

ARTEMISIA

NUMERO 19 - ANNO 7 - NOVEMBRE 2023

magazine

“LA LOTTA CONTRO LA VIOLENZA DI GENERE
È UNA BATTAGLIA DI CIVILTÀ”



SPECIALE VIOLENZA
DI GENERE

L'INTERNET OF MEDICAL
THINGS (IOMT): RISCHI,
OPPORTUNITÀ E DISPOSITIVI

LA PELLE, SPECCHIO
DEL CORPO
E DELL'ANIMA



Non sei sola



**La *Fondazione Artemisia ets* e
l'*Associazione Vite Senza Paura onlus***

hanno unito le forze, per un impegno sinergico e costante in attività di ascolto, supporto, assistenza legale e psico-sociale, dedicato alle vittime di violenze, soprusi e minacce, stalking, mobbing e bullismo.

Il servizio è disponibile tutti i giorni, h24

NUMERO VERDE
800 967 510

“Noi ci siamo!”

Maria Grazia Cucinolla e Mariastella Giorlandino



LA VIOLENZA NON DEVE TOGLIERCI LA SPERANZA	4
LA VIOLENZA DI GENERE NELLA SOCIETÀ CONTEMPORANEA	10
CHI AMA PROTEGGE. OGGI PIÙ CHE MAI GENITORI	14
IL LATO OSCURO DELL'AMORE: PREVENIRE, SOCCORRERE, RICORDARE NON SOLO IL 25 NOVEMBRE	18
L'INTERNET OF MEDICAL THINGS (IOMT): RISCHI, OPPORTUNITÀ, E DISPOSITIVI	20
PERCHÈ LA CARNE, SOPRATTUTTO QUELLA ROSSA, È DEFINITA PROINFIAMMATORIA? VI RACCONTO COSA HANNO SCOPERTO GLI SCIENZIATI...	24
L'INFEZIONE ORALE DA PAPILOMA VIRUS (HPV)	30
LA PELLE, SPECCHIO DEL CORPO E DELL'ANIMA	38
LA PREVENZIONE PARTE DALLA VISITA DERMATOLOGICA	
QUINTA STAGIONE (FINE DELL'ESTATE)	40
AUTUNNO: STAGIONE DEL MOVIMENTO ENERGETICO "METALLO"	46
ERNIE DELLA PARETE ADDOMINALE	48

“La lotta contro la VIOLENZA di GENERE È UNA BATTAGLIA DI CIVILTÀ”, CHE APPARTIENE A TUTTI



Dr. ssa Elena Pollari

Direttore Artemisia Academy, Rete Artemisia Lab

L'OMS – Organizzazione Mondiale della Sanità – ha recentemente sostenuto che la violenza di genere costituisce “un problema di salute di proporzioni globali enormi”. Il fenomeno, infatti, affligge numerose aree del mondo, soprattutto determinati contesti dell’Africa e del sud-est asiatico, ma anche i Paesi industrializzati: gravissime discriminazioni e soprusi si perpetrano, sia in ambito familiare sia in quello sociale, a causa di condizioni di degrado e abbandono completamente fuori controllo, a causa di una percentuale troppo elevata di individui in crisi esistenziale, con disturbi psicotici, disturbi della personalità, o a causa di gente schiava del fanatismo ideologico o a causa di insediamenti criminali in aree mal presidiate dalla pubblica sicurezza, ed inoltre poiché sussistono in diverse parti del mondo pratiche crudeli ed atroci – quali abusi sessuali, menomazioni, mutilazioni, punizioni corporali e omicidi legati a credenze tribali o forme di integralismo – che privano le donne e le bambine, a volte sin dalla nascita, anche del diritto alla vita.

La Fondazione Artemisia ritiene che unire le forze e impostare un grande lavoro di squadra, remando tutti verso gli stessi, sani obiettivi, sia il segreto per intraprendere la strada giusta e iniziare a misurare risultati positivi: si auspica la nascita di una rete di risorse in coesione e cooperazione, in cui famiglie, istituzioni, forze dell’ordine, enti, associazioni e singoli cittadini non solo dialoghino e si sostengano, ma si rendano anche immediatamente operativi attraverso nuove, efficaci azioni di intervento, uniti dal proposito di consentire ai futuri uomini e alle future donne di mantenere l’equilibrio mentale e conquistare autostima, indipendenza intellettuale, equilibrio e serenità. La Fondazione Artemisia propone un impegno comune iniziando da se stessa, mettendosi in gioco, mettendo a disposizione le proprie competenze, capacità ed esperienze, per contribuire concretamente a ripristinare la vera tutela delle libertà individuali, la piena affermazione dei diritti di tutti e per ristabilire, davvero, un’armoniosa e sicura convivenza sociale, condizione che, a sua volta, favorisce prosperità e benessere psico-fisico, del singolo e della collettività.

Buona lettura!

ARTEMISIA
magazine

Periodico edito da **Artemia Lab S.r.l.**
Via Velletri, 10 Roma - www.artemisialab.com
www.associazioneartemisia.it redazione.magazine@artemisialab.it

Direttore responsabile: Dr.ssa Rossana Nastasi

Coordinatore di redazione: Dr.ssa Elena Pollari

Comitato di redazione: Dr.ssa Francesca Fornari,
Dr. Andrea Costanzo, Ing. Antonino Rotilio, Dr.ssa Elena Stella

Art director: World Medical Products S.r.l.

Stampa: World Medical Products S.r.l.

Via Cesare Pascarella, 9 - 00011 Tivoli Terme (RM)

Testata registrata presso il Tribunale di Roma n. 159 del 12.10.2017



LA VIOLENZA

non deve toglierci la speranza



**On. ROBERTA
ANGELILLI**

Vicepresidente Regione
Lazio; Assessore
Sviluppo economico,
Commercio, Artigianato,
Industria,
Internazionalizzazione

Ancora una volta, anche in questi ultimi giorni, purtroppo, le cronache ci raccontano storie di violenza contro le donne. Storie di mogli e di madri straziate da anni di maltrattamenti, di violenze e, alla fine, nei casi più drammatici, di omicidi. Con numeri in aumento, una tragica tendenza che sembra addirittura aumentare di anno in anno.

I dati contenuti nel rapporto del Ministero dell'Interno diffusi il 2 ottobre ci parlano di circa 90 donne uccise dal 1° gennaio al 1° ottobre 2023, di cui 75 uccise in ambito familiare o affettivo, con una media di una vittima ogni tre giorni. Prendendo in considerazione lo stesso arco di tempo, nel 2022 se ne contavano 85 e purtroppo, i dati del 2023 andrebbero aggiornati, perché sappiamo bene che nell'ultimo mese si sono registrati altri tragici episodi. Dobbiamo prendere atto

che siamo di fronte a una vera e propria emergenza.

Ogni femminicidio è una ferita aperta nella nostra società che deve farci interrogare sulle motivazioni profonde che inducono a un atto del genere.

La violenza di genere è un problema di sicurezza pubblica ma anche un fenomeno culturale e come tale deve essere affrontato. Con il contrasto e la prevenzione.

Dobbiamo essere consapevoli del fatto che quello che arriva alle cronache è solo la punta dell'iceberg perché la violenza di genere può assumere tante facce e manifestarsi sotto diversi aspetti. C'è un sommerso, in particolare nell'ambito della convivenza domestica, in cui la violenza viene esercitata da compagni o conviventi attraverso minacce, maltrattamenti fisici e psicologici; in altre situazioni si manifesta con atti persecutori



come lo stalking. Pressioni e violenze che molto spesso non rientrano nelle statistiche perché tante donne non riescono a denunciare, per paura di ritorsioni.

Noi dobbiamo fare luce anche sul sommerso e dire a gran voce che la violenza non è mai accettabile.

La violenza fisica, così come quella verbale o psicologica non è mai amore. L'amore è rispetto, condivisione e libertà.

Ogni donna deve sempre tenere bene a mente che chi vuole stringere o costringere la nostra vita, non ci ama e soprattutto nessuna dovrebbe mai vedere attaccata la propria autostima.

La violenza contro le donne nasce da una cultura radicata in disuguaglianze di genere profonde e di discriminazione.

Per invertire la tendenza serve l'impegno di tutti; serve una cooperazione tra istituzioni, forze dell'ordine, sistema giudiziario e società civile. Serve un impegno globale sostenuto da tutti: dai governi al singolo individuo. Servono strumenti concreti che aiutino le donne a fuggire da situazioni pericolose e controlli per fare in modo che chi abbia un daspo o un braccialetto elettronico non possa riavvicinarsi alla sua vittima.

Abbiamo bisogno di leggi giuste così come della certezza della pena per chi si rende protagonista delle violenze, affinché chi sia già stato segnalato dalle autorità non possa causare altra violenza. La donna che ha avuto il coraggio di denunciare deve essere protetta e sostenuta, ma allo stesso tempo dobbiamo capire come aiutare, con un'opera di informazione capillare, chi invece questo coraggio non riesce proprio a trovarlo.

La mentalità violenta può essere contrastata attraverso l'educazione. La cultura del rispetto deve iniziare a essere trasmessa nelle scuole con progetti specifici.

Dobbiamo educare le nuove generazioni al rispetto.

Ma ciascuno di noi ha un ruolo molto importante da svolgere, le istituzioni ma soprattutto i genitori e gli educatori, perché sono coloro che possono trasmettere direttamente valori come il rispetto e l'amore già dai primi anni di vita.

Occorre costruire la cultura del rispetto e contestualmente fornire strumenti di sostegno a chi è vicino alle donne vittime di violenza. Per questo motivo come Regione Lazio abbiamo stanziato 2 milioni e 172mila euro a favore dei Comuni e di enti territoriali per il finanziamento di 28 strutture, tra centri anti-violenza e case rifugio. Vogliamo così sostenere una rete di sicurezza per le donne vittime di violenza utile anche a prevenire questo odioso fenomeno.

A livello nazionale la legge 122/2023, il cosiddetto "codice rosso rafforzato" che, tra le altre cose, introduce l'obbligo da parte dei Pm di ascoltare le donne vittime di violenza entro tre giorni dal deposito della denuncia e l'allungamento da 6 a 12 mesi il periodo utile per denunciare.

Istituzioni, associazioni e singoli cittadini devono collaborare insieme per invertire la tendenza dei dati e contrastare la violenza di genere.

Perché è solamente attraverso azioni congiunte che è possibile attuare un cambio di cultura e dare alle donne la sicurezza e la libertà di cui hanno bisogno.





LA VIOLENZA DI GENERE *nella Società Contemporanea*



**Dr.ssa ELENA
STELLA**

Psicologa,
Psicoterapeuta,
Professionista
Rete Artemisia Lab

La violenza sulle donne è una violazione dei diritti fondamentali, un ostacolo alla libertà personale, una minaccia alla salute fisica e mentale e rappresenta un costo economico ingente per l'intero Paese, in termini di spese sanitarie, giudiziarie, mancata produttività sul lavoro della donna vittima di violenza.

È ormai evidente che la violenza contro le donne è diventata endemica sia nei paesi industrializzati sia in quelli in via di sviluppo. Le vittime e i loro aggressori appartengono a tutte le classi sociali, a tutti i ceti economici e culturali; sono spesso mariti, fidanzati, compagni di vita e padri, seguiti dagli amici, vicini di casa, conoscenti stretti, colleghi di lavoro o di studio. Bisogna inoltre precisare, per evitare stereotipi devianti e socialmente dannosi, che queste violenze non sono commesse solo da uomini sbandati o con psico-

patologie, tossicodipendenti, migranti, persone che vivono ai limiti della società, ma anche da individui cosiddetti "normali". In molti paesi le giovani sono vittime di matrimoni coatti, matrimoni riparatori o sono costrette alla schiavitù sessuale, mentre altre vengono indotte alla prostituzione forzata. Altre forme di violenza sono le mutilazioni genitali femminili o altri tipi di mutilazioni come lo stiramento del seno, le morti a causa della dote, lo stupro di guerra ed etnico.

Il fenomeno sta assumendo dimensioni mondiali e non è sufficiente cercare le cause nella frustrazione maschile, nella mancata realizzazione personale dell'uomo, nelle difficoltà sul lavoro o nella vita, nell'insoddisfazione, ma bisogna andare più in profondità per cercare le cause nel degrado del contesto socio-culturale, nel mancato riconoscimento dell'identità delle donne da parte degli uomini



e nella non realizzata parità di diritti tra uomini e donne, nel negare alle donne la possibilità di realizzarsi e di decidere secondo quanto ritengono sia meglio per loro stesse. Negli ultimi anni la convivenza civile si è palesemente deteriorata: non solo diminuiscono i comportamenti prosociali, ma crescono significativamente pensieri, parole e azioni di odio. Sembra essere diventato socialmente consentito odiare, purché l'oggetto dell'odio "se lo meriti", laddove il "meritarlo" quasi sempre non è correlato a una colpa, ma a una difformità socialmente attribuita. All'interno di questa galassia distruttiva, il genere raccoglie le tipologie più variegata e violente degli attacchi: dalle ingiurie che accompagnano il dissenso se è una donna quella a cui ci si rivolge, agli agiti particolarmente cruenti scatenati da futili motivi, quasi che motivi più consistenti potessero giustificare delitti come i femminicidi. I giovani di oggi sembrano purtroppo non più abituati a "gestire l'attesa": ogni cosa si può avere immediatamente e ad ogni costo. Lo stile consumistico che sta connotando la nostra società spinge infatti ad avere tutto e subito, rifiutando l'idea del limite e dell'attesa, del poter accettare un "no" o un rifiuto. Questo clima culturale ha man mano fatto

perdere il valore delle relazioni tra le persone; le vittime, quindi, spesso sono considerate alla stregua di cose e non di persone, delle quali si può disporre a piacimento, senza rimorsi di coscienza né consapevolezza delle conseguenze delle proprie azioni. Oggi sempre più la nostra società tende a disumanizzare le relazioni, a far prevalere il consumismo sfrenato, la labilità delle regole e soprattutto del rispetto nelle relazioni tra le persone.

Lo stupro di gruppo perpetrato a Palermo questa estate, ma anche i vari episodi che hanno come sfondo la violenza e la prevaricazione, e che con troppa frequenza accadono, sono spesso solo la punta di un iceberg di un disagio vissuto, di una anestetizzazione emotiva a cui la nostra società non riesce a dare risposta.

Abusi di questo tipo vanno ben oltre l'atto sessuale in sé e coinvolgono direttamente il desiderio di affermazione del potere da parte degli aggressori. In questo caso, come in altri simili, si può evidenziare un senso di potere e controllo che deriva dalla volontà di umiliare e degradare la vittima e che rafforza il delirio di onnipotenza. Il gruppo, in questo caso, intensifica e rafforza la dinamica: tutti i componenti si impegnano nel



far sentire la vittima priva di scelta, se non quella di sottomettersi alla loro volontà. La violenza è servita inoltre per sigillare un patto di lealtà e spirito di appartenenza, in cui i colpevoli hanno condiviso l'illusione di poter spartire la responsabilità e in qualche modo giustificare quanto commesso. Un disimpegno emotivo e morale dimostrato dall'inizio alla fine e culminato nella scelta di filmare la violenza.

Si tratta quindi di giovani che mostrano una bassa autoregolazione emotiva (incapaci, quindi, di frenare i propri istinti), che sono molto impulsivi, con poca capacità di introspezione, di immedesimazione nel vissuto della vittima e con una forte dipendenza conformistica dal gruppo.

Ritengo che non sia sufficiente considerare la violenza maschile contro le donne soltanto un reato da punire con pene severe, ma è necessario collocare il fenomeno all'interno di un contesto sociale e culturale per procedere sul piano dell'educazione e sulla costruzione di nuovi modelli culturali.

In questo modo si sarebbe possibile smontare determinati stereotipi che sono un retaggio del passato e sono privi di ogni fondamento scientifico, come il mito maschilista della virilità o la desensibilizzazione rispetto all'immoralità e alla violenza, che comporta una progressiva perdita delle resistenze morali.

Per evitare che il problema della violenza sulle donne continui a perpetrarsi in maniera così incessante e incontrollata, è necessario

ricorrere alla prevenzione: quando si vede che nel rapporto di coppia, nel rapporto familiare, nel rapporto con gli amici o con giovani conoscenti qualcosa inizia a non andare per il verso giusto, bisogna agire immediatamente in qualunque contesto sociale ci si trovi a vivere. Si deve tenere presente che quelle frasi, quelle avances, quei comportamenti, che non rispettano né la persona né la donna, possono costituire il primo passo verso brutte abitudini, per cui è necessario prendere provvedimenti a questo livello prima che certi "segnali" degenerino in forme di vera e propria violenza fisica e psicologica. La prevenzione primaria deve partire dalla famiglia, dove si dovrebbero apprendere gli iniziali modelli relazionali di rispetto reciproco e di gestione dei conflitti, ma soprattutto dai contesti scolastici, dove avvengono le prime esperienze sociali con coetanei estranei al proprio nucleo di riferimento.

La battaglia culturale contro la violenza di genere deve passare attraverso un'educazione affettiva, per valorizzare l'incontro tra i sessi come un incontro tra differenze. Questo tipo di formazione non può prescindere da un'educazione al rispetto dell'altro, dalla convinzione che la domanda d'amore non può mai coincidere con il sopruso e con l'annientamento della libertà, ma altresì come accettazione delle differenze.

La forma più alta d'amore è proprio accogliere e rispettare la libertà dell'altro e rispettarne la dignità.





