

Prevenzione



Associazione
Romagnola
Ricerca
Tumori 
Gioca d'anticipo con la prevenzione

PERIODICO DI INFORMAZIONE SANITARIA SCIENTIFICO CULTURALE
ANNO XXVIII - N. 2 - SETTEMBRE 2021

RIPARTIAMO CON LA SCUOLA

SUL RING

**BREVI RIFLESSIONI
SULLO STILE DI VITA**

LA MIA STORIA...

**ARRT PROMOTORE DI UNA RICERCA
SCIENTIFICA SULLE "FIRME GENETICHE"**

**PESTICIDI E SALUTE:
COSA DOBBIAMO SAPERE**

**I VACCINI PER I BAMBINI
DAI 12 ANNI**

I SERVIZI ARRT

Nella sede ARRT, di Via Cavalcavia, 288 Cesena, vengono effettuati servizi di sorveglianza e prevenzione oncologica.

Per informazioni e prenotazioni delle visite telefonare al numero 0547/29125 dal lunedì al venerdì dalle 08.30 alle 18.30.



SENOLOGIA

Visita ed ecografia senologica - Ecografia tiroidea

Dott. Antonio Parrella

Dott. Gilberto Gallone

Dott.ssa Maria Angela Brasini



ONCOLOGICA - GINECOLOGICA

Visita oncologica - ginecologica, colposcopia e citologia vaginale, biopsie e polipectomia, ecografia pelvica e transvaginale

Dott.ssa Franca Sabbadini



DERMATOLOGIA

Mappatura nevi per valutare l'eventuale cambiamento di forma ed individuare precocemente lo sviluppo di melanomi

Dott. Italo Greco

Dott.ssa Andryeyeva Svitlana



RADIOLOGIA

Ecografia addominale, Ecografia del collo, Ecografia prostatica - transrettale - Ecografia tiroidea - Ecografia tessuti superficiali (cute e sottocute) - Ecografia articolare

Dott. Paolo Pantani



PSICOLOGIA

Consulenza psicologica, colloqui di sostegno, prevenzione, abilitazione e riabilitazione in ambito psicologico

Dott.ssa Roberta Gardini

.....

AMBULATORI

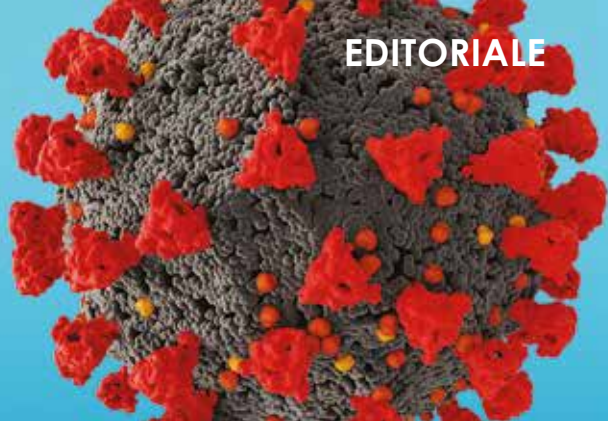
Cesena Via Cavalcavia, 288 - Tel. 0547 29125 - www.arrt-cesena.it - info@arrt-cesena.it

**Mercato Saraceno
Sarsina
Savignano S/R**

prenotazioni: 0547 29125
prenotazioni: 0547 94901
prenotazioni: 0547 29125

Poliambulatorio Privato AUT. N° 55/17. A DEL 01/06/1999

Direttore Tecnico Dott. Antonio Parrella specialista in oncologia



Sul Ring

di Franco Urbini

Nel match mondiale del XXI secolo, che si disputa tuttora, la pandemia del Covid ha messo alle corde l'intera umanità sferrando i colpi più duri. Colpi bassi ed ingannevoli, diretti shock, montanti e uppercut che ci hanno portato sull'orlo del KO.

Come nella migliore tradizione dei film di Sylvester Stallone con Rocky Balboa pugile roccioso, abbiamo rischiato di crollare per poi passare al contrattacco e mollare montanti e uppercut efficaci anche se, al momento, non del tutto risolutivi. **La pandemia da Covid ci ha fatto vivere momenti di paura e sconforto** alternati a speranza e resilienza.

Prima la ricerca del vaccino, quindi la sua disponibilità oscillante tra consensi e diffidenze.

Poi la scelta di vaccinarci per riprenderci comunque le nostre vite, in attesa di prevenzioni più sperimentate e cure adeguate.

È ripresa in buona parte l'attività socioeconomica tra sostenitori e avversari del Green Pass. Si torna alla scuola in presenza (anche se manca parte degli insegnanti), respirano le aziende, il turismo "tira". Il PIL dovrebbe avere una performance oltre il 6 per cento, superiore al pre-Covid. Certo è che nulla sarà come prima.

