiori a quelle consigliate, che squilibrino in eccesso l'apporto dietetico di nutrienti e di altre sostanze fisiologicamente attive, è irrazionale e può comportare conseguenze svantaggiose sulla condizione fisica, sul rendimento e, se prolungata, anche sulla tua salute.

- Diffida di integratori pubblicizzati per proprietà ed effetti mirabolanti o come soluzioni "miracolose" dei tuoi problemi. Gli integratori, come tanti altri prodotti, oggi sono reperibili anche al di fuori dei comuni canali commerciali, quali ad esempio la rete internet. Sul portale del Ministero della Salute (www.salute.gov.it) trovi il Registro nazionale degli integratori alimentari, che puoi consultare per verificare quali sono i prodotti regolarmente notificati per l'immissione sul mercato italiano.