



Giovedì 12 Novembre 2020

Corriere della Sera Corriere Salute

10 L'evento

di Luigi Ripamonti

Non solo Covid in sé e per sé al Tempo della Salute di quest'anno, giunto alla sua seconda edizione.

Il 13-14-15 novembre, in streaming su Corriere.it, su www.tempodellasalute.it e sui canali social afferenti al Corriere della Sera chi vorrà potrà accedere a una ricca offerta di tematiche, trattate con alcuni fra i più autorevoli esperti, che non verteranno soltanto sulla pandemia, nella consapevolezza che quest'ultima non ha cancellato gli altri problemi di salute, casomai li ha esacerbati proprio perché in gran parte ha costretto malati e strutture sanitarie a porli in secondo piano davanti all'emergenza che da febbraio, con il parziale intervallo dell'estate, attanaglia il nostro Paese, come tutto il resto del mondo. Come vuole la parola chiave scelta quest'anno per la manifestazione, cioè «ricordare», non saranno dimenticati problemi che magari non riguardano un grande numero di persone ma comportano grandi problemi per chi ne è colpito: per esempio la Sma, o le mielodisplasie, per citarne solo due. Così come non saranno trascurati i diritti di chi soffre di malattie autoimmuni, come l'artrite reumatoide, oppure vivono gravati dalla minaccia della fragilità ossea. Oppure ancora sono colpite da forme gravi di infiammazione che possono riguardare l'apparato respiratorio e la pelle.

Comunicazione

Né saranno negletti argomenti trasversali, come quello della comunicazione, quella sì a volte negletta, fra medici e pazienti.

Ai pazienti sarà data poi voce direttamente attraverso le loro risposte a un sondaggio indetto da Corriere.it sulla gestione delle patologie croniche durante la pandemia. Le loro opinioni arrivate sul sito Internet del Corriere della Sera saranno analizzate in un incontro dedicato insieme a medici, amministratori e rappresentanti dei malati.

Cura e prevenzione

Ai tumori saranno dedicati diversi interventi, alcuni legati agli effetti della pandemia sugli screening, altri più segnatamente alle nuove prospettive, sia nel caso di tumori solidi, come per esempio quello del seno, sia ematologici, come nel caso della leucemia linfoblastica acuta.

Reni e pancreas

Un'attenzione speciale sarà dedicata ai reni, organi spesso dimen-



Sergio Abrignani Dario Argento Pupi Avati Gianfranco Beltrami Paolo Benanti Laura Biganzoli Claudio Borghi Emanuele Bosi
Stefano Erzegovesi Gabriella Fabbrocini Emanuela Fanelli Robin Foà Luca Foresti Massimo Galli Maria Chiara Garassino Antonio Gaudio
Giulia Milioi Rossella Nappi Anita Pallara Alan Pampallona Angelo Pan Patrizia Popoli David Quammen Gianni Rezza

Tempo della Salute I protagonisti

Moltissimi gli ospiti della seconda edizione organizzata da Corriere Salute. Clinici, ricercatori, ma anche scrittori, registi, attori, tutti impegnati per un'informazione di servizio

ticati perché «non si lamentano mai» e quando ci si accorge che soffrono spesso è troppo tardi. I reni, sono anche uno dei «bersagli» del diabete, a cui sarà dedicata una sessione con uno sguardo sulla possibilità di parlare davvero di pancreas artificiale.

Benessere

Dedicate al benessere in senso molto «serio» saranno sessioni in cui si parlerà di sonno, con particolare riferimento alle apnee notturne, e di esercizio fisico, con focus sulla corsa, che da normale jogging si trasforma talora, sotto le ali di un entusiasmo eccessivo, troppo rapidamente in maratona, con il rischio che lo sport invece di far bene faccia male, a cuore e articolazioni. Il benessere infine deve essere garantito alle donne anche con l'arrivo della menopausa.