Ma è ormai tempo di sferrare il colpo del KO e almeno far rientrare il Corona nella categoria delle malattie "endemiche" che circolano stabilmente tra la popolazione ma sono controllate nel tempo e nella pericolosità con opportuni farmaci e vaccini.

Un altro match di vitale importanza, che il Covid ha fatto passare in secondo piano, si combatte tra le corde del ring mondiale.

Il pianeta terra, il clima e l'ambiente, cer-

cano di difendere la loro natura dall'uomo. Un tempo le società primitive veneravano la "terra" come madre, prima fonte di vita.

Soprattutto negli ultimi cent'anni (ma già da prima) i vari Stati, con il supporto della scienza, ritenuta in grado di risolvere ogni problema del pianeta, hanno fatto prevalere i propri interessi.

A forza di inquinare, cementificare, deforestare a tutto spiano, usare pesticidi ed erbicidi, aumentare la CO2, utilizzare in maniera abnorme metalli pesanti, abbiamo creato danni irreparabili all'ecosistema.

Ecco allora l'effetto serra, l'aumento della temperatura media e degli incendi, l'innalzamento dei livelli delle acque, la distruzione dell'habitat di varie specie di animali che, spostandosi in zone abitate, hanno trasferito alcuni loro virus agli esseri umani.

Superare questi limiti significa non tornare più indietro. Purtroppo, chi dovrebbe e potrebbe porre rimedi (gli Stati) non intende farlo e allontana i tempi di intervento. Servono invece leggi e investimenti da concretizzare insieme all'educazione delle nuove generazioni al rispetto dell'ambiente. **Le nazioni devono compiere una scelta epocale:** destinare in maniera nuova le risorse pubbliche per ridurre il più possibile i "danni" procurati alla terra e, quindi, all'uomo. Se non ci saranno unità di intenti e velocità di cambiamento il nostro pianeta ci sferrerà un irrimediabile K.O. dal quale - a differenza del pugile Rocky Balboa - non sapremo più rialzarci. **Per questo è fondamentale essere vicini** a quelle Associazioni, cooperative agricole, gruppi che lottano per introdurre nuovi sistemi a tutela della nostra terra. **ARRT** è con loro.



Ripartiamo con la Scuola

di Annalisa Bertozzi

Ci siamo.... tutto è pronto per l'avvio del nuovo anno scolastico 2021-2022!!!

L'Associazione Romagnola Ricerca Tumori ripropone alle scuole i progetti:

"A scuola di Vita", rivolto alla scuola primaria e secondaria di primo grado

"Draghetto Mangiabene", dedicato alla scuola dell'infanzia per i bambini di 4-5 anni.

In questi ultimi dodici anni l'Associazione ha investito molto in progetti di educazione alimentare scegliendo come contesto quello scolastico in quanto la scuola, gli insegnanti e gli operatori, adeguatamente formati e motivati, possono avere **un ruolo fondamentale nello stimolare e nell'accompagnare gli studenti ad un atteggiamento consapevole e positivo verso il cibo, gli alimenti e la loro salute.**

Entrambi i progetti ideati e realizzati da Annalisa Bertozzi in equipe con la psicologa Kalina Koleva, e la dietista Chiara Mantengoli sono inseriti nel catalogo

"Scuole che promuovono salute" dell'Ausl di Cesena e grazie all'impegno economico e organizzativo dell'ARRT sono completamente gratuiti per le scuole richiedenti.

Draghetto Mangiabene è un simpatico peluche che si presenta ai bambini all'interno di un razzo e fa conoscere loro un fantastico universo spaziale attraverso avventurosi viaggi alla scoperta di gustosi pianeti e stravaganti personaggi. Le favole da noi proposte sono un utile strumento per favorire una crescita sana

non solo sotto il profilo dell'alimentazione; i bambini sono stimolati anche da un punto di vista relazionale, emozionale ed espressivo grazie anche ai nostri laboratori esperienziali e alle attività di manipolazione.



I bambini ci accolgono con curiosità ed entusiasmo, sempre attenti a cogliere ogni nostra spiegazione ma soprattutto impazienti di raccontarci le loro abitudini quotidiane e le loro preferenze alimentari. **L'interesse e la partecipazione dei nostri piccoli amici a queste attività di gioco sono sempre intensi, pieni di creatività e fantasia.**

"A scuola di Vita" è stato il nostro primo progetto e crea sempre molto interesse nel mondo della scuola, è apprezzato e ricercato da studenti ed insegnanti, in quanto in continuo aggiornamento ed evoluzione. Il percorso sulle attività laboratoriali è plasmato da noi ogni anno sulle nuove richieste ed esigenze che insegnanti e studenti evidenziano.

