
DALL'ITALIA



PROFESSOR BOVE: DIFENDERE IL GINOCCHIO CON IL MOVIMENTO DAL LOGORIO DELL'ETA', SFORZI E SOVRACCARICO

Il professor **Francesco Bove**, chirurgo specialista in Ortopedia, Traumatologia e Medicina dello Sport, ci ha spiegato le patologie del ginocchio, molto diffuse nelle persone anziane ma anche nei più giovani, sia negli uomini che nelle donne, perché associate a **pratiche sportive** o a **traumi**, che danno **forti manifestazioni dolorose** e possono avere conseguenze invalidanti.

Quante volte sentiamo parlare di tendiniti, lesioni dei menischi, fratture ossee, borsiti, ma sono tante e tante altre ancora e a seconda della gravità e della tipologia della malattia, la cura può essere di tipo farmacologico, fisioterapico o chirurgico (artroscopia, protesi al ginocchio).

Il ginocchio è la più grande articolazione del corpo umano, composta da femore e tibia fra cui c'è il menisco che funge da ammortizzatore quando corriamo o saltiamo, assorbendone lo shock, e poi la rotula. Queste superfici ossee sono ricoperte dalla cartilagine che evita proprio gli attriti durante il movimento. Ma la stabilità dell'articolazione è data dai legamenti.

Con l'invecchiamento si fa più fatica a stare in piedi, a camminare, e **si temono le fratture**. "Una delle conseguenze più visibili dell'invecchiamento è la **perdita progressiva della massa muscolare (sarcopenia)**, la difficoltà di equilibrio e di mobilità, a causa della **sedentarietà**. Le articolazioni diventano più rigide perché il tessuto connettivo dei tendini e dei legamenti diventa più rigido e fragile - ha spiegato il professor Bove - la cartilagine diventa più sottile rendendo le articolazioni meno elastiche e più suscettibili alle lesioni".

La perdita di forza muscolare aumenta la tensione su alcune articolazioni come il ginocchio e può indurre la persona, specie se anziana, ad artrite o alle cadute. La perdita di massa e di forza muscolare e gli eventi ad essi collegati possono essere evitati o significativamente ritardati attraverso **l'esercizio fisico regolare**.

SANITA': PROTOCOLLO D'INTESA FRA INMI SPALLANZANI E INMP PER I PIU' FRAGILI

L'**Istituto Nazionale Malattie Infettive (INMI) Lazzaro Spallanzani** e l'**Istituto Nazionale Salute Migrazioni e Povertà (INMP)** hanno sottoscritto un protocollo d'intesa "con l'obiettivo di promuovere attività ed azioni sinergiche in favore delle fasce più deboli di popolazione e contribuendo alla realizzazione del comune scopo di favorire ulteriormente l'accesso ai servizi sanitari e la fruizione degli stessi per attività di interesse comune".

I due istituti "intendono dare corso anche a progetti innovativi e pilota che riguarderanno attività, servizi ed iniziative volti a migliorare lo stato di salute delle persone e delle comunità, proteggere la vita e dare assistenza sanitaria e socio-sanitaria alle fasce più deboli della popolazione, ad **anziani fragili**, ai **senza dimora**, a **persone con disabilità mentale** e **disagio psichico, migranti, richiedenti asilo e rifugiati**".

I referenti per l'INMI sono la **dottoressa Valentina Mazzotta** della UOC Immunodeficienze Virali, per l'area della prevenzione, diagnosi e cura di HIV e IST, e la **dottoressa Francesca Faraglia**, della UOC Malattie Infettive ed Intensità di Cura, per l'area delle malattie infettive emergenti e sanità internazionale.

Così è intervenuto il **Direttore Generale dell'INMI Spallanzani, dottor Angelo Aliquò**: "Siamo felici e orgogliosi di aver sottoscritto questo accordo. La

collaborazione tra istituzioni pubbliche dovrebbe essere la normalità di un sistema sanitario nato per avere cura della salute di tutte le persone, per offrire servizi equi a beneficio soprattutto dei più fragili".

