ASL NAPOLI 2

Giugliano, conferenza sulla prevenzione dell' obesità e sui rischi del tabagismo

Danni da fumo e obesità, due problematiche definite qualche tempo fa dall'organizzazione mondiale della sanità "epidemie internazionali", sono stati i temi portanti di un convegno svoltosi lo scorso 25 novembre nella sala conferenze della struttura distrettuale di via Basile a Giugliano. Alla tavola rotonda hanno partecipato il dottor Virgilio Rendina, specialista delle malattie dell'alimentazione e il dottor Valentino Pugliese, esperto degli aspetti tossicologici legati al vizio della sigaretta. Ad introdurre i lavori sono stati Piero Cerato, manager dell'Asl Napoli 2 e Pasquale Giordano, nuovo primario del reparto di medicina generale dell'ospedale San Giuliano. Successivamente, la parola è passata al dottor Rendina, il quale ha incentrato la propria relazione sulle linee guida per la prevenzione dell'obesità. "Tutti noi addetti ai lavori – ha esordito il Rendina – sappiamo che la classica bilancia non è in grado di misurare la quantità di grasso in eccesso presente in tutte quelle persone che evidenziano uno squilibrio, protratto nel tempo, tra l'energia assunta attraverso gli alimenti e la loro capacità di saperla utilizzare. E solo un dietista può stabilire esattamente determinati parametri rispetto ad ogni soggetto, sia esso in sovrappeso od obeso. Tra l'altro, l'obesità è un problema di portata mondiale. A tal proposito si può notare che nelle varie nazioni dal 1994 ad oggi il numero delle persone obese è aumentato di una percentuale che oscilla tra il 10 e il 40%. In Italia attualmente il 34% dei cittadini registra uno "sforamento contenuto" all'esame della bilancia, mentre il 9% va ben oltre la soglia del sovrappeso. Dal punto di vista geografico, va detto che in Campania il 18% degli uomini e il 33% delle donne è obeso. Tale percentuale scende al 7,7% per gli abitanti del Nord Est e sale al 12% al Sud. Insomma, la nostra regione anche in questo ambito vanta un record certamente non invidiabile. Tale patologia, infatti, - ha continuato Rendina – logora il fisico, determina problemi artrosici, cardiovascolari, dislipidemia, ipertensione, moderato rischio di cancro, elevato rischio di diabete e problemi di emarginazione sociale. Ciò significa che la qualità della vita dell'obeso è sicuramente più bassa rispetto a quella di chi ha un'alimentazione equilibrata". Prima di concludere la propria relazione, Rendina ha anche tracciato alcuni parametri di riferimento per chi intende uscire da questo tunnel alimentare. "Premesso che al nostro corpo servono zuccheri, proteine, grassi, vitamine, sali minerali e quant'altro – ha aggiunto il nutrizionista napoletano – chi intende dimagrire seriamente deve capire che la dinamicità dei muscoli è un elemento indispensabile, in quanto essa è in grado di determinare l'andamento del nostro metabolismo. Quindi, se si vuole perdere peso, per prima cosa bisogna trovare il tempo di fare esercitazione fisica anche in quelle giornate che magari sono troppo piene di appuntamenti di lavoro. Inoltre, al paziente in questione è opportuno affiancare un team di esperti, composto da un dietista-nurizionista, uno psicologo e un istruttore-riabilitatore. Tali figure possono contribuire a rimodulare lo stile di vita dell'obeso, il quale deve poi imparare a gestire anche i cosiddetti cibi elaborati, tra cui dolci e fritture".