Il progetto prevede una formazione iniziale degli insegnanti, momento fondamentale, in quanto insegnanti coinvolti e motivati ci permettono di svolgere le nostre attività laboratoriali in una classe interessata, accogliente ed entusiasta.

Il lavoro con i ragazzi prevede attività sui principi nutritivi, sulla piramide alimentare, sull'ampio mondo delle bevande e momenti creativi di gioco/esercizio finalizzati alla comprensione attraverso l'esperienza, affinché siano i ragazzi i veri protagonisti dei nostri incontri.



I laboratori portano ad una maggior consapevolezza e memorizzazione **dei concetti legati alla corretta alimentazione**, inoltre, **vengono innescate competenze relazionali ed emotive intense, utili a migliorare la relazione e l'affiatamento tra i ragazzi.**

Le tematiche vengono affrontate attraverso un "librettino" illustrato che quest'anno abbiamo aggiornato in termini di immagini e argomenti.

Entrambi i progetti prevedono un momento informativo/formativo e di restituzione rivolto ai genitori. La presentazione del percorso e delle attività realizzate dai figli a scuola è un'importante verifica della ricaduta e dell'efficacia del progetto, soprattutto grazie al confronto con genitori e insegnanti.

Attraverso i nostri progetti gettiamo insieme al mondo della scuola, alle istituzioni e alle famiglie i primi semi di una coscienza critica con l'augurio che i ragazzi di oggi possano divenire giovani e adul-

ti consapevoli, responsabili e soprattutto sani, senza privarsi dei piaceri della buona tavola e della convivialità.

È possibile iscriversi entro il 16 ottobre 2021 inviando una mail a: info@arrt-cesena.it indicando scuola, docenti referenti, classi/sezioni e numero alunni. I posti sono limitati e le classi verranno inserite in base alla data di arrivo della richiesta.





Brevi riflessioni sullo stile di vita

di Davide Bruschi

Per definire e descrivere un corretto stile di vita è fondamentale sottolineare, in primo luogo, quanto sia importante che ciascuno impari a conoscersi: conoscere la propria alimentazione, le proprie condizioni e abitudini psicofisiche.

Occorre inoltre considerare che ogni persona cambia nel corso della sua storia, in base all'età, alle condizioni fisiche, alle situazioni di vita.

Fatte queste premesse, ciò che sicuramente mi sento di dire in merito all'alimentazione è che la **dieta mediterranea** è documentata tra le migliori da seguire: molte verdure, frutta e cereali, pasta e riso con olio extravergine d'oliva, carne bianca e pesce, carne rossa saltuariamente.

Altra indicazione, semplice e salutare, per tutte le età, è bere **acqua** abbondantemente, soprattutto quando invecchiamo, poiché il nostro organismo ha bisogno di mantenere un buon equilibrio idro-salino per tutelare tutti i nostri organi e la nostra salute.

Molto importante è anche **svolgere regolarmente attività fisica**, calibrata per ogni persona a seconda dell'età, delle attitudini, delle preferenze.

Sono da **evitare fumo di sigaretta, alcol, ambienti lavorativi o abitativi non salubri, con inquinanti respiratori o acustici**, che nuocciono al nostro equilibrio psicofisico; sicuramente sono più dannosi di qualche occasionale stravizio alimentare con un buon bicchiere di vino italiano.

Con l'avanzare dell'età è consigliabile eseguire alcuni accertamenti di prevenzione oncologica generali, in accordo con il proprio **medico curante: ecografie, endoscopie, esami ematici, etc.** per verificare il nostro stato di salute fisica e mentale.

Alcuni esami di prevenzione oncologica sono ormai una prassi consolidata: **pap-test** per le donne sopra i 25 anni, **mammografia** per le donne sopra i 40 anni, **sangue occulto** per tutti sopra i 50 anni. Per tutti è comunque essenziale che ci si conosca e giorno per giorno si presti attenzione al proprio corpo, così da cogliere eventuali anomalie, mutamenti o sintomi che incidono sulla qualità di vita quotidiana.

Nessuno è miglior medico di sé stesso.



Prevenzione senologica gratuita

Il 22 settembre abbiamo effettuato le prenotazioni per visita ed ecografia mammaria a donne di inferiore ai 45 anni, tipologia di indagine che la Sanità Pubblica effettua gratuitamente solo dopo tale età.

Sono stati prenotate 402 pazienti che saranno visitate nei mesi di ottobre e novembre 2021 presso gli ambulatori ARRT di Cesena e Savignano S/R.

