

Comunicare la sanità **senza** *età*

N. 120 NOVEMBRE - DICEMBRE 2023 - EURO 4,00

**ROBOT ALL'INRCA,
LA SCIENZA AVANZA**

**EXPOSANITÀ 2024
TUTTE LE NOVITÀ**

**Come reclutare
infermieri e badanti**

INTELLIGENZA SU MISURA

PROFESSIONE INGEGNERE CLINICO

**MANGIARSANO:
LA BENEFICA
ENERGIA DELLE
CASTAGNE**

**OBESITÀ,
EMERGENZA SOCIALE
DA AFFRONTARE
FIN DA BAMBINI**

Villalba

da 60 anni
ci prendiamo


cura

della vostra
salute

Villalba

Residenza Anni Azzurri
Polo Diagnostico
Clinica Dentale

 **MACERATA**
Via Jacopo Robusti, 37

 Polo Diagnostico e Clinica Dentale
0733.1930310 - 0733.082603

Residenza Anni Azzurri
0733.0821

 **www.villalba.it**

in QUESTO NUMERO



8 **PROFESSIONI IN SANITÀ**
L'ingegnere clinico



14 **EVENTI**
Il Gruppo Fisiomed rilancia:
"Una nuova era"



20 **LE INTERVISTE**
Infermieri e badanti figure sempre più rare e preziose



22 **PREVENZIONE**
Obesità, emergenza sociale dai primi anni di vita



28 **SALUTE E SOCIETÀ**
I nostri tempi pieni di disagio



34 **SOCIETÀ E FUTURO**
Fiduciaria Marche ed Economia Reale



36 **MANGIARSANO**
Tutta la benefica energia delle castagne



38 **RSA E INNOVAZIONE**
La trasformazione digitale di Anni Azzurri



40 **SALUTE E RICERCA**
Il benessere arriva con il bagno in foresta



42 **SALUTE QUANTICA**
Il potere della volontà interiore



Intelligenza Artificiale: ma l'uomo quante ne ha?

L'Intelligenza artificiale, argomento di estrema attualità oggi in tutti i dibattiti medico scientifici, ha grande valenza statistica come raccolta dati, enumerazione, estrapolazione di "ricette" per migliorare la vita. Ma se nell'immaginario collettivo e nella fantascienza potrebbe un giorno arrivare a soppiantare il cervello umano e addirittura a decidere al suo posto, noi pensiamo invece che l'interpretazione di quella enorme massa di informazioni rimanga prerogativa del cervello umano, se vogliamo garantirne una certa qualità. Mi spiego meglio. Proprio perché "artificiale" quella intelligenza può elaborare molte più informazioni e con più velocità, arrivando a selezionare risposte che possono essere giuste per probabilità e per esperienza. Ma il cervello dell'uomo, originale e non artificiale, è dotato di un certo numero di intelligenze. Non una sola. C'è quella matematica, quella intuitiva, quella del buon padre di famiglia, quella educatrice, ecc.

E la capacità per esempio di cambiare idea, non la contiamo?

Ciò attiene a intuito, buon senso, capacità di ammettere / correggere i propri errori, ecc. Può la macchina avere questo? Ci interroghiamo su un paio di declinazioni anzi tre, dell'A.I., come dicono gli inglesi. La prima: le applicazioni in campo medico scientifico possono certo aiutare molto nella diagnostica e anche nella ricerca, è vero. Anche se poi scopriamo che le blue zone del mondo, dove vivono i centenari, sono impervie e per lo più isolate, hanno sì e no il telefono e vivono di pastorizia. Seconda riflessione, l'artificio della intelligenza attuale necessita di regole e della manipolazione di uomini competenti che appunto abbiano la coscienza e l'etica necessarie per le soluzioni del futuro. Infine, la qualità: siamo convinti che su chatgpt le informazioni e i dati siano materia grezza. Se l'uomo non ci mette del suo e ne trae sintesi e conclusioni, con le innumerevoli tipologie di intelligenze che possiede, la qualità e l'utilità dell'informazione viene meno. Così per la musica, la ricetta o la dieta, il corretto stile di vita. Per il resto, se a scacchi non vinceremo più contro la macchina, pazienza. Cambiamo gioco.

Luca Guazzati

Ecco la società consortile tra Sapienza e Confindustria Dispositivi Medici



Nasce la società consortile costituita da Sapienza Università di Roma e Confindustria Dispositivi Medici, che ha l'obiettivo di creare una partnership tra pubblico e privato per agevolare la collaborazione tra mondo accademico e industriale nel settore dei dispositivi medici e della salute. Nello specifico, la società avrà il compito di costituire un'infrastruttura, nell'ambito del progetto più ampio di creazione dell'ecosistema Rome Technopole, che darà concretezza ai principi ispiratori del Regolamento europeo in materia e in particolare all'esigenza di definire precisi ed elevati standard di qualità e sicurezza dei dispositivi medici in termini di requisiti performativi dei processi di produzione, di commercializzazione e di gestione post-commercializzazione.

Anestesisti: Elena Bignami presidente SIAARTI

Si è chiuso a Roma, ICARE2023, il 77° Congresso nazionale della Società italiana di anestesia, analgesia, rianimazione e terapia intensiva (SIAARTI), evento che ha richiamato al Centro Congressi La Nuvola di Roma oltre 3400 anestesisti-rianimatori da tutta Italia.

Anche quest'anno il Congresso nazionale ICARE2023 si è confermato evento in cui rigore scientifico, i contenuti clinici e l'aggiornamento professionale si sommano a una grandissima partecipazione degli anestesisti-rianimatori-intensivisti e a una nuova sensibilità e attenzione delle Istituzioni. Presidente del triennio 2025-2027: Elena Bignami (Parma) designata con oltre l'82% delle preferenze, in una votazione che, come da tradizione, coinvolge con sistema online tutti i soci.



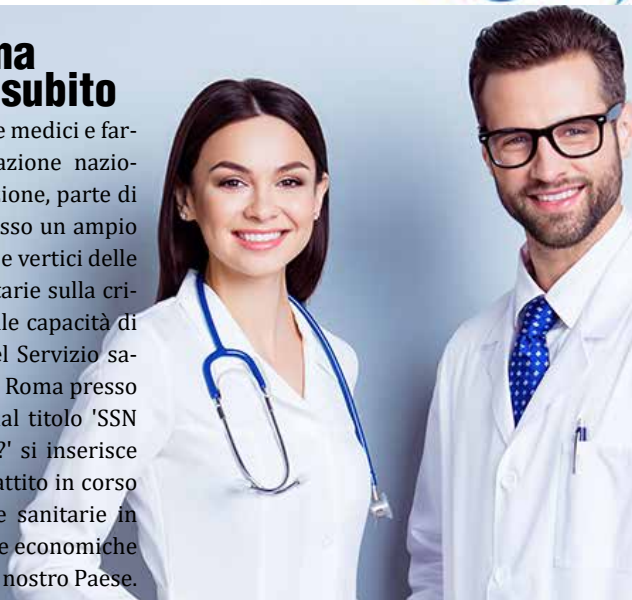
DI applicativi, FISH vigilerà per garantire diritti persone con disabilità

FISH accoglie con favore l'approvazione da parte del Consiglio dei Ministri di altri due decreti applicativi della Legge Delega al Governo in materia di disabilità. Uno riguarda la definizione della condizione di disabilità. L'altro i livelli essenziali delle prestazioni in favore delle persone con disabilità, che stabilisce che a determinarli sarà una specifica cabina di regia, della quale faranno parte le federazioni più rappresentative delle associazioni di persone con disabilità e delle loro famiglie, tra cui anche la nostra.



Perché la riforma sanitaria serve subito

L'allarme lo lanciano insieme medici e farmacisti. Assosalute, Associazione nazionale farmaci di automedicazione, parte di Federchimica, hanno promosso un ampio confronto tra forze politiche e vertici delle categorie professionali sanitarie sulla crisi di sostenibilità e della reale capacità di garantire l'universalismo del Servizio sanitario nazionale, Ospitato a Roma presso palazzo Ferrajoli, l'evento dal titolo 'SSN al bivio: pubblico o privato?' si inserisce nel contesto dell'accesso dibattito in corso sulla riforma delle politiche sanitarie in Italia e le numerose scadenze economiche di fine anno che attendono il nostro Paese.



Sanità Toscana: impianti protesici mammari, istituito il registro

Con 33 sì dell'Aula viene istituito il registro degli impianti protesici mammari. La proposta di legge, illustrata dal presidente della commissione sanità Enrico Sostegni (Pd) ha ricevuto il sì unanime del Consiglio regionale.

La proposta nasce dall'esigenza di offrire una solida base normativa all'istituendo registro regionale degli impianti protesici mammari. "Con questo atto - ha detto Sostegni - si integra la disciplina del servizio sanitario regionale, che contiene l'elenco dei registri di rilevante interesse sanitario, inserendovi anche il registro regionale degli impianti protesici mammari e si aggiorna il testo con le recenti normative in materia di privacy".

A Federfarma il premio “Crede nella ricerca” AIRC

Una delegazione di Federfarma nazionale composta dal presidente Marco Cossolo, il segretario nazionale Roberto Tobia e il presidente del Sunifar Gianni Petrosillo è stata ricevuta al Quirinale in occasione della celebrazione dei Giorni della Ricerca di Fondazione AIRC, iniziativa che dal 1995 informa l'opinione pubblica sui più recenti progressi della ricerca oncologica, dalla prevenzione, diagnosi e cura del cancro, e coinvolge i cittadini alla donazione per sostenere le carriere dei giovani ricercatori e nuovi programmi scientifici. Durante la cerimonia, il presidente Cossolo e il segretario nazionale Tobia hanno ricevuto il Premio “AIRC Crede nella Ricerca”, consegnato dal Presidente della Repubblica Sergio Mattarella.



Collegio reumatologi italiani: multidisciplinarietà al centro

I pazienti reumatologici sono nel nostro Paese oltre 5,5 milioni. Si tratta di persone che vivono una quotidianità complessa, spesso confrontandosi con patologie debilitanti all'interno di setting assistenziali che scontano le abituali differenze che rappresentano una delle criticità del SSN. Mentre nuove terapie vengono autorizzate e non sempre sono poi rese disponibili in modo omogeneo, una cosa è emersa con certezza nella pratica clinica di settore: la reumatologia ha bisogno di uno scatto avanti, di nuova linfa, di nuove progettualità, di nuove collaborazioni multidisciplinari. Ecco dunque che il Collegio Reumatologi Italiani- CReI lancia la sua Roadmap 23-24, un piano di lavoro e di presenza del Collegio che condurrà al prossimo Congresso Nazionale, che si terrà in Sardegna dal 3 al 5 ottobre 2024.

Andrologi SIA: culle vuote, pesa il sesso virtuale

Dietro il crollo delle nascite non c'è solo il disagio sociale ed economico, il calo della fertilità maschile, complici i cambiamenti climatici, l'inquinamento e scorretti stili di vita, ma potrebbero pesare in futuro anche alterazioni della sessualità dei giovani, sganciata da aspetti relazionale e riproduttivi, come il sesso virtuale e l'astinenza sempre più diffusi. E' quanto emerge dai risultati preliminari dell'ultima indagine promossa a Napoli dalla Società Italiana di Andrologia (SIA) sui cambiamenti delle abitudini sessuali dei giovani dopo la pandemia, la virtualizzazione dei rapporti di coppia e lo stato attuale della prevenzione andrologica. Alessandro Palmieri, presidente SIA: “Preoccupa anche la ricaduta sui disturbi della sfera sessuale e l'impatto sulla fertilità in un caso su dieci. Ma l'80% non si controlla dall'andrologo”.



FNOPI: con la riforma pensioni è fuga degli infermieri

Se non verrà corretta la norma che modifica il rendimento della quota retributiva (precedente al 1996) delle pensioni liquidate dal 2024, l'Italia rischia di perdere già dal prossimo anno circa 13mila infermieri. A lanciare l'allarme è la FNOPI, Federazione Nazionale Ordini Professioni Infermieristiche. La riforma riduce le aliquote di rendimento dei contributi versati tra il 1981 e il 1995 colpendo il personale attualmente in servizio con una perdita stimabile tra il 5% e il 25% dell'assegno pensionistico annuale, da moltiplicare per l'aspettativa di vita media. Secondo la FNOPI il taglio sostanzioso ai futuri assegni non soltanto potrebbe generare un aumento della fascia di povertà, ma apre le porte a un "effetto fuga" da ospedali e territorio dirompente. Sarebbe un colpo mortale per il sistema sanitario nazionale, già aggravato dalla carenza di infermieri.





Ministero della Salute



L'AGENDA DEL MINISTRO

Orazio Schillaci



Aifa, Ministro Schillaci: con riforma Agenzia più snella ed efficiente

“Con l’Intesa sancita in Conferenza Stato-Regioni diamo il via a una nuova stagione di Aifa attraverso un quadro regolatorio, normativo e amministrativo più snello ed efficiente volto a semplificare e accelerare i processi di approvazione dei farmaci. Questa riforma, dopo vent’anni, consegna agli italiani un’Aifa più moderna e pronta a mettere a disposizione dei cittadini le innovazioni terapeutiche”.

E’ quanto dichiara il Ministro della Salute, Orazio Schillaci.



Ministero a Regioni: “Vaccini in ospedale per i fragili”. La nuova circolare

“L'erogazione delle vaccinazioni raccomandate può avvenire direttamente presso il servizio che ha in carico il paziente, ferma restando la possibilità di ricorrere, a tal fine, a protocolli interdipartimentali e/o interaziendali”, si legge nella circolare firmata dal direttore generale della Prevenzione del ministero della Salute, Francesco Vaia. Nella circolare si raccomanda “di implementare l’offerta attiva delle vaccinazioni ai soggetti con condizioni di rischio per patologia/stato immunitario. Fermo restando il contributo e il ruolo dei dipartimenti di prevenzione, dei medici di medicina generale e dei pediatri di libera scelta, nonché delle farmacie, e in considerazione delle strutture coinvolte nel percorso clinico assistenziale nelle diverse fasi di presa in carico del soggetto fragile (es. ricovero, visite ambulatoriali, assistenza domiciliare, assistenza presso le strutture sociosanitarie e socioassistenziali territoriali, ecc.) - si legge nel testo del documento - è opportuno coinvolgere anche la rete specialistica sia a livello ospedaliero che territoriale (es. soggetti in follow-up ambulatoriale per patologia o che accedano all’ospedale in regime di ricovero, soggetti ospiti di strutture socio-sanitarie e socio-assistenziali), facilitando così la tempestiva adesione dei pazienti alle campagne vaccinali”.



Dispositivi medici, la banca dati nazionale

Dal 26 ottobre 2023 è possibile inserire nella Banca dati nazionale dei dispositivi medici sia le informazioni relative a sistemi e kit procedurali (art. 22, paragrafi 1 e 2 del Regolamento (UE) 2017/745) che quelle relative alle modifiche introdotte dal Regolamento (UE) 2023/607. Per registrare i sistemi e i kit procedurali è necessario indicare le informazioni previste dal Regolamento (UE) 2017/745 e, nel caso di sistemi e kit procedurali sterilizzati prima dell’immissione sul mercato (art. 22, paragrafo 3), anche inserire il relativo certificato rilasciato dall’Organismo Notificato. Per i dispositivi certificati ai sensi delle direttive, la validità dei certificati CE sarà determinata sulla base delle indicazioni del Regolamento (UE) 2023/607 e la data di scadenza dei certificati sarà aggiornata automaticamente dal sistema.

LA SALUTE DEL TUO **CUORE** È IMPORTANTE!

Nella nostra farmacia effettuiamo

HOLTER CARDIACO
HOLTER PRESSORIO
ECG



FARMACIA DEL PINOCCHIO

Dott. Giusti Alessandro

ANCONA Via Pontelungo, 20 · 60131

Tel. 071.2802355

Ti aspettiamo in farmacia!



L'ingegnere clinico: un ponte tra il paziente e la strumentazione sanitaria



Entrando in una stanza di ospedale per far visita ad un parente o ad amico, o semplicemente recandosi in una struttura sanitaria per sottoporsi ad una visita speciale, a nessuno sicuramente sarà sfuggito la complessità delle attrezzature di cui oggi

sono dotati gli ambienti sanitari.

E come dimenticare le immagini dei pazienti ricoverati in reparti super attrezzati, super computerizzati durante l'epidemia da Covid? Riflettendoci viene spontaneo pensare che ormai viviamo in ambienti super tecnologici,

INQUADRAMENTO PROFESSIONALE

Dopo la laurea magistrale occorre che anche questa categoria di ingegneri sostengano l'Esame di Stato, 'l'abilitazione professionale', specialmente se si vuole intraprendere il percorso professionale nella Pubblica Amministrazione e fare carriera.

L'Ordine degli Ingegneri include anche i clinici, di norma ci si iscrive all'ordine provinciale di residenza oppure dove si esercita. Non è un vincolo rigido, fa sapere Umberto Nocco, presidente dell'Associazione Italiana Ingegneri Clinici, ma l'iscrizione è obbligatoria per esercitare la libera professione, non è invece richiesta per il lavoro dipendente. Ultimamente è richiesta per i dirigenti che lavorano presso la Pubblica Amministrazione. Gli Ingegneri Clinici possono lavorare sia nel pubblico che nel privato partecipando a concorsi. Nella Pubblica Amministrazione si accede solo per concorso, la consulenza è ormai esclusa dalla normativa, ma si può essere chiamati come professionisti per fornire un servizio, sempre a fronte di procedura di gara.

dove tutto è computerizzato, e le sofisticate attrezzature di alcuni reparti ospedalieri hanno raggiunto livelli tecnologici impensabili fino a qualche anno fa.

Negli ultimi decenni, infatti, le apparecchiature biomediche e le apparecchiature di tecnologie avanzate per determinate terapie hanno avuto un'evoluzione modificando totalmente l'approccio alla cura della salute. Una realtà che ha portato a rivedere anche l'organizzazione per poter gestire questa strumentazione.

Ed ecco che entra in campo l'Ingegnere Clinico, il professionista tecnico che si prende cura anche lui della salute del paziente, garantendo il perfetto uso di tutta la strumentazione, le attrezzature biomedicali, telematiche-cliniche in uso nei servizi socio-sanitari. Un figura professionale, quella dell'Ingegnere Clinico, che negli anni ha acquisito sempre maggiore responsabilità in quanto la "health technology assessment - innovazione organizzativa e tecnologica in sanità" ha fatto dei passi straordinari. Le tecnologie avanzate in sanità significano una sfida sociale, per questo la figura dell'Ingegnere Clinico, che è differente dalle altre figure tecnico/sanitarie, oggi è fondamentale all'interno di una struttura socio sanitaria che sia essa pubblica oppure privata.