"La rivista per il tuo stile di vita sano"

500MILA
LETTORI

Vuoi ricevere la tua copia direttamente a casa?
Richiedi la spedizione al 371 1451732
o scrivi a : info@destinazionebenessere.it

www.destinazionebenessere.com



con la versione digitale della rivista
partecipi gratuitamente al

GRANDE CONTEST FOTOGRAFICO

"Il mio Benessere è..." premia il tuo stile di vita sano

in palio una **CROCIERA MSC**
e tanti altri bellissimi premi

segui



Federazione Italiana Canottaggio



Chi ama protegge. Oggi più che mai genitori



I punti di riferimento stabili e certi che avevano i nostri nonni non esistono più. Che ci piaccia o no l'estrema libertà di movimento e accessibilità a ogni tipo di informazione e contenuto, spesso l'esaltazione di ogni comportamento divergente, contestualmente alla pressione delle grandi tematiche del futuro dell'umanità, hanno creato un clima in cui essere genitori è difficile. Il rischio di esposizione per i giovani e giovanissimi a temi sensibili per cui non sono pronti e che non possono gestire è alto. È ora che i genitori si impegnino a fortificare il loro ruolo di guida.

Nella storia dell'umanità la famiglia ha avuto la funzione di proteggere, nutrire, curare e crescere i piccoli, dapprima per garantirne la sopravvivenza e la protezione contro le belve feroci e le intemperie, poi per aiutarli a diventare individui autosufficienti e capaci di inserirsi nella società e proteggersi dai suoi

pericoli, per poi a loro volta, formare una famiglia.

I tipi e i modelli di famiglia oggi sono profondamente cambiati. Il sistema familiare ha assunto nuove forme, come la monogenitoriale o la famiglia allargata, solo per citarne due fra le tante. Di conseguenza i valori proposti, gli obiettivi genitoriali verso i figli, i pensieri e le aspettative reciproche, l'educazione e i comportamenti rispecchiano questi cambiamenti. Inoltre si aggiunge l'influenza che la storia personale di ogni genitore esercita nell'essere un tipo particolare e unico di genitore. Ognuno, infatti, vive questo ruolo immerso nel proprio "film", di cui spesso sono registi le convinzioni potenzianti e depotenzianti costruite sulle esperienze vissute, piuttosto che le scelte consapevoli e la chiarezza sul proprio passato.

I giovani di oggi vivono gli anni dell'adolescenza in cui sono estremamente influenzabili e in-



**Dr. ssa TERESA
BURZIGOTTI**

NLC Master Coach e trainer,
programmatarice
neurolinguistica e wingwave
Coach, fondatrice e della Otto Denti
Akademie e del Centro Italiano
wingwave®, membro dell'equipe
del servizio "Coesione"
Fondazione Artemisia



stabili in un mondo pieno di contraddizioni su quelle che sono le definizioni di giusto e sbagliato. Gli stimoli sono inadeguati e la focalizzazione è crescente sugli aspetti edonistici e materiali della vita. Sessualità libera e ricchezza facile, sono temi centrali a cui giovani e giovanissimi aspirano. I social media, utilizzati in modo smodato da giovani e adulti richiedono una frequenza di utilizzo sempre più assidua e modi sempre più stravaganti per distinguersi dai "follower". Gli "influencer" sono ospitati nelle trasmissioni televisive di attualità a esprimere opinioni su temi di cui spesso non hanno cultura o formazione specifica. Tuttavia sono modelli desiderabili che stabiliscono trend, e creano nuovi modi di parlare e di esprimersi.

Sarebbe bello fra le tante battaglie per il diritto a ogni tipo di libertà, promuoverne qualcuna per il rispetto della pace e della serenità, della crescita spirituale e della riservatezza, della grazia e della gentilezza, all'interno delle famiglie. Con questa premessa che fa intuire quanto il quadro sia complesso e multi sfaccettato è necessario orientarsi verso alcuni concetti semplici e fondamentali della funzione familiare. A mio parere uno di questi è la protezione.

Alla luce di numerosi e inquietanti fatti di cronaca la capacità di proteggere i propri figli attraverso azioni e insegnamenti efficaci, può veramente fare la differenza. Oggi come per i nostri antenati, per garantire un futuro, i figli devono essere protetti e la protezione parte dalla famiglia. Sono i genitori che hanno per primi il compito di trasmettere il senso di giustizia, di rispetto e il senso del limite; la capacità di valutare le situazioni allarmanti e di reagire di conseguenza con razionalità. E queste qualità dovrebbero essere aggiornate e allenate.

Per prima cosa è importante che questi valori siano praticati all'interno della famiglia stessa. Quando emergono prepotenze e litigi fra i figli, per esempio, i genitori hanno un'ottima occasione per ristabilire equilibrio e impartire una lezione di giustizia. Se uno dei figli, per esempio, è sottoposto a vessazioni e "bullismo familiare", potrebbe riproporre a scuola o con i gruppi di coetanei questi comportamenti, come vittima o come bullo.

I bambini sviluppano infatti naturalmente fin



dalla prima infanzia una sensibilità spiccata verso l'ingiustizia e il desiderio di aiutare chi è in difficoltà grazie all'intensa e spontanea attività d'apprendimento empatico attraverso il modeling, e i neuroni specchio. Fino ai 20 anni le esperienze e gli input di apprendimento costruiscono nuove connessioni fra le cellule cerebrali (Spitzer & Herschkowitz 2018) e la crescita delle terminazioni nervose di queste cellule germoglia e prospera.

Quindi nelle varie fasi della crescita il ruolo genitoriale e dell'adulto in generale è fondamentale. Infatti mentre i giovani apprendono molto velocemente dai più disparati stimoli, il cervello adulto è più lento a imparare cose nuove, ma molto più capace, grazie ai processi di mielinizzazione di individuare più velocemente interrelazioni complesse, ovvero di capire la relazione fra le cose, le prospettive e le conseguenze. Di questo hanno bisogno i giovani, che invece tendono ad agire sull'impulso cercando di sperimentare il più possibile ciò che hanno velocemente appreso e che li attrae.

Nelle mie sessioni con i bambini e i giovani spiego loro, grazie all'ausilio di illustrazioni, pupazzi e metafore¹ adeguati all'età, come funziona il cervello e come mai ci sono certi stimoli e certe emozioni che possono indurre stati di disagio oppure comportamenti, di cui non si possono prevedere le conseguenze.

I giovani accolgono sempre con grande curiosità e buon umore queste informazioni, poiché spesso loro stessi non si spiegano come mai a volte agiscono in un certo modo, soprattutto in adolescenza quando il cervello è in grande subbuglio.

L'attenzione dei genitori a stabilire una buona comunicazione con i figli inizia dall'infanzia. L'idea che i bambini non capiscano perché sono piccoli, è ancora diffusa e molti genitori purtroppo sottovalutano il fatto che il bambino,

¹ Questo approccio fa parte del wingwave Coaching Young per i bambini in età scolare, studenti e giovani. È basato sul metodo wingwave® creato da due psicologi e psicoterapeuti di Amburgo e certificato ISO. Nel 2018, da gennaio a dicembre, è stata condotta una ricerca sull'applicazione del metodo wingwave® fra gli studenti di 4 stati federali tedeschi.



anche molto piccolo, ha diversi canali e modi per percepire l'ambiente e l'atmosfera in cui cresce. Spiegare e dialogare affettuosamente fin dall'infanzia crea ottimi presupposti per un buon dialogo e per stabilizzare un'autorevolezza amorevole anche in fasi successive e più complesse della vita.

Avere un canale aperto ed efficace di comunicazione con i propri figli è fondamentale per proteggerli. Poter tranquillamente spiegare a un adolescente in modo preventivo cosa succede con il consumo di alcool e perché si perde il controllo, come e quando può essere rischioso omologarsi al gruppo, e dove e come segnalare agli altri il proprio limite di rispetto è il frutto di costanza e attenzione, senza dover ricorrere a scontri diretti e divieti, che creano un clima oppositivo, i quali tuttavia, qualora venissero a mancare completamente presupposti migliori per percorrere questa via, potrebbero essere necessari.

Proteggere i figli significa anche tenerli distanti da ambienti e contenuti che non sono appropriati alla loro età. Eliminare l'uso dei device in famiglia o limitarlo alla mera necessità quando si trascorre tempo insieme. Praticare la presenza. Questa qualità umana si è persa a favore della presenza dei cellulari. L'attenzione è costantemente distratta, e la durata della concentrazione breve. Per questo è consigliabile praticare con i figli fin da piccoli e ogni volta che sia possibile attività libere di una certa durata come camminare nella natura, ascoltare musica, leggere e dialogare.

A volte i genitori si lasciano confondere dal

fatto che i giovani hanno più strumenti di loro per argomentare e sanno usarli meglio di loro, sembrano quindi più competenti più informati e verificano quello che il genitore dice loro su internet. I genitori quindi credono erroneamente che i figli siano maturi e che sappiano sempre ciò che fanno. Qui è necessario ricordare ai genitori il loro ruolo di protezione e orientamento rispetto alle tante informazioni decontestualizzate e contraddittorie che girano nel web. Dunque è necessario vivere pienamente il proprio ruolo.

E come sempre tre consigli pratici dalla Coach.

1. Osservate i vostri figli, quando li guardate cercate di "vedere" i loro comportamenti, i loro stati d'animo e se intuite qualcosa di insolito e non sapete come agire e interagire, fatevi aiutare. Un aiuto professionale in giovane età è un investimento sul futuro che può evitare il peggioramento di situazioni irrisolte.
2. Eliminate il più possibile ogni tipo di device dalle vostre interazioni nel tempo libero o trascorso insieme. Organizzate esperienze sensoriali attive per i vostri figli, come cantare, cucinare, attività nella natura, costruire oggetti con le mani. Se togliete loro il cellulare è importante offrire alternative stimolanti.
3. Aggiornatevi sul loro mondo. Non mettete mai i remi in barca. La perseveranza, la presenza, sono dimostrazioni di amore e di cura e alla fine trovano sempre una via verso il cuore dei vostri figli.



*Per la VITA, a sostegno
della FAMIGLIA*

La nostra Fondazione è dedicata
alla tutela e all'assistenza
dei più fragili



DONA IL TUO

5
X MILLE
PER LA NOSTRA FONDAZIONE

IBAN: IT6510569603202000008607X52
C.F. 05024641002
destinando il tuo 5x1000

Via Velletri, 10 - 00198 Roma.
Tel. 06 85856030
segreteria@artemisiafondazione.it

www.artemisiafondazione.it



NUMERO VERDE
800 967 510



IL LATO OSCURO DELL'AMORE:

prevenire, soccorrere, ricordare non solo il 25 novembre



Nei Paesi Occidentali e anche in Italia permane alto il numero dei reati contro le donne maturati per puro sessismo atavico.

Violenza domestica, abuso, intimidazione, ricatto economico, percosse, stalking, stupro, femminicidio, etc., sono forme di una sopraffazione le cui radici vetero-culturali tardano a cessare di condizionare il comportamento dei maschi. Uomini che "per lo più sono immaturi, vigliacchi, invidiosi della intrinseca forza che da sempre caratterizza le donne": e queste non sono le parole di una femminista, bensì quanto nelle sue lezioni di Criminologia ripeteva Michele Di Nunzio (psichiatra e criminologo) sin dal 2002 in "LUMSA" di Roma.

A questo punto però va precisato che il compito dei mass media è saper dare voce al sentimento di riprovazione popolare che giustamente non tollera certi tipi di reato perché, per fortuna, ritenuti unanimemente vili e persistenti su basi pseudo culturali ormai obsolete, primitive. Giustamente non

solo i femminicidi, ma ogni notizia di violenza contro le donne viene vissuta con allarme perché la nostra Società non tollera più questo genere di prepotenze che altro non sono che dimostrazioni della percezione di impotenza che alcuni uomini vivono nei confronti delle donne non essendo all'altezza di una relazione paritaria. In questo contesto va ricordata e deve essere massimamente criticata e stigmatizzata la sentenza emessa nel 2021 per il reato di percosse contro la moglie commesso nel 2019 da un predicatore islamico, sentenza basata sul fatto che in quanto musulmano apparteneva a una cultura in cui sarebbe lecito per il marito "battere la moglie". Questo non è né ammissibile, né tollerabile all'interno di una Società paritaria e civilizzata su regole fondate sul reciproco rispetto. Sarebbe stato molto più opportuno ribadire che chi vive all'interno della nostra Società deve attenersi alle regole del contesto così come anche chi non è di fede islamica è comunque tenuto a togliersi le scarpe quando entra in una moschea.



**Dr.ssa ROBERTA
COSTANINI**

Psicologa, esperta
in Psicologia Giuridica e
Psicopatologia Forense
Professionista
Rele Artemisia Lab



Il contrasto alle azioni criminali deve essere sempre migliorato perché gli autori di reato sono cangianti così come usi e costumi di ogni Società. Pertanto, per arrivare al tramonto definitivo di crimini contro la persona particolarmente invisi e anacronistici quali quelli contro le donne è necessario tenere costantemente alta la guardia fino a quando questo odioso genere di reati sarà estinto. L'azione migliore contro tale tipologia di azioni delittuose è la Prevenzione ancor prima della repressione e della punizione. La Prevenzione, per essere veramente efficace, deve essere contestuale alla Protezione dalla condizione di esposizione al rischio e ai pericoli: è imprescindibile per la donna, contro il potenziale aggressore, e al cospetto della collettività garantire alle vittime potenziali consapevolezza e non solo percezione di Sicurezza. Infatti, per ottenere un andamento statistico positivo, cioè che volga all'eliminazione di reati siffatti, va ricordato che occorre un costante impegno dell'intera Società nella giusta direzione. In altre parole, va tenuto presente che, qualora si abbassasse la guardia, qualsiasi fenomeno delinquenziale potrebbe di nuovo risalire nelle nostre statistiche invece che diventare passato remoto come è giusto che sia.

Dal punto di vista dello psicologo e del criminologo clinico la prevenzione per questo genere di reati non è tanto nell'aumento della gravità delle pene, bensì nella efficienza (tempi brevissimi di disattivazione del reo) nella individuazione di chi è pericoloso e nella adeguatezza delle pene stesse, nonché nella gestione immediata e appropriata del caso. Dal punto di vista del criminologo clinico non ha molto senso semplicemente mandare in galera un autore di violenza psicologica o di specifica violenza intimidatoria sulla moglie, fidanzata o compagna: sarebbe di gran lunga più costruttivo un percorso che preveda sia l'azzeramento di ogni rischio per la vittima, sia l'opportunità di riabilitazione e risocializzazione del soggetto minaccioso anche inserendolo in apposite comunità di recupero in base alle tipologie di reato. Ogni percorso dovrebbe prevedere un monitoraggio stretto per una costante ed attenta valutazione della evoluzione della condizione psicologica e dei comportamenti.

Poi, nella seconda parte della sua detenzione dovrebbe essere coinvolto in lavori socialmente utili proprio perché quel che lo ha indotto a commettere reati di tal genere è molto spesso la mancata sensibilità per comportamenti di tipo pro sociale: forse gli è

mancato il senso di solidarietà, la capacità di empatizzare con la sua compagna, di saper ascoltare e rispettare il suo punto di vista: tutte competenze umane che di solito si acquisiscono in Famiglia, ma di cui ormai si deve sempre di più fare carico la Scuola sia perché è in aumento la analfabetizzazione emotiva nei genitori di oggi, sia perché la vita quotidiana è sempre più accelerata al punto da non consentire ai genitori di dedicarsi con le dovute attenzioni alla prole. Come possono una madre troppo stanca o un padre frustrato da un lavoro negletto mantenere a fine giornata quella necessaria serenità che assicuri la dovuta sensibilità e attenzione nei confronti dei propri figli? È ovvio che in certe condizioni non ci sono le premesse per quella attenzione che è indispensabile per la trasmissione dei processi di mentalizzazione valoriale. Cioè la famiglia tende ad abdicare alla trasmissione di quei valori che sono alla base della convivenza civile. E noi oggi non possiamo permettere che la collettività venga restituita a un ambiente in cui venga riproposto lo stile *homo homini lupus!* Una regressione sociale che non ci possiamo permettere.

Se si vuole che una Società progredisca permettendo ai suoi cittadini di vivere con maggiore serenità e benessere psicologico è necessario che tutte le agenzie sociali di maggiore rilevanza e incisività nella formazione dell'umano siano impegnate in maniera sinergica, in sintonia e cooperazione con le Istituzioni, a sostegno della trasmissione di valori





fondativi del vivere civile quali il rispetto e la solidarietà che sono prerequisiti ineludibili per una Società che voglia definirsi "civile". Per quanto concerne la capacità individuale di ogni singola donna di difendersi da persecutori, stalker e/o violenti di ogni genere bisogna entrare nel merito delle particolari dinamiche relazionali che si vanno a instaurare tra vittima e carnefice. Non a caso già nel 2004 Cupach e Spitzberg osservavano che: "entrambi i modelli di attività/reattività (carnefice/vittima) sono parte integrante dell'equazione della molestia relazionale" e aggiungevano: "nessun gioco di scacchi può essere pienamente compreso senza considerare le contromosse effettuate in risposta delle mosse". Non a caso, il modo in cui una vittima risponderà al comportamento aggressivo (prepotenze, stalking, violenze, etc.) eserciterà un'influenza non indifferente sul decorso dell'interazione con l'aggressore. E per saper gestire certe difficoltà gli Esperti dei Centri Artemisia sono a disposizione delle Donne.

Tra i "Fattori di Protezione", cioè tra i punti di forza, su cui può e dovrebbe contare una donna, ad esempio, si possono annoverare:

1. La resilienza personale (grado di sopportazione che consente di attivare le giuste risorse per fronteggiare il problema),
2. La prontezza nel chiedere aiuto sia a terzi (familiari, amici, parenti, etc.), sia alle Forze dell'Ordine e alle Agenzie deputate al soccorso anti-violenza (Associazioni, Centri Pubblici e di Privato Sociale, Sportelli di Ascolto, etc.),
3. Autonomia economica (un lavoro proprio o comunque una fonte di reddito su cui poter contare indipendentemente dal persecutore),
4. Meglio se dotata di una elevata scolarizzazione (anche se non sempre è una risorsa automaticamente "protettiva" essendo spendibile solo se supportata da un carattere capace di autostima),
5. Adeguata autostima e tonico rispetto di se stessa,
6. Stile di attaccamento emotivo/affettivo (qualora la vittima fosse caratterizzata dal cosiddetto stile "insicuro" avrebbe molte minori possibilità di cavarsela prima che sia troppo tardi rispetto a una personalità con stile emotivo/affettivo "sicuro" con più chance di sapersi proteggere dalla insidie di un prevaricatore).