Crediamo che lo sforzo da parte dell'Associazione sia tangibile e importante anche se purtroppo non è stato possibile soddisfare tutte le centinaia di richieste. Siamo dispiaciuti per i disagi evidenziati derivanti dall'intasamento delle linee telefoniche e cercheremo in futuro di migliorare da questo punto di vista.

Un ringraziamento speciale va ai nostri sponsor che con il loro contributo hanno dimostrato grande sensibilità sul tema della salute per le donne del territorio: Panathlon Cesena, ESSEGI color e Tacchificio Zanzani di Savignano S/R.

Ci teniamo a precisare che queste campagne hanno la finalità di sensibilizzare alla prevenzione una fascia di età giovane per la quale non è il caso di confidare solo sulla visita gratuita.

La visita senologica e l'ecografia

vanno effettuate periodicamente affinché la prevenzione abbia un senso.





Il mio approccio al cancro: un'esperienza da condividere

8 gennaio 2021 una giornata come tante, ma diversa perché è il compleanno di mio marito. Nel silenzio mattutino sorveglio il mio caffè pensando all'organizzazione della giornata e via sotto una bella doccia rinvigorente. Mi inebria il profumo del bagnoschiuma che passo su tutto il corpo, ma **abbassando lo sguardo vedo che il seno sinistro ha una strana forma; il capezzolo è rientrato.**

Panico!!!

Penso a quando ho fatto l'ultima mammografia che ricordo bene era negativa, pratico la palpazione, ma non sento nulla di particolare.

Corro a ricercare l'esito della mammografia: 30 giugno 2020 negativa.

Cerco di razionalizzare: mammografia negativa 6 mesi prima, palpazione fatta abitualmente mi rincuora un po' poi mi metto davanti allo specchio alzando le braccia..... È chiaro che il mio seno sinistro ha cambiato forma.

Decido di non parlarne in famiglia per quel giorno, per non rovinare il compleanno, ma ho quel pensiero fisso e mentalmente cerco di organizzare i futuri passi da fare. Considerato il periodo

di festività il primo sarebbe stato telefonare alla provvidenziale Cinzia di ARRT per informarmi sulla possibilità di essere visitata con urgenza da un senologo. **Il 15 gennaio mi visita il Dott. Gallone e con le dovute maniere mi informa della necessità ed urgenza di effettuare diversi esami presso l'ospedale di Cesena.**

Vengo accolta nel reparto di senologia dalla Dott. Meldoli che con grande professionalità e delicatezza definisce con me l'iter da seguire: mammografia, ago aspirato, tomografia. Vengo completamente alleviata dal carico delle prenotazioni; passo dopo passo mi arrivano le telefonate per i vari appuntamenti ed io non faccio altro che presentarmi nell'orario e nel luogo stabilito per l'esame. Immediatamente è inoltrata la pratica per l'esenzione del ticket.

Finita la prima serie di esami era chiaro che avrei dovuto subire un intervento e ho deciso di farmi operare nel reparto di senologia di Forlì. La Dott. Meldoli mi informa che i due reparti sono in contatto e il mio caso verrà discusso al primo incontro di equipe.

Prenoto immediatamente una visita con **la Primaria del reparto Dott. Curcio** e nel giro di pochi giorni sono davanti a lei che mi visita, **controlla gli esami e mi comunica che per il mio tipo di tumore è necessaria l'asportazione totale del seno sinistro.**

Nel giro di poche settimane completo tutti gli esami preliminari e il 10 marzo mi ricovero nel reparto di senologia di Forlì. È un reparto piccolo ed entrando si respira subito un'aria particolare: **organizzazione, efficienza e sensibilità a 360 gradi.** Forse è per la tipologia di tumore che colpisce prevalentemente donne, toccando nel vivo la loro femminilità, che l'ospedalizzazione necessita di maggiore cura e attenzione garantite nel reparto guidato dalla Dott. Curcio. In periodo di pandemia non sono ammesse visite nei reparti se non quella di un solo familiare per un quarto d'ora la sera, ma **non ho mai sentito la solitudine perché dal primo momento fra le pazienti si è creato un clima di condivisione e di vera e propria sorellanza, tutte accomunate dallo stesso mostro da abbattere.**

Operata nella serata dell'**11 marzo** vengo seguita per tutta la notte dalle infermiere che, per non disturbare, entrano in stanza con la pila sperando che stia dormendo.

Il giorno seguente si inizia a pensare al recupero e via a fare ginnastica con le attente fisioterapisti che con noi fanno gli esercizi da ripetere più volte al giorno.