Più gli ospedali sono ben attrezzati e maggiore possibilità si dà ai pazienti di curarsi. La salute passa anche e soprattutto dalle tecnologie, oggi non basta avere un bravo medico, un bravo specialista se non si hanno gli strumenti giusti per far fronte a determinate patologie, e purtroppo, come sappiamo, la sanità italiana non viaggia alla stessa velocità lungo la Penisola, non garantendo di fatto a tutti quel 'diritto alla salute' sancito dalla Carta Costituzionale.

L'ingegnere clinico, dove è presente, è una figura cruciale all'interno di una struttura sanitaria, rappresenta un ponte tra la cura del paziente e la tecnologia del nosocomio.



E' una figura poliedrica perché oltre ad avere competenze ingegneristiche, deve possedere quei requisiti che gli permettono di rapportarsi con i professionisti del settore. Deve essere costantemente aggiornato sulle tecnologie applicate in ambito sanitario e sicuramente deve avere una buona base di conoscenze informatiche considerando che la maggior parte della strumentazione è gestita da computer. E se valutiamo che tutto viaggia sulla rete, che i dati sono interconnessi, che gli strumenti sono interconnessi, deve anche prevenire rischi o capire all'occorrenza quando agire su una tale apparecchiatura.

Per questo è in collegamento con gli operatori delle attrezzature e dei dispositivi medici, infatti lavora costantemente con altre figure professionali, tra le quali gli ingegneri biomedici per valutare e garantire il funzionamento e la sicurezza delle apparecchiature da questi sviluppate.

I servizi di Ingegneria Clinica sono ormai consolidati in alcune realtà italiane, in quanto sono operativi già dai primi anni Ottanta, e qualche anno più tardi, nel 1993, a Milano fu costituita l'Associazione Italiana Ingegneri Clinici - AIIC. Bisogna precisare però che, anche se l'Italia è un paese con un grandissimo patrimonio tecnologico sanitario, si colloca tra i paesi industrializzati con minore presenza di ingegneria clinica nelle strutture sanitarie.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità - WHO, ha più volte affermato l'importanza del ruolo dell'ingegneria clinica all'interno di una struttura ospedaliera, favorendo l'istituzione di SIC - Servizi di Ingegneria Clinica sia nei Paesi industrializzati che in quelli in via di sviluppo, in questi ultimi purtroppo il problema è costituito dalle apparecchiature non funzionanti e dalla scarsa presenza del personale specializzato per gestirle.

Ma l'Italia è fra i Paesi industrializzati con minore presenza di specialisti in grado di fare rete e salvare vite



TITOLO DI STUDIO PER DIVENTARE INGEGNERE CLINICO

Per diventare Ingegnere Clinico bisogna conseguire la laurea triennale del corso di studi in Ingegneria Biomedica e successivamente iscriversi ad Ingegneria Clinica, conseguendo così il titolo di laurea magistrale. Ma dipende dall'organizzazione delle università perché alcune, come la Sapienza di Roma, hanno già il corso triennale in Ingegne-

ria Clinica. Per accedervi, come per tutti i corsi di ingegneria, bisogna superare un test di ammissione. Spesso questo professionista viene confuso con la figura dell'ingegnere biomedico, con il quale ha in comune una parte del percorso formativo, ma in realtà l'Ingegnere Clinico, lo dice il titolo stesso, lavora nelle strutture sanitarie dove verifica e ottimizza i macchinari creati dagli inge-

gneri biomedici, ma non solo. L'ingegnere clinico ha anche il compito di esaminare e ottimizzare la spesa degli apparecchi sanitari al fine di dare un servizio di qualità al paziente. Per questo i suoi studi non sono limitati al solo campo ingegneristico e sanitario ma deve avere anche una conoscenza in economia gestionale. Tra le doti richieste deve essere un buon problem

Bilanciare i vantaggi, fra sfide e preoccupazioni: è il tema base del convegno nazionale dell'Associazione Italiana Ingegneri Clinici
 Parla Umberto Nocco,
 Presidente AICC



Intelligenza artificiale, sì alle regole

Il ruolo degli specialisti di tecnologie per la salute è sempre più nevralgico perché dovremo governare un sistema sempre più connesso

Ma davvero quello che vediamo nei film di fantascienza, relativamente all'Intelligenza Artificiale (AI), oggi può diventare realtà? E se sì, fra quanto tempo? E quali saranno le conseguenze più dirette?

Di sicuro l'AI rivoluzionerà il nostro modo di vivere e lavorare, offrendo opportunità senza precedenti. Già oggi, per fare un esempio, la chatgpt stravolge il modo di fare giornalismo o di comporre musica...

In sanità l'AI può essere uno strumento formidabile per migliorare la qualità dell'assistenza supportando il lavoro umano e garantendo tempestività nei processi e minor margine di errore. Tuttavia ci sono aspetti positivi e quelli negativi. L'utilizzo dell'AI solleva non poche preoccupazioni, legate ad esempio alla tutela della privacy e alla sicurezza dei dati, all'interpretazione dei risultati che deve tenere conto anche di aspetti etici, per non parlare dell'impatto sull'occupazio-

ne di alcune figure professionali.

Affrontare queste preoccupazioni richiede un approccio olistico che coinvolga regolamentazioni adeguate. L'obiettivo è garantire un utilizzo responsabile, etico ed efficace in Sanità, al fine di migliorare la qualità delle cure e la sicurezza dei pazienti. E' quindi importante bilanciare i vantaggi con le sfide e le preoccupazioni, per questo motivo occorre oggi interrogarsi seriamente sul tema, sia da un punto di vista tecnico che etico e sociale.

"Il Meeting Nazionale AICC (che giunge nel 2023 alla sua 3ª edizione) vuole essere un momento di incontro "verticale" nel quale iniziare a affrontare in modo specifico ed approfondito un tema così importante quale quello dell'AI, che trova ormai sempre più applicazioni in campo sanitario con ricadute e conseguenze anche sulla nostra professione. L'intenzione di AICC è quella di aprire un dialogo costruttivo con le altre professioni per non farsi determi-

nare dalla tecnologia ma, come sempre, capirla, giudicarla e governarla in collaborazione con alcuni tra i massimi esperti di settore”.

Con queste parole Umberto Nocco Presidente AIIC e Lorenzo Leogrande Presidente del Meeting presentano il terzo Meeting nazionale AIIC (30.11-1.12, Teatro Politeama Garibaldi, Via Filippo Turati, Palermo).

Il titolo è inequivocabile: **“Intelligenza artificiale in sanità. Sfide e prospettive per la salute dei cittadini”**. Il Meeting si svolgerà in due giornate: nella prima si svilupperà un incontro-dialogo con i produttori di soluzioni; nella seconda verranno approfondite le relazioni tra IA e sanità, in particolare con le professioni cliniche e di ingegneria clinica, realizzando anche approfondimenti sulle tematiche etiche e normative del settore.

Abbiamo intervistato il Presidente AIIC Umberto Nocco, Presidente di AIIC, proprio alla vigilia del convegno nazionale di Palermo.

Intelligenza artificiale: perché l'ingegneria clinica si interroga su questo tema?

“L'Intelligenza Artificiale è destinata a rivoluzionare il nostro modo di vivere e lavorare, offrendo opportunità senza precedenti ed anche in sanità può essere uno strumento formidabile per migliorare la qualità dell'assistenza supportando il lavoro umano e garantendo tempestività nei processi e minor margine di errore. Tuttavia l'utilizzo dell'intelligenza artificiale solleva non poche preoccupazioni, legate ad esempio alla tutela della privacy e alla sicurezza dei dati, all'interpretazione dei

risultati che deve tenere conto anche di aspetti etici, per non parlare dell'impatto sull'occupazione di alcune figure professionali. E', quindi, importante bilanciare i vantaggi con le sfide e le preoccupazioni, per questo motivo occorre oggi interrogarsi seriamente sul tema. L'intenzione di AIIC con il suo Meeting Nazionale è quella di aprire un dialogo costruttivo con le altre professioni per non farsi determinare dalla tecnologia ma, come sempre, capirla, giudicarla e governarla in collaborazione con alcuni tra i massimi esperti di settore”.

Qual è il ruolo dell'Ingegnere clinico nella sanità che cambia?

“La nostra professione è centrale proprio perché l'intero sistema delle tecnologie healthcare è divenuto essenziale per una sempre più adeguata, appropriata, tempestiva e diffusa risposta ai bisogni di salute. Si pensi alle grandi ed anche alle piccole tecnologie ospedaliere, si pensi all'innovazione, alla telemedicina, alle app mediche, alla gestione dei reparti – ricordiamo che in un grande ospedale oggi si registra la presenza di 15-20mila dispositivi tecnologici di differente complessità e valore economico – all'Internet of Things ed ai sistemi interconnessi, si pensi alla cybersecurity ed alla stampa 3D: in tutti questi ambiti è presente con responsabilità dirette l'ingegnere clinico. Se si riflette sul fatto che 30anni fa, nell'anno della nascita di AIIC, la nostra professione era rappresentata da un manipolo di circa 20 professionisti ed oggi i nostri soci sono quasi 2mila, si intuisce come l'ingegneria

PERCHÉ L'INGEGNERIA CLINICA

Oggi in un ospedale di grandi dimensioni ci sono fino a 70-80MILA dispositivi e device tecnologici, e tutti in un qualche modo sono governati, gestiti, mantenuti, acquisiti attraverso l'unica figura professionale davvero competente: gli ingegneri clinici. Oltre all'HTA, l'Ingegneria Clinica è all'interno del processo di procurement e di valutazione delle performance, mettendo insieme sostenibilità e utilità dell'innovazione.

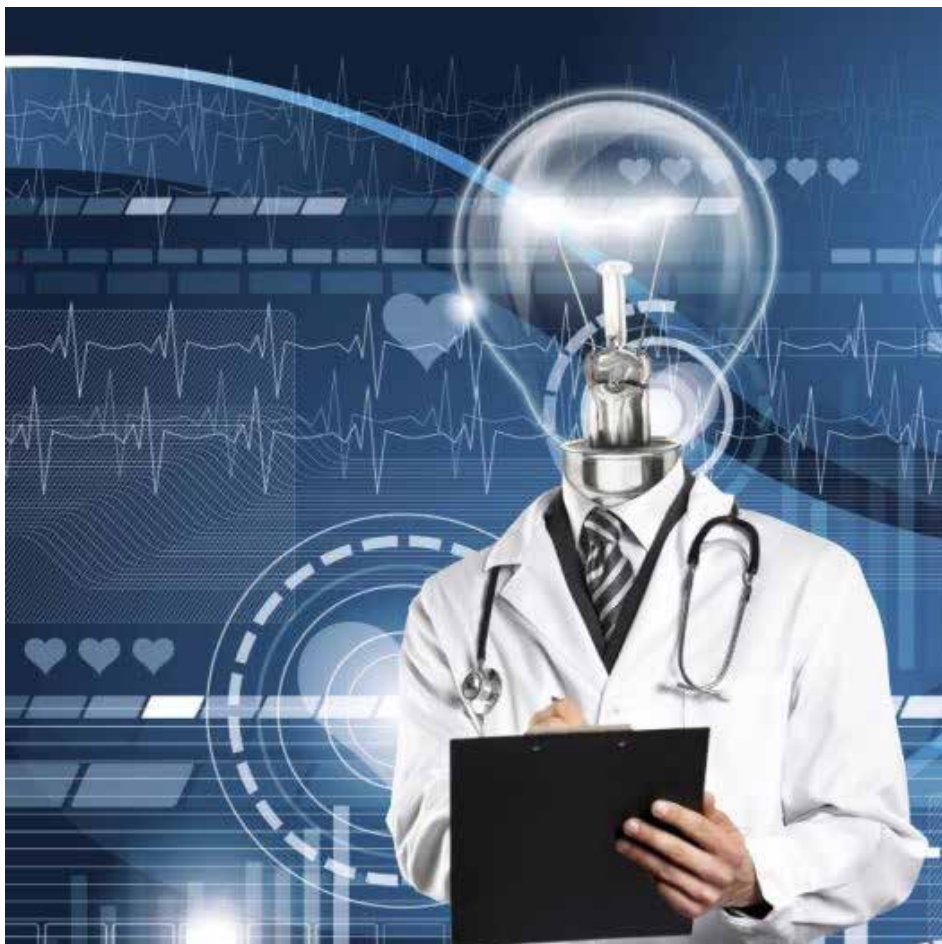
clinica sia cresciuta in Italia, rispondendo ovviamente alla necessità di presidiare con competenza”.

Le strutture italiane della sanità: sono adeguate?

“In termini di tecnologie, la sanità italiana e le sue strutture sono abbastanza adeguate di fronte alla sfida dell'innovazione, anche se il periodico report di Confindustria dispositivi medici mette un accento da noi condiviso sulla vetustà di molte grandi apparecchiature. Oggi affrontiamo una serie di temi che ci riguardano da vicino e mettono la sfida dell'innovazione healthcare in una luce nuova. Prima di tutto il PNRR imprimerà un'accelerazione in termini di investimenti in tecnologie, reti, sistemi interconnessi, case di comunità (si veda il DM77). Dopodiché anche il territorio dovrà essere presidiato in modo differente che nel passato. In tutto questo il ruolo degli specialisti di tecnologie per la salute è sempre più nevralgico perché dovremo governare un sistema sempre più connesso di devices e apparecchiature rimanendo in stretto contatto con le altre professioni e con i pazienti. Direi che noi ci sentiamo pronti ed adeguati per tale delicato passaggio ma occorre che tutto il sistema lo sia”.

AIIC è pronta ad affrontare le sfide?

“Siamo pronti e non da oggi, ma perché giungiamo da un percorso trentennale che ci vede ormai forti e presenti in tutto il SSN. Devo dire che l'ampiezza e la profondità delle nostre competenze fa sì che la nostra professione sia sempre più riconosciuta e richiesta. E non a caso il numero di studenti e di giovani ingegneri clinici aumenta ogni anno, come ben dimostra la presenza di under-35 al nostro ormai tradizionale Convegno Annuale”.



Una storia lunga trent'anni



AIIC 2023

FORTEZZA DA BASSO

Firenze 10-13 maggio 2023



Convegno Nazionale
Associazione Italiana Ingegneri Clinici

Innovazione e accessibilità:
il governo delle tecnologie
sanitarie come sfida sociale

Nata il 15 dicembre 1993, l'Associazione Italiana Ingegneri Clinici è in prima linea nell'avanzamento delle conoscenze tecniche e scientifiche nel settore dell'Ingegneria Clinica. Ripercorriamo alcuni tra i tanti eventi rilevanti dell'AIIC

Sono passati trent'anni da quando, il 15 dicembre 1993, nasce a Milano l'Associazione Italiana Ingegneri Clinici (AIIC). In quel periodo, le competenze di questi professionisti della sanità non sono molto conosciute e dunque l'Associazione si forma con uno scopo preciso: **“Contribuire all'avanzamento delle conoscenze scientifiche e tecniche nel campo dell'Ingegneria Clinica”**. Gli iscritti sono poche decine, la crescita però è costante. Dal 1997 si diffondono i primi eventi regionali AIIC che avanzano come i diversi convegni che, nel corso degli anni, evidenziano una maggiore attenzione alla gestione innovativa e sicura delle tecnologie biomediche.

L'Health Technology Assessment priorità politica

Nel 2004 è istituita la laurea magistrale in Ingegneria Clinica, nata nel 2003/04 dalla scuola di specializzazione post-quinquennale del 1991.

Nel 2005 la Commissione europea dichiara l'Health Technology Assessment, ovvero la valutazione delle tecnologie sanitarie, una “priorità politica”.

Nel 2006, mentre continua a crescere il numero degli iscritti alla AIIC, l'Università di Trento e il Network Italiano di Health Technology Assessment definiscono la cosiddetta Carta di Trento sulla valutazione delle tecnologie sanitarie.

La Raccomandazione nr. 9

Il 9 aprile 2009 viene pubblicata dal Ministero del lavoro, della salute e delle politiche sociali, la Raccomandazione nr. 9 **“Per la prevenzione degli eventi avversi conseguenti al malfunzionamento dei dispositivi medici/apparecchi elettromedicali”**. Obiettivo è “la riduzione degli eventi avversi”. La necessità per le strutture ospedaliere di dotarsi di competenze di Ingegneria Clinica, meglio se con Servizi di Ingegneria Clinica (SIC), diventa fondamentale.

Nel marzo del 2010 viene pubblicato il documento “Il ruolo dell'Ingegnere Clinico nel Servizio Sanitario Nazionale” con il primo report sui SIC in Italia. Gli anni passano e i convegni dell'AIIC narrano il cambiamento di approccio nella pianificazione e nella gestione attenta delle tecnologie in sanità, con un occhio anche al territorio.

La giornata internazionale dell'Ingegneria Clinica

A partire dal 2016, il 21 ottobre diviene per tutto il mondo della salute e delle tecnologie avanzate, la Giornata Internazionale dell'Ingegneria Clinica. L'OMS lancia un documento sulla sanità digitale che rimarrà come riferimento di settore: **“Monitoring and Evaluating Digital Health Interventions A practical guide to conducting research and assessment”**.

Una sfida sociale

Nel 2020 il Covid 19 “ferma” il mondo, ma i materiali tecnologici salvavita per terapie intensive e subintensive funzionano alla grande, con il contributo determinante degli ingegneri clinici. Il 4 marzo 2021 il Centro studi AIIC lancia le Linee Guida **“Le tecnologie di additive manufacturing in sanità”**: il documento diviene ottimo riferimento nell'ambito della stampa 3D.

Nel 2023 si festeggia il trentesimo anniversario dell'Associazione, con il XXIII Convegno nazionale a Firenze. Il tema prescelto la dice tutta sul ruolo dell'AIIC che nell'occasione presenta il suo Libro bianco. È **“Innovazione e accessibilità: il governo delle tecnologie sanitarie come sfida sociale”**.



20 ANNI DI ESPERIENZA E RICERCA



RISTOSANO è la soluzione adottata dal mondo sanitario e sociosanitario per rispondere ai bisogni dei pazienti che soffrono di disfagia.