Per intendersi, a scopo paradigmatico, si pensi che un eventuale abuso, qualora l'interessata fosse caratterizzata da bassa auto-



stima, o da uno stile di attaccamento "insicuro", potrebbe essere addirittura da lei stessa vissuto (a livello interiore) come un "giusto trattamento da subire" perché "colpevole", o "difettosa", o "indegna" di essere amata o rispettata o valorizzata, etc. Ecco perché la aggressione non può risolversi a senso unico quando, purtroppo, la stessa vittima si offre passivamente come inconsapevole "complice" del suo carnefice.

Come si diceva, i fattori di protezione sono parametri molto importanti nella previsione e nella organizzazione della autodifesa delle donne a rischio. Per intendersi meglio, quando si parla di elevata scolarizzazione si allude alle risorse che di solito possono essere più facilmente attivate quando si hanno conoscenze più ampie soprattutto in merito ai propri diritti e alle norme vigenti sulla difesa dell'integrità psico-fisica del cittadino. Ma tale buona scolarizzazione viene molto spesso a vanificarsi quando l'interessata non ha adeguata autostima o se è segnata da uno stile di legame affettivo di tipo "insicuro". Tale insicurezza purtroppo si determina nei primi 7 anni di vita sul modello del rapporto con i genitori (affettuosi realmente o solo formalmente, attenti alle esigenze della prole o alle proprie, affidabili o no, coerenti o no, presenti o meno nel rapporto emotivo, etc.). In assenza di opportuni fattori di protezione una donna sarà più esposta sia a non riconoscere sin da subito un uomo "sbagliato", sia farà più fatica a liberarsene o a difendersi



in tempo ed efficacemente da lui.

Nella strategia di coping, cioè su come saper fronteggiare una situazione di questo genere di difficoltà, possono essere annoverate alcune delle seguenti "tattiche":

- A) *muoversi con o muoversi verso* attivando uno sforzo discorsivo volto a interagire con modalità dialettiche (e non solo manesche) di *decalation* delle tensioni o convincenti come, ad esempio: saper fermare la violenza riportando il confronto sulla discussione verbale, criticare inducendo comprensione nell'interlocutore, affermare con assertività le proprie ragioni riequilibrando le pretese altrui, saper negoziare prima di una eventuale effettiva riconciliazione (ma solo qualora sia possibile e conveniente riconciliarsi). A ogni buon conto è una tattica utile solo se vale la pena salvaguardare il rapporto quando si tratta di attraversare una semplice criticità transitoria breve. Infatti, non va mai dimenticato il monito latino "Semel brutus, semper brutus", cioè una persona capace di brutalità potrà esercitare anche altre volte tale sua deteriore prerogativa, dunque di solito è meglio liberarsi di un partner violento che sperare di "rieducarlo". In particolare, nello stalking tale tattica è per lo più perdente perché consente al persecutore di restare in contatto con la vittima la quale, invece, dovrebbe avere come unico obiettivo quello di aumentare

il distanziamento fino al distacco assoluto.

- B) *muoversi contro*. Tale tattica di solito è controproducente perché è ben difficile che un persecutore possa essere scoraggiato dalla "forza" fisica di una donna, mentre le eventuali percosse di lei gli procurerebbero la scusante per picchiarla più forte di prima. Anche poco consigliabile il ricorso a minacce o a veri e propri agguati da parte di fratelli, amici o cugini premurosi: si rischiano denunce e quindi di passare dalla parte del torto. Solo le vie legali sono realisticamente "protettive" pur nella eccessiva lentezza dei tempi di Giustizia.
- C) *muoversi lontano*. Molto semplicemente si tratta di concentrarsi su come azzerare le occasioni di contatto con il molestatore.
- D) *muoversi verso l'interno*. È una modalità che parte dalla riflessione su se stessa circa il "come mai mi sono venuta a trovare in una situazione di questo tipo?". È ovvio che un percorso orientato alla metacognizione espone al rischio, qualora in assenza dell'opportuno supporto psicoterapico, di un effetto boomerang di tipo depressivo o autoaccusatorio con il pericolo di fare ricorso all'alcool o a droghe o al ritiro sociale intra punitivo. Invece, ragionare in termini introspettivi all'interno di un setting psicoterapico è indubbiamente utile e costituisce una occasione di crescita esistenziale anche oltre e al di là della vicenda persecutoria.
- E) *muoversi verso l'esterno*. Consiste nel saper fare ricorso tempestivamente alle Agenzie deputate al problema a cominciare dalle Forze dell'Ordine. Per fortuna in Italia esistono Associazioni, Centri di Ascolto e di Accoglienza con esperti della materia che possono dare quel supporto opportuno alle donne in difficoltà. Ciò che difetta è la quantità di "abitazioni di emergenza" in tempo reale per donne che sono esposte in maniera cogente a violenze insostenibili che troppo spesso vedono i figli testimoni e traumatizzati da tali episodi ricorrenti.

Infine, si ricorda che è indispensabile che venga ulteriormente amplificata la rete sociale a protezione di queste circostanze affinché nessuna donna debba mai sentirsi "sola" al cospetto di certi pericoli, soprattutto quando gli artefici sono così vili e definibili come veri e propri "nemici intimi" nella sua vita.



L'INTERNET OF MEDICAL THINGS (IOMT): rischi, opportunità e dispositivi



L'Internet of Medical Things (IoMT), in italiano "Internet delle Cose Mediche," è una sottocategoria dell'Internet of Things (IoT) che si riferisce alla connessione di dispositivi medici, sensori, strumenti e apparecchiature al mondo online attraverso Internet. Questi dispositivi comunicano tra loro e con sistemi informatici in rete per raccogliere, trasmettere e analizzare dati relativi alla salute e ai pazienti. L'IoMT si può suddividere in:

- In-Home: comprende tutti i dispositivi che il paziente utilizza presso il proprio domicilio allo scopo di monitoraggio remoto;
- On-Body: ossia dispositivi che un soggetto indossa per il monitoraggio

dei parametri (es. Smart Watch) oppure per la somministrazione di farmaci (es. Smart Pump per l'insulina), etc.;

- In-Hospital: comprende tutti i dispositivi utilizzati per il monitoraggio e cura all'interno delle strutture ospedaliere.



Dr. PAOLO POLETTI
Presidente Sicurtalia
Security Solutions Srl e
Senior Advisor
Artemisia Lab

In sostanza, l'IoMT è una rete di dispositivi medici intelligenti che consentono la raccolta e la condivisione di informazioni mediche in tempo reale. Questi dispositivi possono includere sensori indossabili, monitor cardiaci, dispositivi di automonitoraggio del diabete, strumenti di imaging medico, e molto altro. L'IoMT è progettato per migliorare l'assistenza sanitaria,



consentendo ai professionisti medici di monitorare i pazienti in modo più efficiente, ricevere dati in tempo reale e prendere decisioni cliniche basate su informazioni aggiornate.

L'IoMT, dal p.d.v. tecnico, è un'applicazione IoT diretta (sensoristica applicata ai dati rilevabili sul paziente) ed una automazione medica intelligente (sistema di robotizzazione o cobotizzazione).

L'obiettivo principale dell'IoMT è migliorare la qualità dell'assistenza sanitaria, aumentare l'efficienza operativa e ridurre i costi complessivi del settore sanitario attraverso l'uso intelligente dei dispositivi connessi e dei dati generati da essi. Questa tecnologia ha il potenziale per rivoluzionare l'assistenza sanitaria, consentendo una diagnosi più rapida, una gestione delle malattie più efficace e una maggiore partecipazione del paziente nel proprio benessere.

Tuttavia, l'adozione dell'IoMT solleva questioni importanti riguardo alla sicurezza dei dati, alla privacy del paziente e alla necessità di normative e standard rigorosi per garantire che i dispositivi medici connessi siano affidabili e sicuri. Questi sono aspetti fondamentali da considerare mentre l'IoMT continua a evolversi e ad espandersi nell'ambito della sanità.

Breve storia e sviluppo dell'IoMT.

Storia:

- Anni '90 - Le Prime Sperimentazioni: Le radici dell'IoMT affondano negli anni '90, quando i primi dispositivi medici connessi venivano sperimentati. Tuttavia, a quel tempo, la tecnologia e le infrastrutture di comunicazione erano limitate, quindi lo sviluppo era ancora embrionale.
- Anni 2000 - Crescita delle Tecnologie Wireless: Con l'avanzamento delle tecnologie wireless, come il Wi-Fi e il Bluetooth, l'adozione dei dispositivi medici connessi ha cominciato a crescere. Questo ha aperto la strada a dispositivi come monitor cardiaci portatili e sensori di glicemia connessi a smartphone.
- Anni 2010 - Esplosione dell'IoMT: Durante la seconda metà degli anni 2010, l'IoMT ha conosciuto una vera e propria

esplosione. La disponibilità di dispositivi intelligenti, l'accesso a Internet ad alta velocità e la crescente consapevolezza dell'importanza del monitoraggio della salute hanno portato a una proliferazione di dispositivi medici connessi.

Sviluppo dell'IoMT.

L'IoMT ha beneficiato enormemente dagli avanzamenti tecnologici, inclusi sensori più piccoli e più potenti, una maggiore durata della batteria, e connettività affidabile. Questi progressi hanno reso possibile la creazione di dispositivi medici più efficaci e convenienti. Si prevede che gli apparati IoMT saranno 332,6 miliardi entro il 2027, con tasso medio di crescita annuo del 13,2 % mentre il settore raggiungerà entro i prossimi sei anni un giro di affari pari a 187 miliardi di dollari. La pandemia, tra l'altro, ha posto la necessità di velocizzare il processo di transizione della sanità, verso un modello assistenziale di tipo "Value Based Digital Healthcare"¹, basato, appunto, su digitalizzazione dei processi e tecnologie eHealth², quali telemedicina, digital pathology etc.

Le tecnologie chiave:

- sensori: sono dispositivi in grado di rilevare specifiche grandezze fisiche o biologiche come temperatura, pressione, frequenza cardiaca, glucosio nel sangue e molto altro. Nel contesto dell'IoMT, i sensori vengono utilizzati per monitorare parametri vitali e altre informazioni relative alla salute. I sensori possono essere incorporati in dispositivi medici o indossabili per rilevare e registrare dati in tempo reale. Ad esempio, i sensori di frequenza cardiaca nei dispositivi indossabili monitorano costantemente l'attività cardiaca dei pazienti. Inoltre, i sensori intelligenti (Smart Sensor), integrati in sistemi IoMT, si prestano ad applicazioni del tutto eterogenee, potendo effettivamente sollevare il personale medico/sanitario da rilievi manuali e consentire lo sviluppo della Telemedicina. Vale la pena ricordare che la sensoristica in campo sanitario, però, sconfina anche negli ambiti gestionale e amministrativo, per i quali esistono soluzioni di automazione dotate

¹ L'assistenza sanitaria basata sul valore e supportata digitalmente, incentiva gli operatori sanitari a concentrarsi sulla qualità dei servizi forniti, anziché sulla quantità.

² Secondo la definizione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), l'eHealth (anche chiamata digital health, o salute digitale) consiste nell'uso di tecnologie informatiche e di telecomunicazione (ICT) a vantaggio della salute umana.



di sensori e di moduli di Intelligenza artificiale che permettono di efficientare i processi e generare ricadute sull'assistenza ai pazienti;

- dispositivi indossabili (Wearable): sono strumenti indossati direttamente sul corpo o incorporati nell'abbigliamento o negli accessori quotidiani. Questi dispositivi raccolgono dati sulla salute e li trasmettono a piattaforme centrali per l'analisi e la visualizzazione. Gli esempi includono smartwatch, braccialetti fitness e monitor di glicemia indossabili. Questi dispositivi forniscono monitoraggio in tempo reale, incoraggiano uno stile di vita sano e possono inviare notifiche ai medici o ai caregiver in caso di anomalie;
- Smart Pill: le pillole smart sono minuscole capsule munite di videocamera per svolgere endoscopie capsulari ed esaminare tratti dell'intestino che non possono essere raggiunti dagli esami tradizionali. Durante il transito gastrointestinale, possono registrare dati, localizzare anomalie, misurare parametri vitali come la pressione, il PH, la temperatura e altri più specifici del tratto gastrointestinale, come lo svuotamento o la durata del transito;
- piattaforme Cloud: sono sistemi informatici basati su cloud che consentono la raccolta, la memorizzazione e l'analisi dei dati medici generati dai dispositivi IoMT. Questi dati possono essere accessibili da qualsiasi luogo con connessione Internet. Le piattaforme cloud centralizzano i dati dei pazienti, consentendo ai professionisti sanitari di accedere per monitorare i pazienti, prendere decisioni basate sui dati e fornire cure personalizzate. Le piattaforme cloud facilitano anche la condivisione sicura dei dati tra gli stakeholder sanitari;
- comunicazione tra dispositivi: avviene attraverso protocolli di rete, come Bluetooth, Wi-Fi o cellulari. I dispositivi medici possono trasmettere dati tra loro o verso piattaforme cloud centralizzate. La comunicazione tra dispositivi consente il monitoraggio coordinato e la gestione dei pazienti. Ad esempio, un misuratore di pressione sanguigna connesso può tra-

smettere dati direttamente al registro elettronico del paziente o all'applicazione di monitoraggio.

Queste tecnologie chiave sono fondamentali per il funzionamento efficace dell'IoMT. Consentono la raccolta di dati in tempo reale, l'analisi approfondita e la condivisione sicura delle informazioni sanitarie, contribuendo così a migliorare l'assistenza ai pazienti e l'efficienza del settore sanitario.

Architetture di sistema nell'IoMT:

- architettura centralizzata: i dati generati dai dispositivi medici connessi vengono inviati a una piattaforma centrale, spesso basata su cloud, per l'elaborazione e la memorizzazione. Questo approccio semplifica la gestione dei dati e consente una visualizzazione centralizzata delle informazioni. È ampiamente utilizzato in applicazioni di telemedicina;
- architettura Edge Computing: prevede l'elaborazione dei dati direttamente sui dispositivi medici o su un'infrastruttura locale (Edge), riducendo la dipendenza da connessioni Internet stabili. È utile in scenari in cui la latenza è critica, come il monitoraggio in tempo reale in sala operatoria o l'assistenza ai pazienti in aree remote;
- architettura distribuita: i dati sono distribuiti tra più nodi o dispositivi nella rete. Non c'è un punto centrale di controllo. È vantaggiosa per reti IoMT scalabili e distribuite geograficamente, ma richiede protocolli di comunicazione robusti.

Ma gli apparati IoMT (la loro diffusione e la gestibilità da remoto), pongono anche il problema del tipo di rete cui vanno connessi. Probabilmente, andrebbe superata la visione degli IoMT connessi alle reti IT, trattandosi di strumenti di robotizzazione o cobotizzazione, a favore di reti OT³. Allora bisognerebbe trarre dall'OT le opportune valutazioni di cybersicurezza diffusa e di processo per garantire il corretto trasporto dei dati medici, la sicurezza degli stessi e lo storage, esattamente come nelle linee di produzione. Come nella «industria di processo», richiamarsi alle normative di governo della cybersicurezza come la IEC 62443 (serie in-

³ La rete OT, o Operational Technology network, è una rete informatica specializzata utilizzata nell'ambito delle operazioni industriali. La sua funzione principale è gestire e controllare i dispositivi e i sistemi fisici, come macchinari industriali, apparati sanitari, impianti di produzione, reti elettriche e sistemi di automazione.



ternazionale di standard che affrontano la sicurezza informatica per la tecnologia operativa nei sistemi di automazione e controllo), che nasce per rendere sicura ed affidabile la condivisione dei dati dall'interno verso l'esterno e viceversa, in Industria 4.0 per sfruttare poi la integrazione ora in atto fra IT ed OT.

Protocolli di comunicazione nell'IoMT:

- Bluetooth: è ampiamente utilizzato nei dispositivi indossabili e nei sensori medici connessi. È ideale per comunicazioni a corto raggio, perché consente il collegamento senza fili tra dispositivi come smartwatch, braccialetti fitness e smartphone;
- Wi-Fi: le reti Wi-Fi forniscono connettività Internet ad alta velocità e sono utilizzate nelle applicazioni di telemedicina più sensibili. I dispositivi IoMT possono connettersi a reti Wi-Fi in strutture mediche come ospedali, cliniche, strutture diagnostiche/poliambulatori;
- Cellulari (3G, 4G, 5G): consentono una connessione Internet in movimento e sono fondamentali per dispositivi portatili come monitor cardiaci connessi e dispositivi di tracciamento GPS. Consentono la trasmissione di dati da dispositivi IoMT ovunque ci sia copertura cellulare;
- Zigbee e Z-Wave: sono protocolli di comunicazione a basso consumo energetico utilizzati in reti di dispositivi domotici, ma possono anche essere adottati in applicazioni IoMT;
- MQTT (Message Queuing Telemetry Transport): si tratta di un protocollo di messaggistica leggero utilizzato per scambiare dati in modo efficiente tra dispositivi nell'IoMT. È ampiamente utilizzato in scenari in cui è importante ridurre la larghezza di banda e risparmiare energia.

La scelta dell'architettura di sistema e del protocollo di comunicazione dipende dalle esigenze specifiche dell'applicazione IoMT. Ad esempio, in un contesto di monitoraggio continuo dei parametri vitali, potrebbe essere necessario un protocollo a bassa latenza come Bluetooth o Wi-Fi. D'altra parte, in applicazioni remote, potrebbe essere preferibile una connessione cellulare. È importante consi-

derare fattori come la sicurezza, la privacy, la scalabilità e la robustezza della rete nella progettazione di sistemi IoMT efficaci.

