

PARTITO DA REGGIO EMILIA "PANCREA", IL TOUR PROMOSSO DA AIOM, SIMG E INSIEME CONTRO IL CANCRO

Al via la prima campagna di prevenzione nazionale contro il tumore del pancreas

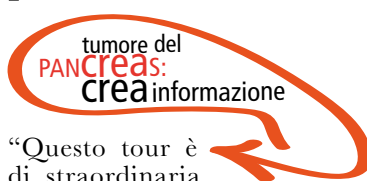
SE NE VA UNO DEI PADRI DELLA COMUNICAZIONE MEDICO-SCIENTIFICA

Ciao Francesco...



Francesco Marabotto, scomparso domenica sera a soli 58 anni, non era soltanto uno dei migliori giornalisti medico-scientifici italiani, era per me, per tutti noi di Intermedia, un amico e un fratello. Di quelli veri, sinceri, profondi. L'avevo conosciuto 25 anni fa, lui inviato di una testata medica, io del mio quotidiano. Era nata subito un'amicizia forte, fatta di stima e condivisione di valori umani. Poi il suo passaggio all'Ansa, per me e Sabrina la nascita di Intermedia: periodi intensi, entusiasmanti per entrambi di crescita professionale, ma anche umana. Il contatto quotidiano, la condivisione di mille progetti, di dubbi, di attese, di piccole promozioni. Con lui ad essere uno dei nostri grandi sponsor. In questi anni, con Francesco ho condiviso esperienze uniche dai congressi più importanti al mondo apprezzando la sua competenza e il senso della notizia, ma anche la gioia di serate casalinghe trascorse a cena io, lui e Daniela. Sempre pronti al confronto, convinti che alla fine l'etica, la professionalità, lo stile pagano sempre. Lui, fratello maggiore per me, mi ha insegnato mille cose, anche quando la sua salute ha iniziato a traballare, con quell'ironia frutto di una intelligenza e sensibilità rare. La sua morte mi lascia un vuoto terribile, un dolore profondo, sordo. Oggi, Francesco, ci vedremo per l'ultima volta a Roma, città che tanto amavi e che spesso mi mostravi nei lati meno conosciuti e per me ignoti. Saremo in tanti a salutarti. Un abbraccio grosso, grosso

Mauro Boldrini



“Questo tour è di straordinaria importanza perché punta a informare la popolazione, soprattutto sulla prevenzione, particolarmente importante quando si tratta di un tumore molto difficile da curare. Seguire uno stile di vita sano è necessario per ridurre il rischio di cancro, anche del pancreas”. Sono le parole di **Corrado Boni** e **Romano Sassatelli** dell'Arcispedale 'S. Maria Nuova' - IRCCS di Reggio Emilia, dove ha preso il via la campagna nazionale di sensibilizzazione *“PanCrea: creiamo informazione”*, voluta da AIOM

(Associazione Italiana di Oncologia Medica), SIMG e Fondazione “Insieme contro il cancro”. “I dati del sondaggio nazionale che abbiamo promosso – ha continuato Boni – dicono che il 77% delle persone non conosce i sintomi e il 97% non ne ha mai parlato con il proprio medico di famiglia. Ma l'81% è interessato a saperne di più”. “Secondo il 49% delle persone che hanno risposto – ha aggiunto Sassatelli – una condotta equilibrata serve a poco: infatti il 23% di loro fuma e il 55% non pratica esercizio fisico con regolarità. Comportamenti non corretti su cui dobbiamo intervenire”. Nell'ambito di “PanCrea”, resa possibile grazie al contributo incondizionato di Celgene, sono stati realizzati due opuscoli, uno dedicato alla prevenzione e uno ai pazienti, oltre a un ulteriore

questionario per gli oncologi. “La ricerca scientifica sta segnando passi avanti contro le neoplasie del pancreas – spiega la dottoressa **Adriana Albini**, Direttore Dipartimento Ricerca e Statistica dell'IRCCS - S. Maria Nuova –. È stato infatti approvato in Europa, anche per questa patologia, il nab-paclitaxel, una molecola che sfrutta le più recenti scoperte in ambito di nanotecnologia”.



DISTURBI AL FEMMINILE

Vivere “quei giorni” senza patemi, ora si può

Quante donne sperimentano una volta al mese un peggioramento della qualità della vita dovuta a dolori e fastidi “in rosa”? L'equilibrio dell'ambiente vaginale, infatti, è molto delicato e suscettibile di modificazioni in funzione di molti fattori (età, funzionalità ovarica, attività sessuale, fase del ciclo mestruale, impiego di contraccettivi orali, stati patologici, gravidanza, terapie farmacologiche). Tra questi c'è anche la vaginosi batterica, che costituisce il 60% di tutte le infezioni vaginali nelle donne in età fertile. Per prevenirla, oltre a curare molto bene l'igiene intima, la ricerca oggi propone anche un'altra soluzione: un assorbente interno contenente una miscela di probiotici, che agisce per un sano e corretto equilibrio dell'ecosistema vaginale mantenendo inalterato il pH. Una soluzione innovativa, che consente di regolarizzare il flusso durante il ciclo mestruale, agendo direttamente sulle mucose vaginali, con importanti benefici per la salute della donna.

BENEFICI DELLO SPORT

Quando l'attività fisica fa 40...

Che il movimento sia considerato la miglior forma di prevenzione è risaputo: noi ve lo diciamo praticamente tutti i giorni! Ma ora l'autorevole American College of Sports Medicine (ACMS) ha ribadito il concetto indicando anche quanto esercizio è necessario fare. Per diminuire il rischio di 40 patologie, dalle malattie cardiovascolari al diabete, dall'ipertensione all'obesità, dall'osteoporosi ai tumori, gli adulti tra i 18 e i 65 anni dovrebbero allenarsi per almeno 150 minuti alla settimana, suddivisi in mezz'ora al giorno per cinque giorni. L'ideale sarebbe alternare attività aerobica (corsa, nuoto, bicicletta) a esercizi di stretching e potenziamento muscolare. Perfetti anche 20 minuti quotidiani di camminata, che oltre ad aiutare a smaltire i chili di troppo, fanno diminuire dell'8% la probabilità di sviluppare malattie cardiovascolari, come afferma un altro studio su oltre 9.000 persone condotto dall'Università britannica di Leicester e pubblicato sulla prestigiosa rivista scientifica *The Lancet*.