Permette di realizzare menù vari, gradevoli, tradizionali, nutrienti e sicuri per i pazienti disfagici. I risultati di RISTOSANO sono il frutto di 20 anni di esperienza, lavoro e ricerca in sinergia con centri di ricerca e professionisti del mondo sanitario.



PER INFO
E RICHIESTE
AVVIA
UNA CHAT



Il taglio del nastro con il sindaco Parcaroli, il cardinale Menichelli e il consigliere regionale Carancini

Il Gruppo Fisiomed rilancia: “Una nuova Era”

Enrico Falistocco spiega l'impegno, il sacrificio ed i risultati raggiunti inaugurando la nuova struttura di Sforzacosta altamente tecnologica

L'inaugurazione di una nuova struttura medica per il territorio è sempre un momento di festa. Ma a Sforzacosta di Macerata il Gruppo Medico Associati Fisiomed al momento del taglio del nastro ha portato un valore aggiunto all'intera comunità. Lo ha spiegato bene l'Amministratore Enrico Falistocco che ha riassunto nel suo discorso di apertura i tre punti fondamentali e vincenti del Gruppo Fisiomed: la squadra di oltre 250 medici e professionisti al servizio del cittadino; la tecnologia d'avanguardia ed i continui investimenti che hanno portato le strutture aperte sul territorio, ben 5 fra Civitanova, Tolentino, Corridonia e le due di Sforzacosta, ad essere un fiore all'occhiello della sanità territoriale; il pro-

getto più ampio di “protezione della salute e ricerca del bene sociale” che pone Fisiomed oggi al fianco del Servizio pubblico – e non in competizione – per un impegno a favore di tutti coloro che hanno bisogno.

Gli ospiti

La cerimonia presentata dal giornalista Rai Paolo Notari che, insieme a Lucrezia Coppa, ha saputo anche far leva sull'emozione per una giornata storica, illuminata da un sole beneaugurante e con la benedizione del cardinale Edoardo Menichelli, ha visto la partecipazione del sindaco di Macerata Sandro Parcaroli e del consigliere regionale Romano Carancini che è anche vicepresidente della Commissione Sanità, oltre ai rappresen-



ti delle Forze dell'Ordine, dell'Università di Macerata e Camerino, della presidente CRI Rosaria Del Balzo Ruiti e delle banche locali. Ma Fisiomed ha sempre sostenuto anche lo sport e le squadre locali: infatti era presente una delegazione di atleti paralimpici con i campioni Emanuele Lambertini, Michele Massa, Maria Chiara Cera.

Un po' di storia

La storia del Gruppo Fisiomed ha avuto una esemplare impennata di crescita negli ultimi anni, allorché Enrico Falistocco, che è un imprenditore vero della Sanità, forse uno dei pochi rimasti, ha saputo guadagnarsi la fiducia delle istituzioni e soprattutto di quei cittadini che, frequentando assiduamente queste strutture mediche, hanno garantito uno sviluppo progressivo non solo per l'apertura di nuove strutture caratterizzate da spazi, ospitalità ed accoglienza, ma anche rendendo possibili continui investimenti intelligenti e diversificati, come le innovative apparecchiature e strumentazioni di ultima generazione che ci sono dentro. Il responsabile tecnico progettista Stefano Palmucci ha illustrato il progetto di crescita del Gruppo: nulla è lasciato al caso, dall'impiantistica alla sicurezza, alla garanzia funzionale di ogni strumento, da quello più sofisticato che richiede anche ambienti ed allestimenti particolari, fino all'attrezzatura di uso quotidiano e alla formazione continua del personale.

Le importanti dotazioni tecnologiche Dopo i primi servizi di diagnostica e consulto ambulatoriale, vennero l'ecografia, gli ambulatori specialistici, l'ecocardiografia, il fibroscan e la diagnostica epatica, la mammografia con tomosintesi la bemer terapia e tutti i trattamenti fisioterapici. Poi in ambito oculistico, l'oct e il laser. Dal 2017 al 2019 aprirono Corridonia, Civitanova e Tolentino. "Sacrifici, impegno ma anche soddisfazioni" ha detto Falistocco che ha ringraziato il personale e la "squadra", magistralmente diretta dal Direttore sanitario Gianfranco Bonfli. Così la strumentazione con ingenti investimenti si è arricchita nel tempo della TAC a 128 strati, la risonanza magnetica ad alto campo (1.5 tesla) la radiologia digitale a basso dosaggio e soprattutto la mammografia in 3D con tomosintesi che richiama applicazioni anche da fuori regione. E ancora il Cone Beam in 3D, il Dentalscan, la tace. Laser oculare, la polisonnografia. Da ultimo, ma forse la cosa più importante - ha sottolineato lo stesso direttore Bonfli - il Contrasto che permette di sopperire oggi alle defaillances del servizio pubblico ospedaliero ed alle lunghissime liste d'attesa.

Se lo slogan di Enrico Falistocco fino adesso è stato "Oggi si costruisce il futuro", insieme alla eclettica, straordinaria, polifunzionale e tecnologicamente avanzata struttura ambulatoriale di Sforzacosta, è stata inaugurata davvero una "Nuova Era" per il Gruppo Medico Associati Fisiomed. A tutto vantaggio del territorio, del paziente e del cittadino.



Il direttore generale Gianfranco Bonfli

Un progetto importante per la salute dell'intera comunità, di supporto al servizio pubblico sanitario. La festa, le emozioni e il taglio del nastro



La torta beneaugurante della cerimonia d'inaugurazione

Un momento di emozione, vinta la sfida della sanità territoriale



Il discorso di Enrico Falistocco a Sforzacosta: “Ringrazio la mia squadra di ciò che insieme siamo riusciti a fare”

Si sentiva chiaramente l'emozione nella voce di Enrico Falistocco, l'imprenditore della sanità che ha messo la "squadra" Fisiomed al servizio del territorio. Così nel giorno dell'inaugurazione, ecco il suo discorso completo.

“Prima di tutto i ringraziamenti, al Cardinale Edoardo Menichelli, al Prefetto di Macerata Flavio Ferdani e al Questore Luigi Silipo, al consigliere Romano Carancini vice presidente della Commissione Sanità Regione Marche, al Sindaco di Macerata Sandro Parcaroli, a tutti i Sindaci del territorio convenuti e ai rappresentanti delle Forze dell'ordine e dei servizi civili, del servizio sanitario, delle Università, degli istituti di credito e del mondo dello sport, sia dirigenti che atleti come i campioni paralimpici Maria Chiara Cera, Michele Massa e Emanuele Lambertini. Dulcis in fundo, a tutti gli operatori sanitari presenti”.

“L'inaugurazione di questa nuova struttura per noi è davvero un giorno di festa. Lo è per me - ha detto Enrico Falistocco - che ho l'onore e l'onore di amministrare il Gruppo Medico Associati Fisiomed, per la mia famiglia che con sacrificio ed impegno ha contribuito allo sviluppo dell'azienda e gran parte dei suoi componenti sono nell'organico operativo. È la festa soprattutto della nostra famiglia allargata, 300 persone tra operatori sanitari, personale amministrativo, di segreteria e di logistica che hanno lavorato e partecipato attivamente alla realizzazione di questo Polo Diagnostico, Polispecialistico e Clinico che oggi inauguriamo. Un ringraziamento particolare va al Direttore sanitario, Dr. Gianfranco Bonfili che ha svolto negli anni e continua a svolgere con dedizione la sua importante funzione supportando il lavoro di tutti, compreso il mio, con attenzione, professionalità, solerzia e continuità.

Oggi è il 28 ottobre, abbiamo voluto questa data perché esattamente 7 anni fa eravamo all'Abbadia di Fiastra per celebrare il ventennale di attività e fummo colpiti da un terremoto che si sarebbe ripetuto molto più forte e devastante due giorni dopo.

Una scossa che piegò purtroppo il nostro territorio. Ma noi non ci perdemmo d'animo ed anzi proprio in quei momenti con coraggio ed intraprendenza imprenditoriale, iniziò il grande progetto di espansione che ha portato alla nascita del gruppo medico.

La storia di "Associati Fisiomed" ha inizio nel 1996, nella sede storica di Via Natali a Sforzocosta, con un ambulatorio di fisioterapia. Era la prima risposta ad una esigenza del servizio per poter soddisfare la richiesta crescente di tanti cittadini che facevano fatica a poter usufruire delle strutture pubbliche del Servizio Sanitario Nazionale.

I primi servizi di diagnostica e consulto ambulatoriale specialistico furono quasi subito inseriti consentendo anche alla nostra governance, subentrata nel 2008, di cogliere l'opportunità per un servizio sempre più attraente ed utile. Nel giro di poco tempo fu installato il servizio di radiologia, ampliato quello di ecografia e moltiplicati gli ambulatori specialistici. Tecnologie di avanguardia sono state gradualmente inserite con l'ecocardiografia, il fibroscan per la diagnostica epatica e la mammografia con tomosintesi, importante per una diagnosi sicura e precoce del tumore del seno. Apparecchiature d'avanguardia sono state acquisite per il trattamento fisioterapico come ad esempio la Bemer terapia e altre per una valida e moderna valutazione in ambito oculistico, come l'oct, angio-oct ed il laser oculistico.

Poi è stata la volta dell'acquisizione di strutture dislocate nel territorio: nel 2017 a Corridonia, nel 2018 a Civitanova e nel 2019 a Tolentino. La sede di Civitanova merita una citazione perché lì opera un laboratorio analisi convenzionato di grande supporto al lavoro dei nostri collaboratori specialisti.

A Corridonia abbiamo convogliato i servizi già presenti aggiungendoci quelli dell'infanzia (pensiamo ad esempio a Baby Fisiomed) oltre a qualche pratica di benessere come lo yoga ed altre specialità olistiche.

A Tolentino nella nostra sede vi sono ambulatori di medicina generale affiancati da altri servizi di consulto ambulatoriale sempre specialistico.

Fondamentale per il funzionamento dei nostri servizi, oltre alla qualità delle tecnologie e l'assoluta valenza dei professionisti medici, è l'organizzazione: il servizio di segreteria impeccabile nei contatti per delucidazioni ed appuntamenti, l'assoluta velocità di attuazio-



ne dei servizi richiesti, la solerzia dei servizi amministrativi e dirigenziali che monitorano costantemente l'intera nostra attività.

Gli specialisti medici ad oggi nel Gruppo Medico Fisiomed sono più di 250, tutti hanno messo e mettono in gioco la loro esperienza e professionalità. Vorrei citare con un affetto particolare anzitutto Bruno Pietrella, uno dei fondatori di "Associati Fisiomed" a cui poi io sono subentrato, il Dr. Ciccioli, il Dr. Severiano, il Dr. Alidori che amo pensare gioiscano con noi da Lassù.

Nel difficilissimo periodo dell'emergenza Covid in tutta sicurezza per gli utenti siamo riusciti ad erogare i nostri servizi senza pause né rallentamenti e pensiamo di aver supplito almeno in parte alle grandi difficoltà del Servizio Sanitario pubblico. Proprio uscendo da quel terribile periodo, abbiamo pensato che fosse arrivata l'ora di un ulteriore sviluppo.

Abbiamo realizzato ed attivato in tempi record questa sede. Una struttura moderna con ampi spazi e sostenibilità ambientale. Un netto salto di qualità soprattutto nei servizi di tecnologia diagnostica: la TAC 128 strati ad alta definizione, Risonanza magnetica ad alto campo 1.5 Tesla, radiologia digitale a basso dosaggio, mammografia 3D con tomosintesi, Cone Beam 3D Dentalscan, Tac e laser oculare, polisonnografia. È stato previsto anche a breve un reparto operatorio. Fondamentale, la creazione di un servizio con operatori specializzati dediti alla comunicazione scientifica. Lo stesso servizio si occuperà dell'organizzazione di eventi formativi e punteggi ECM.

Il nostro obiettivo è poter inserire il nostro lavoro in un progetto generale di protezione del-

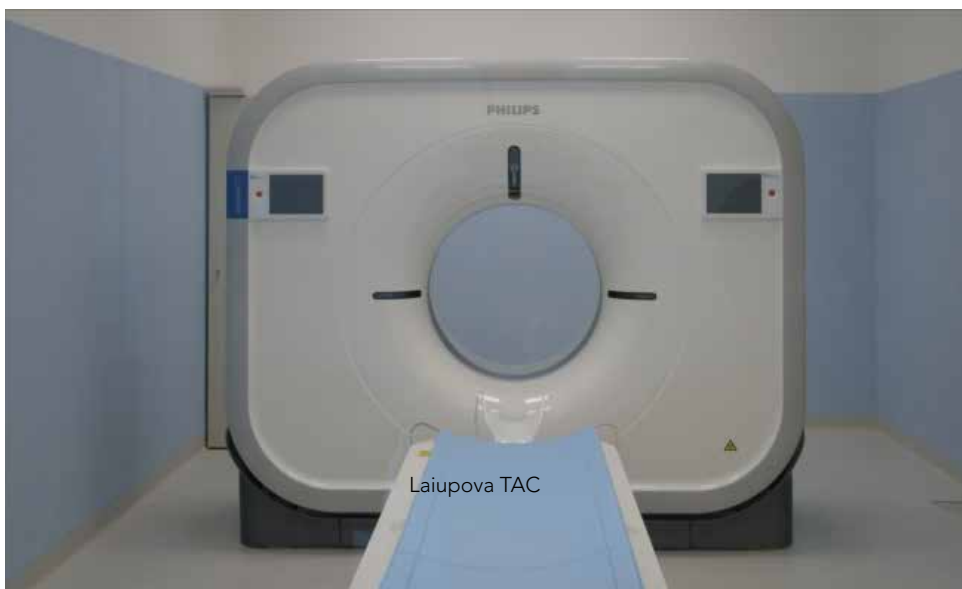
L'inaugurazione della quinta struttura, supertecnologica, come rilancio del territorio a servizio dell'intera comunità

la salute. Fisiomed è una struttura sanitaria privata ma oggi mi sento di dire che è di tutti i cittadini, a disposizione per qualsiasi progetto politico-amministrativo che abbia come obiettivo il miglioramento della protezione della salute collettiva.

Siamo pronti a collaborare con il servizio pubblico ed anche con altre strutture private. E' nostra volontà la ricerca del bene sociale per tutti. Quanto prodotto economicamente ed anche di più è stato reinvestito per aumentare e migliorare il nostro servizio. La mia ambizione personale e di tutti quelli che lavorano nel Gruppo è ottenere una considerazione di benemerita per l'impegno e continua dedizione nella salvaguardia del bene più caro per tutti: la salute.

Oggi inauguriamo ciò che può aiutarci a realizzare le nostre idee ed attuare i nostri valori. Contiamo nell'aiuto di tutti voi, nella fiducia e l'amicizia di tutti i cittadini dei territori che possono e vogliono far riferimento alle strutture di Fisiomed.

Oggi si costruisce il futuro. E' l'alba di una nuova era del Gruppo Medico Fisiomed".



Exposanità 2024 conta lo stile di vita



A Fiera Bologna
dal 17 al 19 aprile,
Cosmofarma
Exhibition, dal
19 al 21 aprile e
HealthAbility
Experience,
dal 20 al 21 aprile

Quella del 2024 a BolognaFiere sarà una primavera tutta dedicata alla salute. In calendario, due appuntamenti fieristici strategici per il settore della Sanità e della Farmacia: dal 17 al 19 e dal 19 al 21 aprile, si svolgeranno Exposanità e Cosmofarma Exhibition 2024.

Filo conduttore sarà la gestione delle risorse umane in ambito sanitario. Ma non solo: il 20 e il 21 aprile, in concomitanza con Cosmofarma Exhibition, si svolgerà la prima edizione di HealthAbility Experience.

Si comincia con Exposanità che per l'edizione 2024 ha scelto il claim Ci sta a cuore chi cura.

La tre giorni porrà attenzione al tema delle risorse umane e della valorizzazione delle competenze, nodi cruciali da affrontare per la tenuta del nostro Servizio Sanitario Nazionale. Non mancheranno approfondimenti sul necessario miglioramento dei servizi, a cominciare dall'organizzazione delle cure primarie e del sistema di emergenza urgenza. Così come grande spazio verrà riservato alla non autosufficienza, alla luce della legge delega per il riordino dei servizi per la terza età e delle soluzioni che la tecnica ortopedica e riabilitativa offrono ai fini di una vita indipendente per chi vive una condizione di disabilità. Si affronteranno quindi i temi della digitalizzazione e della ridefinizione del setting di cura, approfondendo il digitale, l'intel-

ligenza artificiale, l'utilizzo dei big data e la robotica.

FOCUS RISORSE UMANE

Il convegno inaugurale di mercoledì 17 aprile 2024 sarà l'occasione per un confronto tra Istituzioni e Associazioni per parlare di politiche di gestione, formazione e valorizzazione del personale e sblocco delle assunzioni.

E poi c'è COSMOFARMA

"Cura. Ispirazione. Evoluzione" è invece il claim di Cosmofarma Exhibition - Valore umano: l'appuntamento con la fiera di riferimento per il settore dell'health&beauty care e i servizi per la farmacia si svolgerà dal 19 al 21 aprile nel quartiere fieristico di Bologna. Tre i concetti chiave: prendersi Cura, come sinonimo di attenzione e vicinanza, ispirazione, ossia l'innesco delle idee e delle creatività capaci di trasformarsi in progetti concreti e Evoluzione, intesa come crescita professionale e personale. Al centro la persona con la sua unicità, prerogativa umana che nessuna tecnologia potrà sostituire.

Tra le sette iniziative speciali, quattro le no-

vità: **Lab Galenica** si propone di evidenziare il prezioso complesso di saperi e esperienze, propri del farmacista: in un vero laboratorio galenico le aziende potranno inserire prodotti e strumenti e qui si svolgeranno workshop sulle preparazioni. **Silver Age**, invece, è dedicato agli over 65, i maggiori fruitori della farmacia: in un'area dedicata ai prodotti, servizi e soluzioni sulla longevità. Poi **Specialista in Farmacia**: spazio alla figura del podologo e alla cura del piede, base di partenza per una corretta postura. E ancora **Cosmofarma Terme**, progetto inedito con l'obiettivo di aiutare a diffondere le soluzioni e i prodotti tipici di questi istituti e renderli accessibili ad una comunità sempre più ampia grazie al canale farmacia.