Applicazioni del IoMT:

- monitoraggio del paziente in tempo reale: l'IoMT consente il monitoraggio continuo dei parametri vitali dei pazienti, come la frequenza cardiaca, la pressione sanguigna, la saturazione di ossigeno e altro ancora, in tempo reale. Questo monitoraggio è utilizzato nelle unità di terapia intensiva, nelle sale operatorie e negli ambienti domestici per garantire che i pazienti ricevano cure appropriate e per identificare rapidamente eventuali anomalie;
- telemedicina: sistema di assistenza medica che consente la comunicazione tra pazienti e professionisti sanitari o tra professionisti sanitari stessi attraverso mezzi digitali e tecnologici. Questo può includere consultazioni virtuali, monitoraggio a distanza, diagnosi online e molto altro:
 - comunicazione a distanza: consente a medici e pazienti di comunicare attraverso videoconferenze, messaggistica o altri mezzi digitali, superando le barriere geografiche;
 - monitoraggio remoto: è possibile monitorare i pazienti a distanza utilizzando dispositivi medici connessi, come sensori o dispositivi indossabili, per raccogliere dati vitali;
 - consultazioni virtuali: i pazienti possono ottenere diagnosi e consigli medici da professionisti sanitari senza dover recarsi fisicamente in un ospedale o in uno studio medico;
 - accesso allargato: la telemedicina può migliorare l'accesso all'assistenza medica, specialmente in aree remote o scarsamente popolate;
 - efficienza e flessibilità: riduce i tempi di attesa per le visite mediche e offre maggiore flessibilità per i pazienti nella pianificazione delle consultazioni.
- telemedicina clinica: utilizzata per consultazioni mediche, diagnosi, prescrizione di farmaci e terapie virtuali;
- telemonitoraggio: per il monitoraggio dei pazienti con condizioni croniche o post-operatorie;
- telechirurgia: consente ai chirurghi di ese-



- la riduzione delle ospedalizzazioni non necessarie grazie al monitoraggio a distanza;
- la prevenzione delle complicazioni mediche attraverso il monitoraggio continuo;
- una maggiore efficienza operativa nei servizi sanitari grazie all'automazione dei processi;
- la riduzione degli spostamenti per le visite mediche;
- il superamento delle barriere geografiche e temporali, consentendo alle persone di ricevere assistenza medica anche in regioni remote o in situazioni di emergenza.

Da non dimenticare il miglior coinvolgimento del paziente: l'loMT fornisce ai pazienti una maggiore consapevolezza della propria salute attraverso il monitoraggio attivo e la visualizzazione dei dati: i pazienti possono diventare partner attivi nel proprio percorso di cura, prendendo decisioni informate e mantenendo uno stile di vita più sano. Le applicazioni e i dispositivi indossabili promuovono la conformità terapeutica, incoraggiando i pazienti a seguire i piani di trattamento prescritti.

L'loMT può quindi migliorare la qualità della vita dei pazienti con malattie croniche o disabilità, consentendo loro di monitorare costantemente la propria salute e ricevere assistenza quando necessario.

L'assistenza personalizzata basata sui dati può contribuire a gestire meglio le condizioni croniche e a migliorare la qualità della vita.

In sintesi, l'Internet of Medical Things offre una serie di vantaggi cruciali per il settore sanitario, migliorando l'assistenza, riducendo i costi e ampliando l'accesso ai servizi medici. Tuttavia, è importante affrontare le sfide relative alla sicurezza dei dati e alla privacy per garantire che questi benefici possano essere sfruttati in modo sicuro ed efficace.

Le sfide dell'loMT

L'loMT presenta anche diverse sfide significative che devono essere affrontate per garantire l'adozione sicura ed efficace

di questa tecnologia nell'ambito della sanità. Tra queste:

- sicurezza dei dati e privacy: è una delle sfide più critiche dell'loMT. I dati sanitari dei pazienti sono estremamente sensibili, tutelati dal GDPR e devono essere protetti da accessi non autorizzati. È essenziale implementare rigorose misure di sicurezza, come la crittografia e la Multi Factor Authentication;
- interoperabilità dei dispositivi: gli loMT comprendono una vasta gamma di dispositivi provenienti da diversi produttori. Assicurare che questi dispositivi possano comunicare tra loro è fondamentale per un'efficace integrazione nell'ambiente sanitario. L'assenza di standard di interoperabilità può portare a frammentazione e inefficienza nell'uso dei dispositivi. L'adozione di standard aperti e protocolli comuni sarebbe quindi essenziale;
- affidabilità e precisione dei dati generati dai dispositivi loMT: sono cruciali per l'assistenza sanitaria. Errori o dati inaccurati possono portare a diagnosi altrettanto errate o a decisioni cliniche inadeguate. I dispositivi dovrebbero poi essere sottoposti a regolari controlli di qualità per evitare la possibilità di interferenze o malfunzionamenti;
- normative e regolamentazioni. Ci riferiamo soprattutto:
 - alla Direttiva (UE) 2022/2555, c.d. "NIS 2", entrata in vigore il 17 gennaio 2023, che rafforza ed integra le disposizioni della precedente direttiva NIS. La Direttiva considera il settore sanitario "ad alta criticità";
 - al Regolamento (UE) 2022/868 del 30.05.2022 sulla governance europea dei dati (Data Governance Act), applicabile da settembre 2023. Si tratta del primo Regolamento approvato nel contesto della Strategia sui dati dell'UE, con l'obiettivo di creare uno spazio digitale europeo; consentire alle organizzazioni pubbliche o private di condividere i dati; garantire l'implementazione di prodotti e servizi in settori strategici come sanità, ambiente, energia, agricoltura, mobilità, industria o finanza;



- al Regolamento (UE) 745/2017, noto come "Regolamento sui Dispositivi Medici" (MDR), che stabilisce norme sulla commercializzazione e l'uso dei dispositivi medici all'interno dell'Unione Europea. Il MDR si applica a tutti i dispositivi medici, compresi dispositivi diagnostici in vitro, strumenti medici, apparecchiature diagnostiche e terapeutiche, dispositivi di assistenza alla vita, e altro ancora, che sono destinati a essere utilizzati per scopi medici. I dispositivi sono classificati in quattro classi (I, IIa, IIb, III) in base al rischio associato al loro utilizzo. La classe determina il livello di controllo e i requisiti regolamentari applicabili. I produttori devono effettuare una valutazione della conformità per dimostrare che il loro dispositivo sia conforme ai requisiti di sicurezza e prestazioni previsti dal regolamento. Questo processo coinvolge la documentazione tecnica, i test di laboratorio e l'approvazione da parte di un organismo notificato;
- formazione del personale sanitario: è fondamentale per garantire che il personale possa utilizzare correttamente i dispositivi e interpretare i dati;
- sostenibilità e manutenzione: gli IoMT richiedono una gestione e manutenzione costante per garantire la loro efficienza e sicurezza nel tempo, che va adeguatamente pianificata.

I rischi maggiori derivanti dall'utilizzo dei dispositivi IoMT, tuttavia, sono quelli legati alla cybersicurezza, derivanti dal fatto stesso di essere interconnessi e collegati in rete: è fondamentale mantenere elevati standard di sicurezza e privacy dei dati per garantire che le informazioni mediche siano protette adeguatamente. I device collegati potrebbero, potenzialmente, essere sfruttati dagli attaccanti come "backdoor" per entrare nelle reti degli ospedali, causando la violazione dei dati sanitari o anche l'interruzione dei servizi con la richiesta di riscatto (Ransomware).

Ricordiamo che nel settore sanitario la sicurezza informatica non è un acces-

sorio, bensì "fattore abilitante": immaginiamo se qualcuno entrasse nella rete di un ospedale, di una clinica o di un centro diagnostico e interferisse con una TAC, o, ancora, se gli strumenti sofisticatissimi che hanno reso una realtà la telemedicina fossero oggetto di interferenza da parte di criminal hacker. Affrontare queste sfide è cruciale per massimizzare i benefici dell'IoMT nel settore sanitario. L'adozione responsabile, l'attenzione alla sicurezza dei dati e la conformità alle normative sono essenziali per garantire che questa tecnologia possa migliorare l'assistenza ai pazienti in modo sicuro ed efficace.

Sviluppi tecnologici emergenti nell'IoMT:

- Intelligenza Artificiale (IA) e apprendimento automatico (Machine Learning): stanno diventando sempre più centrali nell'IoMT. Consentono l'analisi avanzata dei dati medici per diagnosticare malattie, prevedere esiti clinici e personalizzare ulteriormente i piani di trattamento;
- sensori avanzati: la miniaturizzazione e la sofisticazione dei sensori permetteranno la creazione di dispositivi medici più precisi e meno invasivi. Ad esempio, sensori indossabili più piccoli e potenti monitoreranno una gamma sempre più ampia di parametri vitali;
- telechirurgia e realtà aumentata: la telechirurgia consentirà ai chirurghi di eseguire interventi da remoto tramite robot chirurgici avanzati. La realtà aumentata supporterà gli interventi chirurgici in loco fornendo informazioni visive direttamente al chirurgo;
- dispositivi implantabili: gli sviluppi nella tecnologia degli impianti permetteranno dispositivi medici sempre più piccoli e sofisticati, come pacemaker intelligenti e sensori impiantabili per il monitoraggio a lungo termine;
- medicina quantistica: la computazione quantica potrebbe rivoluzionare la ricerca farmaceutica, accelerando lo sviluppo di nuovi farmaci e terapie personalizzate.



UN'EQUIPE DI PROFESSIONISTI PER COSTITUIRE, SUPPORTARE E MANTENERE SANA LA FAMIGLIA; CONTRO TUTTE LE FORME DI CRISI E DI VIOLENZA; A SOSTEGNO DELLE VITTIME DI STALKING, MOBBING E BULLISMO



FORMAZIONE E DIVULGAZIONE

- Convegni con crediti ECM gratuiti
- PCTO e tirocini rivolti a studenti
- Informazione scientifica online
- Conferenze e tavole rotonde rivolte alla comunità
- Collaborazioni con Università ed altre strutture Sanitarie Italiane ed europee

L'ISOLA che C'È



UN'EQUIPE DI ESPERTI PER ASSISTERE BAMBINI E ADOLESCENTI NEL LORO PERCORSO EVOLUTIVO, PSICO-SOCIALE E COGNITIVO.

un servizio di consulenza e di accompagnamento al percorso didattico, che fornisca un valido supporto nell'affrontare e superare difficoltà cognitive, di concentrazione, relazionali, affettive ed anche fragilità emotive, vulnerabilità psico-comportamentali e disturbi dell'umore.

*Per la VITA, a sostegno
della FAMIGLIA*

La nostra Fondazione è dedicata
alla tutela e all'assistenza
dei più fragili

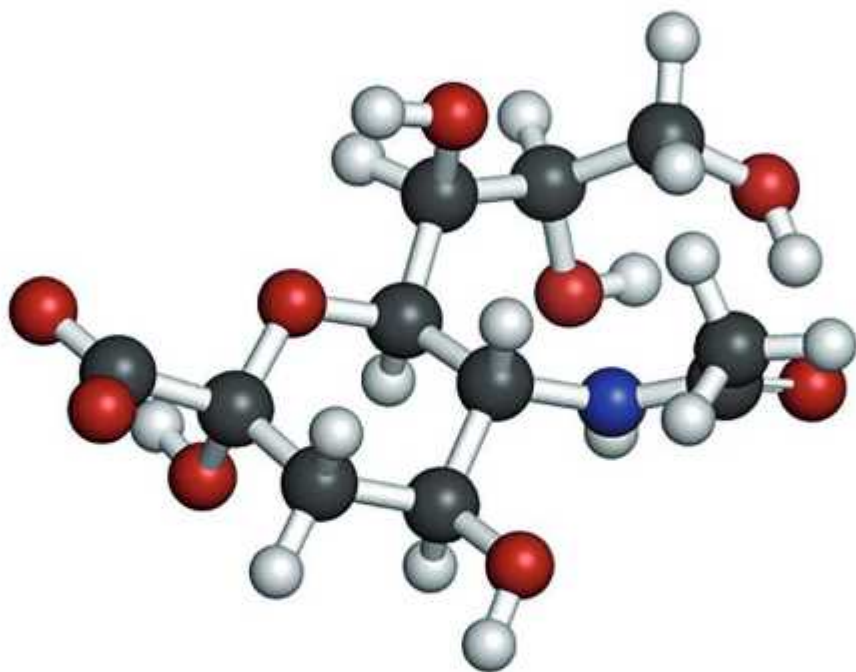
CONTATTACI
24 ore su 24





PERCHÈ LA CARNE, SOPRATTUTTO QUELLA ROSSA, È DEFINITA PROINFIAMMATORIA?

Vi racconto cosa hanno scoperto gli scienziati...



**Dott.ssa CARLA
LENDARO**

Specialista in
Odontostomatologia
Psiconeuroimmunologo

Lil professor Varki, scienziato americano di origine indiana, impegnato a studiare le reazioni immunitarie, scoprì nel 1998 che l'organismo umano reagisce nei confronti di uno zucchero a nove atomi di carbonio, presente nella carne di pressoché tutti gli animali, l'acido sialico. Lo studio comparato lo portò a fare una strana scoperta: unico fra tutti gli animali studiati, l'uomo presenta un acido sialico di diversa composizione rispetto a quello degli altri animali (Neu5Gc), un acido sialico privo di un atomo di ossigeno (Neu5Ac).

L'uomo si nutre di carni animali, quindi incorpora la molecola di acido sialico animale, che essendogli estranea, induce la formazione di anticorpi specifici che possono causare gravi malattie del sistema immunitario come artrite reumatoide, asma, sclerosi multipla e forse alcune forme di tumore. Per contro, c'è

un parassita della malaria, il plasmodio reichenowi, che infetta i primati ma non l'uomo, perché attacca i globuli rossi animali proprio saldandosi con l'acido sialico animale.

Il paleontologo Juan Luis Arsuaga è giunto di recente a sviluppare un sorprendente quadro evolutivo. Novecentomila anni fa, quegli individui che, per mutazione casuale, producevano il nuovo acido sialico, se attaccati dalla malaria sopravvivevano, al contrario degli altri, ma pagavano lo scotto di ammalarsi più frequentemente di malattie autoimmuni se eccedevano nell'alimentazione con carni bovine (le carni di suini, uccelli e pollame, pesci, molluschi e crostacei contengono meno Neu5Gc). Però, il cambio era comunque vantaggioso, poiché la malaria portava a morte sicuramente molto prima delle suddette malattie. Il problema è sopraggiunto ora che viviamo molto più a lungo rispetto all'uomo primitivo. Come difendersi allora? Mangiando



molte meno proteine animali, specialmente se bovine: per il metabolismo di un uomo di kg.70, in buona salute e con modesta attività fisica, in media sono sufficienti 65 grammi di proteine animali al giorno, corrispondenti a circa g.200-250 di carne cotta.

Ma c'è di più! Noi ora contraiamo la malaria trasmessa da altri tipi di Plasmodio, evolutisi dal plasmodio reichenowi, e comunque possiamo prevenire e curare la questa malattia: quindi, perché manteniamo un acido sialico diverso da tutti gli altri animali? È probabile che la mutazione genetica abbia comportato, per caso, un altro vantaggio, più importante, che si è aggiunto al primo. Quale potrebbe essere stato? L'acido sialico umano consente all'organismo di mantenere tratti immaturi in tutta la sua struttura anatomo-fisiologica, per esempio l'assenza del pelo, condizione che configura la specie umana come una specie neotenica. Più che in qualsiasi altro primate, il piccolo d'uomo nasce prematuro, ossia inetto e impotente, e non solo necessita di un lunghissimo periodo di apprendimento per diventare adulto, ma la sua funzione di apprendimento, collegata appunto alla plasticità delle cellule nervose immature, dura per tutto il tempo della sua esistenza.

L'ipotesi di Louis Bolk sulla neotenia umana, ipotesi abbracciata da Stephen Jay Gould, è che il vantaggio adattivo che la specie homo ha ottenuto per caso circa novecentomila anni fa è stato quello di acquisire una immaturità neuronale tale da configurarsi come plasticità dei neuroni, cioè capacità di apprendimento illimitato: tale conquista è a tal punto importante e implicata in nuove e straordinarie potenzialità di sopravvivenza che la specie umana ha pagato volentieri per essa il prezzo di gravi e terribili malattie. Allora, mangiamo pure le proteine animali ma ricordiamoci di non eccedere! Vi faccio anche una raccomandazione: scegliete sempre carni che provengano da allevamenti non intensivi sia per rispetto verso l'ambiente e l'animale che, poveretto, è costretto a donare se stesso per nutrirci, sia perché la sua carne sarà molto più sana e saporita. Infatti, un animale stressato produce sostanze infiammatorie che arrivano nel nostro piatto, non ci fanno bene e rendono anche la carne meno buona. Vi ho avvertiti!