Qualcuna chiederà: **e il dolore?** Nel reparto sono attenti e praticano **la terapia di contenimento del dolore.** A dire la verità l'ho provato maggiormente qualche giorno dopo l'intervento, quando ero già a casa, e sono dovuta tornare dalle fisioterapisti per una **web syndrome, complicità postoperatoria non troppo frequente che consiste nell'infiammazione del sistema linfatico del braccio.**

Ogni settimana, per mesi, continuo ad andare a gonfiare l'espansore che mi è stato posizionato al momento dell'intervento e che sarà rimosso fra oltre un anno quando potranno installare la protesi.

Ad agosto termino i controlli in senologia e sarò seguita dall'oncologia di Meldola.

Alla prima visita viene approntata **la terapia ormonale** alla quale dovrebbe reagire il mio tumore; **dovrò assumerla per 5 anni sotto**

controllo oncologico. Fortunatamente ho potuto evitare chemio e radioterapia.

Oggi sto bene! Ho due seni diversi, ma non per questo mi sento menomata.

Assumo quotidianamente la terapia e faccio puntualmente i controlli previsti, ma non per questo penso di essere malata.

Sono contenta di essermi accorta in tempo di quello che mi stava succedendo e **ringrazio tutta la filiera che si è creata attorno a me a partire da ARRT, ai reparti di senologia degli ospedali di Cesena e Forlì sino al servizio oncologico di Meldola.** Nonostante viviamo nell'era COVID tutti hanno saputo dare una risposta immediata, professionale accompagnata da grande sensibilità umana. Insostituibile l'aiuto psicologico di tutta la mia famiglia e degli amici che hanno vissuto con me ogni momento.

Vi ho raccontato la mia esperienza sperando che nessuno debba riviverla.

Ragazze di tutte le età la prevenzione è fondamentale e non è sufficiente la mammografia una volta all'anno tutte le volte che fate la doccia mettetevi davanti allo specchio a braccia alzate e controllate che i vostri seni siano uguali, fate regolarmente la palpazione dei due seni.

Prevenire è meglio che curare!!!!





ARRT promotore di una ricerca scientifica sulle “firme genetiche”

di Ruggero Ridolfi

Componente CDA ARRT; Coordinatore Medici per l'Ambiente ISDE Forlì-Cesena

Parliamo di Tumori, e ti chiedo: “Qual è il tuo più grande augurio per il futuro?” In genere, mi sento rispondere: “Che si trovi una cura efficace contro il cancro!”. Da, ormai vecchio Oncologo, mi ribello: “MA SEI PROPRIO SICURO??! In pratica vorresti che, se ti fosse annunciata una diagnosi di tumore, che getterebbe nello sconcerto e nell'angoscia te e le persone a te vicine, tu saresti “contento” di affrontare una terapia più o meno lunga e complessa con la consapevolezza di guarire, per poi proseguire con ulteriori controlli nel tempo Ma non sarebbe meglio desiderare di **NON AMMALARSI PIÙ DI CANCRO !?**”

Questo avviene già per molte altre malattie come vaiolo, peste, colera, lebbra etc., che pure hanno mietuto milioni di vittime nei secoli scorsi. Certo, queste malattie avevano una causa ben identificabile, mentre sappiamo che il cancro è una malattia multifattoriale. Tuttavia, oggi la tecnologia ci permette di sognare sfide impensa-

bili fino a qualche anno fa. The whole-genome sequencing (il sequenziamento dell'intero genoma) delle nostre cellule, sia sane che ammalate e l'aiuto dell'intelligenza artificiale che consente di eseguire migliaia di valutazioni in pochi secondi possono consentire in un prossimo futuro di conoscere tutte le cause e concause che portano alla formazione di un tumore.

Oggi si conoscono già le **single mutazioni del nostro DNA**, sia che insorgano nei geni (“genetiche”) che nelle strutture di supporto, che ne regolano le funzioni (“epigenetiche”). Possono essere cause principali o concause: per esempio si conoscono e sono catalogate le decine di mutazioni genetiche ed epigenetiche dovute al fumo di sigaretta, le alterazioni dovute ai raggi Ultravioletti, quelle da pregresse irradiazioni di radioterapia, o dovute all'amianto etc... Si sta costituendo una vera e propria “libreria” delle mutazioni riconducibili a specifici fattori (radiazioni o virus..) o a singole molecole chimiche.

Per perseguire questa pur futuribile ipotesi, ARRT ha deciso di proporre ad esperti del settore una ricerca molto preliminare, che potrebbe risultare di grande interesse.

È noto dalla recente letteratura scientifica che un tumore come il **Melanoma** ha una probabilità di formarsi di 4,5 volte maggiore rispetto al rischio comune se vi è stata una esposizione prolungata nel tempo ai **raggi Ultravioletti** (come quella professionale degli agricoltori) e contemporaneamente anche una esposizione a **Pesticidi** (sia professionale che per vicinanza).