Virus e batteri

A Covid in senso stretto sarà riservato l'incontro di chiusura della prima giornata, con alcuni dei maggiori esperti che in questi mesi abbiamo imparato a conoscere. Una riflessione verterà su come in questa emergenza sia stato possibile conciliare urgenza di trovare nuove cure e garantire allo stesso tempo la loro sicurezza. Ma in tema di infezioni ci sono altri due grandi capitoli che non vanno dimenticati: il problema sempre più importante della resistenza batterica e quello dell'Hiv.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Quando e dove

Il 13-14-15 novembre tutti gli eventi su Corriere.it

Quest'anno, nel rispetto dei criteri di sicurezza imposti dalla pandemia di Covid-19 il Tempo della Salute si svolgerà senza la presenza di pubblico in sala. Tutti gli incontri saranno però visibili in diretta streaming su Corriere.it e su www.tempodellasalute.it, nonché sui canali social afferenti al Corriere della Sera. Successivamente gli eventi rimarranno disponibili sulle medesime piattaforme

© RIPRODUZIONE RISERVATA

HYALO GYN®

Idratanti vaginali a base di HYDEAL-D® (acido ialuronico a rilascio prolungato) per il trattamento della secchezza vaginale



OVULI VAGINALI IDRATANTI

GEL VAGINALE IDRATANTE

Gli Idratanti vaginali non ormonali Hyalo Gyn sono indicati nel trattamento della secchezza vaginale di varia natura: in menopausa, in caso di stress e amenorrea, nel post-partum e durante l'allattamento, in concomitanza all'utilizzo di contraccettivi orali o altre terapie farmacologiche e/o fisiche (chemioterapia, radioterapia).

Pratici da usare, con una formulazione incolore e inodore che non macchia, sono adatti per reidratare il canale vaginale, contro i fastidiosi fenomeni di secchezza, prurito o bruciore; sono inoltre coadiuvanti nel processo di guarigione delle microlesioni da attrito della mucosa vaginale.

Hyalo Gyn gel, Hyalo Gyn ovuli sono dispositivi medici CE0123. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni d'uso. Aut. Pubb. 22/10/2020

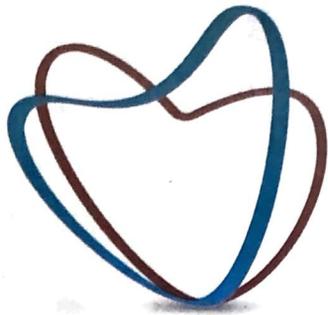




Prevenzione
Uno spettacolo teatrale sull'Hiv pensato per i giovani

Oggi, in chiusura della giornata a «Il Tempo della Salute», alle ore 18.30, andrà in scena uno spettacolo teatrale che racconta le storie di ragazzi che hanno deciso di narrare la loro esperienza di sieropositività all'Hiv. Un'associazione di volontariato di Torino, Arcobaleno Aids Odv, ha scelto di ascoltarle e raccoglierle in un libro con il commento di psicologi, antropologi, sessuologi, medici. La compagnia Teatro Sequenza ha trasformato le storie in una rappresentazione

scenica perché i loro stessi protagonisti potessero vederlo. L'emozione dello spettacolo ha colpito coloro che in Gilead si preoccupano di prevenzione. Coinvolgendo l'agenzia Bold, hanno voluto che la performance venisse vista da molti giovani delle scuole superiori, coetanei dei protagonisti. È così iniziata una sfida che dura ormai da 6 anni: parlare ai ragazzi di Hiv e di prevenzione attraverso la voce di chi ha l'Hiv.



Oggi a «Il Tempo della Salute» verranno presentati e discussi i risultati di un sondaggio a cui hanno risposto oltre 2.700 lettori su Corriere.it a proposito della gestione dei pazienti durante i difficili mesi della pandemia

IL 2020 VISSUTO DAI MALATI CRONICI

di Sara Bettoni

Le difficoltà vissute dai malati cronici in tempo di Covid, il ruolo dei medici, l'efficienza dei servizi. Sono alcuni dei temi su cui si sono espressi oltre 2.700 lettori attraverso il sondaggio proposto da Corriere.it in collaborazione con l'Associazione Peripato. Oggi alle 12.30 al Tempo della Salute ne verranno discussi i risultati con Luca Degani, presidente di Uneba Lombardia (Unione Nazionale Istituzione Assistenza Sociale e Socio-Sanitaria), Antonio Gaudioso, segretario generale di Cittadinanzattiva e Sergio Harari, presidente dell'associazione

ore 12.30



Peripato e docente di Medicina Interna all'Università degli Studi di Milano. Si tratta della seconda tappa di un percorso iniziato nel 2019 per capire il rapporto tra cittadini e istituzioni pubbliche e private che si occupano di prevenzione e cura. Inevitabile, quest'anno, il focus sull'impatto dell'epidemia sulle vite dei malati.