Salute e stili di vita al centro

Infine **HealthAbility Experience**: rassegna rivolta al cittadino che metterà al centro benessere e stili di vita per la longevità, offrendo contenuti sia a chi ambisce a una maggiore consapevolezza del vivere a lungo in salute sia a chi soffre di determinate patologie e cerca momenti di informazione e educazione a uno stile di vita che possa facilitare la convivenza con la malattia. Obiettivo della manifestazione è fornire un'informazione attenta e rigorosa che aiuti ad acquisire l'abilità più importante, quella di vivere una vita lunga e il più possibile sana e attiva.



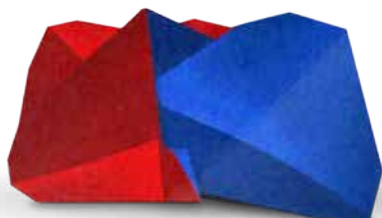
EXPOSANITA'

HEALTH • CARE • INNOVATION

PASSIONE. EVOLUZIONE.

GRUPPOVENTO.IT

CI STA A **CUORE**
CHI **CURA**



BOLOGNA
17 - 19 APRILE 2024

Progetto e direzione

BOS
BolognaFiere | Senaf

In collaborazione con



 **tecniche nuove**

Il **19 Aprile** in contemporanea con



19 • 21 Aprile 2024



Infermieri e badanti, figure sempre più rare e preziose

Parla l'esperto di recruiting Andrea Daniele: "Facciamo arrivare gli infermieri dall'estero". Ecco come

Per le interviste di Senzaetà abbiamo chiesto ad uno dei maggiori esperti delle questioni di lavoro attinenti al personale addetto all'assistenza, Andrea Daniele, qual è la reale difficoltà nel reperire questa figura.

Andrea Daniele è direttore commerciale della Daring che si occupa di sanità e badanti e della Agenzia Weg che recluta personale specializzato.

Oggi parliamo non solo dei problemi del personale in sanità ma soprattutto di quelli che incontra una famiglia quando cerca un infermiere, un Oss o una badante...

"Questa è un tema molto delicato. Oggi il personale sanitario è veramente nel mirino sia per la carenza di figure disponibili sia per la loro formazione specifica. Io sono in questo settore da ormai 20 anni. Mi sono sempre occupato della ricerca di personale specializzato per le strutture sanitarie come case di riposo, rsa, r.p., cliniche, cooperative sociali, ma an-

che ospedali. Tutto quanto riguarda il mondo dell'assistenza. Ovvio che più si cerca la specializzazione più le figure sono difficili da reperire sul mercato del lavoro.

Lo è nel mondo della sanità pubblica come nel settore privato.

Occorre a questo punto fare una premessa. La competenza è certamente fondamentale ma bisogna tener conto che il personale che assiste anziani, disabili e malati in genere non autosufficienti deve avere una dote innata, qualcosa in più, che si chiama passione per il proprio lavoro. Quasi una missione. Perché questo lavoro non è una catena di montaggio, non c'è mai nulla di scontato o ripetitivo ma anzi sono le emozioni a farla da padrone.

Assistere una persona significa capire, al di là della malattia, di che cosa ha bisogno innanzi tutto. Il personale sanitario è sempre a contatto con persone che non stanno bene pertanto vedono sofferenza, solitudine, disperazione, tristezza".

Questo in tutte le strutture senza eccezioni...

"Esatto. Siano esse ospedaliere o rsa oppure psichiatriche. C'è sempre un po' di tristezza da contenere all'interno e il personale sanitario deve anche trasmettere sicurezza, dare quella grinta per far sì che emerga la volontà di andare avanti, di non rassegnarsi mai. Anche loro si sentono soli ovvio. Ma il coraggio e la passione contano tanto, direi alla pari della propria competenza. E' un tutto imprescindibile. Ecco perché le figure professionali con tali doti non si trovano ovunque. Dopo la pandemia il personale ancora di più manca in tutte le varie realtà: mancano i medici, mancano infermieri, mancano operatori sociosanitari. Manca tanto personale che supporti le strutture proprio nel bisogno quotidiano, nella presenza, nei turni".

Il problema è anche nel reperimento delle badanti e per il livello assistenziale familiare sul territorio...

"Certo. Il problema è anche per le badanti perché parliamo sempre di un coinvolgimento familiare esteso. Se ne trovano sempre meno, poi con la pandemia è successo veramente di tutto. Il mondo delle badanti o delle assistenti familiari è un mondo molto particolare. Oggi noi tutti siamo indaffarati abbiamo sempre meno tempo, siamo di corsa, non riusciamo a fermarci quei 10 minuti e dedicare ai nostri cari. Se abbiamo a casa i nostri genitori una figura professionale che li accudisca e stia con loro per prendere le medicine, mangiare o fare compagnia è necessaria perché dà un sollievo prima di tutto ai familiari che lavorano e secondo danno una grandissima mano agli anziani che hanno proprio bisogno di una persona accanto per tutte le attività quotidiane, come vestirsi, lavarsi, accende la tv".

Sono venuto a sapere che tu hai praticamente inventato un nuovo canale di reclu-

tamento che parte dall'estero e porta in Italia il personale infermieristico. E'così? Come funziona?

"Confermo. Avevo già attivato nel lontano 2008 un canale di reclutamento all'estero, prima dalla Polonia e dal Perù. Nel 2010-11 questo canale è stato chiuso perché di infermieri avevamo già molte disponibilità sul territorio. Dopo il covid ci siamo trovati nuovamente con la mancanza di personale infermieristico in tutta Italia. Questo ha fatto sì che ho dovuto riattivare nuovi canali di reclutamento all'estero: adesso da Santo Domingo e Brasile portiamo in Italia personale infermieristico qualificato che già sta lavorando ma vuole venire in Italia a fare un'esperienza formativa. Noi diamo una formazione di lingua italiana in loco poi li acciamo conoscere ai nostri clienti qui in Italia e li facciamo arrivare risolvendo tutti i passaggi burocratici, dalla richiesta di permesso di soggiorno al domicilio, al contratto di lavoro".

Che requisiti hanno?

"Prima di tutto hanno una determinazione di base, vogliono lavorare quindi si integrano e vengono volentieri, motivati a fare bene. Fanno anche dei sacrifici perché sono al 90% tutte donne che hanno figli e lasciano la loro casa. Successivamente se stanno bene e si integrano subito, portano qua anche i loro figli".

Quali sono le strutture che possono rivolgersi a te quando cercano personale?

"Qualunque tipologia di struttura sanitaria o sociosanitaria. Abbiamo anche personale per le cure domiciliari, infermieri professionali che lavorano in casa. Oppure reclutiamo e consigliamo badanti esperte e competenti".

Vista la tua esperienza pluriennale, sul territorio l'rsa per esempio è un presidio che dovrebbe essere più medico che altro perché gli anziani sono essenzialmente malati. Più si invecchia e più si è fragili e

a rischio...

"L'assistenza alla terza età è questione delicata e che richiede provvedimenti mirati. Direi una strategia e degli investimenti ingenti. Certo, occorrono le badanti: per le famiglie sono il futuro.

Le famiglie che lavorano non riescono più ad accudire i propri cari. Pertanto un familiare ha due strade da poter percorrere: o portare il nonno in una struttura sanitaria, rsa o residenza protetta che sia. L'altra opzione è lasciarlo a casa ma accudito da una badante, qualche volta anche due... che si danno il cambio di giorno e di notte. A volte viene richiesta una figura di badante che sappia però non solo cambiare un pannolone o somministrare un farmaco. Ma pure maneggiare una bombola d'ossigeno o un sondino per l'alimentazione... Non è facile.

Occorre capire che queste soluzioni sono ancora obbligatorie e necessarie, non si sfugge, non esistono alternative nel momento in cui il sistema ospedaliero non recepisce più l'anziano malato. Quindi bisogna anche comprendere quanto il personale che ci aiuta a supportare i nostri cari nonni, sia un bene prezioso".

Il mondo delle badanti, ormai "chiuso" dopo la pandemia: se ne trovano sempre meno



INQUADRA IL QR CODE
PER VISUALIZZARE L'INTERVISTA



OBESITA': EMERGENZA SOCIALE CHE VA AFFRONTATA DAI PRIMI ANNI DI VITA

Una persona su sette nel mondo è obesa! Parla l'esperta pediatra del Bambin Gesù: "Non è solo colpa del cibo"

In un mondo sempre più globalizzato non è raro incontrare persone in sovrappeso, diciamo pure obese. Gli studi sull'argomento non sono edificanti se consideriamo che un miliardo di persone, nel mondo, è obeso, cioè uno su sette! Un dato che tende a salire. L'obesità è una vera e propria emergenza sociale che vede coinvolte tutte le fasce di età, riflettendo soprattutto su quelle disfunzioni che ne possono derivare.

Se l'obesità è un problema da affrontare già nei primi anni di vita. Se si è obesi da piccoli, si è più inclini a esserlo da adulti. Ma con quali conseguenze per la salute?

Lo abbiamo chiesto alla dott.ssa Elena Inzaghi, pediatra presso l'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù di Roma.

"Purtroppo è vero, è un problema molto attuale che implica la necessità di intervenire in forma preventiva. Mi spiego meglio: il bambino o l'adolescente obeso ha un rischio molto maggiore di essere un adulto obeso. Tanti studi sull'argomento illustrano come già nel bambino o nell'adolescente ci siano quelle comorbidità (la presenza concomitante di due o più disturbi) che si caratterizzano e sono tipicamente associate all'obesità che poi il paziente si porta in età adulta. Ed è questo un po' il problema principale".

Che incidenza ha l'obesità sui bambini?

"Oggi la prevalenza dell'obesità nel paziente adolescente è significativa. Siamo nell'ordine di grandezza nella scuola primaria, quindi diciamo fino a 10 anni, del 20% circa di bambini sovrappeso e del 9-10% circa di bambini obesi. Negli adolescenti si parla di numeri ancora più alti".

Siamo in Italia, la patria del mangiar bene, ma allora questa tendenza dipende dalla globalizzazione del cibo?

"Probabilmente un po' è vero, anzi osserviamo che l'obesità è presente anche nei Paesi in via di sviluppo e il trend è ancora molto alto, mentre nei Paesi evoluti come il nostro si è un po' arrestato. Però non dipende solo dal cibo ma anche dallo stile di vita. E in questo caso il Servizio Sanitario Nazionale, gli organi deputati dovrebbero intervenire con la prevenzione, e dovrebbe essere anche molto precoce in quanto il bambino, o l'adolescente, sono soggetti in crescita ed è poi più complesso perdere peso quando il fisico ha raggiunto lo sviluppo completo".

Quali sono le malattie, o meglio le disfunzioni che possono insorgere?

"Il problema è che la comorbidità come la classica ipertensione, le alterazioni del metabolismo glucidico dal pre-diabete fino al diabete

Si può fare prevenzione anche prima, durante la gravidanza. Ma poi quel che conta è lo stile di vita del piccolo e il contesto familiare



proprio, il coinvolgimento epatico con la steatosi epatica ma anche con forme più severe, le alterazioni delle dislipidemie, quindi l'alterazione del colesterolo, dei trigliceridi, si hanno già in età pediatrica e in età adolescenziale. E quando poi iniziano a manifestarsi, seppure in quella fase è possibile ancora una regressione, recuperare poi l'alterazione diventa complesso. E poi c'è la pressione sanguigna che secondo le linee guida dell'endocrinologia pediatrica, nei bambini obesi andrebbe monitorata dai tre anni proprio perché c'è un rischio maggiore di trovare dei valori aumentati. Se non si stabilizza in età pediatrica andando avanti con l'età potrebbe essere causa di limitazioni. L'obesità infantile nella maggior parte dei casi è legata agli stili di vita, al contesto familiare".

Un bambino che si porta dietro un'eredità familiare di obesità è più a rischio di un bambino che ha un'eredità genetica, diciamo più "slim"?

E' uno dei rischi caratteristici ed è il motivo per cui l'approccio ideale dovrebbe coinvolgere tutta la famiglia. E' un gioco di squadra, nel senso che tutta la famiglia dovrebbe seguire un'alimentazione sana con le classiche cinque porzioni di frutta e verdura al giorno, bere molta acqua, mangiare alimenti ricchi di fibre, etc. Anche perché immaginiamoci un bambino che deve seguire una dieta e trova nel mobile in cucina merendine o bibite gassate e zuccherate. Come si fa? Per cui è tutta la famiglia

che nel complesso si deve abituare a mangiare sano. Nelle famiglie in cui ci sono soggetti obesi i bambini sono a maggior rischio e la prevenzione dovrebbe essere l'arma più efficace. Perché è un carico che ci porteremo negli anni futuri. Un certo rigore alimentare va associato con una attività fisica regolare, senza esagerare.

Il movimento, l'attività fisica fanno la differenza?

"E' ovvio che nel bambino come nell'adulto non può essere solo una questione di alimentazione ma anche di attività fisica. Oggi i bambini stanno molto tempo davanti al computer, con i video giochi, i telefonini sempre connessi, e il genitore pensa sempre che l'attività fisica sia solo quella strutturata, organizzata, quindi iscrivendolo a tutti i corsi possibili, dal nuoto al calcetto, alla scherma, alla danza. Ma in realtà l'attività è quella del movimento, educarlo a camminare, ad andare in bicicletta, anche se solo nel parco, tutte le forme di movimento possibili vanno bene. E non bisogna sottovalutare un'altra cosa, di cui forse si parla poco, che spesso sono bambini e adolescenti che poi hanno delle comorbidità di tipo psicologico, sociale, si vergognano, sono timidi, si sentono magari presi in giro dai compagni e questo contribuisce ulteriormente ad isolarli e può anche peggiorare lo stato nutrizionale in quanto trovano rifugio nel cibo".

Un suo consiglio?



IL DIPARTIMENTO DEL BAMBINO GESÙ

La dott.ssa Elena Inzaghi si è laureata in Medicina e Chirurgia a Roma presso l'Università Tor Vergata con una tesi su "Metilazione del gene IGF-II e stato metabolico in bambini ed adolescenti obesi". Ha al suo attivo una serie di pubblicazioni. La specializzazione in Pediatria l'ha conseguita presso la stessa Università, Dipartimento Universitario di Pediatria Ospedale Pediatrico del Bambino Gesù di Roma, dove attualmente lavora nell'Unità Pediatrica, Dipartimento di Emergenza e Pediatria Generale.

"Il sovrappeso che si instaura precocemente tende a perdurare poi negli anni a venire e si porta dietro tutta una serie di problematiche, di patologie che possono limitare sia la qualità di vita nei soggetti adulti, ma ridurre anche l'aspettativa di vita. Motivo per cui è fondamentale intervenire, soprattutto con la prevenzione nelle fasi più precoci della vita, già dai primi mesi di vita, ma volendo anche prima, durante la gravidanza, mettendo in atto strategie preventive che sono l'arma più potente che abbiamo a disposizione per trattare l'obesità essenziale, che è poi la forma più frequente".



A colloquio con la nostra esperta **Alice Volpini**

L'onicocriptosi ed il ruolo del Podologo specializzato

La cura delle unghie incarnite richiede competenza e professionalità poiché le infezioni causano guai seri

Le lesioni periungueali possono rivelarsi molto pericolose se non trattate accuratamente.

L'apparato ungueale è una zona a rischio, se compromessa da lesioni, in quanto tra l'unghia e l'osso sottostante c'è uno strato di tessuto limitato; la formazione di un'infezione in questa zona può portare ad osteomielite e compromettere la salute del piede con conseguenze anche impreviste. Per esempio nel lavoro, nello sport, nelle attività quotidiane...

L'onicocriptosi (onico=unghia; cripto=nasco) o unghia incarnita è una delle lesioni dell'apparato ungueale più comune; è una patologia molto frequente soprattutto nei bambini, negli adolescenti, negli sportivi e durante la gravidanza.

Tra le conseguenze più comuni vi è un errato taglio dell'unghia, l'uso scorretto di calzature e calze, piccoli e grandi traumi. Si presenta con un'infiammazione del solco ungueale in cui il frammento di unghia si è incanalato. L'infiammazione può essere più o meno complessa con la possibile formazione di un granuloma, tessuto molto vascolarizzato e non innervato, che si presenta come un rigonfiamento, di colore rosso-violaceo, di parte del bordo peri-ungueale.

Il paziente lamenta fastidio e dolore alla pressione, durante il cammino e l'attività sportiva e a volte nell'indossare le calzature. La terapia podologica può essere di tipo conservativo e riabilitativo o con modifica permanente dell'apparato ungueale tramite cauterizzazione chimica della matrice. Nel primo caso, dopo aver effettuato il consiste il taglio longitudinale e obliquo della lamina ungueale per togliere lo sperone di unghia incarnita, si procede con medicazioni appropriate per portare a guarigione la lesione. Una volta che la lesione è chiusa, si prosegue con un percorso riabilitativo della lamina, che può prevedere il ripristino dell'unghia, attraverso una resina medicale, o una sua ri-educare morfologica e funzionale, attraverso degli apparecchi locati direttamente sulla lamina. Questi passaggi successivi garantiranno la corretta fuoriuscita dell'unghia

durante la crescita.

Il secondo caso, dopo aver rimosso la porzione dell'unghia, prevede una cauterizzazione chimica della zona matricale interessata, attraverso l'acido fenico. Il fenolo applicato andrà ad agire per inibire e fermare la crescita delle cellule ungueali nella zona interessata dal trattamento. La scelta tra un trattamento e l'altro avviene a seguito di esame obiettivo del piede e dell'apparato ungueale.

In entrambi i casi la compliance operatore-paziente e la scelta della medicazione adeguata sono fondamentali per la buona riuscita dell'intervento.

In alcuni casi di onicocriptosi è possibile l'utilizzo della terapia laser sia per effetti terapeutici nella gestione della lesione post intervento che per la gestione del granuloma.

Nella prevenzione delle lesioni ungueali, si-

curamente il taglio dell'unghia è tra i primi aspetti da valutare: questa deve essere né troppo lunga né troppo corta, il taglio deve essere fatto in modo lineare e squadrato, devono essere mantenuti gli angoli dell'unghia e rispettata la fisiologia dell'apparato ungueale. Inoltre non c'è da sottovalutare la scelta della calzatura la cui lunghezza non deve essere mai precisa ma sempre più lunga, la tomaia deve essere comoda senza comprimere il piede e le unghie. Le calze e i calzini non devono essere eccessivamente tirati per lasciare libertà di movimento alle dita.

È bene ricordarsi che quando ci si trova davanti ad un problema, qualunque esso sia, inerente l'apparato ungueale bisogna rivolgersi al Podologo specializzato nella Cura delle Onicopatie che saprà indicare il percorso terapeutico più adatto da seguire.