Successivamente, sui danni da fumo è intervenuto il dottor Valentino Pugliese, il quale ha esordito definendo il tabagismo "un'intossicazione cronica che si manifesta con alterazioni organiche e funzionali a carico di vari apparati del nostro organismo". "Esso – ha continuato Pugliese – provoca abitudine, dipendenza, insomma, è una vera e propria tossicodipendenza. La nicotina presente all'interno della sigaretta, così come le altre droghe, penetra nell'apparato nervoso centrale e sconquassa letteralmente la biochimica cerebrale, con particolare riferimento al sistema limbico. In sette secondi, alla velocità doppia dell'eroina, raggiunge il cervello e stimola la produzione di dopammina, una sostanza che, tra l'altro, genera nell'individuo sensazioni di benessere anche in altre circostanze, quali l'assunzione di cibo, l'attività sessuale, la buona riuscita di un progetto di lavoro. Naturalmente, quando la dopammina viene stimolata dalla nicotina, l'individuo da un lato gestisce meglio le proprie tensioni emotive, trova nuova energia nei momenti di stanchezza, avverte una maggiore protezione nei rapporti interpersonali, ma dall'altro ne diviene dipendente sotto il profilo psicologico e farmacologico. E, quando si smette di fumare, la produzione di dopammina si blocca. Per togliersi il vizio bisogna quindi essere molto determinati. Le prime conseguenze spesso sono l'aumento di peso e le crisi di astinenza. Queste ultime possono essere sia fisiche -e sono della durata di 7 giorni- che psicologiche. In tal caso, il pensiero di accendere una "bionda" può essere presente nel fumatore anche per il periodo dei 4 mesi successivi alla decisione di abbandonare la sigaretta. In tale ottica – ha affermato Rendina – si registrano anche quattro o cinque ricadute per ogni paziente. Dal punto di vista farmacologico si consiglia l'assunzione graduale di una sostanza, facile da trovare in farmacia, denominata BUPROPIONE. Si tratta di un inibitore selettivo che diminuisce il bisogno di fumare e, tra l'altro, fa anche dimagrire. La sua assunzione va però modulata in questi termini: nei primi 15 giorni, si ingerisce la pillola di bupropione e si continua a fumare normalmente. Poi, a partire dalla terza settimana si gettano via le sigarette e si assume solo la sostanza in questione. Questo trattamento non può essere effettuato in determinati soggetti, tra cui donne in gravidanza, persone che soffrono di aritmia cardiaca ed altri". Nel corso della sua relazione, Pugliese ha anche posto l'accento su alcuni elementi che, oggettivamente, analizzati nel loro insieme conducono alla deduzione che "bruciarsi la vita con la sigaretta" non è una vicenda particolarmente interessante; anzi, dando uno sguardo ad alcuni numeri, tutt'altro. Secondo lo studio reso noto dal Pugliese, infatti, il fumo causa il 93% dei tumori polmonari, l'83% delle bronchiti croniche e il 23% degli incidenti cardiovascolari. Questi ultimi, tra l'altro, rappresentano a loro volta, nella specifica graduatoria di settore, la prima causa di morte in Italia, che colpisce il 48% delle donne e il 38% degli uomini. Al secondo posto ci sono i tumori (32% donne e 23% uomini).

Tornando ai "numeri sul fumo" va detto che gli incalliti della sigaretta non arrivano mediamente ai 75 anni di età, mentre hanno speranza di superare questa soglia quelli che smettono prima dei 40 anni. In tale contesto è stato calcolato che ogni 7 giorni di fumo si traducono in 24 ore di vita in meno ed è stato evidenziato che i fumatori vivono mediamente 7-8 anni in meno rispetto a quelli che non hanno questo vizio. E così, per ripristinare una condizione polmonare accettabile, occorrono circa 20 anni di stop. Ed ancora, non tutti sanno che, su 4000 sostanze contenute dalla sigaretta, ben 40 sono cancerogene. Tra queste, nicotina, monossido di carbonio, catrame, ammoniaca, ddt e anche due elementi radioattivi, quali Piombo 210 e Polonio 210. Infine, va annotato il fatto che aspirare 20 sigarette al giorno può essere molto peggio che sottoporre l'organismo a decine di lastre RX. Al meeting sulla prevenzione del tabagismo e dell'obesità, oltre ai medici di base e a quelli dei distretti sanitari hanno presenziato anche molti rappresentanti delle istituzioni scolastiche del comprensorio giuglianese, in quanto durante il convegno è stato unanimemente riconosciuto il fatto che "nella correzione degli stili di vita e delle abitudini alimentari errate i docenti e gli educatori scolastici possono iniziare a svolgere una ruolo sempre più preminente rispetto alle fasce giovanili".