BIBLIOGRAFIA

Leela R.L. Davies and Ajit Varki. Why Is N-Glycolylneuraminic Acid Rare in the Vertebrate Brain? *Top Curr Chem.* Author manuscript; avail-

able in PMC 2014 Sep 8. Published in final edited form as: *Top Curr Chem.* 2015; 366: 31–54. doi: 10.1007/128_2013_419

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4026345/>

Hart BA't. Why does multiple sclerosis only affect human primates? *Mult Scler.* 2016 Apr;22(4):559–63. doi: 10.1177/1352458515591862. Epub 2015 Jun 25.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26540733/>

Preston S K Ng PSK et al. Nontypeable Haemophilus influenzae Has Evolved Preferential Use of N-Acetylneuraminic Acid as a Host Adaptation. *mBio.* 2019 May 7;10(3):e00422–19. doi: 10.1128/mBio.00422-19.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31064827/>

Bharara R, Singh S, Pattnaik P, Chitnis CE, Sharma A. Structural analogs of sialic acid interfere with the binding of erythrocyte binding antigen-175 to glycophorin A, an interaction crucial for erythrocyte invasion by Plasmodium falciparum. *Mol Biochem Parasitol.* 2004 Nov;138(1):123–9. doi: 10.1016/j.molbiopara.2004.07.012.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15500923/>

Louzada S et al. Structural variation of the malaria-associated human glycophorin A-B-E region. *BMC Genomics.* 2020 Jun 29;21(1):446. doi: 10.1186/s12864-020-06849-8.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32600246/>

Altman MO, Gagneux P. Absence of Neu5Gc and Presence of Anti-Neu5Gc Antibodies in Humans—An Evolutionary Perspective. *Front Immunol.* 30 April 2019 Sec. Nutritional Immunology Volume 10 - 2019

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fimmu.2019.00789/full>

Wasik BR, Barnard KN, Parrish CR. Effects of Sialic Acid Modifications on Virus Binding and Infection. *Trends Microbiol.* 2016 Dec; 24(12): 991–1001. Published online 2016 Aug 1. doi: 10.1016/j.tim.2016.07.005

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5123965/>

Zhao C et al. Sialic acid exacerbates gut dysbiosis-associated mastitis through the microbiota-gut-mammary axis by fueling gut microbiota disruption. *Microbiome.* 2023 Apr 17;11(1):78. doi: 10.1186/s40168-023-01528-8.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37069691/>

Medical System. Didattica - La membrana intelligente del globulo rosso

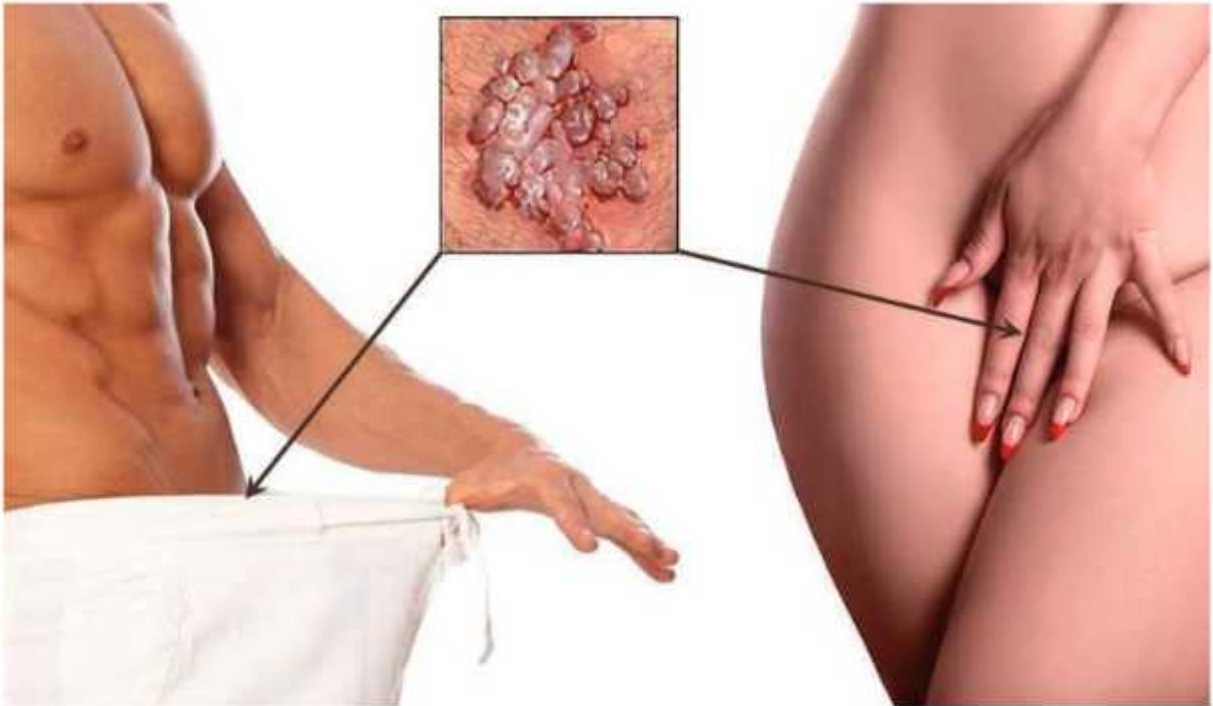
<http://www.medicalsystems.it/didattica/la-membrana-intelligente-del-globulo-rosso/>

Anepeta, L., Timido, docile, ardente..., Franco Angeli, Milano, 2007.

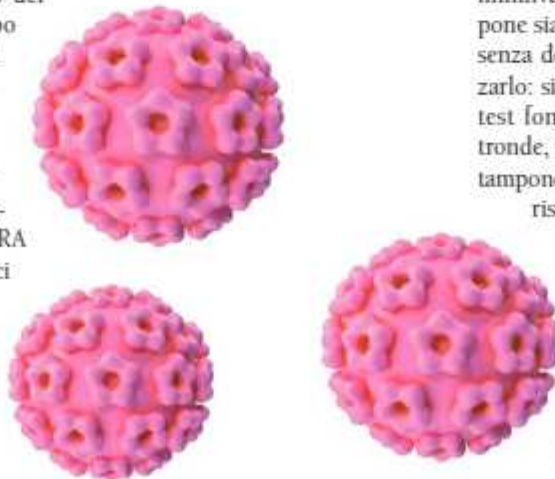
Bolk, L., *Das problem der Menschwerdung*, Gustav Fisher, Jena, 1926.

Gould SJ. (1977), *Questa idea della vita*, Editori Riuniti, Roma, 1984.

Remuzzi G., Uomo-scimmia, la proteina «sapiens», *Corriere della Sera* del 6/9/2008, p. 29, http://archivistorico.corriere.it/2008/settembre/06/Uomo_scimmia_proteina_sapiens_co_9_080906081.shtml.



molti pazienti sono sfuggiti alla diagnosi precoce ed alla possibilità di risolvere lo stato infettivo con trattamenti mininvasivi. Fortunatamente negli ultimi anni l'impegno medico-scientifico in proctologia ha consentito di portare in evidenza alcune peculiarità di questa temibile infezione, favorendo l'appropriatezza del servizio clinico-diagnostico-terapeutico per i pazienti presi in carico: in primis, si tratta di una patologia che ha tempi molto dilatati nella sua evoluzione, cioè trascorrono circa 10-15 anni dal momento del contagio all'eventuale sviluppo del carcinoma; in particolare, il processo evolutivo passa attraverso le seguenti fasi: contagio - displasia lieve - displasia moderata - displasia severa - carcinoma in situ - carcinoma invasivo. La tecnica diagnostica HRA (colposcopia del canale anale) ci permette di individuare queste lesioni nei loro vari gradi. Fondamentali sono anche gli studi epidemiologici, che ci dicono quali siano i pazienti a maggior rischio di infezione



di lunga durata e, quindi, con maggior probabilità di sviluppare displasie; in particolare, pazienti HIV positivi, pazienti immunodepressi, omosessuali e pazienti già venuti in contatto con HPV dovrebbero essere osservati con maggiore attenzione.

Come per tutte le patologie a rischio oncologico, lo screening è la principale arma di difesa a nostra disposizione e la più efficace: individuare una displasia in fase iniziale, oltre che salvare la vita, favorisce la risoluzione del problema con trattamenti mininvasivi. Attraverso un semplice tampone siamo in grado di confermare la presenza del virus, studiarne il DNA e tipizzarlo: si tratta quindi di un primo, rapido test fondamentale, così come lo è, d'altronde, il PAP test ginecologico. Quando il tampone risulta positivo e la lesione di tipo rischioso, l'iter diagnostico prosegue con l'indagine strumentale HRA (anoscopia ad alta risoluzione) e con la biopsia; se la biopsia dovesse confermare la displasia, si procede al trattamento terapeutico completo e risolutivo.

Presso il centro Artemisia Lab Stu-



dio Lancisi, da molti anni mi occupo con soddisfazione della cura di questa patologia; da qualche mese, inoltre, presso il centro è a disposizione di specialisti e pazienti l'ultima versione di anoscopio digitale che permette di osservare e catturare immagini in 4K e, soprattutto, di intervenire con il laser Co2 in maniera molto meno invasiva, indolore e più naturale per il paziente, consentendo altresì allo specialista di intervenire nell'immediato ed eliminare, in maniera radicale ed in brevissimo tempo, la lesione del canale anale individuata, che sia condiloma o displasia. Recentemente, sempre presso lo stesso Studio Lancisi, al fine di assicurare un servizio ancor più completo e personalizzato, è stata costituita e resa operativa una HPV Unit, cioè una Equipe multidisciplinare dedicata alla prevenzione, diagnosi e cura delle



forme infettive da HPV, di cui sono orgoglioso di far parte come Proctologo e Chirurgo. L'HPV Unit è costituita da Specialisti in Ginecologia, Otorinolaringoiatria, Infettivologia, Dermatologia e, appunto, Proctologia; grazie a queste competenze poli-specialistiche, l'Equipe è in grado di prendere in carico, assistere e curare efficacemente tutti i pazienti HPV positivi.

Un ultimo consiglio personale: fate il tampone!!!



ANOSCOPIA DIGITALE 4k LASER

un nuovo approccio all'anoscopia ad alta risoluzione



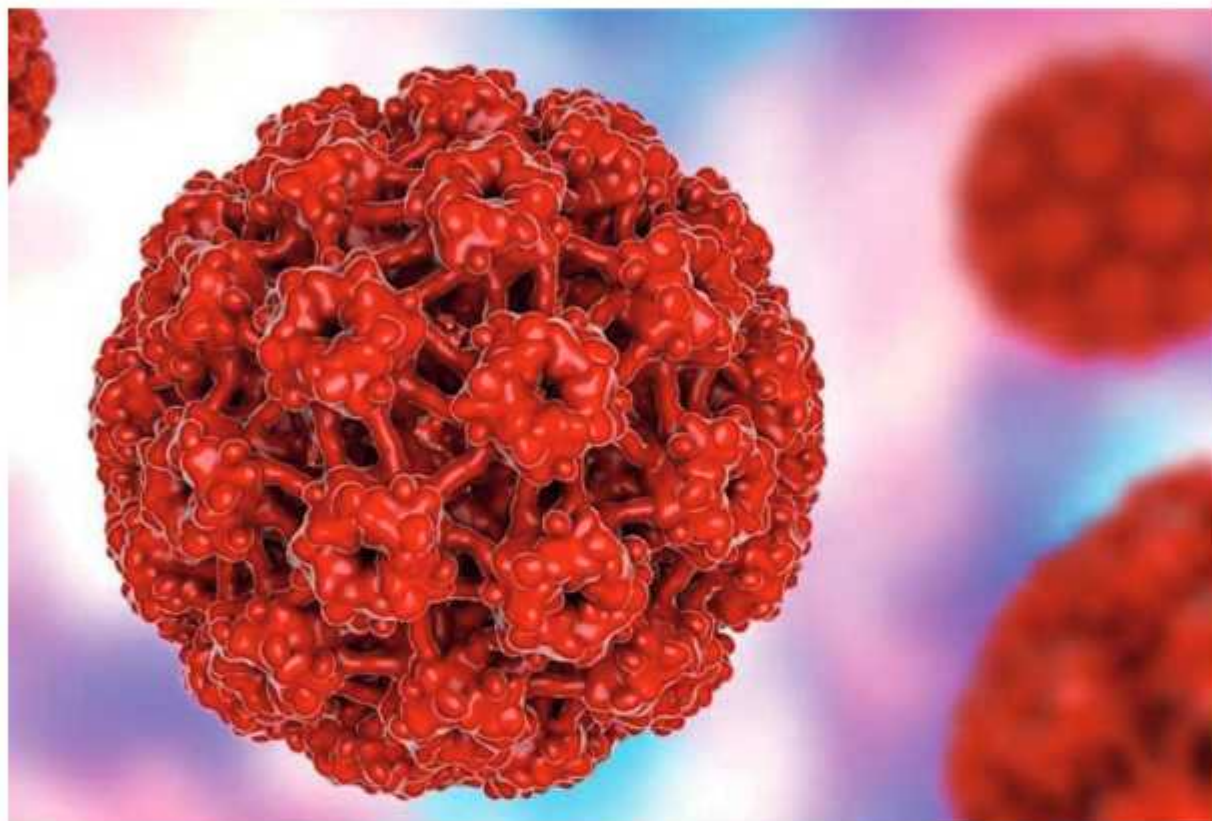
L'anoscopia Digitale ad Alta Risoluzione rappresenta un importante passo avanti nella diagnosi precoce delle lesioni del canale anale, sia di natura infettiva che neoplastica. Questa innovativa tecnologia consente di individuare e valutare con precisione le lesioni sospette, nonché di eseguire asportazioni di lesioni condilomatose o precancerose con l'uso di un laser CO2, garantendo una procedura completa, indolore e rapida.

Il Dott. **Igor Sirovich**, esperto Proctologo e Chirurgo presso il centro **Artemisia Lab Studio Lancisi** di Roma, è al centro di una rivoluzione nell'ambito delle procedure diagnostiche e terapeutiche per i disturbi del canale anale





L'INFEZIONE ORALE DA PAPPILLOMA VIRUS (HPV)



Lil virus del papilloma umano HPV (Human Papilloma Virus), noto come causa principale del carcinoma al collo dell'utero, gioca un ruolo determinante anche nelle lesioni del cavo orale e della laringe.

L'HPV si trasmette facilmente con la saliva e può localizzarsi, dunque, nel cavo orale.

L'infezione è trasmessa prevalentemente per via sessuale o per via orale. Colpisce soprattutto tra i 18 e i 50 anni, in entrambi i sessi, ed è favorito dalla scarsa igiene orale, dai rapporti promiscui, ma di base è presente spesso una riduzione o una alterazione del funzionamento del sistema immunitario.

Il papilloma virus (HPV) è un piccolo virus a DNA che presenta uno spiccato tropismo per l'epitelio cutaneo e mucoso ed è responsabile del

90% delle lesioni e dei tumori orali.

I papillomi si presentano come piccole lesioni di circa 1 cm. di diametro e hanno un aspetto granuloso o cosiddetto "a cavolfiore", singoli e asintomatici.

Il papilloma squamoso è una degenerazione epiteliale della mucosa orale che penetra all'interno dell'epitelio, tramite contatto cute-cute o contatto oro-genitale raggiungendo gli strati basali cellulari, dove può rimanere allo stato latente o svolgere la sua azione proliferativa o trasformante.

Il periodo di incubazione può variare da 1 a 8 mesi anche se il periodo di latenza è molto variabile. Esso si localizza tipicamente sulla lingua, sul trigono retro-molare o sul palato molle.

Il papilloma orale è una lesione tipicamente benigna e la probabilità di trasformazione maligna



risulta statisticamente bassa.

Dopo essersi localizzato sulla mucosa il virus è in grado di espandersi fino allo strato basale cellulare, dove altera il processo replicativo delle cellule epiteliali e ne induce la trasformazione neoplastica.

Nel caso però in cui si trasformi in Carcinoma, esso risulta particolarmente aggressivo e tende ad infiltrare con rapidità i tessuti circostanti: il rischio quindi non deve essere sottovalutato. Alcuni fattori predisponenti che possono aumentare il rischio di sviluppare lesioni squamose orali sono il consumo di alcol e il fumo di tabacco.

Sono stati identificati oltre 100 sierotipi di HPV. Tra questi si distinguono:

- *Sierotipi ad alto rischio*: sono quelli a maggior potenziale oncogeno. I principali sono i sierotipi 16 e 18.
- *Sierotipi a basso rischio*: sono quelli associati a formazioni benigne, tra cui il Papilloma squamoso. I principali sono i sierotipi 2, 4, 6, 11.

Il papilloma virus può determinare diversi tipi di lesioni orali:

- *Verruche orali*: lesioni benigne frequenti soprattutto a livello della laringe.
- *Condilomi*: lesioni singole o multiple con crescita esofitica.
- *Carcinomi del cavo orale*: lesioni maligne, ad alta capacità replicativa e con tendenza ad invadere i tessuti circostanti. In alcuni casi può derivare da un papilloma squamoso che ha subito una trasformazione maligna.

Il papilloma squamoso del cavo orale tende a essere asintomatico, mentre nel caso in cui avvenga una trasformazione maligna la sintomatologia diventa più significativa e invalidante.

I sintomi principali in questo caso sono:

- Dolore al cavo orale (faringodinia)
- Ingrossamento dei linfonodi del collo (adenopatie)
- Difficoltà di deglutizione (disfagia)
- Astenia

L'individuazione di una lesione del cavo orale avviene quasi sempre occasionalmente, di solito a seguito di una visita odontoiatrica. Nella maggior parte dei casi è proprio il dentista che svolgendo una visita di routine si accorge della presenza di lesioni orali, permettendo di compiere una diagnosi precoce.

In seguito, il paziente dovrà eseguire un'attenta visita specialistica otorinolaringoiatrica, anche con l'utilizzo di sistemi anche endoscopici, in modo di consentire l'identificazione precoce delle lesioni sospette e la successiva genotipizzazione dei virus HPV grazie alle moderne metodiche di biologia molecolare. Il tampone faringeo per la ricerca del Papilloma Virus consente di identificare il DNA virale ed è un fondamentale strumento di screening per individuare soggetti a rischio. I pazienti dovranno essere sottoposti periodicamente a controlli di "follow-up" dall'otorinolaringoiatra, in modo da rilevare precocemente l'eventuale presenza di lesioni cancerose e precancerose alla laringe o al cavo orale, quando sono ancora a uno stadio iniziale.

Lo specialista otorinolaringoiatra valuterà durante la visita se compiere una biopsia con esame istologico o se effettuare una rimozione tramite escissione chirurgica.

Esiste per questa malattia un vaccino efficace, sviluppato per la prevenzione dei tumori della cervice uterina. Non ci sono invece farmaci in grado di proteggere contro il papilloma che colpisce il cavo orale.

La prevenzione risulta essere molto efficace, come ad esempio l'utilizzo del preservativo durante il sesso orale che funge da barriera fisica contro l'HPV.