SOFTWARE PER LA SANITÀ E IL SETTORE SOCIOSANITARIO

Efficiente, Digitale, Umana. Il futuro della nuova sanità

La nuova realtà di riferimento per tutti i player del mondo sanitario e sociosanitario che cercano un partner di successo per la digitalizzazione dei processi gestionali e di cura.

CARTELLA ELETTRONICA
GESTIONE PERCORSI DI CURA
AMMINISTRAZIONE, FINANZA E CONTROLLO
GESTIONE DEL PERSONALE
ASSET MANAGEMENT E SOSTENIBILITÀ
SICUREZZA E SALUTE
DIAGNOSTICA E TRACCIAMENTO

SCEGLI LE NOSTRE SOLUZIONI

www.zucchettihealthcare.it

 **ZUCCHETTI**

Il software che crea successo

L'Operatore Rsa, sempre più figura di spicco



Anaste centra l'obiettivo alla 3° edizione della festa dedicata: testimonianze da strutture di tutta Italia, tante emozioni e un messaggio sostanziale

La "Festa dell'Operatore" di Rsa, fortemente voluta da Anaste, ormai è diventata tradizione consolidata: una importante dimostrazione della vicinanza tra anziani ospiti ed operatori con la nuova opportunità di farsi conoscere ed apprezzare per tutte le strutture che vogliono partecipare attivamente alla vita associativa Anaste, così che possano rappresentare la loro realtà...

Ma quella del 2 ottobre scorso è stata anche l'occasione per raccontare chi sono veramente i lavoratori ed i professionisti dentro queste strutture, far sentire la loro voce, il loro racconto...

E numerose e importanti sono arrivate le te-

stimonianze e le storie, registrate con brevi video, che si possono rivedere sul sito Anaste. Aneddoti anche personali, vissuti insieme ai "nonni", un abbraccio significativo fra gli operatori e le famiglie degli ospiti. Già, perché il 2 ottobre si festeggia anche la Festa dei nonni quindi una doppia occasione di riflessione per una società che cambia...

A tale proposito, Anaste ha voluto lanciare ancora una volta con forza la necessità di pensare, realizzare e dare consistenza sul territorio alla nuova Rsa dei Servizi che può essere l'unico presidio già "formato" e quindi soluzione pratica ed efficiente per l'assistenza anche e soprattutto di natura medica, non solo sociale e di lungodegenza.

Ma torniamo alla Festa dell'Operatore di Rsa. Questo è un evento che ormai, giunto alla terza edizione, ha visto centinaia di collegamenti web ogni volta più numerosi e appassionati dalle strutture di tutta Italia.

"Dare voce agli operatori della terza età è una priorità e una soddisfazione: il 2 ottobre è anche la loro festa!" ha detto all'apertura dei lavori il Presidente dell'Anaste Sebastiano Capurso ricordando l'impegno associativo nel promuovere la sicurezza delle strutture, tema a cui è dedicata questa 3ª edizione della Festa dell'Operatore. Poi l'autrice Pasqualina Di Nuzzo ha presentato il libro "Cara Nonna" diario di ricordi, fra emozioni e sacrifici.

Di seguito sono iniziati i collegamenti dalle Rsa associate Anaste, sparse in tutta Italia,



moderati dal giornalista Luca Guazzati di Senzaetà: Villa Fiammetta (Varese); Casa Lyda Borelli (Bo); Asaf (Crotone); Santa Rufina (Rieti); Villa Azzurra (Cosenza) Bellosguardo (Civitavecchia); nel secondo step Villa Silvia (Bo); Villa La Meridiana (FI); La Quiete (Castiglion Cosentino); Villa del Sorriso (Regalbuto); Non ti Scordar di me (Terni). Molti gli interventi tecnici che si sono susseguiti. Quello di natura legale sui diritti degli anziani è stato svolto dall'avv. Laila Perciballi che, selezionata tra diversi candidati, è stata nominata nel giugno scorso Garante dei diritti delle persone anziane di Roma.

Come tale è l'esperto che ha approfondito i diritti, tutele e recente legislazione per gli anziani, non solo con cognizione di causa ma anche con l'esperienza fatta sul campo.

Poiché infatti sia la legge delega che le altre riforme sull'assistenza e sul territorio finora non hanno prodotto granchè in favore di una fascia d'età che allungandosi sempre di più la vita media delle persone, ha invece bisogno di assoluta attenzione dal punto di vista sociale quanto medico.

Inoltre, sul rinnovo del CCNL (che Anaste ha stilato per prima), c'è stato l'intervento dell'avv. Paolo Amato che ha anche ricordato la recente convenzione firmata con i Podologi per rinforzare professionalmente l'equipe di specialisti che operano dentro le Rsa.

Di seguito, la relazione su un argomento delicato quanto necessario, l'alimentazione, con la presentazione di Giovanni Varoli (Accade-

Diritti e tutele dell'anziano, l'importanza dell'alimentazione, formazione e mission dell'equipe che se ne deve prendere cura.. in vista della Rsa dei Servizi

mia "Nutrire con cura") del corso per Chef sanitario insieme al Presidente SIGG Andrea Ungar e, per la Cast Alimenti, Vittorio Santoro e Dario Mariotti. Poi è stato il momento della presentazione dell'opera grafica di Raffaello Padelletti dedicata alla giornata dell'Operatore e il progetto "Una struttura, una storia" di Michela Capurso.

Infine, preziosi i consigli e le nuove proposte Anaste su efficientamento energetico con il Bonus Energia, sul monitoraggio dei dati e la sanificazione dell'aria, anche in visione anticovid con l'interazione dei farmaci attraverso debilisteraggio e soluzioni, anche per contenere ogni rischio clinico, che vanno verso la direzione della Rsa dei Servizi, raccomandata da Anaste.

Il Presidente Capurso ha poi ringraziato tutti gli enti e gli sponsor, in particolare i patrocini delle Regioni Lazio, Sardegna e Abruzzo, Cittadinanza Attiva e l'Ordine Medici chirurghi e odontoiatri di Roma e di Caltanissetta.



Annunciando il prossimo convegno avviato con Lumsa sulla comunicazione, Capurso ha ricordato che avere la massima attenzione nei confronti delle strutture per anziani è sostenere l'Assistenza sul Territorio con il primo e competente presidio - la Rsa - troppo spesso dimenticato dal legislatore e dal governo in questi ultimi tempi quando invece si vuole riformare e migliorare la Sanità proprio in questa direzione.

Infine, il messaggio emerso da tutti gli interventi: "Ogni struttura per anziani è fatta di persone. Sono lavoratori che spesso intendono l'Assistenza verso gli altri più di un impegno come una missione: dare anima e corpo per chi, anziano e fragile, ha bisogno di contatto umano ancor prima di ogni terapia".

3^a Festa dell'operatore di RSA di Casa di Riposo di Assistenza Domiciliare

HAI PERSO LA DIRETTA?
NON PREOCCUPARTI!
RIGUARDALA QUI



@anasteitalia



@anaste

facebook

@anasteitalia

VERSO LA RSA DI SERVIZI

Oltre 350 aziende associate, trentamila ospiti assistiti direttamente e quindicimila operatori contrattualizzati. Con alle spalle questi numeri e la responsabilità di rappresentare milioni di italiani coinvolti nelle cure di lungo termine, ANASTE, l'Associazione Nazionale delle Strutture Territoriali e per la terza età, che rappresenta RSA, strutture residenziali e servizi di assistenza domiciliare, rivendica un ruolo di primo piano nelle strategie legate all'universo degli anziani non autosufficienti, pronta ad assumersi maggiori impegni operativi.

"Le Rsa sono centrali nel sistema sanitario italiano e la riforma dell'assistenza, pur valida e positiva, avrà bisogno di un lungo periodo di gestazione prima di poter dare risposte efficaci all'invecchiamento - ha detto il Presidente Sebastiano Capurso - Proponiamo una soluzione immediata, quello della RSA di Servizi, che rimette al centro la struttura sul territorio, in linea con la riforma in atto, consci delle nostre competenze e responsabilità".

I nostri tempi pieni di disagio

Ci convivono sei italiani su 10, tra ansia, depressione, attacchi di panico, solitudine. Il punto in una ricerca di INC Non profit Lab

Un problema che riguarda tutte le età, i sessi (ma soprattutto giovani della generazione Z e le donne, in una percentuale del 65%) e i ceti sociali: lo evidenzia la ricerca "L'era del Disagio", realizzata da INC Non Profit Lab, il laboratorio dedicato al Terzo Settore di INC - PR Agency Content First, in collaborazione con AstraRicerche, tra gli italiani e le Organizzazioni Non Profit con il patrocinio di RAI Per la Sostenibilità-ESG. I principali problemi con cui convive il 60,1% degli italiani sono insonnia, ansia, depressione, apatia, attacchi di panico, disturbi dell'alimentazione, solitudine. Non è solo questione di Covid: non si può scaricare le responsabilità di questo sulla pandemia che ha contribuito a far esplodere un "male oscuro" che da decenni cova nella nostra società.

Del disagio, hanno sottolineato gli esecutori del report, come il Presidente di INC, Pasquale De Palma, bisogna parlarne di più e meglio, sicuramente non con superficialità, con "una narrazione del disagio più attenta e più efficace".

Una narrazione specifica del malessere

Il campione dei 1001 intervistati, tra i 18 e i 75 anni, ha dimostrato come ci sia una tendenza pericolosa, per contrastare ansia, depressione, insonnia: il fai-da-te, escludendo il ricorso al medico di base e allo specialista (lo si è fatto solo nel 22,9% dei casi). Infatti, c'è chi ha cercato le risorse per farcela dentro se stesso (29,4%), chi ha ricevuto aiuto da amici e parenti (29,1%), chi semplicemente ha at-

teso che i problemi passassero (28,2%) e chi ha assunto prodotti e farmaci senza prescrizione (27,6%).

Perché si sta male

Si sta male per la preoccupazione davanti a un mondo che cambia, tra guerra, inflazione, povertà, crisi climatiche, emergenze sanitarie (35,1% del campione). Ma è quasi uguale (34,1%) la chiusura in se stessi e la difficoltà a relazionarsi con gli altri (25,1%).

Forte lo stress psicologico che minaccia il benessere degli italiani legato in particolare al lavoro (quando c'è, è troppo pervasivo) o da disoccupazione, poiché non si riesce a trovarlo (46,5%). Non indifferente un altro timore, quello di non poter accedere ai servizi sanitari, soprattutto di tipo psicologico e psichiatrico (30,6%).

Come contrastare il male oscuro

Per lo psicologo Stefano Gheno, presidente di Cdo Opere Sociali, membro effettivo del Consiglio Nazionale del Terzo Settore, i dati della ricerca sono "preoccupanti per la ricaduta sulla vita di ciascuno e sull'integrità del nostro tessuto sociale, ma sono anche liberanti", perché ora si parla di qualcosa un tempo ritenuto da tenere nascosto. Si sta capendo, sottolinea lo psicologo, che "il disagio non è sinonimo di malattia mentale". E se si sta male, bisogna "prenderne atto", come si diceva un tempo, chiedendo aiuto per questa fatica di vivere.

Il supporto (che non c'è) della politica

Però, politica e istituzioni latitano, davanti al disagio sociale. O meglio, ne parlano... e basta. Le Associazioni che si occupano di disagio si sono date da fare: il 43% ha offerto sportelli di assistenza psicologica (gratis o a prezzo ridotto). Hanno sensibilizzato le persone in generale (28%) con una informazione mirata su chi soffre di problemi psicologici (25%), attivando numeri verdi e siti web di assistenza (20%). Ma non basta.

Dice il report: "Quando si chiede alle Associazioni, che conoscono il problema da vicino, di cosa avrebbero bisogno per arginare il disagio psicologico crescente, la risposta è davvero chiara. Servono: politiche adeguate di supporto sociale (80%), fondi adeguati (63%), maggiore attenzione istituzionale sul tema (60%) e l'aiuto dei media, per continuare a tenere alta la guardia sull'argomento (45%)". C'è di che riflettere.



INSIEME

PER IL TUO FUTURO



orienta.univpm.it

Oltre 60 corsi, più di 200 laboratori.
Didattica d'eccellenza, ricerca
d'avanguardia e tutti gli strumenti
per costruire un mondo migliore.



UNIVERSITÀ POLITECNICA DELLE MARCHE

AGRARIA | **ECONOMIA** | **INGEGNERIA** | **MEDICINA** | **SCIENZE**

Robot all'Inrca, la scienza avanza



Ultimi progetti all'avanguardia tecnologica, sia con AI che strumentazioni a "umanità riflessa" che aiutano gli anziani



Negli ultimi anni l'Inrca si è dotata di nuove apparecchiature di ultima generazione ed all'avanguardia della tecnologia, utilizzando sia intelligenza artificiale che robotica, al servizio degli anziani e dei malati nelle diverse patologie, comprese le neurodegenerazioni. Vediamo alcuni progetti già in essere.

NOLDUS

L'insieme degli strumenti consentirà un'analisi approfondita dell'interazione uomo-macchina, volta al miglioramento della tecnologia a supporto dell'accettazione e dell'usabilità. La dotazione del Laboratorio consentirà l'analisi comparata sia di dati comportamentali sia di dati fisiologici, che si sono dimostrati rilevanti in letteratura per quanto riguarda la valutazione della performance e dell'accettazione.

ROBOT PEPPER

Pepper è un robot semi umanoide alto circa 120 cm. Un'interfaccia di alto livello e un sistema di intelligenza artificiale (AI) cloud-based gli permettono di comunicare, analiz-

zando la gestualità, l'espressione e il tono di voce. Pepper è in grado di riconoscere volti e emozioni di chi gli sta intorno. Può essere utilizzato nei servizi di assistenza come social companion, supporto alla stimolazione fisica o strumento di valutazione cognitiva.

ROBOT NAO

NAO è un robot umanoide di taglia media, alto 58 cm, capace di muoversi autonomamente afferrare oggetti ed interagire verbalmente. Esperienze condotte con anziani hanno dimostrato che Nao può essere uno strumento utile di supporto nell'assistenza a soggetti con declino cognitivo sia per la somministrazione di test che nell'implementazione di percorsi di training cognitivo.

ROBOT PARO

Paro è un Socially Assistive Robot in grado cioè di fornire assistenza agli anziani attraverso l'interazione. Ha la forma di un cucciolo di foca appositamente per avere un effetto calmante e per suscitare risposte emotive nei pazienti avendo effetti paragonabili alla pet therapy. È particolarmente usata nell'ambito della cura della demenza.

SANBOT

E' un robot multimediale che dispone di una videocamera 3D con cui riconosce movimenti e volti delle persone, uno schermo touch sul busto, un proiettore integrato per visualizzare immagini fino a 65 pollici e oltre 60 sensori tattili e a infrarossi, che gli permettono di ottenere una perfetta consapevolezza dell'ambiente circostante e muoversi in modo autonomo. E' dotato di un motore di speech recognition che, insieme alla sua intelligenza artificiale in cloud, gli permette un'interazione vocale molto naturale. Si utilizza tramite App e offre servizi intelligenti per numerosi scenari. È dotato di una umanità riflessa, attraverso di lui medici e infermieri possono parlare al paziente.

VIDEOLARINGOSCOPIO ATMOS SCOPE

Apparecchiatura utilizzata per studio endoscopico dinamico della deglutizione per approfondimento diagnostico nei pazienti con alterazione della funzione deglutitoria alla valutazione clinica bed side. L'apparecchiatura si integra con una strumentazione portatile che consente l'esecuzione dell'esame al letto del paziente facilitando la valutazione anche nei soggetti allettati e non autosufficienti.

CRIOCONTENITORI

CHART-MVE Biorep (n.3)

Il sistema di refrigerazione della serie MVE Vario™ sfrutta una modalità innovativa: l'azoto liquido scorre attraverso un sistema di scambio di calore situato nella parte superiore del congelatore e l'energia di vaporizzazione dell'azoto liquido raffredda il congelatore. Questo sistema di trasferimento del calore è stato sviluppato da MVE per utilizzare appieno la capacità termica e ridurre la brina e l'umidità dallo spazio di stoccaggio. Il MVE Vario monitora e misura la quantità di azoto liquido introdotta negli scambiatori di calore in modo che lo spazio di stoccaggio asciutto mantenga la temperatura operativa definita dall'utente (+ 5°C) ovunque da -20°C a -150°C.

ELABORATORE PER SEGNALI FISIOLGICI

Il Sistema Anscopy Sparkbio, il primo monitor poligrafico neurovascolare, permette l'acquisizione simultanea di 32 segnali fisiologici, forniti dall'uscita analogica di diverse apparecchiature mediche. Il sistema è formato da un letto per tilt test a due motori, completato da un sistema per la standardizzazione delle manovre di valutazione dei riflessi e da uno strumento per l'analisi dei segnali acquisiti, è dotato di un Valsalva mo-

nitor e dopo l'acquisizione dei segnali esegue un'analisi dettagliata dei dati, consentendo la creazione di uno specifico report. A tal fine sarà possibile diagnosticare e trattare le manifestazioni disautonomiche sia nei pazienti cardiopatici e/o diabetici sia nei pazienti con patologie neurodegenerative (malattia di Parkinson e parkinsonismi).

SISTEMA PER IL MONITORAGGIO DELLA PRESSIONE

Apparecchiature per monitoraggio dinamico della pressione arteriosa della 24 ore (ABPM). Questa metodica è ampiamente utilizzata anche nella ricerca sull'Ipertensione Arteriosa con particolare riferimento all'azione dei farmaci nelle 24 ore e nella diagnostica dei casi Border-line al fine di applicare adeguate misure di prevenzione delle complicanze dell'Ipertensione.

ELETTROMIOGRAFO

Lo strumento Natus Medical/Nicolet EDX effettua test elettrofisiologici, quali l'elettromiografia clinica (EMG) e i Potenziali Evocati (EP), finalizzati alla diagnosi, prognosi e monitoraggio dei disturbi del Sistema Nervoso Periferico. L'apparecchiatura nello specifico permette acquisizione, visualizzazione, analisi, reporting e gestione delle informazioni elettrofisiologiche del sistema nervoso e muscolare umano.