Il territorio Romagnolo è da sempre una zona a vocazione agricola, ma è anche ormai un'area fittamente abitata, dove campi coltivati a frumento, vigne, oliveti e soprattutto frutteti, confinano spesso con villaggi, quartieri ed abitazioni private.

L'uso di **"fitofarmaci"** in agricoltura è piuttosto diffuso anche nel nostro territorio e spesso non solo gli agricoltori (e i loro familiari), ma anche soggetti che abitano in stretto contatto con campi coltivati possono essere esposti alle sostanze irrorate.

Lo studio che ARRT propone si dovrà avvalere di un protocollo ben definito, che dovrà

essere sottoposto al Comitato Etico locale per la sua approvazione, nel rispetto di tutte le normative vigenti. Sarà una ricerca retrospettiva, da eseguirsi su campioni di tessuto di pregressi melanomi asportati chirurgicamente negli ultimi 4-5 anni, ovviamente con il consenso del paziente a cui il tessuto appartiene.

Verranno cercate mutazioni che possano essere relazionate a specifiche sostanze chimiche sul tessuto ammalato e potrà essere un primo passo per più ampie ed approfondite valutazioni.

Iniziare a mappare mutazioni specifiche legate a determinate molecole presenti nel tumore da cui si è affetti, potrebbe portare a nuove ed importanti considerazioni etico-legali; potrebbe costituire "la pistola fumante" del fattore responsabile (o corresponsabile) della malattia, aprendo impensabili prospettive per una reale Prevenzione Primaria!

ARRT si propone come Promotore di una ricerca che oltre a verificare una ipotesi di innegabile interesse scientifico, avrà anche l'opportunità di promuovere nella cittadinanza del nostro territorio una particolare attenzione all'uso, talora eccessivo, di sostanze chimiche in agricoltura.





Pesticidi e salute: cosa dobbiamo sapere

di **Patrizia Gentilini** - Medici per l'Ambiente ISDE Italia

L'impegno per una agricoltura senza pesticidi e per un cibo che coniughi la salubrità della terra con la salute dell'uomo è più che mai di attualità specie in tempi di Covid 19, perché il nostro sistema immunitario, fondamentale per difenderci dai rischi infettivi, può essere gravemente compromesso dall'esposizione alle sostanze chimiche usate nell'agricoltura industriale, in primis i pesticidi. **Col termine pesticidi** si intendono tutte le sostanze utilizzate per combattere insetti, funghi, batteri, virus, erbe infestanti etc. Fra esse rientrano i *prodotti fitosanitari* (Reg. CE 1107/2009) utilizzati in agricoltura: circa 400 sostanze per un totale di circa 130.000 tonnellate, utilizzate ogni anno in Italia, di soli principi attivi ed anche i *biocidi* (Reg. UE 528/2012, Dir 98/8/CE), che hanno i più svariati impieghi (disinfettanti, preservanti, pesticidi per uso non agricolo, ecc.) e su cui purtroppo sono carenti informazioni circa quantità utilizzate e scenari d'uso. Tutte queste sostanze, distribuite quindi deliberatamente nell'ambiente, sono, secondo la definizione di ISPRA, *"molecole di sintesi selezionate per combattere organismi*

nocivi e per questo generalmente pericolose per tutti gli organismi viventi". Sono infatti molecole progettate per interferire con i meccanismi fondamentali per la vita quali *respirazione, produzione di energia, trasmissione nervosa, riproduzione*, che sono comuni alle varie forme di vita, in quanto selezionatisi durante l'intera evoluzione. **L'azione tossica dei pesticidi** va quindi ben oltre il solo bersaglio cui sono indirizzati ed anche l'uomo ne diventa vittima involontaria. La letteratura scientifica documenta ormai come non solo l'avvelenamento acuto, ma anche l'esposizione cronica a piccole e ripetute dosi, seppur "nei limiti di legge", possa comportare un incremento del rischio di patologie cronico-degenerative quali cancro, diabete, patologie respiratorie (Asma, Bronchite Cronica e Broncopneumopatia Cronica Ostruttiva), malattie neurodegenerative e cardiovascolari, ipertensione, obesità, disturbi della sfera riproduttiva, infertilità maschile, disfunzioni ormonali, patologie autoimmuni, insufficienza renale e soprattutto problemi nell'infanzia con l'incremento di leucemie e alterazioni del neurosviluppo.