Di coronavirus si è parlato anche ieri, nel giorno di apertura dell'evento in diretta streaming (oggi gli appuntamenti continuano sempre su Corriere.it e itempodellasalute.it). «Gli ultimi dati mostrano un miglioramento — ha commentato il viceministro alla Salute Pierpaolo Sileri —. Se il trend verrà confermato, vorrà dire che le misure messe in atto funzionano». Non

Protagoniste e protagonisti



Pupi Avati
Regista e scrittore



Gianfranco Beltrami
Vicepresidente Fmsi



Emanuele Bossi
Diabetologo



Luca Degani
Presidente Uneba



Flavio Doni
Cardiologo



Robin Foà
Ematologo



Antonio Gaudioso
Segr. Cittadinanzattiva



Marco Guazzi
Cardiologo



Sergio Harari
Pneumologo



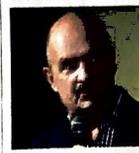
Nicola Magrini
Direttore generale Alfa



Giulio Maira
Neurochirurgo



Francesco Menichetti
Infettivologo



Eugenio Mercuri
Neuropediatra infantile



Rosaella Nappi
Ginecologa



Anita Pallara
Pres. Famiglie Sma



Angelo Pan
Infettivologo



Patrizia Popoli
Dir. centro farmaci Iss



Gianni Rizza
Epidemiologo

diminuisce, almeno per ora, la pressione sugli ospedali. «Non ci aspettiamo un calo dei ricoveri nel breve periodo — è la testimonianza di Sergio Harari, primario al San Giuseppe di Milano —. Le nostre corsie sono già piene, soprattutto i reparti di pneumologia, di malattie infettive e le terapie semi-intensive». Diversamente dai primi mesi dell'emergenza, è cambiato

l'atteggiamento della popolazione nei confronti del personale socio-sanitario. «Preoccupa il riscontro dei cittadini — ha detto Harari —, la rassegnazione, la mancanza di sostegno». Da qui il messaggio lanciato da Massimo Galli, primario di Malattie infettive al Sacco di Milano: «Il vero appello è quello di tornare alla solidarietà che c'era a marzo, perché le cose non sono di-

verse, avremo terribili settimane davanti a noi».

Una luce in fondo al tunnel si accende grazie ai rapidi progressi con i candidati vaccini. Per Sergio Abrignani, immunologo, è «quasi sicuro che all'inizio del prossimo anno ne avremo qualcuno». Si discute in queste settimane dei piani organizzativi per la loro distribuzione. Il successo e la possibilità di proteggere

Tutti gli incontri si possono seguire in diretta streaming su itempodellasalute.it e su Corriere.it

vaste fasce di popolazione saranno determinati non solo dall'efficacia dei nuovi preparati, ma anche dalle modalità di conservazione delle dosi.

Un'altra «arma» su cui si puntava molto per combattere il virus e che invece al momento non sta funzionando a dovere è l'app Immuni. A questo strumento e alle potenzialità della tecnologia in ambito sanitario è stato dedicato il quarto incontro di ieri. Cosa abbiamo imparato dai problemi emersi con Immuni? «Che nessun progetto tecnologico è avulso dall'organizzazione umana che le sta attorno — ha risposto Luca Foresti, ad del centro medico Santagostino che ha contribuito a sviluppare l'applicazione —. Oggi tocchiamo con mano il malfunzionamento di tale organizzazione». Non per questo il digitale va demonizzato, anzi. «Sta producendo un cambiamento epocale» ha affermato il teologo Paolo Benanti, sebbene in Italia manchi ancora una adeguata cultura di gestione delle banche dati per interessi generali, secondo gli esperti.