PEDANA STABILOMETRICA ARGO PLUS

E' un dispositivo posturografico statico. Permette l'analisi e la diagnosi dell'equilibrio statico. Tale analisi strumentale è in grado di registrare ed analizzare con elevata risoluzione e sensibilità la traiettoria seguita dal Centro di Pressione (COP) lungo l'arco di circa 1 minuto offrendo un volume di informazioni utili a formulare e giustificare un quadro diagnostico assai più approfondito. Inoltre, il sistema, consente di stimare alcune grandezze cinematiche, quali: la posizione del Centro di Massa (COM) e la proiezione del COM sul terreno, detta centro di Gravità (COG). Viene inoltre utilizzato per il monitoraggio dell'evoluzione della funzionalità in corso di terapia riabilitativa e del decadimento della funzionalità posturale con il decorso della patologia.

SISTEMA PER ULTRASONOGRAFIA ENDOBRONCHIALE (EBUS)

Utilizzato in ricerche sugli esiti/risultati della disostruzione prostatica mediante laser a tullio. Assegnati ai reparti di Urologia del POR di Ancona e Osimo.

SISTEMA PER UROFLUSSIMETRIA (n.2)

Utilizzato in ricerche sugli esiti/risultati della disostruzione prostatica mediante laser a tullio. Assegnati ai reparti di Urologia del POR di Ancona e Osimo.

SISTEMA GAMMACAMERA A DOPPIA TESTA e APPARECCHIATURA IBRIDA SPECT-TC 16 STRATI

L'acquisto di una macchina ibrida con TC 16 strati ha permesso di integrare immagini morfologiche anatomiche al dato scintigrafico. In particolare la visualizzazione del parenchima polmonare durante le scintigrafie miocardiche ha permesso di evidenziare altre cause di dispnea sotto sforzo, come esiti in post-covid o altre patologie parenchimali non evidenziati in precedenza. Le principali applicazioni riguardano patologie cardiache, neurologiche, ortopediche ed oncologiche. In particolare nella ricerca e localizzazione anatomica di focolai flogistici infettivi nel piede diabetico, nella diagnosi differenziale tra Parkinsonismi e tremore essenziale, tra Demenza a corpi di Lewy e Malattia di Alzheimer e Diagnosi precoce di parkinsonismo degenerativo. A livello cardiaco particolare importanza riveste la Scintigrafia miocardica perfusionale (Gated-Spect), esame non invasivo nei pazienti anziani per la diagnosi di cardiopatia ischemica.

ECOTOMOGRAFI PORTATILI (n.4)

L'ecografo è un'apparecchiatura che consente di integrare l'esame obiettivo del paziente con l'ultrasonografia al letto del paziente consentendo di migliorare la qualità dell'assistenza del paziente geriatrico sfruttando il concetto di ultrasonografia "problem based" in cui gli ultrasuoni vengono utilizzati insieme all'obiettività clinica per giungere più rapidamente ed in maniera più mirata alla corretta diagnosi. Un ulteriore importante utilizzo degli ultrasuoni in ambito clinico è la possibilità di utilizzare l'ecografia nelle manovre invasive quali ad esempio: gli accessi venosi periferici e centrali ecoguidati, il posizionamento del catetere vescicale ecoguidato, la toracentesi ecoguidata, la paracentesi ecoguidata. Gli ecotomografi sono stati assegnati al Blocco Operatorio di Ancona e Osimo, Geriatria del POR di Fermo.

Dai semi-umanoidi di compagnia al monitoraggio, agli esami ecoguidati con apparecchi portatili per chi è allettato



Un team per un modello di presa in cura

Dignità umana, sempre, fin dal primo concepimento in grembo. Di più; vicinanza ed attenzione alla mamma da un team medico che possa diagnosticare e curare malformazioni, patologie e problemi del periodo di gravidanza e appunto, nei primi fatidici mille giorni, in cui mamma e bimbo sono più fragili.

Il meeting internazionale svoltosi a Loreto, organizzato dai medici Marco Messi e Alessandro Cecchi, ha trattato quella finestra temporale in cui sia mamma che neonato hanno bisogno di cure: l'evento "I primi 1000 giorni di vita" - è questo il titolo - vuole stigmatizzare il momento neonatale in cui ci dev'essere una squadra di specialisti che agiscono all'unisono ed in modo integrato sul territorio: su ogni territorio. Il modello virtuoso di Loreto e delle Marche vale per ogni regione (l'assessore alla Sanità della Regione Marche Saltamartini ha ricordato che la tutela della dignità umana è nella nostra Costituzione). Un modello che questo convegno rilancia e in cui crede fermamente, che non richiede costi in più, come riconosciuto anche nel saluto del Presidente della Regione Marche Francesco Acquaroli, che ha voluto essere presente. Ma c'è un altro aspetto, oltre a quello scientifico e medico. Quello etico.

Dalle Marche segnali di incontro fra Scienza ed Etica nella medicina perinatale: ma contano gli stili di vita

Il Vescovo di Loreto ha premesso: il "non nato", ha diritto alle cure: è già una Persona. Poi, don Aldo Buonaiuto: "Non parliamo mai di "materiale umano", ha detto. La Persona non è una cartella clinica e alto si leva ancora il grido di don Oreste Benzi, quando lottava contro il gesto estremo, l'aborto, di quelle mamme che si arrendono, spesso con l'unica voce consolatrice, quella del cuore. Un intervento, quello di Don Aldo, dedicato alla penosa vicenda della piccola Indi, che una stupida burocrazia di governi ciechi ha soppresso, insieme alla speranza non di guarigione ma di cura, che non deve e non può essere negata alla Persona.

Ecco, a Loreto, il messaggio è arrivato forte e chiaro, assieme poi agli interventi illuminati di molti illustri relatori, come il prof. Virginio Carnielli che ha ricordato anche gli sprechi di risorse, energie e strutture che si sovrappongono nel nostro servizio sanitario.

Oppure ancora il neurochirurgo Roberto Trignani che ha portato l'attenzione sulle responsabilità del chirurgo quando si trova ad operare sul cervello di un neonato.

Informazione e comunicazione, altre parole chiave per stare vicino alle mamme e alle famiglie quando si hanno problemi di medicina prenatale. Sono stati citati dati, numeri e statistiche, purtroppo in aumento, delle patologie più comuni e delle malattie rare, spesso genetiche, spesso causate da stili di vita NON corretti, sia della madre ma anche del padre. Alcol, fumo, alimentazioni sbagliate, stress, vite al limite senza rispetto per chi viene al mondo, indifeso. Il dibattito scaturito in conclusione ha portato testimonianze toccanti e formative: su tutte, quella di Monica, una mamma che ha vissuto la notizia di una malformazione cardiaca della sua bimba come uno shock... e che se fosse stata lasciata sola...

Invece oggi quella bimba era proprio lì, in prima fila, trent'enne e laureata, dopo che è stata monitorata e curata. Un esempio, forte. Dopo che un'equipe medica multidisciplinare, competente e sensibile, ha reso possibile lungo il corso degli anni, realizzare i suoi sogni di bambina, adolescente e donna. E quelli della sua mamma.

FORUMN.A.

FORUM DELLA NON AUTOSUFFICIENZA
E DELL'AUTONOMIA POSSIBILE



I PROSSIMI APPUNTAMENTI

1
**13-14
MARZO
2024**

BARI
Parco dei Principi

2
**15
MAGGIO
2024**

MILANO
Quark Hotel

3
**27-28
NOVEMBRE
2024**

BOLOGNA
Savoia Hotel



www.nonautosufficienza.it



FIDUCIARIA MARCHE ED ECONOMIA REALE, BINOMIO VINCENTE PER CHI INVESTE

Si aprono diverse opportunità soprattutto nell'ambito dell'Economia Reale per sostenere le Pmi e le iniziative imprenditoriali dei territori

C'è una notizia importante per chi investe capitali sul fronte dell'Economia e della Finanza. Soprattutto per il sostegno finanziario e gli investimenti per lo sviluppo delle start up e delle piccole e medie imprese, anche quelle impegnate a far crescere la silver economy, settore in rapido sviluppo.

Fiduciaria Marche stringe la mano ad Azimut ed offre una imperdibile opportunità per i suoi clienti investitori a livello italiano e internazionale, arricchendo così la qualità ed il numero dei suoi valenti partner finanziari. Da tempo la crescita di Fiduciaria Marche, che ha raddoppiato negli ultimi anni il capitale amministrato, impone orizzonti più ampi e diverse opportunità di impiego degli stessi.

Una crescita sul territorio e per il territorio. La vasta clientela di investitori infatti, siano essi privati, enti, aziende e società, cercano sempre più nuovi stimoli e profitti sicuri e trasparenti. Ma se i mercati nazionali ed internazionali in questo momento stanno aspettando tempi migliori e rassicuranti, c'è un settore che non conosce sosta ed offre molte opportunità di sviluppo: l'Economia Reale.

Vale a dire investire in quelle Pmi, start up o brand che vanno bene e cercano investitori illuminati che spingano sull'acceleratore. Ecco allora che si presenta un interessante binomio con il Gruppo Azimut, leader nella consulenza finanziaria e nell'investment banking che garantisce serietà e affidabilità professio-



nale. La proposta di diversificazione era attesa da tempo dalla clientela della Fiduciaria Marche che essendo una Fiduciaria di natura non bancaria, può ora avvalersi di un'estensione prestigiosa, foriera di sviluppi inaspettati proprio in tale settore.

E' quello che mancava per rimanere leader sulle opportunità di investimento delle più importanti piazze affari europee, da Montecarlo a San Marino, alla Svizzera, Lussemburgo e Londra.

Con la consueta formula di riservatezza, legalità, trasparenza, essendo sempre presente la supervisione Mimit e Bankitalia.

"La nostra proposta è gradita alla clientela che vuole amministrare al meglio i capitali e i patrimoni che ci affidano ed il nuovo mandato fiduciario con Azimut amplia e diversifica questa visione - ha commentato l'Ad di Fiduciaria Marche, Federico Barbieri - La via intrapresa costituisce una novità molto positiva ed è resa possibile dalla nostra crescita sui mercati internazionali e dall'elevato standing di cui gode Azimut".

"Investire in Economia Reale al fianco di molte imprese non solo locali, giovani e vigorose, con trend di sviluppo positivi anche se di più lungo periodo, permette di aggiornare periodicamente i profitti, controllarli direttamente e non cedere nulla alle influenze che le inevitabili crisi possono causare sulle principali piazze dove operiamo" ha aggiunto il Presidente Valerio Vico.

CHE FA AZIMUT

Azimut è un gruppo indipendente, una realtà globale nell'Asset Management, Wealth Management, Investment Banking e nel Fintech, al servizio di privati e imprese. Public Company quotata alla Borsa di Milano, leader in Italia e presente in 18 Paesi nel mondo, con focus sui mercati emergenti e di nuova frontiera.

Investimenti di ultima generazione e diversificazione sui mercati nazionali ed internazionali



ORGANIGRAMMA

CONSIGLIO DI AMMINISTRAZIONE

Dott. **Valerio Vico** - Presidente e AD
dott. **Mario Giugliarelli** - Consigliere e AD
dott. **Federico Barbieri** - Consigliere e AD

PROCURATORI

dott. **Francesco De Benedetto**
(senior trust consultant)
dott. **Pietro Giugliarelli**
(procuratore)
dott. **Massimo Saracini**
(Partecipazioni societarie)

Seguici su **facebook**.

Tutta la benefica energia delle castagne



Raffaella Bocchetti
Nutrionista

Se qualcuno volesse
interloquire e porre domande
alla nostra esperta, scriva qui
a info@senzaeta.it.



*Frutta e verdura
invernale per
affrontare la
stagione fredda:
passiamo in rassegna
le principali*



Anche se le temperature ci confondono un po', siamo a cavallo tra l'autunno e l'inverno. Il freddo "dovrebbe" essere alle porte e con esso i malanni di stagione. Per fortuna abbiamo un alleato dalla nostra parte: la frutta e la verdura che la natura ci offre in questo periodo ha caratteristiche nutrizionali che ci aiutano ad affrontare i lunghi mesi invernali.

Possiamo classificare la frutta e la verdura autunno-invernale in 3 grosse categorie: quelle che hanno la funzione di aiutarci ad affrontare le basse temperature grazie all'alto contenuto energetico; quelle che ci permettono di migliorare le difese immunitarie e di combattere i malanni tipici della stagione fredda e quelle depurative che ci aiutano a contrastare l'accumulo di tossine quando mangiamo più alimenti grassi e beviamo meno. Vediamo quali sono.

Tra gli alimenti energetici, ma che contengono anche diverse proprietà benefiche, troviamo le **castagne e i cachi**. La castagna è uno dei frutti più calorici che troviamo in natura con le sue 170 kcal per 100 gr: fornisce una gran quantità di energia ma è anche ricca di amido, una fibra solubile che dà molto senso di sazietà (ecco perchè era apprezzato dai poveri e durante i tempi di carestia) ed aiuta la funzionalità dell'intestino. Un'altra caratteristica importante è la quantità di sali minerali (**potassio, fosforo e magnesio**) e **vitamine gruppo B, vit. E e K** che aiutano a contrastare gli effetti delle basse temperature. Le castagne possono essere un ottimo spuntino di metà mattina o metà pomeriggio, oppure con la farina si può preparare un dolce che può essere consumato a colazione per fare un carico di energia.

Al secondo posto come fonte di energia ci

sono i cachi o kaki: la loro polpa è talmente zuccherina e succosa che il nome scientifico *diospyros* significa "pane degli dei". Per questa sua dolcezza spesso si evita di consumarlo perchè molto calorico, ma se mangiato nel modo giusto apporta benefici importanti alla nostra salute. Oltre ad essere energetico, il caco è ricchissimo di **carotenoidi e polifenoli**, sostanze antiossidanti ed antinfiammatorie che migliorano la funzionalità delle nostre difese immunitarie. Anche per questo frutto il consiglio è quello di consumarlo la mattina per avere una carica di energia, oppure come spuntino prima di un'attività fisica.

Nella seconda categoria di alimenti, quelli che aiutano a contrastare i malanni di stagione perchè aumentano le difese immunitarie, troviamo il **melagrana**, frutto spesso sottovalutato, e gli ortaggi appartenenti alla famiglia delle crucifere. Qual è la caratteristica nutrizionale che le accomuna: la ricchezza in particolare della **vitamina C**, ben conosciuta per le sue proprietà.

Il melagrana è uno di quegli alimenti con cui noi nutrizionisti andiamo a nozze: pochissime calorie ma ricco di vitamine (del **gruppo A, B e la vitamina C**), una buona dose di fibre e sali minerali. Ciò che però lo caratterizza è l'elevata concentrazione di polifenoli, antociani, flavonoidi, di gran lunga più elevata degli altri frutti. Sono queste le molecole che conferiscono a questo frutto le sue proprietà: antinfiammatorie, antiossidanti, antitumorali e antibatteriche. Il melagrana è infatti un eccezionale antinfiammatorio: questa capacità è data dalla presenza di una sostanza l'acido ellargico. È perciò indicato nelle malattie da raffreddamento, ma anche nelle patologie infiammatorie gastrointestinali e urogenitali. Insieme alle sue proprietà antibatteriche è in grado di contrastare le infezioni causate da



batteri e parassiti, a carico di questi apparati. In cucina lo possiamo utilizzare per arricchire insalate, per guarnire dolci o accompagnare piatti di carne. Il succo può anche essere usato come condimento al posto del limone, dato il suo sapore aspro.

Tra le verdure fondamentali per contrastare i malanni di stagione, e non solo, ci sono i **cavoli & Co: broccoli, cavolo verza, cavolfiore (ma anche rape, ravanelli, rucola...)** che fanno parte tutti della stessa grande famiglia delle Crucifere o Brassicacee. Sono più di 3000 specie, coltivate da secoli e utilizzate già come rimedio naturale dal buon vecchio Ippocrate, il padre della medicina. Più si studiano le proprietà di queste verdure più si scopre quanto sono fondamentali per la nostra salute. Sono ricchissime di molecole di zolfo contenute negli isotiocianati, responsabili della loro spiccate proprietà antitumorali ed anche del forte odore una volta cotti. Oltre a queste sostanze non dimentichiamo che sono ricchi di **vitamina C, flavonoidi e carotenoidi** che mantengono in salute il sistema immunitario, il nostro cuore e le nostre arterie.

Terza categoria di alimenti, quelli depurativi. Nella stagione fredda siamo portati a mangiare più alimenti grassi e a bere meno acqua: per questo motivo tendiamo ad accumulare tossine ed è necessario consumare frutta

e verdura che aiutano a depurarci. Tra queste possiamo annoverare sicuramente **l'uva e la zucca**.

Come molti frutti invernali l'uva contiene zuccheri, molte vitamine e sali minerali ma la sua caratteristica principale è la presenza di un'elevata concentrazione di **resveratrolo**, un potente antiossidante ed antinfiammatorio. Grazie a questo polifenolo e agli altri nutrienti l'uva è un frutto con spiccate attività depurative grazie al fatto che stimola la diuresi, agisce sulla ritenzione dei liquidi ed aiuta a depurare il fegato. La possiamo consumare come spuntino o come estratto, ma ricordiamoci che il resveratrolo si trova soprattutto nella buccia e nei semi.

Tra le verdure sicuramente la **zucca** è un potente alleato per depurarsi: pochissime calorie e un contenuto di acqua fino al 90%. Per questo motivo è diuretica e drenante e grazie all'elevato contenuto di **vitamine A, C ed E** aiuta a depurarci nonché a proteggerci dalle malattie e dall'invecchiamento. Come la maggior parte degli ortaggi è ricca di fibre che favoriscono il transito intestinale, migliorano la flora batterica e aiutano a depurare il fegato. Una curiosità: la zucca e i suoi semi contengono le **cumarine**, delle sostanze naturali che hanno proprietà antibatteriche e antivirali, che ci aiutano a prevenire e contrastare alcune malattie. La zucca è un ortaggio che si presta bene a numerose ricette, ma alcune migliorano le sue proprietà come la vellutata.



VELLUTATA DI ZUCCA CON BRESAOLA

400gr patate a dadini
400gr zucca pelata a dadini
1 cipolla tritata
35 olio evo (20+15)
600gr brodo vegetale (già salato)
Sale
Bresaola a cubetti
Erba pepe

In una pentola mettere la cipolla con 20gr di olio e far appassire, poi aggiungere la zucca, le patate e il brodo e cuocere per 35 minuti mescolando di tanto in tanto. A cottura ultimata, lasciar raffreddare un attimo, aggiungere il restante olio, e frullare il tutto. Regolare di sale. Impiattare aggiungendo della bresaola a cubetti (si può anche saltare un attimo in padella), delle foglioline di rosmarino e pepe.