È raccomandabile anche non mangiarsi le unghie ed evitare di mettersi le mani nella bocca, ed evitare che l'eventuale presenza di verruche sulla pelle delle mani possa essere il tramite del virus per il suo ingresso nel cavo oro-faringeo.

Fondamentale è la prevenzione secondaria, rappresentata dai controlli ginecologici annuali, Pap-Test e HPV-Test, anche per le donne vaccinate contro il virus.

Per gli uomini, invece, non è necessario effettuare particolari esami perché non esiste un metodo di screening standardizzato, ma è comunque raccomandato il vaccino come metodo di prevenzione primaria della malattia. Presso la rete dei centri Artemisia è stata istituita una HPV-Unit multidisciplinare che si avvale di un team di specialisti (ginecologo, proctologo, otorinolaringoiatra, infettivologo) in grado di offrire percorsi di screening riguardo la prevenzione e il trattamento dell'infezione HPV.



Dott. STEFANO D'ALESSANDRO

Specialista in
Otorinolaringoiatria
Professionista
Rele Artemisia Lab



LA PELLE, SPECCHIO DEL CORPO E DELL'ANIMA

la prevenzione parte dalla visita dermatologica



**Dott.ssa
ALESSANDRA
SCARABELLO**

Specialista in
Dermatologia e
Venereologia
Professionista
Rete Artemisia Lab

Carla, una signora di 68 anni si rivolge al nostro ambulatorio dermatologico perché da circa tre mesi lamenta prurito e ha notato la comparsa di "macchie" sulla pelle, rossastre e secche.

All'esame obiettivo si rilevano placche rosate, ipercheratosiche, desquamanti, localizzate al collo, al volto, al dorso delle mani e delle dita di dimensioni variabili da 1 a 8 cm.

La paziente riferisce di avere già consultato alcuni dermatologi, ma di non aver avuto giovamento dalle cure locali con creme, suggerite dai colleghi.

Da una approfondita anamnesi personale si evidenzia un dimagrimento marcato negli ultimi 10 mesi e stanchezza; l'anamnesi familiare risulta silente per malattie dermatologiche, in particolare per psoriasi e affezioni

similari.

Il dermatologo non deve dimenticare di essere un medico internista, oserei dire un internista privilegiato, che ha la possibilità di poter leggere attraverso la pelle lo stato di salute generale del paziente che ha in cura. La pelle rappresenta l'organo più esteso del nostro corpo e svolge numerose funzioni: ci protegge dall'ambiente esterno, fungendo da barriera per le infezioni, ci preserva dalla disidratazione, ci permette di mantenere costante la temperatura corporea, svolge un ruolo di supporto al rene nella funzione emuntoria. Inoltre è sede di un vero e proprio sistema immunitario cutaneo che la rende fondamentale nella sorveglianza immunologica attiva nei confronti di infezioni e anche di forme tumorali. Noi dermatologi quindi dobbiamo



essere molto attenti nell'esame della pelle poiché attraverso essa, grazie all'esame obiettivo e talvolta anche con l'ausilio di strumentazione idonea, possiamo cogliere manifestazioni cutanee correlate a patologie a carico degli organi interni.

È proprio il caso di Carla, la paziente che presentava una manifestazione psoriasiforme, resistente alla terapia. La scarsa risposta ai consigli terapeutici dei colleghi e la caratteristica delle lesioni cutanee mi hanno indotto a prescrivere alla paziente un approfondimento mediante una ecografia addominale nel sospetto di una patologia a carico dell'apparato digerente: il quadro dermatologico poteva essere interpretato come una manifestazione tipo acrodermatite enteropatica (da disfunzioni metaboliche con conseguente carenza di zinco) oppure come una sindrome di Basex (manifestazione paraneoplastica). Con l'ecografia addominale a Carla è stato diagnosticato un epatocarcinoma, lesione unica di dimensioni centimetriche, che con un intervento chirurgico è stata asportata e il problema risolto, con successiva risoluzione anche del problema cutaneo.

Il caso di Carla non è un caso raro ed isolato: spesso la pelle rappresenta un teatro nel quale gli organi interni comunicano con l'esterno; la pelle traduce questi segnali in manifestazioni dermatologiche e noi dermatologi dobbiamo saper cogliere ed interpretare queste indicazioni di valore diagnostico.

Possiamo fare qualche esempio.

Stati di carenza vitaminica e/o nutrizionale

presenti in soggetti che si nutrono in maniera inadeguata (diete non bilanciate, alcolismo, alimentazione carente nell'anziano, ...) o in soggetti con disturbi di assorbimento (primari o secondari) possono manifestarsi precocemente con alterazioni cutanee: la pellagra rappresenta la manifestazione della carenza di acido nicotinico, che può derivare da una alimentazione povera di questa vitamina (alcolisti, anziani) oppure da un malassorbimento (carcinoma gastrico, sindrome da carcinoide, ...); la dermatite è il segno più precoce di tale insufficienza, che, se diagnosticata tempestivamente e corretta, porta a risoluzione del quadro, senza rischiare una progressione della sindrome con comparsa anche di diarrea e demenza, fino al decesso (malattia delle 4 D).

Manifestazioni cutanee pigmentate, tipo lentiggini, particolarmente abbondanti e molto scure devono sempre indurre approfondimenti cardiologici: sono note sindromi specifiche che prevedono lentiggini o nevi multipli e sono associate a mixomi cardiaci con o senza un rischio aumentato di sviluppare tumori a carico di altri organi (sindrome LEOPARD, sindrome NAME, sindrome LAMB, sindrome di Danoff, sindrome di Carney): per queste sindromi potremmo parlare di sindromi congenite "cuore-pelle". La pelle può essere sede di manifestazioni cutanee paraneoplastiche, cioè dermatosi di natura non metastatica, ma correlate strettamente ad una neoplasia viscerale, come il caso di Carla. Tali manifestazioni decorrono parallelamente alla neoplasia, risolvendosi



**SOLO SEGNI SUPERFICIALI
O MANIFESTAZIONI ESTERNE
DI MALATTIE INTERNE?**



con l'asportazione del tumore e peggiorando in caso di progressione di malattia. I sintomi cutanei possono comparire prima del tumore o comunque prima della consapevolezza dell'esistenza del tumore e in questo caso il dermatologo assume un vero ruolo di sentinella malattia oncologica: in certi casi dal sintomo cutaneo si può anche azzardare la localizzazione e il tipo istologico del tumore (cutis laxa acquisita e plasmocitoma, herpes zoster generalizzato e linfomi, ittiosi e linfomi...). Esistono sindromi paraneoplastiche "obbligate", cioè sempre e necessariamente associate ad una neoplasia (acanthosis nigricans maligna, erythema gyratum repens, sindrome da glucagonoma, ipertricosi lanuginosa acquisita, acrocheratosi paraneoplastica di Basex), ed altre "facoltative" (eruzioni orticarioidi, cheratosi seborroiche – segno di Leser-Trélat, prurigo, prurito, eritema anulare centrifugo, pemfigo, sindrome di Sweet, vasculiti), che possono quindi manifestarsi anche in maniera autonoma, in assenza di qualsiasi associazione con una malattia oncologica.

La cute con le sue molteplici funzioni: protezione, interfaccia interno/esterno, termoregolazione, mantenimento dell'equilibrio idroelettrolitico, depurazione in stretta sinergia con i reni, percezione degli stimoli dolorosi, pruriginosi, piacevoli, sede dei recettori tattili e propriocettivi, luogo di somatizzazione di ansie e problematiche psicologiche rappresenta davvero l'organo più vasto e più difficile da interpretare. Pensando alla gravità di un paziente ustionato per il 90% della superficie cutanea, anche se l'ustione è di grado superficiale, ci si rende conto dell'importanza della cute e della sua integrità. Come si dice che gli occhi sono lo specchio dell'anima,

potremmo dire che la pelle è lo specchio del corpo: infatti da un attento e sapiente esame della cute possiamo rilevare sintomi di disfunzioni interne, di malattie degli altri organi e persino scorgere segni di neoplasie maligne interne, ancora incipienti e asintomatiche. È per tutto questo che la visita dermatologica rappresenta forse la miglior prevenzione in assoluto.

NOTE BIBLIOGRAFICHE

- Nguyen AV, Soulika AM. The Dynamics of the Skin's Immune System. *Int J Mol Sci.* 2019 Apr 12;20(8):1811.
- Beltraminelli H, Itin P. Skin and psyche—from the surface to the depth of the inner world. *J Dtsch Dermatol Ges.* 2008 Jan;6(1):8-14
- Ogawa Y, Kinoshita M, Shimada S, Kawamura T. Zinc and Skin Disorders. *Nutrients.* 2018 Feb 11;10(2):199
- Lee LW, Yan AC. Skin manifestations of nutritional deficiency disease in children: modern day contexts. *Int J Dermatol.* 2012 Dec;51(12):1407-18
- Vidaillet HJ Jr, Seward JB, Fyke FE 3rd, Su WP, Tajik AJ. "Syndrome myxoma": a subset of patients with cardiac myxoma associated with pigmented skin lesions and peripheral and endocrine neoplasms. *Br Heart J.* 1987 Mar;57(3):247-55.
- Koopman RJ, Happle R. Autosomal dominant transmission of the NAME syndrome (nevi, atrial myxoma, mucinosis of the skin and endocrine overactivity). *Hum Genet.* 1991 Jan;86(3):300-4.
- Didona D, Fania L et al. Paraneoplastic dermatoses: a brief general review and an extensive analysis of paraneoplastic pemphigus and paraneoplastic dermatomyositis. *Int J Mol Sci* 21, 2178-2193, 2020.

SOFFRI DI ALLERGIA?

ALEX² è la rivoluzione nella diagnostica allergologica.

Sintomi comuni come starnuti, bruciore agli occhi, difficoltà respiratorie, eruzioni cutanee, nausea, vomito o diarrea possono essere reazioni allergiche.

Con il nostro test **Allergologico Molecolare Multiplex, ALEX²**, il tuo siero viene sottoposto a screening per il più ampio e completo pannello di allergeni. Per un profilo preciso delle tue sensibilizzazioni, incluse possibili reazioni crociate, sono disponibili **295 allergeni**.

I risultati del test permettono al tuo medico una **diagnosi approfondita** e lo aiuta a scegliere la giusta terapia.

MAD
MACRO ARRAY DIAGNOSTICS

macroarraydx.com

**Chiedi al tuo
medico
e scoprilo!**

PARTNERNELLESCELTE



📍 Via R. Merendi 22, 20007 Cornaredo (MI)
☎ +39 02 939 911

✉ segreteria.marketing@dasit.dgroup.it
🌐 www.dasit.it



QUINTA STAGIONE (FINE DELL'ESTATE)

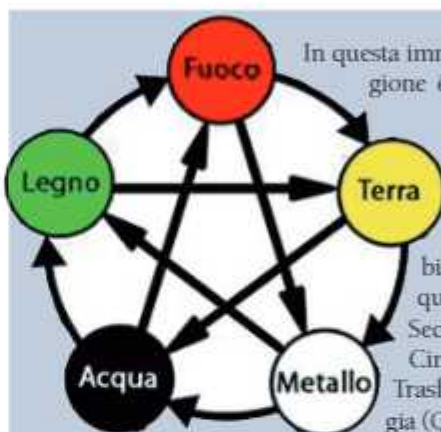
Riflessioni di Medicina Tradizionale Cinese (MTC) Il ruolo del Qi Gong e del Tai Chi Chuan

Proseguiamo il nostro excursus su alcuni aspetti della filosofia e medicina tradizionale cinese, ancorandoci al cambio delle stagioni e a come le cosiddette Pratiche psico-motorie di Lunga Vita e cioè il Qi Gong (pr. Ci gong) = Lavoro energetico e il Tai Chi Chuan (pr. Tai Ci Ciuan) = Arte Marziale del sommo vertice, in realtà una vera e propria "meditazione in movimento", possono aiutarci in questa fase dell'anno.

In questo numero ci occuperemo con due articoli distinti di due stagioni: la Quinta Stagione (o Stagione di mezzo o Fine dell'Estate), non presente nella nostra cultura occidentale, e della stagione dell'Autunno. Abbiamo fatto questa scelta per completezza nella divulgazione dell'antica cultura cinese e per mantenere una corrispondenza cronologica-stagionale con gli argomenti trattati nelle prossime uscite del Magazine.

LA QUINTA STAGIONE

La "Quinta Stagione" si situa a cavallo tra l'Estate (di cui ci siamo già occupati nel precedente numero di questo Magazine) e l'Autunno. Quindi esattamente nel mezzo dell'anno. Dopo la Primavera e l'Estate, prima dell'Autunno e dell'Inverno. Considerando in termini energetici le prime due stagioni come momenti di progressiva crescita dello Yang, mentre lo Yin si riduce, (Primavera=giovane Yang in sviluppo; Estate=Yang maturo al massimo dell'espansione) e considerando le ultime due come crescita progressiva dello Yin, mentre lo Yang si riduce (Autunno=Piccolo Yin e Inverno=Grande Yin, massimo della condensazione), si comprende come la Quinta Stagione o Stagione di mezzo coincida con la fase di equilibrio delle energie Yin e Yang. Dal punto di vista meteorologico si caratterizza in Cina come un periodo di piogge insistenti e di grande umidità.



In questa immagine la Quinta stagione è rappresentata dalla sfera gialla; la primavera da quella verde; l'estate da quella rossa; l'autunno dalla sfera bianca; l'inverno da quella nera.

Secondo la Teoria dei Cinque Movimenti o Trasformazioni dell'Energia (Qi) la Primavera coincide con il Movimento del Legno (giovane Yang), l'estate col movimento Fuoco (Grande Yang, al massimo della espansione; l'Autunno col movimento Metallo (piccolo Yin, energia di concentrazione) e l'Inverno col movimento Acqua (Grande Yin, massimo della discesa).

La Quinta Stagione, dopo l'estate e prima dell'autunno, corrisponde al movimento Terra in cui l'energia espansiva (centrifuga) e di condensazione (centripeta) si equivalgono = equilibrio di Yang e di Yin.



Dott. LUCIANO CAPRIOTTI

Specialista in Cardiologia
Esperto in Agopuntura
e Filoterapia
Professionista
Rele Artemisia Lab

Questo concetto di centralità, di equilibrio, di radicamento e di controllo tra spinte ascensionali e discendenti, è la caratteristica principale della Quinta Stagione, collocata tradizionalmente dopo l'estate e prima dell'autunno; garantisce un aspetto di equilibrio e di bilanciamento che ritroveremo negli aspetti fisiologici, psicologici e ginnico-motori.

Secondo un'altra interpretazione la stagione di mezzo rappresenterebbe il momento di passaggio da una stagione all'altra (circa 18 giorni che si ripetono quattro volte l'anno), come se l'energia della Terra, caratteristica della Quinta Stagione, consigliasse come trasformarsi, come passare da una stagione



Secondo la "teoria dei 5 elementi" su cui si basa la MTC: il Legno ha come organo di riferimento il Fegato; il Fuoco il Cuore, la Terra la Milza, il Metallo il Polmone e l'Acqua il Rene. Le emozioni hanno una grande influenza sugli organi: la gioia si associa al cuore, la rabbia al fegato, l'ansia alla milza, la tristezza ai polmoni e la paura ai reni.



all'altra; per analogia questa energia che cerca di modulare e mediare le trasformazioni, soprassedie anche a tutti i passaggi e cambiamenti della vita (parto, pubertà, menopausa) e anche alle decisioni implicanti mutamenti di vita (lavoro, relazioni, famiglia, residenza...)

Il movimento Terra, caratteristico della Quinta Stagione, si collega con una importante funzione fisiologica del nostro organismo, quella della digestione e assimilazione dei nutrienti dagli alimenti, in pratica con la funzione fisiologica del nostro Sistema gastroenterico. Due sono gli organi collegati con il Movimento energetico della Terra: lo Stomaco e la Milza (sic!). Per gli antichi cinesi il ruolo della Milza non ha nessuna corrispondenza con la reale funzione della nostra milza, ma per comprenderne il significato faremo bene a considerarla come se fosse il nostro Pancreas! Quindi lo Stomaco accoglie gli alimenti e veicola "la parte torbida" in basso verso l'intestino, mentre la Milza-Pancreas estrae i nutrienti (diremo oggi li metabolizza) e porta in alto "la parte sottile" per nutrire

cuore, polmoni e gli altri organi. Questa è una delle due fonti di Energia acquisita indispensabile per la vita: l'Energia di derivazione alimentare o Qi degli alimenti. Incontreremo poi parlando dell'Autunno e del Polmone (suo organo di riferimento) come il Polmone provveda alla quota energetica respiratoria o Qi respiratorio. L'apporto e il rinnovo continuo di queste due forme di energia acquisita permette all'individuo di conservare il più a lungo possibile e di non sperperare l'Energia congenita o prenatale (conservata nei Reni) che i suoi genitori gli hanno trasmesso all'atto della nascita, consentendogli di vivere secondo ciò che il suo TAO prevede (noi diremo il suo codice genetico). Lo Stomaco teme la secchezza, mentre la Milza teme l'umidità. Vedete come in questa coppia di organi che lavorano in accordo si ripete l'equilibrio tra energie discendenti (quelle dello Stomaco) e ascendenti (Milza/Pancreas). Di conseguenza la rottura di questo equilibrio condurrà a digestione lenta, gonfiore gastrico, reflusso, singhiozzo, vomito se lo Stomaco perde la sua energia "discendente" oppure pesantezza, edemi, stasi agli arti inferiori, gonfiore, marcata astenia, perdita di equilibrio, diarrea e addirittura ptosi viscerale ed emorragie (funzione della Milza in MTC è infatti anche quella di mantenere gli organi e il sangue nella loro sede) se la Milza (Pancreas) perde la sua energia "ascensionale". Ma senza entrare nella patologia e rimanendo in un ambito di comune esperienza personale è facile nelle giornate con un elevato tasso di umidità (specie se si associa anche calore in eccesso) sentirsi spossati con un appesantimento fastidioso delle gambe, la massa corporea ristagna e sembra aumentare la sua gravità; non abbiamo talora né la voglia, né la forza di fare un passo, di sollevare una gamba o un braccio. Può generarsi un circolo vizioso tra stanchezza e inattività motoria, iperalimentazione (soprattutto ipercalorica e zuccherina) e pensieri ripetitivi con conseguente aumento del peso. D'altro lato quando il pensiero si annoda in un problema apparentemente senza soluzione, è talora salutare interrompere il "rimuginio" ossessivo che ci incatena nell'immobilismo fisico e psichico, proprio intraprendendo una qualsiasi attività fisico-motoria. A volte fare quattro passi serve proprio a schiarire la mente! Oppure eseguire qualche esercizio di Qi Gong è quanto mai benefico per liberare la mente e alleggerire il cuore. La giusta chiave per il mantenimento della salute, ci insegna la



Terra, è sempre un giusto equilibrio tra sana alimentazione, buona aria da respirare e giusta dose di attività motoria giornaliera. La facoltà psichica fisiologica peculiare della Terra è la capacità di riflettere, di fare collegamenti fra situazioni diverse, di fare astrazioni ed avere intuizioni logiche in grado di conciliare e mediare tra posizioni diverse e apparentemente contrastanti. La Terra sa intuire e produrre concetti astratti in grado di connettere, accordare e armonizzare i diversi punti di vista. In questo rivela molto la sua qualità "materna" di mettere d'accordo i propri figli.