FACOLTÀ DI MEDICINA, DAL 2025 STOP AI TEST D'INGRESSO

Le nuove norme dovrebbero scattare **dal 2025**. Solo così ci si potrà iscrivere al primo semestre della facoltà di **Medicina e Chirurgia, Odontoiatria e Veterinaria** senza la tagliola del test. E' quanto prevede la riforma dell'accesso alla facoltà di Medicina, che ha ricevuto il primo via libera **dal Comitato della Commissione Cultura e Istruzione del Senato**. Verranno individuate le discipline in area biomedica, sanitaria, farmaceutica e veterinaria, che devono essere superate per l'ammissione al secondo semestre. Nel caso di mancata ammissione verranno riconosciuti i crediti formativi utili per poter cambiare facoltà.

"Restiamo fermamente contrari all'abolizione del numero programmato a Medicina - dichiara il **presidente di Fnomceo, Filippo Anelli** - ma apprezziamo l'intenzione del Legislatore di correlare il numero degli studenti ai fabbisogni di professionisti e al numero delle borse di specializzazione. Nutriamo tuttavia perplessità sulle modalità di attuazione, che auspichiamo siano presto chiarite". Fnomceo concorda con "il fatto che nel provvedimento sia in qualche modo normato il percorso, già messo in atto dalla Fnomceo insieme al ministero dell'Istruzione, dei licei a curvatura biomedica, e che sia riconosciuto il ruolo degli Ordini". "Proponiamo inoltre di anticipare il semestre di orientamento - conclude Anelli - spostandolo al periodo precedente l'inizio dell'anno accademico, per dar modo agli studenti di sostenere gli esami per la graduatoria di accesso già a settembre. L'Università curerebbe la preparazione gratuita alle materie oggetto d'esame tramite l'organizzazione di corsi anche in modalità asincrona".

FNP CISL E CISL DA PAPA FRANCESCO NELLA GIORNATA DEDICATA AI NONNI E AI NIPOTI

Sabato 27 aprile **Papa Francesco** ha ricevuto anche **Fnp Cisl** e **Cisl Nazionale** insieme ai tanti anziani, ai bambini, nonni e nipoti, in un giorno che ha regalato preziose emozioni a tutti.

"L'amore ci rende migliori - ha detto tante volte il Santo Padre - lo mostrate anche voi, che vi migliorate a vicenda volendovi bene. E ve lo dico da "nonno", col desiderio di condividere la fede sempre giovane che unisce tutte le generazioni. Perché è solo stando insieme con amore, non escludendo nessuno, che si diventa migliori, **più umani**".

Il Papa ha poi esortato di costruire un mondo **"privo della cultura dello scarto"**, in cui gli anziani non vengano lasciati soli. "Costruiamolo insieme questo mondo, non solo elaborando **programmi di assistenza**, quanto coltivando progetti diversi di esistenza, in cui gli anni che passano non siano considerati una perdita che sminuisce qualcuno, ma un bene che cresce e arricchisce tutti e come tali siano apprezzati e non temuti".

Poi, si è soffermato sulla **saggezza che solo i nonni possono donare**: "Gli anziani vedono lontano, perché hanno vissuto tanti anni, e hanno tante cose da insegnare: ad esempio quanto è brutta la guerra. Io, tanto tempo fa, l'ho imparato proprio da mio nonno, che aveva vissuto la Prima guerra mondiale e che con i suoi racconti mi ha fatto capire che la guerra è una cosa orribile, da non fare mai". Così ha ricordato le parole di una canzone che suo nonno aveva insegnato: "Il generale Cadorna ha scritto alla regina: Se vuoi veder Trieste te la mando in cartolina".