La trasformazione digitale di Anni Azzurri

Migliora la qualità del servizio, riduce il rischio clinico, rende il lavoro del team più rapido, sicuro e preciso: tanti i vantaggi dei processi

Digitalizzare per migliorare la qualità del servizio, ridurre il rischio clinico, rendere il lavoro del team più rapido, sicuro e preciso. È stata la premessa che ha spinto, tre anni fa, il Gruppo KOS ad attivare la Cartella Clinica Elettronica (CCE) nelle RSA Anni Azzurri.

Una premessa che oggi si è trasformata in risultati concreti, a testimonianza che la trasformazione digitale del Gruppo sta avanzando a passo veloce. E con la soddisfazione di tutti: infatti sono stati anche confermati funzionalità e efficacia nei risultati dallo stesso personale, che ha espresso la propria opinione sullo strumento CCE in una survey.

Ma vediamo prima quali sono i benefici percepiti: miglioramento delle tempistiche di lavoro, maggior qualità del dato, comunicazione interna facilitata, documentazione clinica più leggibile e fruibile.

“La CCE ha rivoluzionato il modo di lavorare nelle RSA, abbiamo destinato oltre 20 milioni di euro alla trasformazione digitale, tra cui la CCE – spiega Giuseppe Motta Direttore Generale Anni Azzurri KOS –, in coerenza con l’impegno di garantire un’offerta di qualità e all’avanguardia per gli ospiti, i famigliari e il

nostro personale, sul quale KOS non smette di investire. Abbiamo adottato il Contratto Collettivo Nazionale di Lavoro Confcommercio, un nuovo accordo che si colloca nella fascia migliore dei trattamenti contrattuali per il personale dipendente di realtà private sanitarie e sociosanitarie.”

La CCE di KOS è un software che è stato interamente personalizzato, sulla base dell’analisi dei processi clinici-assistenziali delle RSA. Il sistema permette di aggiornare la cartella di ogni paziente in tempo reale, di completarla con immagini, di integrare servizi, pianificare attività personalizzate e di condividere le informazioni con tutto il team concretizzando un’assistenza globale all’individuo. Tutto ciò sfruttando le potenzialità della digitalizzazione: alert, care chart, indicatori per monitorare la qualità dell’assistenza in termini di sicurezza, efficacia ed appropriatezza.

“Le RSA Anni Azzurri si distinguono per un’alta competenza medica, sono in grado di rispondere a prese in carico complesse, in cui la componente sanitaria è rilevante nella gestione quotidiana dell’ospite – continua Motta -. Per questa ragione, la CCE non è nata con una

Anni Azzurri





Azzurri. A dirlo, una survey interna appena conclusa, che ha coinvolto 453 partecipanti in 32 Strutture con un questionario a 14 domande.

“La survey 2023 integra un’analisi svolta nel 2019, durante la mappatura dei processi clinico-assistenziali ed amministrativi, propedeutica all’introduzione della CCE del Gruppo KOS – spiega la Dottoressa Chiara Monti, Direttore Medico e Qualità Divisione RSA Anni Azzurri KOS -. Erano state coinvolte 8 RSA ancora sprovviste di CCE, con lo scopo di fotografare le condizioni di lavoro e di qualità e sicurezza delle cure basate sulla documentazione clinica ed assistenziale cartacea, in vista di un futuro confronto con i dati ottenuti dal passaggio alla digitalizzazione”.

Le rilevazioni della survey 2023 sono quindi state confrontate con i risultati ottenuti all’epoca, per identificare, attraverso trend e differenze, l’impatto e il valore che il software CCE può avere nelle RSA che già lo utilizzano, sondando le opinioni delle figure professionali che lo adoperano quotidianamente durante la giornata lavorativa.

“Il confronto tra i dati di allora e la percezione attuale rilevata nelle 32 strutture dotate di CCE, ha identificato un miglioramento in molteplici aree, ha permesso di evidenziare i punti di forza della digitalizzazione e le aree di potenziale ulteriore sviluppo, in vista dell’estensione del software a tutte le RSA del Gruppo KOS”.

connotazione solo infermieristica, è stata disegnata insieme all’équipe medica. Siamo stati premiati dalla SIGOT per una recente ricerca basata sui dati raccolti con la CCE. Un riconoscimento al valore scientifico dello strumento e della sua utilità nel miglioramento dei processi assistenziali e di cura degli ospiti. Parliamo di 61 RSA, con una popolazione di circa 6.000 anziani”.

Ora si guarda agli sviluppi. *“Il futuro è un’app per i caregiver, collegata alla CCE, in grado di comunicare in tempo reale la giornata dell’ospite, dalle attività svolte ai pasti consumati, e di agevolare lo scambio di informazioni tra personale e famigliari. Un tema che ci sta a cuore e che ha già trovato una sua prima espressione nel canale Instagram Anni Azzurri per te, nato per dare consigli sulla gestione del proprio caro a casa, facendo leva sull’esperienza ultraventennale di KOS nel settore del Long Term Care”.*

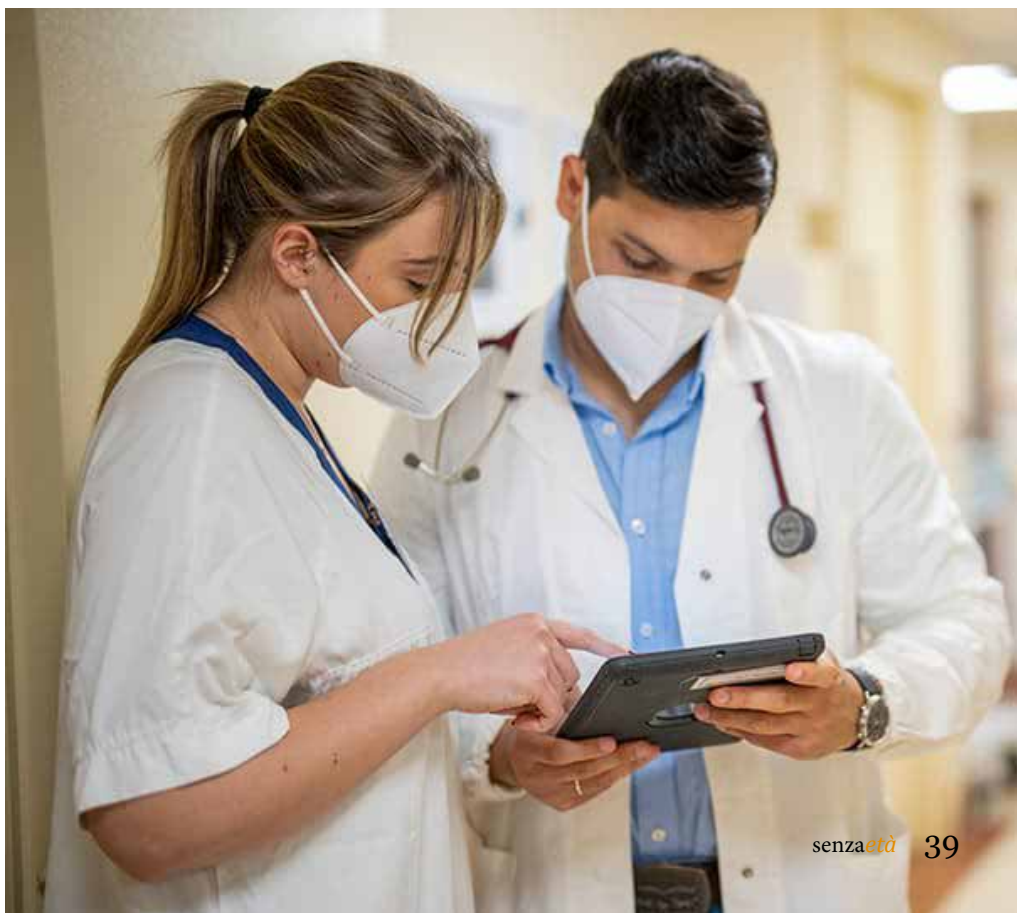
La Cartella Clinica Elettronica di Anni Azzurri: funzionale ed efficace

La Cartella Clinica Elettronica (CCE) di KOS piace ai professionisti delle Residenze Anni

Melograno: la personalizzazione delle terapie avanza

Uno sviluppo interessante già in corso è la sperimentazione della preparazione digitale della terapia personalizzata. Il progetto pilota è in partenza nel nucleo Alzheimer della Residenza Anni Azzurri “Melograno”. Un sistema robotizzato collegato al software della CCE permette di confezionare in sicurezza il blister contenente i farmaci da somministrare al paziente, in base alla terapia e alla fascia oraria indicata. Un’attività che richiede molto tempo e attenzione al personale. Con il nuovo sistema, invece, gli infermieri dovranno solo verificare il contenuto della bustina prima della somministrazione al paziente. Il beneficio non è solo nel risparmio di tempo correlato alla preparazione della terapia solida orale (tempo che l’infermiere potrà dedicare ad attività a maggior valore aggiunto) ma anche nell’aumento della sicurezza della prestazione fornita.

Funzionalità ed efficacia della cartella clinica elettronica personalizzata. Presto l’estensione dei sistemi digitali a tutte le RSA del gruppo



IL BENESSERE ARRIVA CON IL BAGNO IN FORESTA

Si sa che stare nel verde, passeggiare e sostare in un bosco rasserena e tranquillizza, ma c'è di più. Immergersi negli ambienti naturali ottimizza la salute, limitando lo stress ossidativo e la pressione, aumentando i livelli di serotonina, l'ormone del buon umore e del benessere, appunto.

Il potere della Natura non è solo un fattore estetico ed emozionale, ma regala vantaggi scientificamente dimostrati.

Tra le ultime ricerche c'è quella dell'Istituto per la bioeconomia del Cnr, il Consiglio Nazionale delle Ricerche, assieme al Club alpino italiano e alle Università di Parma e Firenze, Verona, e all'Istituto Pio XII di Misurina: gli oli essenziali emessi dalle piante, i monoterpeni, sono in grado di ridurre in maniera significativa ansia, stress, asma.

Qui si parla della Forest Therapy, o del bagno in foresta, chiamato Shinrin-Yoku in Giappone, paese da cui deriva questo approccio naturale al malessere che coinvolge soprattutto chi, vivendo nelle città, ha poco a che fare con il verde e molto, piuttosto, con gli smartphone. Che, come prima regola della Forest Therapy, vanno spenti. Lo scopo è quello di risvegliare tutti i sensi sopiti, proprio attraverso il contatto con gli alberi: guardare il bosco, odorarne i profumi, ascoltare i suoi rumori (anche soltanto il vento che muove le foglie), stimola il sistema nervoso, normalizza la digestione, potenzia il sistema immunitario, la memoria, la capacità di concentrazione. E toccare la corteccia degli alberi riconnette alla nostra naturalità sopita, da fare emergere.

Non è trekking

Lo Shinrin-Yoku non è un'attività di forte allenamento fisico faticoso, non è un trekking, non ci sono da superare dislivelli pazzeschi né servono attrezzature (a parte un abbigliamento comodo). Pertanto, va bene a ogni età,

pure per chi ha qualche problema di movimento.

Tutto è all'insegna della lentezza, del muoversi in sicurezza, nel condividere con un gruppo di altre persone le sensazioni di ciò che si sta vivendo, anche in compagnia di una guida specifica che insegna come procedere e avere i massimi benefici di questi contatti ravvicinati con un fiore, un ramo, una foglia, una corteccia, il gorgoglio di un ruscello, il canto di un uccellino.

Gli esperti di Forest Therapy o Forest Ba-

Camminare e sostare nel verde non solo rasserena, ma migliora anche la salute nella sua complessità: è la Forest Therapy, davvero alla portata di tutti



thing, una terapia appunto più strutturata rispetto a una semplice passeggiata, hanno competenze multidisciplinari in diversi campi, come la salute planetaria, la medicina forestale, la sociologia, la psicologia, il lavoro sociale, l'ecologia emotiva. Tra i corsi di formazione per quello che ormai è chiamato "benessere forestale", c'è quello organizzato dallo Csen, Centro Sportivo Educativo Nazionale, che collabora con il Coni (tra i primi a credere a questa disciplina "naturale").

Di solito Come si svolge

si sceglie un terreno pianeggiante o con dislivelli minimi e si inizia a fare intima conoscenza con il green tutto intorno, scambiandosi pure idee e impressioni.

Non è però un "semplice" godere della bellezza del creato, bensì si impara a sfruttare le notevoli potenzialità che offre la Natura, migliorando la personale condizione fisica e psicologica: ad esempio, chi ha paura degli insetti o delle vipere, riesce a gestire (o almeno ci prova) questi suoi piccoli-grandi terrori, perché capisce che pure quello è il "suo" mondo, visto in un'altra prospettiva.

Una "lezione" dura da due a tre ore, in gruppi di poche persone, da ripetere se si può più volte alla settimana, altrimenti l'effetto positivo diventa una specie di piacevole ricordo di una gita nel verde.

Anche in un parco di città

In un bosco, per via dei tanti alberi presenti e della loro diversità, è possibile lasciarsi avvolgere da una maggiore quantità di monoterpeni, ma anche in un variegato giardino o in un parco urbano si può raggiungere e migliorare il proprio benessere. La ricchezza di piante e di vita, e di percorsi adeguati che sono disponibili in questi spazi cittadini, invita comunque ad abbandonarsi a stati mentali positivi.

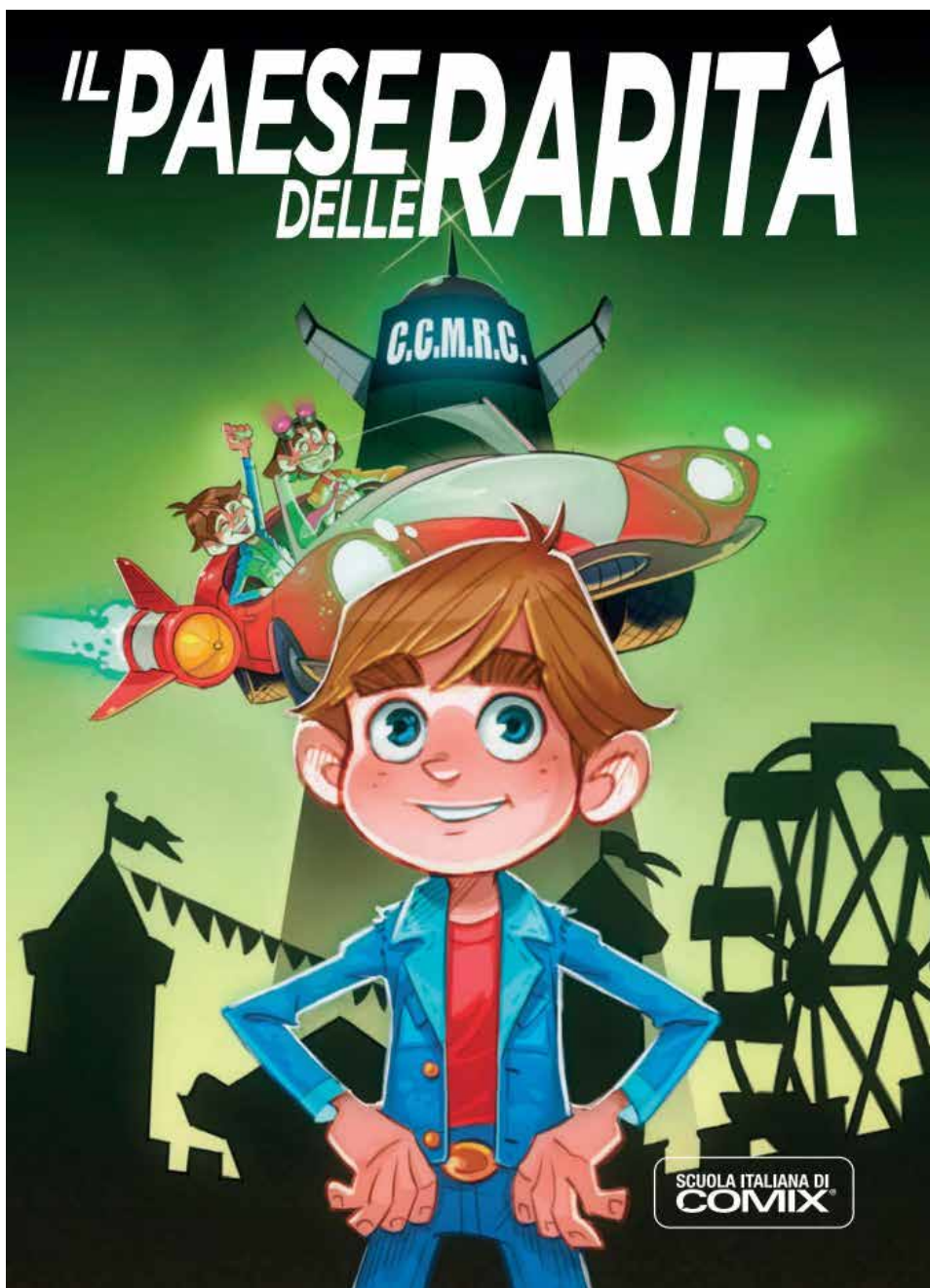
A Napoli il fumetto educativo per bambini

Un progetto per informare e creare una comunicazione sulle malattie rare

E' stato presentato a Napoli, dal Centro di Coordinamento Malattie Rare di Regione Campania, il progetto editoriale "il Paese delle Rarità", realizzato da McCann Health Boot con il supporto di Chiesi Global Rare Diseases, in partnership con Comix. Il progetto editoriale ha visto la creazione di un fumetto dove viene narrata la storia di un Bambino che insieme a suo padre effettua un viaggio attraverso un luogo dove tutto è raro e prezioso e, grazie al supporto di figure dipinte come magiche, riesce a conoscere e controllare i suoi "superpoteri". Questa iniziativa è nata con l'obiettivo di creare informazione e sensibilizzazione sulle malattie rare partendo dai bambini per arrivare ai ragazzi e ai genitori tramite il fumetto, realizzato graficamente dalla Comix mentre lo storytelling è stato ideato avvalendosi del supporto del prof. Giuseppe Limongelli, direttore del centro di Coordinamento delle malattie rare della Regione Campania presso l'Azienda Ospedaliera dei Colli, e della sua équipe.