Di fronte ad una situazione stressante può reagire con due modalità apparentemente opposte, ma che in realtà sono tra loro consequenziali:

o si irrigidisce e sopporta, sopporta in maniera paziente e ostinata o esplose in una vera e propria eruzione, una specie di espulsione, un rigetto, come un vomito represso. In ogni caso il "rigetto" fa parte dei moti fisiologici della Terra e contribuisce a trasformare e a modificare le cose, tutto cambia e si evolve (o involve), anche noi cambiamo in continuazione nella nostra vita e, citando Eraclito, "non ci bagneremo mai nella stessa acqua del fiume"; il nostro stesso ingresso nella vita è frutto di una "espulsione", di un "rigetto" da parte dell'utero materno. Anche il clima, i movimenti geologici, i terremoti rappresentano per la Terra un aggiustamento posturale per ritrovare il suo equilibrio ed il suo centro (sic!). Secondo un antico poeta due montagne aspettavano con trepidazione il terremoto per potersi finalmente riabbracciare!



Tutte le Pratiche di Lunga Vita, in particolare il Qi Gong e il Tai Chi Chuan, agevolano la distribuzione e il flusso dei soffi energetici e dei liquidi nell'organismo, limitando il ristagno e la stasi circolatoria. Inoltre attraverso i movimenti di tonificazione degli organi si aumenta l'energia della Terra che darà un aspetto sano alla forma corporea e alla fioritura delle carni, migliorando il sostegno e la leggerezza motoria soprattutto dei quattro arti. Le Pratiche Psico Motorie trasmettono il movimento alle carni e tonificano il Tessuto Connettivo. Proprio il Connettivo mantiene "unito" tutto il corpo, sorregge i visceri, dà sostegno alle inserzioni muscolari, crea continuità di relazioni e scambi di informazioni tra tessuti e cellule.

In questo consiste il significato delle antiche definizioni del Suwen, classico testo di Me-



dicina Tradizionale Cinese, risalente all'Imperatore Giallo:

“La Milza mantiene le cose al posto giusto”
 “Stare a lungo seduti danneggia la Milza”
 “Il pensiero che produce
 ossessione provoca dei nodi”



Consiglio un esercizio molto semplice ed efficace per “sgranchire” la mente, prima ancora del corpo, davanti ad un problema apparentemente insolubile che ci opprime, ed è quello conosciuto come “APRIRE LE VEDUTE”. Si inizia sempre con i piedi posti ad una distanza simile a quella della larghezza delle spalle; sollevo lentamente le braccia fino all'altezza delle spalle (fase di elevazione); quindi le apro allargandole orizzontalmente fino a chiudere posteriormente le scapole (ovviamente il petto si allargherà di conseguenza: fase di apertura). Anche lo sguardo è libero, si apre all'orizzonte come se scoprisse un panorama immaginario, si può sorridere come segnale di accoglimento benevolo di tutto ciò che mi circonda; quindi richiudo lentamente le braccia fino a raggiungere la posizione frontale (fase di Chiusura, di raccoglimento); a questo punto abbasso le braccia in basso lungo i fianchi e posteriormente (fase di discesa) per poi ricevere quasi un “rimbalzo” che mi induce a sollevarle di nuovo e riprendere il ciclo dei quattro movimenti. E' utile accompagnare il

movimento di elevazione con un raddrizzamento del corpo e delle ginocchia e assecondare il movimento di discesa con un analogo lieve abbassamento sulle ginocchia. Tutti e 4 i movimenti devono essere armoniosi e fluidi, lenti ma senza soluzione di continuità o frammentazione tra l'uno e l'altro. Ricorda l'analogia con le stagioni e i Movimenti energetici: Elevazione=Legno/primavera; Apertura=Fuoco/estate; Chiusura=Metallo/autunno; Discesa=Acqua/inverno; Equilibrio



della postura e transizione tra un movimento e l'altro=Terra/Quinta stagione.

Un altro classico esercizio tratto dalla sequenza BA DUAN JIN (OTTO PEZZE DI BROCCATO) si chiama “SEPARARE IL CIELO DALLA TERRA”(con mani alternate) per stimolare la Coppia Milza/Stomaco: in piedi con le gambe estese, i palmi delle mani “si guardano” davanti al petto, si sfiorano e si dividono: una sale e il braccio si estende verso l'alto, mentre il palmo stesso sorregge il cielo sopra la testa (o sostiene il ventre del drago) l'altro contemporaneamente scende, il braccio si estende verso il basso, un po' di lato e posteriormente, schiacciando col palmo verso terra (appoggiarsi sul dorso della tigre). Durante la fase di salita e discesa le braccia sono rilassate (diastole -YIN), quando arrivano l'una al cielo e l'altra verso la terra si irrigidiscono (sistole-YANG). Poi si ritorna con le mani al centro del petto e si ripete l'esercizio dall'altra parte...



Antica illustrazione degli Otto Esercizi di Broccato (BA DUAN JIN)

Il secondo esercizio (Tirare con l'arco) stimola il Polmone;
 il terzo esercizio (Separare il Cielo e la Terra) stimola Milza e Stomaco



AUTUNNO: STAGIONE DEL MOVIMENTO ENERGETICO “METALLO”

*Riflessioni di Medicina Tradizionale Cinese (MTC)
Il ruolo del Qi Gong e del Tai Chi Chuan*



L'Autunno è la stagione, secondo la Medicina Tradizionale Cinese (MTC), dominata dall'elemento Metallo che ha come organi privilegiati il Polmone e il Grosso Intestino. L'animale mitologico corrispondente all'Autunno è la Tigre bianca che scende dalla bruma della montagna a fine estate, al calar del sole, che incute timore e costringe gli abitanti del villaggio a chiudersi in casa e che preannuncia l'arrivo dell'inverno e della neve. Il Qi Gong applicato alla stagione autunnale lavora con respirazioni profonde, movimenti ben articolati per aprire il petto e ampliare la capacità respiratoria, sciogliere



Dott. LUCIANO CAPRIOTTI
Specialista in Cardiologia
Esperto in Agopuntura
e Fitoterapia
Professionista
Rele Artemisia Lab

le rigidità della colonna a partire dal collo, spalle, scapole, e fortificare tutto l'organismo. L'Autunno (Movimento Metallo) è il periodo della raccolta, della riflessione, della scelta oculata e dell'immagazzinamento di ciò che servirà per attraversare la stagione invernale. C'è sicuramente una nota malinconica nella stagione autunnale: la vitalità e l'esuberanza dell'estate sono ormai concluse e ci troviamo in una situazione emotiva simile a quella che si prova al tramonto, quando il sole, ancora luminoso ma non più caldo ed ardente, cala all'orizzonte. In termini esistenziali è la fase che segue la maturità piena (assimilata alla stagione estiva) e prelude alla senilità:



pomeriggio della vita. Contemporaneamente si evidenzia anche la consapevolezza che urge affrettarsi per completare il raccolto ormai giunto al suo compimento maturativo e ad immagazzinarlo, prima che sia troppo tardi ed arrivi l'inverno: non c'è tempo da perdere. L'aspetto energetico Yin è sottolineato dall'azione del "raccolgere", mentre l'aspetto Yang dall'atto del "tagliare" (potare, eliminare ciò che non serve).

L'energia del Metallo dal punto di vista psico-emotivo è molto "sensibile e sensitiva". Il Metallo "sente" anche fisicamente, attraverso gli organi di senso (l'odorato, "a naso") e attraverso la pelle ("a pelle") e sceglie con molta determinazione ciò che conviene mantenere e custodire rispetto a ciò che va evitato o escluso dalla propria sfera intima. Il motto del movimento Metallo è pertanto: "Io sento". L'odorato (l'organo di senso di pertinenza della sfera energetica del Metallo) è intimamente legato col Sistema Limbico (odore>ricordi>emozione).

In Autunno c'è un rovesciamento "energetico": il Grande Yang dell'Estate (luce, calore, movimento), dopo aver raggiunto una situazione di equilibrio con il suo complementare Yin nel corso della Quinta Stagione, inverte la sua polarità, e diventa Yin che si avvia verso l'oscurità, il freddo e l'immobilità dell'Inverno. Anche in primavera c'è un rovesciamento energetico (si passa dal Grande

Yin dell'Inverno al piccolo Yang della primavera) ma in questo caso tutto sarà più facile e gradevole: aprirsi ed espandersi verso la vita e la luce dà un senso di piacere. Adesso invece dobbiamo adattarci, anche se è più difficile, e dobbiamo prepararci al silenzio, al buio e al riposo del periodo invernale. Dobbiamo riposarci, calmarci, riflettere, fare delle scelte oculate, conservare ciò che è necessario e prezioso, eliminare ciò che è superfluo o dannoso; dobbiamo difenderci dalle prime intemperie stagionali e rafforzare il nostro sistema immunitario. L'energia difensiva (Wei Qi) circola sotto pelle, in maniera molto dinamica ed efficace, soprattutto di giorno ci mantiene vigili e reattivi, difende dagli attacchi esterni la superficie del corpo impedendo ai patogeni di fare breccia all'interno dell'organismo. Questo concetto della difesa della nostra superficie esterna, dei nostri confini, bene si presta alla similitudine del Metallo come movimento energetico che ci difende, come una sentinella armata (con scudo e armatura) che vigila sull'entrata dei fattori patogeni e difende i nostri confini.

Il Polmone è l'organo che è particolarmente animato dalla energia autunnale: raccoglie tramite il respiro l'aria nuova (l'ossigeno) e l'energia del cielo (la luce) e la distribuisce dall'alto a tutti gli organi. Elimina l'aria vecchia (l'anidride carbonica ed il vapore acqueo). Abbassa l'energia derivata dalla re-



spirazione e rinfresca gli organi sottostanti. Contribuisce a mantenere in vita l'organismo insieme all'Energia di derivazione alimentare, che la Milza (Pancreas) porta in alto fornendo le essenze sottili estratte dagli alimenti, risparmiando così il patrimonio energetico congenito ereditario, conservato nei Reni.

Questa dualità di fisiologica trasmissione dell'energia è bene rappresentata da una postura del Tai Chi/QiGong "La gru bianca dispiega le ali". Infatti mentre l'alluce spinto a terra sollecita la risalita dell'energia della

Milza (il suo meridiano nasce proprio a livello dell'alluce per finire al petto), la distensione del braccio controlaterale apre il torace, migliora il flusso respiratorio e tonifica il Polmone.

Si dice che il Polmone si fortifichi con il senso di giustizia ed il rispetto delle regole; questo è molto importante perché oltre a favorire la fase di "raccolta" e di "raccolgimento" il Polmone esercita una capacità selettiva e discriminante per rendere altamente qualitativo il raccolto: ecco il motivo per cui il Metallo è legato alla giustizia, rettitu-





dine, onest , austerit , lealt , equit  ed anche alla capacit  di eseguire la scelta con severit  e rigore. Il movimento rapido e deciso delle braccia/mani, tipo sciabola che scende e taglia, eliminando il superfluo,   presente nei movimenti di Qi Gong con cui intendiamo tonificare o purificare il Polmone.

Un esercizio di Qi Gong tipicamente autunnale consiste nel sollevare entrambe le braccia verso il cielo, le incrocia di taglio davanti al collo, come se fossero un tetto e rapidamente le abbassa verso l'esterno, come se il bordo esterno dell'avambraccio e il taglio della mano, fossero il fendente di una spada che si abbatte tagliando ed eliminando tutto ci  che   superfluo o nocivo. Secondo la tradizione il fendente   come una spada che taglia un drappo di seta preziosa.

Il movimento del Metallo rafforza e difende i confini del corpo: ben rappresentato dall'immagine di un guerriero armato di scudo, corazza e spada che fa da sentinella. Dopo una serie ripetitiva di questi movimenti eseguiti con decisione e rapidit  (proprio come farebbe un guerriero armato di spada), magari emettendo con la espirazione un suono sibilante, veloce e secco simile alla lama che fende, sicuramente avremo eliminato l'eccesso di Yang (tensione, emozione) dal nostro corpo, e potremo continuare l'esercizio in maniera pi  Yin, cio  pi  lenta e meditativa, portando l'intenzione ed il pensiero su ci  che di utile e prezioso abbiamo raccolto e intendiamo conservare nel nostro interno,

e allora le nostre braccia si abbasseranno prima in modo tranquillo e quieto, non si divideranno subito, ma pensando al movimento fluttuante e delicato delle foglie che si staccano dai rami, si poseranno delicatamente ai lati dei fianchi, quasi con l'intenzione di bene distribuire e trovare un equilibrio. Sicuramente aumenter  il senso di calma interiore e riusciremo a rallentare il respiro e a renderlo pi  sottile e prolungato. Le due modalit  di esecuzione dell'esercizio sono ugualmente interessanti e complementari.

L'energia del Metallo si indebolisce e soffre con la tristezza, emozione per lui negativa e con il clima troppo secco. Si fortifica con il sapore piccante. Si dice che il Polmone si apre nel naso e difende la pelle, secondo l'antica medicina tradizionale cinese.

Non   certamente estranea alla nostra esperienza diretta e alla Medicina Occidentale la relazione che intercorre tra Polmone e Naso (prime vie aeree respiratorie) e anche la relazione tra patologie allergiche bronchiali (come l'asma) ed alcune dermatiti allergiche. E di come la secchezza eccessiva oltre a danneggiare il respiro, danneggi anche la pelle, disidratandola. E a proposito dell'energia proveniente dall'aria non possiamo non ricordare come l'esposizione della pelle alla luce solare promuova la trasformazione della Vitamina D, indispensabile per la salute delle ossa e il potenziamento del sistema immunitario. Inoltre sempre considerando il rap-



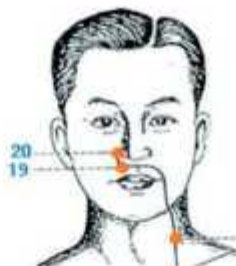
porto tra Polmone e cute e apertura dei pori (con conseguente sudorazione) è quanto mai ovvia la raccomandazione soprattutto in questo periodo autunnale di evitare il raffreddamento del corpo con bruschi sbalzi della temperatura quando si è accaldati, come ad esempio durante o dopo una pratica motoria o sportiva o di Tai Chi e Qi Gong. I pori aperti rappresentano infatti, tradizionalmente, una ridotta difesa all'ingresso del freddo e dell'umidità, considerate energie perverse, nel nostro corpo.



L'organo Polmone si accompagna al viscere Grosso Intestino (Colon): entrambi appartengono all'energia dell'elemento Metallo e insieme lavorano e collaborano. Anche il Grosso Intestino infatti "decide" cosa assorbire e cosa eliminare come ultimo scarto della digestione; la maggior parte dell'acqua e degli elettroliti, ancora utili all'organismo, vengono riassorbita proprio dal Colon e perduti in caso di malfunzionamento del viscere (diarrea, disidratazione, ipopotassiemia). Anche il Colon soffre della secchezza (stipsi). Sappiamo dalla Medicina moderna occidentale, in particolare nelle sue ripercussioni psicosomatiche, di come l'Intestino funzioni

come un "secondo cervello" e di quanto il suo buon funzionamento contribuisca al senso di benessere psicofisico, mediante la produzione di grandi quantità di mediatori neurochimici che inducono sensazione di calma e serenità (serotonina). La collaborazione del Grosso Intestino con il Polmone si esemplifica anche considerando il percorso del suo meridiano che scorre dall'indice fino al viso, in prossimità della narice controlaterale. Il meridiano del Polmone conclude il suo percorso al pollice: le due dita pollice ed indice, quando congiunte in un anello, esprimono una grande forza della mano.

Una semplice e antica pratica di automedicazione consiste proprio, dopo uno sfregamento intenso dei due pollici, nel loro versante esterno, dove sono situati i punti energetici del Polmone (in particolare P10 o Dorso del pesce, a metà del rigonfiamento alla base del pollice o eminenza tenar) che ne provochi il riscaldamento, nel massaggiare la zona intorno e sotto le narici come metodo di prevenzione o coadiuvante dei sintomi da raffreddore e delle affezioni delle prime vie aeree. La fossetta che si situa al disotto e lateralmente alle narici rappresenta il punto di arrivo del meridiano del Grosso Intestino (si chiama "Accoglienza dei profumi" = GI 20), se massaggiata con la punta dell'indice per due-tre minuti può aiutare a risolvere o attenuare sintomi di rinite o congestione nasale. Ugualmente utile per il raffreddore è il Punto 4 Grosso Intestino o "Fondo della Valle", situato nell'incavo esterno della mano tra la base del pollice e l'indice. Anche l'automassaggio con picchiettatura ripetuta degli arti superiori è un modo semplice per stimolare la circolazione energetica della coppia Polmone/Grosso Intestino. Un altro punto molto importante da massaggiare e riscaldare per aumentare le difese immunitarie è il punto localizzato posteriormente nel collo, al di sotto della 7ª vertebra cervicale dove si sente una protuberanza ossea, inclinando il collo in avanti (è il punto chiamato Dazhui o "Grande vertebra"): è considerato un punto di incrocio di tutti i meridiani Yang. Il massaggio e il riscaldamento di questi zone tramite picchiettamento o digitopressione fa parte della comune pratica mentre si esegue una seduta di Qi Gong.