INTOLLERANZA AL LATTOSIO: FALSI MITI E NON E' NECESSARIO RINUNCIARE A TUTTO

Carenza di calcio: Eliminando il latte non si va incontro a nessuna carenza. Il calcio si trova anche nelle **crucifere, le verdure a foglia larga, il sesamo, le mandorle, la soia e i suoi derivati, il salmone.**

Divieto di mangiare formaggi: Sono diversi i formaggi naturalmente senza lattosio: questa caratteristica è dovuta al processo produttivo, come la stagionatura, che può ridurre di molto il contenuto di lattosio, fino ad arrivare a meno dello 0.01%. Il **Ministero della Salute** in Italia ha stabilito che l'indicazione "senza lattosio" può essere utilizzata solo per prodotti caseari con un residuo di lattosio inferiore a **0.1 grammo per 100 grammi**. Qualche esempio sono **l'Asiago Dop, il Gorgonzola, il Parmigiano Reggiano, il Pecorino Romano o l'Emmentaler.**

Il latte di capra non contiene lattosio: Si è diffusa nel tempo questa idea errata, ma il latte di capra contiene lattosio in una **percentuale molto simile a quella del latte vaccino:** si parla di 4.2/4.3 grammi di lattosio per 100 grammi di latte per quello di capra, 5 grammi per quello di mucca.

La mozzarella di bufala è senza lattosio: Le cose non stanno proprio così. È vero che la mozzarella di bufala campana Dop (attenzione solo quella certificata) ha un contenuto di lattosio molto basso, ma non ne è del tutto priva. Siamo attorno agli **0.4% su 100 grammi** di prodotto finito (dati riportati dal Consorzio di tutela mozzarella di bufala campana Dop): per essere considerato lactose free, un alimento deve contenere meno dello **0.1% di lattosio**. Magari può risultare meno pesante per gli intolleranti, ma per stare sicuri si può optare per le alternative lactose free.

I prodotti senza lattosio sono più leggeri: se non si è intolleranti non esiste alcun beneficio nell'assumere prodotti senza lattosio, che sia la linea o altro. Il latte

senza lattosio, ad esempio, è solo più digeribile perchè sottoposto ad un processo di idrolisi che scompone il lattosio nei suoi zuccheri, glucosio e galattosio. Ciò è utile solo nel caso di assenza di lattasi, quell'enzima mancante nelle persone intolleranti, che scinde naturalmente il lattosio.

GIMBE: LA SALUTE SEMPRE MENO DIRITTO UNIVERSALE GRATUITO

Secondo un'indagine della **Fondazione Gimbe**, ci sono quasi **2 milioni di persone in Italia che rinunciano a curarsi per motivi economici** ed è a **rischio la salute** di oltre **2,1 milioni di famiglie indigenti**.

Lo scenario che emerge dall'indagine della Fondazione Gimbe basato su dati Istat è decisamente preoccupante. "Dalle nostre analisi emergono tre considerazioni – commenta **Nino Cartabellotta, presidente Gimbe** – innanzitutto l'entità della spesa sostenuta direttamente dalle persone sottostima le mancate tutele pubbliche perché viene arginata da fenomeni conseguenti alle difficoltà economiche delle famiglie: la limitazione delle spese per la salute, l'indisponibilità economica temporanea e la **rinuncia alle cure**. In secondo luogo, questi fenomeni sono molto più frequenti nelle regioni del **Mezzogiorno**, proprio quelle dove l'erogazione dei Livelli Essenziali di Assistenza è inadeguata. In terzo luogo, lo **status di povertà assoluta** che coinvolge oggi **più di due milioni di famiglie** richiede urgenti **politiche di contrasto alla povertà**, non solo per garantire un tenore di vita dignitoso a tutte le persone, ma anche perché le diseguaglianze sociali nell'accesso alle cure e l'impossibilità di far fronte ai bisogni di salute con risorse proprie rischiano di compromettere la salute e la vita dei più poveri, in particolare nel Mezzogiorno".