Il prof. Limongelli ha tra l'altro prestato la sua immagine anche per un personaggio che si trova all'interno del fumetto il dott. Raro. Limongelli alla fine della presentazione ha detto: *"Informazione e comunicazione sono importantissime perché si parla poco di malattie rare. Non si sa ad esempio che esistono centri specializzati e di coordinamento in cui si possono fare diagnosi precoce, presa in carico e anche le più innovative terapie"*.

Per malattia rara si intende una malattia che colpisce 1 persona su 2000. Ciò non significa che interessi poche persone: basti pensare che le malattie rare attualmente riconosciute sono tra le 7000 e le 8000 e interessano oltre 2 milioni di persone in Italia e 30 milioni in Europa. L'80% dei casi deriva da basi genetiche e si manifestano tra la nascita e la prima infanzia. Tramite questi dati possiamo capire quanto sia importante dare diffusione e ampiezza a questo programma anche non solo nel Campano. L'iniziativa ha avuto una gran-



de risonanza: infatti la Regione ha deciso di diffonderlo all'interno delle scuole primarie e secondarie di primo grado della Campania. L'evento di presentazione del progetto è stato aperto a giornalisti, referenti istituzionali regionali, referenti delle istituzioni scolastiche, genitori e pediatri ed è stata l'occasione per dare visibilità all'impegno del Centro Malattie Rare della Campania e dare così importanza al valore dell'inclusione dei bambini e ragazzi affetti da malattie rare nella scuola e più in generale nella società. Limongelli ha

poi aggiunto: *"Con questo progetto vogliamo parlare ai bambini e ai ragazzi che se vedono un compagno con la pelle più elastica, le braccia più lunghe o la faccia diversa lo considerino un punto di forza. Noi parliamo di superpoteri nel fumetto. Cerchiamo di far capire ai bambini quanto può essere importante accettare e fare propria la diversità. In seconda battuta, parliamo a tutta la comunità: esiste sempre, anche nelle malattie più rare, un percorso e dei centri in cui questo progetto può essere delineato"*.

Il nostro corpo fisico è il risultato di un'evoluzione che ha attraversato il regno animale e poi si è ulteriormente evoluto e radicato nell'essere umano

IL POTERE DELLA VOLONTÀ INTERIORE: COME GESTIRE LE EMOZIONI ATTRAVERSO LA CONSAPEVOLEZZA



Nel lungo viaggio alla scoperta di noi stessi, una delle sfide più importanti e decisive è quella di imparare a gestire le emozioni. Noi abbiamo la convinzione di poter controllare il nostro apparato psicofisico al pari di una macchina da dominare. Tuttavia, in questa lotta partiamo già sconfitti in partenza. Per comprendere appieno questo concetto, dobbiamo immaginare la nostra profondità interiore come un'entità che ha imparato a sopravvivere su un pianeta ostile per secoli e millenni.

Il nostro corpo fisico è il risultato di un'evoluzione che ha attraversato il regno animale e poi si è ulteriormente evoluto e radicato nell'essere umano. Questa macchina biologica è incredibilmente potente, allenata a superare ogni sfida e certamente non si lascerà dominare da noi e dai nostri pensieri.

Gestire le emozioni e le abitudini fisiche di questo veicolo è come cercare di bloccare una carrozza trainata da dei cavalli imbroccati. Sembra una sfida tra Davide e Golia, ma allo stesso modo di come Davide ebbe un'opportunità, anche qui c'è un modo che naspet-

tatamente ci consentirà di risalire la china. Dobbiamo acquisire una volontà speciale, sicuramente diversa da quella necessaria per vincere una gara olimpica, oppure da quella che è necessaria per sostenere un buon addestramento in un campo militare.

Questa volontà è sottile e potente e la nostra autorità interna è una sua componente fondamentale. Nel lavorare su di noi, dobbiamo smettere di indirizzare lo sforzo di volontà verso un'azione che possa frenare l'emozione in corso, oppure che possa cercare di evitarla. Lo so, si tratta di evitare una sofferenza, ma non è questo il modo di vincere. Dobbiamo piuttosto cercare di riconnetterci chimicamente con il nostro vero io, con l'anima. Qui si tratta di fare uno sforzo per essere noi stessi, non di fare un qualcosa che spesso e volentieri ci snatura portandoci fuori dai binari della nostra vita. Può sembrare un paradosso, ma la nostra natura dovrebbe basarsi sulla spontaneità, attraverso uno sforzo introverso, mai estroverso.

La chiave per affrontare le emozioni negative è quella di ricordarci di rimanere completa-

mente aperti ad esse quando si presentano. L'imbarazzo, la paura, la rabbia, la gelosia o qualsiasi altra emozione negativa, non può essere né soppressa né evitata, deve essere accolta come un'alleata. Dobbiamo imparare a riconoscere queste emozioni senza paura, proprio come quando ci troviamo ad affrontare un attacco di panico. Lasciamo che queste emozioni ci investano, non vergogniamoci di esse, ma allo stesso tempo rimaniamo presenti a noi stessi, non ci dobbiamo mai allontanare dalla nostra vera identità, perché essa è quell'individuo in salute che rimane comunque sempre dentro di noi. Trascurando la nostra identità più profonda, affrontando l'emozione attraverso un'azione conflittuale o evasiva, non faremo altro che danneggiare questa identità, compromettendo quindi anche la nostra salute. Questo è il vero ostacolo da comprendere e da superare.

La gestione consapevole delle emozioni non richiede quindi di agire su di esse, combattendole o sfuggendole. Dobbiamo rimanere centrati su di noi. Non possiamo fermare queste onde elettromagnetiche dalle quali siamo pervasi, ma possiamo sfruttare l'occasione per diventare più forti quando queste si presentano. Con il tempo e la pratica costante, tramite la pazienza, diventeremo sempre più forti e inattaccabili.

Questo processo richiede un impegno simile a quello per prepararci alle Olimpiadi o ad un addestramento militare.

Quando un'emozione si fa avanti, dobbiamo evitare di opporle resistenza o di pensare "Mio Dio, sta succedendo di nuovo! Non voglio!". Dobbiamo immaginarci come un contenitore fluido e trasparente. Dobbiamo esse-

re pronti ad accogliere ogni corrente emotiva. Inoltre, è essenziale non scagliarci contro la fonte dell'emozione stessa, come una persona o un evento che riteniamo responsabile del nostro disagio. In realtà, nel profondo, siamo noi stessi la causa di tutto.

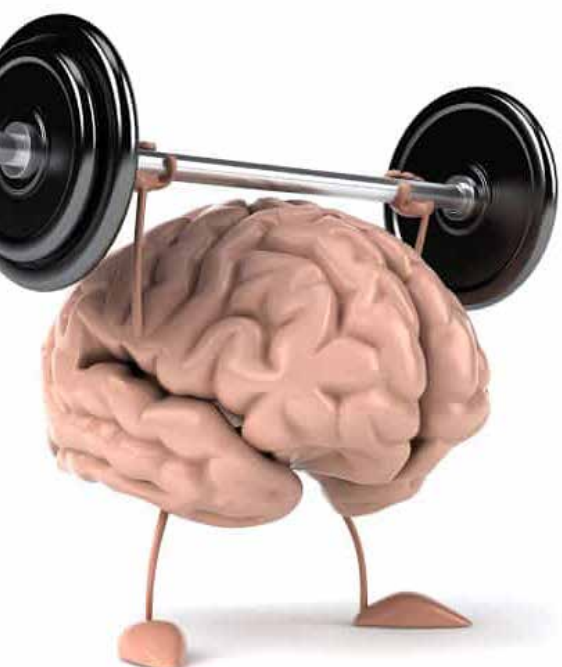
Dobbiamo visualizzare l'onda emotiva che sale dal Plesso Solare e inonda tutto il nostro corpo, senza paura. Questa è identificabile come un fuoco interiore in grado di operare la nostra trasformazione. Non agendo verso l'esterno, ci sentiremo più vivi grazie al calore che scorrerà dentro di noi.

Possiamo quindi concludere che per gestire opportunamente le emozioni dobbiamo adottare un cambiamento di prospettiva, anche qui si tratta di un salto quantico. Combattere contro di esse significa dare loro ancor più forza, alimentando il pendolo di una frequenza pesante che ci attira a sé come un buco nero. Abbracciando le emozioni dopo averle identificate, grazie alla nostra consapevolezza, potremo evolvere fino ad un punto tale che non avremo più danni.

Non è una cosa facile, è un processo che richiede tempo e dedizione, ma alla fine ci sorprenderemo nello scoprire la forza nascosta che sta dentro di noi. Questa rivelazione ci renderà più forti e coesi, consapevoli di come, trasformando queste emozioni in vere e proprie alleate, potremo proseguire spediti nel nostro cammino interiore.



Trascurando la nostra identità più profonda, affrontando l'emozione attraverso un'azione conflittuale o evasiva, non faremo altro che danneggiare questa identità, compromettendo quindi anche la nostra salute



Stare bene prendendosi cura dei reni

Nell'ultimo congresso della Sin, Società italiana di nefrologia, che si è svolto a Torino dal 4 all'8 ottobre, si è parlato molto di grande ricerche a livello dei reni, con nuove terapie e farmaci in grado di migliorare la qualità della vita di chi è colpito da patologie nefrologiche che riguardano la popolazione italiana in una percentuale tra il 7 e il 10%. I reni sono organi piccoli (non misurano più di 12 centimetri e pesano poco più di 100 grammi) a forma di fagiolo e che di continuo portano avanti il loro ruolo fondamentale per la salute: depurare il corpo dalle scorie prodotte dall'organismo eliminate attraverso l'urina. La loro "competenza" è pure quella di permettere alla vitamina D di rendersi utile nel preservare le ossa. Purtroppo, anche se c'è qualcosa che non va in loro, non "avvertono" della loro sofferenza, sono silenziosi e non lanciano segnali di allarme. Talvolta una spia di un loro malfunzionamento potrebbe essere rappresentato da grande stanchezza anche se non si compiono grossi sforzi, caviglie gonfie, pelle secca.

Allerta andando avanti con l'età

Un elemento è certo: anche se ci si può am-

Piccoli e a forma di fagiolo, essenziali nella loro funzione di depuratori, è difficile capire quando si ammalano perché sono silenziosi. Ci sono però alcuni comportamenti per tenerli il più possibile in forma

malare di patologie nefrologiche in qualsiasi momento della vita, con l'andare avanti nell'età i silenziosi reni fanno sempre più fatica a portare avanti, bene, le loro performance. Per questo è utile tenerli sotto controllo, così come si fa con la glicemia o il colesterolo: normali analisi del sangue e delle urine possono/potrebbero indicare che qualcosa non va, come le misurazioni di albumina e creatinina (la prima è una proteina del sangue, la seconda è una sostanza che deriva da un'altra proteina presente nei muscoli, la creatina, e che poi passa nel sangue e finisce eliminata tramite le urine).

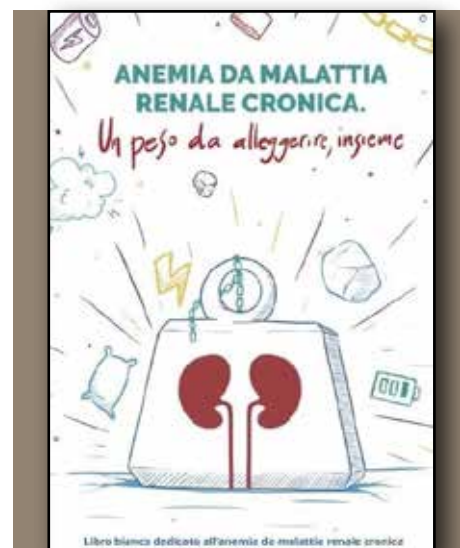
I loro valori devono essere valutati dal medico, in grado di stabilire la presenza o meno di un problema renale.

Le buone regole da considerare

Un malfunzionamento dei reni potrebbe essere una conseguenza di altre patologie, come ipertensione, diabete e anche l'obesità può contribuire, così come uno stile di vita non proprio corretto.

Gli specialisti hanno individuato alcune regole per mantenere la salute di questa importante coppia di organi, oltre a monitorare periodicamente glicemia e pressione che, quando è alta, soprattutto in caso di diabete e colesterolo elevato, procura guai.

Tra i consigli: attività fisica regolare e non andare in sovrappeso. Poi, mangiare sano, preferendo la tradizionale dieta mediterranea, con preponderanza di cibi vegetali, che riducono l'acidità dei reni e quindi li fanno lavorare di meno (oltre che a rifornire l'orga-



Il primo libro bianco sull'anemia da malattia renale cronica

Uno dei problemi legati alle malattie renali croniche è l'insorgere di una anemia che determina ulteriore stanchezza e incapacità di concentrazione in chi ne è colpito. Ma è una patologia controllabile e gestibile: importante la diagnosi e la tempestività. Se ne parla nel primo libro bianco sull'anemia da malattia renale cronica, realizzato da vari organismi, a partire dalla SIN, società italiana di nefrologia, e da tante associazioni di pazienti, le cui testimonianze sono il "cuore" della pubblicazione (con la prefazione del ministro della Salute Schillaci). L'obiettivo è creare una rete di condivisione di esperienze e terapie, potenziando prestazioni e servizi in tutta Italia, per ottimizzare la qualità della vita di questi malati.

nismo di antiossidanti con poche calorie), al contrario di un regime alimentare super proteico con tanta carne.

Il consumo di quest'ultima, assieme a uova, affettati, formaggi e latticini vari, va ridotto di frequenza. Meglio poi utilizzare come condimento l'olio extravergine di oliva, ma sempre poco e a crudo se si può.

Tra le riduzioni, il sale: non aggiungerlo alle pietanze, poiché tanti alimenti già ne contengono, sostituendolo (sempre in modo moderato) con spezie e aromi.

Tra le eliminazioni: il fumo, le bevande zuccherate e gli alcolici, cercando di ridurre il ricorso a farmaci, in particolare quelli antidolorifici, soprattutto senza le prescrizioni del medico.

Via libera ai cereali, ai legumi e al pesce, da consumare almeno due volte a settimana.

Da ricordare, non certo come ultima regola, anzi, di bere molta acqua ogni giorno, almeno due litri.



Lezioni di ...
raccolta
differenziata

Il Rifiuto
è una
Risorsa



Tisana, che passione

*In farmacia prende campo un mercato in forte crescita.
Che riguarda il benessere e la persona*



L'angolo delle tisane, in farmacia, come isola di benessere e qualità della vita. Ci ha molto colpito la discussione, competente e originale, fatta in webinar lunedì 20 novembre, a cura di Edra e Farmacista33. Negli ultimi anni il mercato delle tisane in effetti è esploso. Se il tè (anzi il the) degli inglesi è tradizione e cultura, con un pizzico di nobile momento di riflessione con ospiti e familiari, in Italia la tisana sta diventando un sano passatempo, a cavallo fra il relax e il benessere. Già: perché la tisana fa bene: lo dicono le pubblicazioni scientifiche. Innumerevoli testimonianze mediche e soprattutto l'approvazione degli psicologi. Vuoi mettere la pausa tisana sul lavoro, oppure a merenda, invece che il solito caffè o le dannose merendine con i succhi di frutta, sicuramente più artefatti? Infatti si registra un notevole aumento di interesse dei fruitori della tisana, alla ricerca in rete di informazioni utili e chiare sulle diverse tipologie di infusi e sui loro principi d'azione. E qui - scopo del webinar - entra in gio-

co la farmacia. Un luogo riconosciuto come punto di riferimento dai cittadini per trovare risposte ai propri bisogni di salute. Non solo tramite trattamenti di sintesi ma anche con prodotti officinali, preparati erboristici e tisane miscelate estemporaneamente. Molte le testimonianze addotte sulla qualità degli effetti procurati. Ne sottolineiamo alcuni: rilassante, energizzante; coadiuvante del sonno o corroborante della attività lavorativa e intellettuale; antiossidante, digestiva, integrativa, ansietà, e molte altre.

Insomma creare un angolo in ogni farmacia dedicato alle tisane ed ai preparati officinali diventa un punto di forza per il farmacista sul territorio che può fidelizzare il cliente, consigliarlo e soddisfarlo con prodotti naturali che fanno bene. Infatti le controindicazioni sono pari a zero e anzi d'inverno, la tisana calda contribuisce anche psicologicamente a un momento caldo di affetto. Da trascorrere e gustare con chi vuoi.

la rivista della famiglia
senzaetà www.senzaeta.it info@senzaeta.it

SEGUICI SU  senzaeta  senzaetawebtv

EDITORE

PIXEL

REDAZIONI

ROMA - via dei Gracchi, 137

NAPOLI, corso Umberto I, 228

ANCONA - via 1° Maggio, 140

Direttore responsabile

Luca Guazzati - l.guazzati@senzaeta.it

Hanno collaborato

Giacomo Buoncompagni, Julian Burnett, Nico Coppari,

Cinzia D'Agostino, Nicoletta Di Benedetto, Francesca Indraccolo

Davide Pazzaglia, Piero Romano, Samuele Sequi, Rolando Zoppi

IN COPERTINA FOTO DI MASADAPAN SU FREEPIK

Grafica

PIXEL

Comitato scientifico

prof. Manuela Rodriguez, Dip. di Farmacia, Università di Salerno

avv. Giovanni Conti, legale,

prof.ssa Marieli Ruini, antropologa, Un. La Sapienza

Stampa

GRAFICHE RICCIARELLI

Sono state inserite immagini da Freepik.com

Ancona Reg.Trib.Ancona n. 12 del 27/06/2003

POSTE ITALIANE SPA Sped.in abb. postale D.L. 353/2003

Conv. in L. 27/02/2004 n. 46 Art. 1, Comma 1, DCB Ancona

La salute non ha tempo da perdere.

**ESAMI DIAGNOSTICI
SENZA ATTESA,
TUTTI IN UN UNICO OSPEDALE.**

Nuova Risonanza Magnetica Nucleare



**PRENOTA
ONLINE**

IL FATTORE TEMPO È FONDAMENTALE

A Villa dei Pini lo sappiamo bene. È per questo che **prevenzione e diagnosi precoce** sono al centro di tutte le nostre attività.

Da noi puoi effettuare tutte le visite e gli esami senza perdere tempo prezioso, con la **sicurezza** di avere intorno a te i migliori specialisti.



Villa dei Pini



CIVITANOVA MARCHE (MC) - Viale Dei Pini, 31 | tel. 0733.1930310 | www.casadicuravillapini.it



Un semplice gesto straordinario

Donare sangue e plasma
è un atto di solidarietà, sicuro
e indolore che può salvare vite.



DONA VITA
DONA SANGUE



Ministero della Salute