Un altro interessante ed utile esercizio che rafforza l'energia del Polmone nel periodo autunnale è tratto dalla sequenza delle OTTO PEZZE DI BROCCATO o Ba Duan Jin) ed è conosciuto come:

“Tendere l'arco a destra e sinistra per colpire l'avvoltoio”

L'esercizio consiste nell'assumere la posizione del cavaliere (cioè gambe distanziate con ginocchia semiflesse) contemporaneamente le due braccia incrociate davanti al petto si dividono: il braccio ds (posto all'esterno) si estende verso ds come se fosse una freccia, mantenendo l'indice verso l'alto e il pollice aperto (ad L) mentre il braccio sin si piega

portando il gomito verso sin., con l'indice e il pollice in contatto e le altre dita chiuse a pugno, come se tirassero la corda dell'arco; trazioniamo gli avambracci e le dita, poi rilassiamo le braccia ed apriamo la mano sin ed apriamo il braccio sin e rivolliamo l'attenzione (lo sguardo) verso la mano sin che si è aperta e poi le braccia ritornano ad incrociarsi rilassate davanti al petto. La mano più esterna diventa la freccia di un nuovo ciclo, che si alterna verso destra e verso sinistra. Buona pratica di lunga vita.

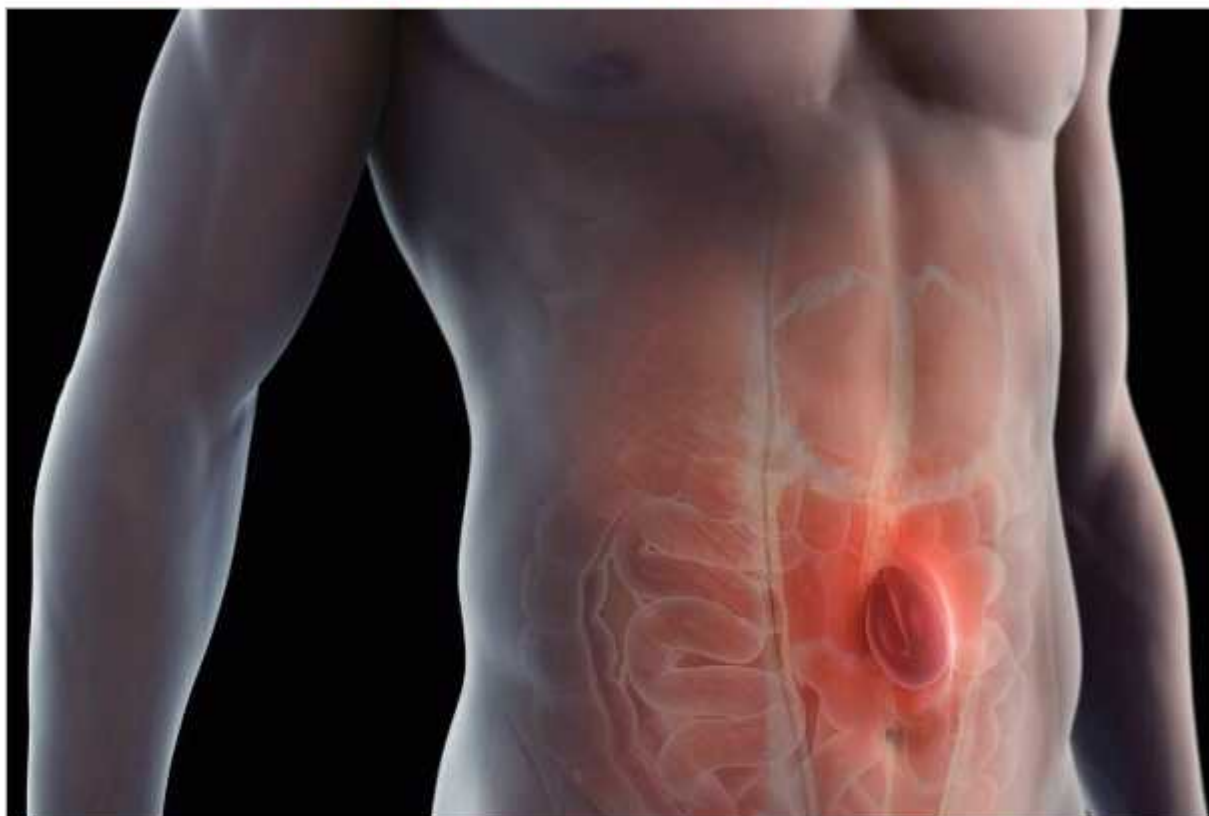
Nel prossimo numero del Magazine ci occuperemo della stagione Invernale, associata al movimento energetico dell'Acqua, il cui organo di riferimento è il Rene.

Mente chiara e Cuore leggero.





ERNIE DELLA PARETE ADDOMINALE



**Prof. ANTONINO
GATTO**

Specialista in Chirurgia
d'Urgenza e Pronto
Soccorso, Urologia,
Chirurgia Plastica
Ricostruttiva ed Estetica
Professioni
Rete Artemisia Lab

L'Ernia della parete addominale comprende tutte le situazioni in cui un viscere, o una parte di esso (intestino, ovaio ecc.), fuoriesce dalla sua sede naturale. Tale fuoriuscita avviene o per una debolezza dei muscoli e delle fasce dell'addome, o per una porta naturale, come l'ombelico e il canale inguinale. Questo avviene come conseguenza di numerose cause, spesso congenite (cioè presenti sin dalla nascita), o in seguito a sforzi ripetuti o particolarmente esagerati, oppure per il progressivo invecchiamento e conseguente rilassamento dei muscoli che fanno da supporto all'addome.

Di solito si parla di **ERNIA ADDOMINALE**, anche se più nello specifico si fa riferimento all'area in cui avviene l'erniazione e quindi si parla di **ERNIA OMBELICALE**, **EPIGA-**

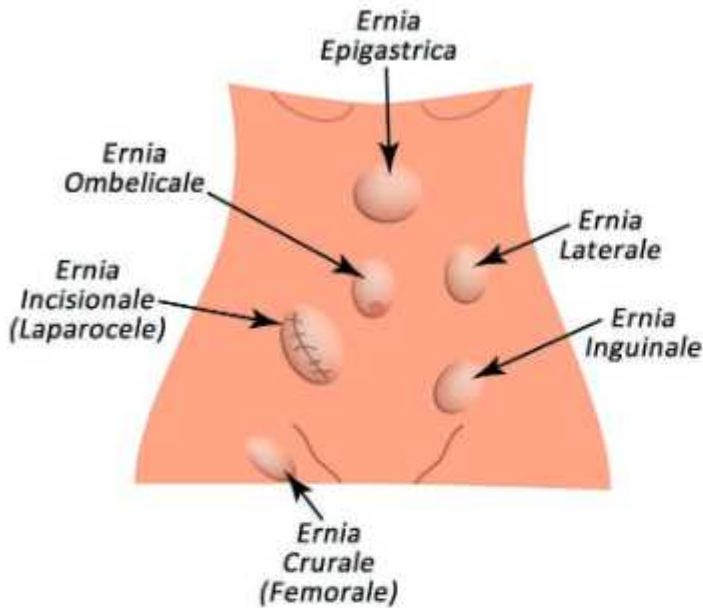
STRICA, **INGUINALE**, **CRURALE** e **OTTURATORIA**.

Un altro tipo di ernia è quella post-operatoria (**LAPAROCELE**), che si verifica molto spesso su cicatrici di precedenti interventi chirurgici.

Il trattamento delle ernie è solamente chirurgico, ed è l'intervento chirurgico più eseguito al mondo: oltre il 5% della popolazione ha un'ernia.

CAUSE

Le cause possono essere **CONGENITE** o **ACQUISITE**. Le prime sono correlate a condizioni presenti sin dalla nascita, in cui c'è stato un blocco o un'anomalia nella crescita della parete addominale. Rientrano in questo tipo di ernie quelle inguinali e l'ombelicale. Le ernie **ACQUISITE** sono provocate da



sforzi o debolezza delle strutture muscolo-fasciali. I fattori che possono facilitare la formazione di questo tipo di ernie sono:

- Obesità e sovrappeso
- Problemi respiratori con tosse
- Cambiamenti dell'anatomia addominale, per traumi, lesioni e sforzi.
- Gravidanza, soprattutto gravidanze multiple
- Ascite (liquido in addome per patologie varie)
- Stitichezza
- Attività lavorativa pesante
- L'avanzare dell'età
- Malattie metaboliche con anomalie del collagene
- Precedenti interventi chirurgici

SINTOMI

L'ernia addominale può essere completamente asintomatica e venire diagnosticata nel corso di una visita fatta per altri problemi. Oppure si evidenzia per una sintomatologia evidente con:

- Presenza di tumefazione nella sede dell'ernia (che spesso scompare nella posizione supina).
- Problemi di digestione
- Dolori diffusi nell'addome
- Dolori nella sede dell'ernia, che possono estendersi anche alla radice della coscia, che si accentuano con l'esercizio fisico, nella posizione eretta, con sforzi addominali forti

(tosse, starnuti stitichezza ecc.)

- Dolori addominali diffusi con vomito, distensione dell'addome e, a volte, febbre (quando l'ernia è strozzata).
- In alcuni casi si ha anche il gonfiore del testicolo omolaterale (ernia inguino-scrotale)

COME PREVENIRE L'ERNIA?

Non ci sono strategie specifiche per prevenire l'ernia addominale, soprattutto quando questa è di natura congenita. Per diminuire i rischi può essere utile mantenere un peso normale, evitare, quando possibile, sforzi e attività pesanti. Dal momento che le ernie possono presentarsi in conseguenza a sforzi collegati a tosse, starnuti e stitichezza, bisognerebbe prevenire le relative condizioni scatenanti. Infine, è opportuno conservare un buon tono muscolare della parete addominale, con esercizi mirati e misurati, non troppo faticosi.

DIAGNOSI

Per diagnosticare qualsiasi tipo di ernia basta semplicemente SOTTOPORSI A VISITA SPECIALISTICA da parte di un Chirurgo esperto. Per determinati casi di ernie in pazienti obesi, anche piccole, è necessario effettuare anche un'ECOGRAFIA SOTTO SFORZO.

TERAPIA

In certe situazioni le ernie si risolvono SPONTANEAMENTE. Questo avviene per le ERNIE OMBELICALI DEL NEONATO, che possono regredire autonomamente nei primi anni di vita.

In tutte le altre situazioni, le ernie debbono essere curate con l'INTERVENTO CHIRURGICO da effettuare prima possibile, onde evitare la temibile complicanza rappresentata dallo STROZZAMENTO.

La terapia chirurgica prevede due procedure: quella tradizionale (cosiddetta OPEN), e quella LAPAROSCOPICA.

In caso di ERNIE POST OPERATORIE (LAPAROCÉLI), l'intervento si esegue in ANESTESIA GENERALE. Tale operazione chirurgica a volte può essere molto indagginosa, con necessità di effettuare ampie viscerolisi (sezione di aderenze: liberare tutto l'intestino dalle aderenze che si sono formate a causa di un precedente intervento).

Nei casi di ERNIE INGUINALI (più frequenti nell'uomo) e CRURALI (più frequenti nelle donne), l'intervento chirurgico, se ci si affida a mani esperte, si può eseguire AM-



BULATORIAMENTE in ANESTESIA LOCALE.

L'intervento consiste nel fare un piccolo taglio nella regione interessata (spesso l'inguine) e scoprire il canale inguinale (o anello crurale). Una volta identificata l'ernia, questa viene separata dalle altre strutture anatomiche che attraversano il canale inguinale - funicolo spermatico nell'uomo e legamento rotondo dell'utero nella donna - e reintrodotta in adome.

La riparazione del punto debole una volta si eseguiva ricucendo, con fili robusti, i muscoli e le fasce; oggi si utilizzano particolari protesi (reti di materiale inerte).

Quando nel passato non si usavano le protesi, l'intervento si eseguiva sempre in anestesia generale e il paziente doveva rimanere a letto in ospedale per circa una settimana. Inoltre il decorso post-operatorio era più lungo e doloroso e le recidive erano circa del 15%. Oggi, con l'utilizzo delle protesi, l'intervento si esegue in anestesia locale, il paziente rientra a casa dopo circa 1 ora e il decorso post-operatorio è molto più breve e quasi senza dolori; le recidive sono, in media,

dell'1%. Inoltre la cute viene suturata con punti intradermici (interni), sistema che consente, contestualmente, di non rimuovere i punti e di far scomparire la cicatrice.

L'INTERVENTO LAPAROSCOPICO è riservato ai casi di ERNIE PLURIRECIDIVE.

L'intervento si esegue in ANESTESIA GENERALE: si praticano tre buchetti di circa 1 cm dentro i quali si inseriscono delle guide (TROCARS) per introdurre poi la telecamera e gli strumenti operatori. Questo tipo di intervento presuppone il ricovero di una notte e il recupero (quasi senza dolore) è rapido.

COMPLICANZE

Le complicanze consistono, principalmente, nella formazione di ematoma (raccolta di sangue), che comunque si risolve quasi sempre spontaneamente e, in alcuni casi molto rari, persistenza di dolore, anche severo, a causa del coinvolgimento dei nervi sensitivi che passano nel canale inguinale.

È IMPORTANTE TENERE PRESENTE CHE SE L'INTERVENTO È ESEGUITO DA CHIRURGI ESPERTI, LE COMPLICANZE SONO MOLTO RARE.



ECOGRAFIA IA (INTELLIGENZA ARTIFICIALE) Multiparametrica* del seno e della tiroide

LA METODICA PIÙ INNOVATIVA E RISOLUTIVA PER LO STUDIO DEL SENO E DELLA TIROIDE.

- INTEGRAZIONE CON INTELLIGENZA ARTIFICIALE PER LO STUDIO DEI NODULI
- ESEGUITA DA MEDICO SPECIALISTA D'ECCELLENZA, CON OLTRE 30 ANNI DI ESPERIENZA
- APPARECCHIATURE TOP DI GAMMA



L'APPROCCIO MULTI PARAMETRICO MEDIANTE L'AUSILIO DELLE SONDE A PIÙ ALTA DEFINIZIONE DISPONIBILE, ASSOCIATO AD UNA ESPERIENZA PLURITRENTENNALE DEL MEDICO OPERATORE, PERMETTONO DI OTTENERE IL MASSIMO IN TERMINI DI RESA DIAGNOSTICA NELLO STUDIO DEL SENO E DELLA TIROIDE E, QUALORA FOSSE PRESENTE UN NODULO, L'ULTERIORE AUSILIO DELLA INTELLIGENZA ARTIFICIALE PERMETTE DI RIDURRE LA NECESSITÀ DI EFFETTUARE APPROFONDIMENTO MEDIANTE AGOASPIRATO OVE NON RITENUTO NECESSARIO.

INNOVAZIONE, ESPERIENZA E FUTURO (INTELLIGENZA ARTIFICIALE) IL NOSTRO OGGI!

* L'Ecografia Multiparametrica è una nuova metodica che associa all'ecografia "tradizionale" ed al colorDoppler le nuove tecniche Elastografiche Strain e Shear Wave. Si ottengono così informazioni sul volume e la struttura degli organi, misurandone la vascolarizzazione e l'elasticità.



ARTEMISIA LAB®

RETE DI CENTRI CLINICI DIAGNOSTICI

We take care of you

23

CENTRI CLINICI A ROMA



- 1** INGHIRAMI
AURELIO/BOCCEA
- 2** ARTEMISIA LAB CASSIA
CASSIA
- 3** CASSIA RADIOLOGIA
CASSIA
- 4** ALESSANDRIA
PIAZZA FIUME
- 5** ALESSANDRIA
PIAZZA FIUME - via VELLETRI
- 6** ARTEMISIA LAB ESTESAN LASER
QUARTIERE TRIESTE
- 7** STUDIO LANCISI
POLICLINICO UMBERTO I
- 8** BIOLEVI
BATTERIA NOMENTANA
- 9** FISIOSEMERIA
GARBATELLA
- 10** ANALISYS
EUR/MARCONI
- 11** CLINITALIA
EUR/MARCONI
- 12** ARTEMISIA LAB FISIO
EUR/MARCONI

- 13** ACILIA MEDICA
ACILIA/DRAGONCELLO
- 14** ANALISYS LABORATORIO
LIDO DI OSTIA
- 15** ANALISYS POLIAMBULATORIO
LIDO DI OSTIA
- 16** ACILIA MEDICA ASS. DOMICILIARE
APPIA/COLLI ALBANI
- 17** ARTEMISIA LAB M.R. 3000
APPIA/FURIO CAMILLO
- 18** ARTEMISIA LAB PANIGEA
APPIA/TUSCOLANA
- 19** CHEA
APPIA/COLLI ALBANI
- 20** ARTEMISIA LAB BEAUTY
APPIA/COLLI ALBANI
- 21** CPP TUSCOLANA
TUSCOLANA/QUADRARO
- 22** ANALISYS CIAMPINO
CIAMPINO
- 23** CHEA
GUIDONIA

L'ECCELLENZA ITALIANA
CON DIAGNOSI IMMEDIATE

ESAMI CLINICI IN GIORNATA

TUTTI I TEST COVID
E TELEMEDICINA DOMICILIARE

APERTI TUTTO L'ANNO ANCHE AD AGOSTO

www.artemisialab.it