a cura dell'Ufficio Stampa dell'Asl Napoli 2

Pneumologia e donne: convegno a Villaricca

Luci ed ombre caratterizzano il rapporto tra le donne e le malattie respiratorie. E' quanto è emerso da una tavola rotonda svoltasi di recente all'hotel ristorante "La Lanterna" di Villaricca. Il meeting, dal tema "La pneumologia e le donne", è stato organizzato dalla dottoressa Maria Tutino dell'ospedale San Giuliano. Dagli interventi dei relatori è venuto fuori che, per esempio, le ragazzine di oggi fumano molto meno rispetto a quelle delle generazioni passate. Un'inversione di tendenza che si spiega col fatto che è aumentata di molto la prevenzione, attraverso delle buone campagne di sensibilizzazione poste in essere dalle istituzioni nazionali e locali su una problematica che, invece, continua a far sentire i suoi effetti indesiderati tra le donne più "mature". Infatti, mentre le adolescenti si allontanano dal vizio della sigaretta, quelle più adulte nel 40% dei casi sono fumatrici accanite. Tra quelle che dovrebbero maggiormente correggere questa "cattiva abitudine" ci sono le casalinghe, che, secondo i dati statistici, fumano di più rispetto a quelle che svolgono un'attività professionale. Altro SOS viene lanciato sul fronte delle donne in gravidanza. Tra queste, molte non si curano del nascituro e continuano col "vizietto", non sapendo che il loro atteggiamento errato provoca una predisposizione all'asma bronchiale per il neonato, anche nel caso in cui la sua mamma non soffre assolutamente di problemi alle vie respirtatorie. Il meeting ha infine evidenziato che le donne sono più attente degli uomini rispetto alle cure e alle terapie che vengono impartite dai medici.

Cefalea e invalidità civile: forum al Distretto 58

"Sono circa 250 le forme di cefalea scientificamente studiate, ma, pur essendo molte di esse invalidanti sotto il profilo pratico, nessuno di queste è riconosciuta, in Italia, dal punto di vista dell'invalidità civile". Questo il tema centrale intorno al quale è ruotato l'intervento del dottor Giovanni D'Antonio nel corso della settima e ultima conferenza annuale sulla cura e la prevenzione del mal di testa, svoltasi lo scorso 2 dicembre presso il poliambulatorio Asl de via Basile. Che fare, allora, affinché questi pazienti possano var valere i propri diritti e non essere più considerati "ammalati di serie B"? La risposta è arrivata dalla dottoressa Anna Punzo, direttrice sanitaria dell'ospedale San Giuliano, intervenuta anch'ella al 7° meeting sulle cefalee. "Io penso che tutti gli ammalati debbano riunirsi in un'associazione specifica al fine di far conoscere nelle sedi istituzionali le problematiche quotidiane che una tale patologia comporta, sia in ambito familiare che lavorativo. In Italia – ha poi aggiunto la Punzo – i diabetici e gli ipertesi, attraverso i loro centri associativi, hanno ad esempio aperto la strada al riconoscimento legale di tali malattie invalidanti. Quindi invito anche i cefalalgici della nostra area a perseguire con convinzione questa via già intrapresa con successo da persone sofferenti per altre patologie". Nel corso della conferenza, alla quale hanno partecipato anche la dottoressa Filomena Argenzio, direttrice del distretto 58, e Giovanni Marrazzo, medico di base, è stato anche diffuso il primo numero del bollettino di informazione scientifica dell'Asl Napoli 2 denominato "Gnosis", parola greca che, tradotta, significa "conoscenza".