DOTT. SABINO: IL DIGITALE HA RIVOLUZIONATO GLI APPARECCHI ACUSTICI

Il **dottor Luigi Sabino**, otorinolaringoiatra presso il Policlinico Universitario Sant'Andrea di Roma, ha illustrato il funzionamento dei nuovi impianti cocleari alla luce della nuova tecnologia digitale. "L'orecchio – come specifica il dottor Sabino – è un organo specifico che ha un'unica funzione, proprio come l'occhio: se una persona sente bene ha un orecchio sano ma se comincia a non distinguere più le parole e i suoni deve farsi controllare da uno specialista. Sembra quasi una banalità ma non lo è affatto in quanto se una persona non sente non riesce a parlare in quanto l'acquisizione del linguaggio nasce da un meccanismo di controllo celebrale legato alla capacità di sentire se stessi e quindi le proprie parole. Un bimbo che non sente bene avrà sicuramente un ritardo nell'acquisizione del linguaggio, **se invece una persona anziana diventa sorda difficilmente diventa muta**, perché il processo di acquisizione del linguaggio è cominciato molto tempo prima".

Si stima che **entro il 2050 una persona su 10 soffrirà di una perdita uditiva invalidante**, se la qualità dell'ambiente e quelli che sono gli stress acustici ai quali le nostre orecchie sono esposte non verranno tenuti sotto controllo.

Ma come avviene la perdita di udito? "Dopo i 45/50 anni – spiega il dottor Sabino – si assiste a una progressiva perdita di udito, tanto è vero che dopo i 50 anni si parla di "**presbiacusia**" che, come la presbiopia, è un fenomeno legato al progredire dell'età ma non ha una causa specifica. - E continua - Mentre invece possono esserci degli eventi improvvisi che causano la perdita di udito e questo accade in quanto **l'orecchio riceve il sangue unicamente da un vaso** (l'arteria uditiva interna) e non esistono sistemi collaterali, ne consegue che, come nel muscolo cardiaco dove l'unico ramo che porta il sangue ossigenato è costituito **dall'arteria coronaria**, un

eventuale brusca riduzione legata a uno spasmo o a un evento infiammatorio può determinare un accidente a carico dell'organo. Se si agisce in modo tempestivo può risolversi nella maggior parte dei casi, se questo non accade il danno può essere permanente".

La dinamica è la stessa che avviene nel cuore: eventi che possono determinare una riduzione dell'apporto di sangue possono essere responsabili della perdita di udito.

Soffrono di ipoacusia soprattutto **alcune categorie di lavoratori** come quelli addetti alle fonti rumorose, come chi lavora in autostrada, sono consigliate protezioni come le cuffie.

Il passaggio dall'analogico al digitale ha apportato delle migliorie incredibili per la realizzazione degli **apparecchi acustici** di oggi dove le voci si sentono in tutte le loro sfumature e i rumori di fondo sono meno fastidiosi. **Il sistema sanitario copre una parte di spesa** per l'acquisto di questi apparecchi.

ROCCA: RIPRISTINARE LA LEGALITA' NEGLI ALLOGGI ATER E' UNA NOSTRA PRIORITA'

"Continua ad essere una priorità della nostra Amministrazione - ha dichiarato il **presidente Francesco Rocca** - ripristinare la legalità negli alloggi dell'**Ater**, per questo sono state avviate, in collaborazione con la Prefettura e la Questura, le operazioni di sgombero degli alloggi di residenza pubblica del cosiddetto "Caserme" di Frosinone".

"L'obiettivo, come per la Capitale, è di restituire quelle abitazioni occupate, per assegnarle a famiglie che ne hanno **pienamente titolo** e che aspettano da anni una sistemazione dignitosa - ha continuato il presidente - La **Regione Lazio** si impegna ad essere flessibile e costantemente al fianco del Governo, della Prefettura

e delle forze di polizia per **garantire la legalità** e il **rispetto del diritto all'abitare** attraverso graduatorie e **procedure di assoluta trasparenza**".

"Non sarà più tollerato il verificarsi di **occupazioni illecite** o di qualsiasi altra forma di abuso a danno dei cittadini più fragili del Lazio" ha concluso il presidente Rocca.

