

ALL'ISTITUTO "MELLONI" DI PARMA LA 12A TAPPA DELLA CAMPAGNA AIOM "NON FARE AUTOGOL"

Roberto Donadoni: "Ragazzi, non perdetevi la salute in un bicchiere..."

Problema alcol tra gli adolescenti emiliani. Un quindicenne su tre beve alcolici almeno una volta la settimana. Anche il cosiddetto fenomeno del binge drinking ("l'abbuffata alcolica") si accentua al crescere dell'età: la percentuale di giovani che afferma di essersi ubriacata due o più volte nella propria vita passa da circa 1% per gli 11enni al 15% per i 15enni. Dati che preoccupano: bastano 50 grammi di alcol al giorno per aumentare di tre volte il rischio di

tumori della cavità orale, della faringe e dell'esofago. Per questo motivo, l'allenatore del Parma, Roberto Donadoni è salito in cattedra all'Istituto "Melloni" di Parma per la dodicesima tappa della quinta edizione del progetto "Non fare autogol". La campagna itinerante è promossa dall'AIOM (Associazione Italiana di Oncologia Medica) con



to non fa rima con bere, come pensano ormai i giovani di oggi". "Vogliamo far capire che la vera sfida contro il cancro inizia da adolescenti - hanno sottolineato il prof. Carmine Pinto, Presidente nazionale AIOM e Direttore dell'Unità Operativa di On-

la Presidenza del Consiglio dei Ministri, il CONI e la Federazione Italiana Giuoco Calcio (FIGC) e vuole spiegare agli adolescenti come tenersi alla larga da malattie e disturbi. "È con grande piacere che ho accettato di partecipare a un progetto così importante, rivolto agli adolescenti, i nostri primi tifosi - ha dichiarato Donadoni -. La scuola è il luogo dove spesso cominciano le cattive abitudini, ma i ragazzi devono capire che uno stile di vita sbagliato alla loro età compromette la loro salute da adulti. L'alcol? Divertimen-

ciologia dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma, e il dott. Francesco Leonardi, oncologo presso l'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma -. L'importanza di un corretto stile di vita è ampiamente dimostrata nella prevenzione oncologica: il 40% dei decessi per tumore, infatti, è causato da fattori di rischio potenzialmente modificabili". Il tour delle Prevenzione prosegue e domani farà tappa all'Istituto "Azuni" di Cagliari, con il centrocampista rossoblù, Albin Ekdal.

DISTURBI DELLA CUTE

Bambini, la dermatite si cura al sole



Il sole se dosato e preso nel modo giusto può rivelarsi un vero alleato per il benessere della pelle, in particolare nel trattamento delle dermatiti atopiche dei bambini. Circa il 20% dei piccoli è interessati da questo disturbo, che si presenta di lieve o moderata entità in 8 casi su 10. "Molte malattie come la dermatite atopica o la psoriasi - segnala il dott. Giuseppe Ruggiero, dermatologo pediatrico e coordinatore scientifico di Paidòs, Osservatorio Nazionale sulla salute dell'infanzia e dell'adolescenza - migliorano con l'esposizione al sole. Il bambino atopico può esporsi gradualmente a patto di proteggersi con indumenti (cappello, magliette), occhiali, ombrellone, evitando le ore più calde. L'uso di solari con alto fattore protettivo è determinante. Vanno applicati mezz'ora prima dell'esposizione, in abbondanza e su tutta la superficie esposta - insiste il dott. Ruggiero - e nessuna crema può essere considerata idrorepellente: dopo i bagni va riapplicata. La dermatite atopica è geneticamente determinata. Si diagnostica sulle caratteristiche cliniche (morfologia e localizzazioni tipiche, volto e superficie estensoria degli arti nei bambini piccoli, pieghe agli arti nei bambini più grandi), prurito, secchezza cutanea, e con test di laboratorio. "Per il trattamento, i cortisonici topici sulle lesioni arrossate sono i farmaci di prima linea nelle fasi acute - spiega l'esperto - importanti anche le creme idratanti ed emollienti su tutto il corpo per la gestione della malattia, oltre all'uso di prodotti specifici per la pulizia. La nuova frontiera sono i riparatori della barriera cutanea. Lozioni prive di cortisone in grado di alleviare e contenere i principali sintomi".



ombrellone, evitando le ore più calde. L'uso di solari con alto fattore protettivo è determinante. Vanno applicati mezz'ora prima dell'esposizione, in abbondanza e su tutta la superficie esposta - insiste il dott. Ruggiero - e nessuna crema può essere considerata idrorepellente: dopo i bagni va riapplicata. La dermatite atopica è geneticamente determinata. Si diagnostica sulle caratteristiche cliniche (morfologia e localizzazioni tipiche, volto e superficie estensoria degli arti nei bambini piccoli, pieghe agli arti nei bambini più grandi), prurito, secchezza cutanea, e con test di laboratorio. "Per il trattamento, i cortisonici topici sulle lesioni arrossate sono i farmaci di prima linea nelle fasi acute - spiega l'esperto - importanti anche le creme idratanti ed emollienti su tutto il corpo per la gestione della malattia, oltre all'uso di prodotti specifici per la pulizia. La nuova frontiera sono i riparatori della barriera cutanea. Lozioni prive di cortisone in grado di alleviare e contenere i principali sintomi".

IL RITRATTO SU SKY SPORT

"In Forma", l'appuntamento quotidiano con il benessere

Proseguono le puntate di "In Forma", il programma targato "Il Ritratto della Salute", che va in onda ogni giovedì alle 9,45 sul canale 200 della piattaforma Sky (Sky Sport 24). La trasmissione è condotta da Eleonora Cottarelli. Ogni settimana affrontiamo argomenti di salute e benessere. Grande spazio agli articoli de "Il Ritratto della Salute NEWS", con in più la novità dell'hashtag #InForma per fare domande agli esperti che intervengono in studio, richiedere consigli su fitness, alimentazione e benessere e proporre temi da sviluppare nelle varie puntate. E con i "Fitness Selfie" chiunque può raccontarci come si allena e si mantiene "In Forma". Oggi parleremo di vaccini e delle loro importanza.