FABBRICA LAMPADARI dei F.lli CHIANESE BIAGIO & LUIGI
LAMPADARI CHIANESE s.n.c.
Corso Italia, 305 C
80010 Villaricca
Tel. 081 7452290

come raggiungerci


PALESTRA POLIFUNZIONALE
FITNESS EQUIPAMENT
BY TECNOGYM
ENTERPRISE
Via Caravaggio - angolo via L. Da Vinci
Melito (Na) - Tel. 081.710.27.83

auragrapha
GRAFICA & STAMPA
Via Selva Piccola, 25 • Giugliano in Campania
Tel. 081.894.62.86 • Fax 081.330.54.38
auragraph@ libero.it • www.auragraph.it

SIRIO 2000 s.a.s.
di Marra Domenico & C.
Sede legale:
Via Marano-Pianura, 198
80016 Marano (NA)
Uffici e deposito:
Via S. Rocco, 318/b
80016 Marano (NA)
Tel. 081/5761001
Cell. 368/3535257
COSTRUZIONI E MANUTENZIONI



WWW.ALGELO.IT - E-MAIL: INFO@ALGELO.IT
Via Madonna delle Grazie II trav. - 5/7
Giugliano (Na) Tel. 081.3301236

CA CENTRO AKTIS
Diagnostica e Terapia sas
Direttore Tecnico dott. Gianfranco Scoppa
Specialista in Radiologia ed Oncologia
- ANGIOLOGIA DOPPLER - ECODOPPLER
- ECOGRAFIA (ECOCOLOR)
- NEUROLOGIA ELETTROENCEFALOGRAFICA
- MINERALOMETRIA OSSEA COMPUTERIZZATA MOC
- PRELIEVI BIOPTICI PER AGOSOTTILE SOTTO GUIDA ECO O TAC CON VALUTAZIONE CITOLOGICA ESTEMPORANEA
- RADIOLOGIA TRADIZIONALE - ESAMI SPECIALI: ARTOGRAFIA ISTOLOGRAFIA - ISTEROSALPINGOGRAFIA SCIALOGRAFIA - ORTOPANTOMOGRAFIA
- RADIOTERAPIA CON ACCELERATORE LINEARE - RADIOTERAPIA CONTECNICA STEREOTASSICA BODY ED ECEFALO
- IPERTERMIA ONCOLOGIA
- RISONANZA MAGNETICA NUCLEARE RNM (ALTO E BASSO CAMPO)
- ARTO-RM - SENOLOGIA - MAMMOGRAFIA - ECOGRAFIA
- DUTTOGALATTOGRAFIA - TOMOGRAFIA ASSIALE COMPUTERIZZATA TAC SPIRALE - ARTOTAC
Via Lazio, 32 - 80016 Marano (Na)
Tel. 081.7420886 - Fax 081.7428647
e-mail: centro.aktis@libero.it
web: www.centroaktis.it
Autorizzazione n. P/12/2003 del 06/11/2003

Periferia ANNO 7 NUMERO 10/2004
Mensile d'informazione su Napoli Nord
Registrazione al Tribunale di Napoli n. 4991 del 7-10-1998
Direttore responsabile: Luigi Gallucci
Grafica: Giacomo Aurani, Maria Ciccarelli
EDIZIONI DORAPRESS
DIREZIONE, REDAZIONE, AMMINISTRAZIONE e PUBBLICITÀ: Via Donatello, 3 Calvizzano (NA)
UFFICIO DI CORRISPONDENZA: Via Genovesi, 5 - Villaricca (Na)
Tel. 081.894.67.80 - dorapress@inwind.it
Questo numero è stato pubblicato il 14 DICEMBRE 2004
Stampa: «AURANI» Giugliano (NA)
Tel. 081.894.62.86 Fax 081.330.54.38

Medh CENTER s.r.l.
Direttore Sanitario
Dott. Flavio Russo
Via Pigna (Parco Edilgamma) • Giugliano (NA)
Tel. 081 330.24.26 • Tel. e Fax 081 506.88.42