TIVOLI, TORNA OPERATIVO L'OSPEDALE SAN GIOVANNI EVANGELISTA

Riapre una buona parte dell'Ospedale San Giovanni Evangelista di Tivoli, dov'era scoppiato un **incendio** nella notte dell'8 dicembre scorso, causando il decesso **di tre pazienti anziani**, l'evacuazione di circa 200 persone ricoverate, per cui ci sono ancora in corso le indagini della **Procura di Tivoli**, guidata dal **dott. Francesco Menditto**, per omicidio colposo plurimo ed incendio colposo.

Riaprono per l'esattezza i reparti di nefrologia, medicina, servizio psichiatrico di diagnosi e cura e radiologia, immunoematologia e medicina trasfusionale dell'**Ospedale di Tivoli**.

I lavori di ristrutturazione non sono ancora finiti.

Presidente Francesco Rocca: "La riapertura del San Giovanni di Tivoli era e resta una nostra priorità. Stiamo mantenendo l'impegno con i cittadini. Continueremo a monitorare i lavori nel rispetto del cronoprogramma, ma non bisogna rincorrere l'ossessione: mai un giorno in meno per la sicurezza dei nostri cittadini".

Poi il presidente Rocca ha ringraziato il **commissario straordinario dell'Asl Roma 5, Silvia Cavalli**, che assicurerà il potenziamento di servizi vitali per Tivoli e la sua comunità previsti dalla **Programmazione della Rete ospedaliera 2024/2026**: dal rafforzamento della **Rete Ictus**, con l'Unità di trattamento Neurovascolare, all'**Oncologia** e alla **Radiologia**.

ASSESSORE MASELLI, REGIONE LAZIO: PUBBLICATO BANDO PER LA RIQUALIFICAZIONE DEGLI EDIFICI SCOLASTICI

L'assessore ai Servizi sociali e al Terzo Settore della Regione Lazio, **Massimiliano Maselli**, ha annunciato la pubblicazione del bando per la riqualificazione degli edifici scolastici di proprietà pubblica e la realizzazione di nuovi edifici per costituire Poli per l'Infanzia, come previsto dalla **Delibera di Giunta Regionale 283/2024**.

"La pubblicazione di questo bando – ha affermato l'assessore – rappresenta un importante passo avanti nel garantire solide infrastrutture, ambienti sicuri e servizi educativi per la prima infanzia di qualità. Investire nelle strutture scolastiche significa investire nel futuro della nostra comunità.

L'avviso, conforme alle disposizioni normative vigenti, offre l'opportunità ai Comuni di ottenere contributi per interventi finalizzati alla valorizzazione degli spazi educativi destinati alla prima infanzia, come stabilito dall'articolo 3 del Decreto Legislativo n. 65/2017.

L'avviso è parte integrante del "**Programma Regionale dei Servizi Educativi per la Prima Infanzia, Triennio 2024-2026**", che si propone di promuovere l'accesso universale a servizi educativi di qualità per i **bambini e le bambine dai 0 ai 6 anni**.

ROCCA: ASL DI LATINA PRIMA IN ITALIA PER LA PARITA' DI GENERE

Nuovo primato nel Lazio, vanto del Sistema sanitario regionale: la Asl di Latina è la prima certificata in Italia per la parità di genere, per una **notevole rappresentanza delle manager nei vertici delle Aziende sanitarie**. Le donne sono numericamente il doppio tra i professionisti del comparto e sono impegnate quotidianamente per **garantire la qualità della sanità**.

L'importante riconoscimento è arrivato durante un convegno organizzato al **Ministero della Cultura**. Nell'Azienda sanitaria locale il **54% dei dirigenti è composto da donne, cifra che arriva al 67% per il personale impiegato negli ospedali e sul territorio**.

"Non possiamo, quindi, che accogliere con soddisfazione - afferma il **presidente della Regione Francesco Rocca** - per l'ennesimo riconoscimento per l'Azienda sanitaria locale di Latina, prima in Italia sulla parità di genere".