La letteratura scientifica documenta ormai come non solo l'avvelenamento acuto, ma anche l'esposizione cronica a piccole e ripetute dosi, seppur "nei limiti di legge", possa comportare un incremento del rischio di patologie cronico-degenerative quali *cancro, diabete, patologie respiratorie (Asma, Bronchite Cronica e Broncopneumopatia Cronica Ostruttiva), malattie neurodegenerative e cardiovascolari, ipertensione, obesità, disturbi della sfera riproduttiva, infertilità maschile, disfunzioni ormonali, patologie autoimmuni, insufficienza renale* e soprattutto problemi nell'infanzia con l'incremento di leucemie e alterazioni del neurosviluppo.

L'esposizione cronica avviene attraverso diverse modalità: professionale, residenziale (abitanti vicino a campi coltivati), ma anche attraverso aria, acqua e alimenti.

L'ultimo dossier di Legambiente riporta i risultati su 5.835 campioni di alimenti di origine vegetale, condotti da strutture pubbliche nel nostro paese, ed emerge che nel 72% della frutta e nel 36% della verdura sono presenti residui. Se anche i campioni irregolari sono meno del 2% non possiamo considerarci al sicuro. Un recente lavoro ha, infatti, testato una miscela «nei limiti di legge» di *azossistrobina, boscalid, clorpirifos, glifosato, imidacloprid* e ne ha valutato gli effetti con indagini in grado di indagare l'espressione dei geni, confrontandoli con le indagini tossicologiche standard. Mentre queste ultime non mostravano evidenza di danno, quelle sull'espressione genica hanno mostrato cambiamenti sostanziali nelle cellule di intestino, sangue e fegato, con cambiamenti nella espressione di ben 257 geni.

Non va dimenticato inoltre che l'azione tossica dei pesticidi si rivolge anche contro l'ambiente microbico intestinale (microbiota) con cui noi viviamo in stretta simbiosi e che svolge funzioni essenziali per la nostra vita, contribuendo al metabolismo, alla biosintesi di vitamine (acido folico, vit. K, vit. del gruppo B) e che ha un ruolo fondamentale sia nel funzionamento del cervello che del sistema immunitario.

Studi sperimentali ed epidemiologici dimostrano come livelli anche molto piccoli e ritenuti sicuri di tali sostanze chimiche alterino l'equilibrio fra le varie specie che compongono

il microbiota, inducendo disbiosi e favorendo l'insorgenza di svariate patologie. Studi recenti segnalano che l'uso diffuso di pesticidi può contribuire all'epidemia mondiale di malattie correlate all'infiammazione quali obesità e diabete. **Anche il glifosato** danneggia gravemente il microbiota.

È il pesticida più utilizzato al mondo: 826.000 tonnellate di solo principio attivo a livello globale nel 2014 (circa 0,5 kg su ogni ettaro di suolo agricolo del pianeta), strategico per la produzione di OGM ed al centro di vicende giudiziarie che hanno portato il produttore (Bayer-Monsanto) al risarcimento di 10.5 miliardi di dollari per i danni alla salute provocati. Il glifosato fu ritenuto innocuo per l'uomo, perché interferisce con un enzima presente in tutte le specie ad eccezione dei mammiferi, ma in grado quindi di alterare gravemente il microbiota facendo prevalere i batteri del genere *clostridium*, dotati di azione neurotossica.

Diversi studi attribuiscono proprio al glifosato, specie per esposizione prenatale, l'incremento di autismo che si riscontra nell'infanzia entro 2 km dalla residenza materna.

L'esempio del glifosato, considerato innocuo perché non direttamente attivo contro l'organismo umano, è paradigmatico di una scienza miope e "riduzionista", che ha perso di vista la complessità dei problemi e l'equilibrio che deve esistere fra i vari ecosistemi per permettere la nostra stessa sopravvivenza.

Una agricoltura rispettosa degli equilibri naturali ed in grado di fornirci un cibo che porti salute e non malattie è il primo, fondamentale, cambiamento che siamo chiamati a compiere. I vantaggi di una alimentazione biologica sono ormai ben noti: riduzione del rischio di cancro, in particolare linfomi, allergie, infertilità, malformazioni, obesità, ipertensione in gravidanza, nonché protezione dello sviluppo cerebrale in gravidanza e riduzione del rischio di antibiotico resistenza.

Con le nostre scelte quotidiane possiamo fare la differenza: non dovrebbe essere difficile capire che, se continuiamo a spargere veleni, finiamo per avvelenare non solo noi stessi, ma anche il prezioso universo di microbi e batteri che vive dentro di noi e di cui dobbiamo avere la massima cura.



I vaccini per i bambini dai 12 anni

di Giancarlo Biasini

In Europa sono due i vaccini contro il Covid-19 raccomandati dall'Agenzia Europea del farmaco (EMA) e dalla Agenzia Italiana del Farmaco (AIFA) per i ragazzi dai 12 ai 16 anni: quelli prodotti da Moderna e da Pfizer.

Il via libera di EMA è arrivato dopo la valutazione dei risultati dei farmaci su una popolazione di giovanissimi.

Nel caso di Pfizer lo studio è stato condotto su oltre duemila bambini e ragazzi fra i 12 e i 16 anni. A un migliaio di bambini è stato iniettato il vaccino, a un altro migliaio il placebo. Nel primo gruppo nessuno ha sviluppato Covid-19 nel secondo 16 su 1000.

L'efficacia registrata è quindi del 100 per cento nel prevenire la malattia. Nel caso di Moderna sono stata valutati i dati di 3.732 bambini fra i 12 e i 17 anni.

Nel caso Pfizer nessuno dei 2.163 bambini vaccinati ha sviluppato Covid-19, contro 4 bambini sui 1.073 che hanno ricevuto il placebo. Anche per gli effetti indesiderati, non sembrano esserci differenze rilevanti fra i giovanissimi e gli adulti.

Si tratta di disturbi che, se si presentano, sono di lieve o moderata entità e si risolvono nell'arco di pochi giorni.

L'Agenzia europea ha concluso che anche a partire dai 12 anni i vaccini portano benefici che superano in modo significativo i rischi.

Un caso particolare studiato dall'Agenzia è quello dei casi di miocardite e di pericardite (affezioni che interessano il cuore) capitati nel corso della vaccinazione di massa con i due vaccini e non nel corso delle sperimentazioni.

I casi di miocardite registrati in Europa sono stati 145 in vaccinati con Moderna e 19 con Pfizer entro 14 giorni dalla vaccinazione.

Questo rispettivamente su 177 milioni di dosi (Moderna) e su 20 milioni di dosi (Pfizer) iniettate in Europa. Tutti i casi si sono risolti.

Le società scientifiche che raccolgono i pediatri in Italia si sono espresse, in maniera concorde, a favore della vaccinazione dei ragazzi a partire dai 12 anni.

Il loro parere è che se la fascia pediatrica dai 12 anni in su risulta essere tra quelle meno colpite dal Covid-19, recenti evidenze scientifiche hanno dimostrato anche in tale fascia di età la presenza di gravi complicanze per i bambini e gli adolescenti.

Fra i ragazzi di età pari o superiore a 12 anni ci sono stati in Italia 638mila casi e 29 decessi. Nel dettaglio, sul totale dei casi positivi il 5,5% (231.338) con 11 decessi, riguarda la fascia di età 0-9 anni, mentre il 9,6% (406.460) con 15 decessi riguarda la fascia di età 10-19 anni. Insomma, i problemi seri causati dall'infezione di Covid-19 sono rari, ma esistono, e si sa poco delle sequele a medio-lungo termine dell'infezione.

È stata descritta la “sindrome infiammatoria multi sistemica” che riguarda bambini in età scolare che presentavano febbre, ipotensione, forte dolore addominale e disfunzione cardiaca.

I pediatri sottolineano anche che ci sono ragioni di salute pubblica che suggeriscono la vaccinazione: «la fascia di età pediatrica e adolescenziale può fungere da serbatoio per la diffusione del virus nell'intera popolazione. (...)».

Implementare un'offerta vaccinale universale aiuterà notevolmente a ridurre non solo la

circolazione dello stesso virus, ma soprattutto il rischio di generare varianti potenzialmente più contagiose o capaci di ridurre l'efficacia degli stessi vaccini in uso».

Un terzo ordine di ragioni ha infine a che fare con la salute intesa in senso più ampio: la vaccinazione è una misura necessaria per dare la possibilità di tornare a scuola in presenza e ad una vita sociale più completa.

I bambini in età scolare e gli adolescenti rappresentano una delle categorie più colpite dai disturbi psicologici seguiti alla pandemia. Si pensi ai disturbi di ansia, di attenzione del sonno, dell'attenzione, dei tic, dell'alimentazione, alla perdita del profitto scolastico di quest'anno dimostrato da INVALSI.

Le scuole sono state le prime attività a chiudere e le ultime a riaprire come se non fossero “attività” essenziali. Mettere in sicurezza il prossimo anno scolastico dovrebbe essere un obiettivo degli stessi studenti facendosi vaccinare in questi mesi estivi.

Ma occorre che i ragazzi comprendano che fra i vantaggi della vaccinazione non c'è solo la protezione individuale attraverso il vaccino che li libera da una infezione magari lieve, ma che **la vaccinazione è un modo attraverso il quale sono essi stessi il motore del cambiamento.**





ANTICIPA E STOPPA IL TUMORE
DONACI IL TUO 5X1000
CODICE FISCALE 90001280404

www.rrt-cesena.it