La tecnologia potrebbe aiutare a sciogliere un altro dei nodi del sistema sanitario di cui si è parlato ieri, quello della mancata aderenza dei malati alle terapie prescritte. Strumenti digitali possono tornare utili sia, come già avviene, per ricordare ai pazienti quando e come prendere i farmaci, sia per supportare i medici di famiglia nel monitoraggio delle medicine assunte. Ma restano fondamentali gli interventi di educazione terapeutica dei cittadini.

Dimenticare per poter ragionare

Quando la memoria prodigiosa è una condanna

ore 15.30



Oggi Il Tempo della Salute propone un appuntamento dal titolo paradossale: «Ricordarsi di dimenticare». Un ossimoro apparentemente privo di senso. In realtà è davvero fondamentale dimenticare per poter condurre una vita normale e avere una mente in grado di operare associazioni e sintesi, in altre parole di ragionare. La prova la forniscono diversi casi studiati in neurologia di pazienti affetti dalle cosiddette *sindromi ipermnestiche*, cioè condizioni per le quali si viene costretti a registrare tutte le informazioni e a non «scaricare» le informazioni e a non «scaricare» quelle inutili. Situazioni che hanno però travalicato l'ambito strettamente scientifico e che hanno interessato anche la letteratura e il cinema. Per esempio, il protagonista del racconto *Funes il memorioso*, di Jorge Lu-

is Borges è un contadino caduto da cavallo che dopo un trauma alla testa non riuscì più a dimenticare nulla. Al cinema uno degli esempi più noti di una condizione simile è descritto nel film *Rain Man*, interpretato da Dustin Hoffman e ispirato a una persona realmente esistita.

Dell'argomento parleranno oggi a partire dalle 15.30 il neurochirurgo Giulio Maira, che ha appena pubblicato il libro *Le età della mente* (Solferino) e il regista Pupi Avati, che sarà interpellato anche sul ruolo della dimenticanza e della memoria, soprattutto autobiografica, nella produzione cinematografica. A condurre l'incontro sarà Danilo Di Diodoro, a sua volta psichiatra oltre che collaboratore di *Corriere Salute*.

ore 16.30



L'accelerazione sui nuovi farmaci

La necessità di conciliare urgenza e sicurezza

Dall'inizio della pandemia si è invocato l'arrivo al più presto di terapie efficaci per contrastare gli effetti del coronavirus e, naturalmente, di un vaccino contro Sars-CoV-2. C'è stata, e c'è ancora, molta attesa e urgenza perché le soluzioni arrivino il prima possibile. E c'è stato anche un formidabile numero di proposte di cure di pretesa efficacia che hanno trovato spazio, talvolta molto ampio, sulle pagine della stampa «laica», nei programmi televisivi, sui social network prima ancora di essere vagliate secondo i criteri tradizionali e necessari da parte della comunità scientifica.

Fra molte cose in avanti senza controllo ci sono stati però anche esempi in cui la rapidità si è accompagnata al rispetto dei criteri dettati dal metodo

scientifico e dalle indispensabili verifiche di efficacia e sicurezza. La ricerca in campo farmacologico e vaccinale ha dato l'impressione di un cambio di passo inedito. Ma come è stato possibile quando si sa bene che un nuovo farmaco, o un nuovo vaccino, richiedono anni di sperimentazioni prima di essere immessi in commercio? Come è possibile far andare d'accordo urgenza e appropriatezza? È solo un problema di sburocrazizzazione? Di questo si parlerà oggi a Il Tempo della Salute, alle 16.30, insieme a Nicola Magrini, direttore generale dell'Agenzia italiana del Farmaco (Alfa) e a Patrizia Popoli, responsabile Centro Nazionale per la Ricerca e la valutazione preclinica e clinica dei farmaci all'Istituto Superiore di Sanità.

Ematologia

A caccia di cellule invisibili nella leucemia

ore 11.30



Uno dei tumori del sangue in cui si sono segnati i maggiori progressi, grazie anche e soprattutto a ricerche condotte nel nostro Paese, è la leucemia linfoblastica acuta. Dell'argomento si parlerà oggi a «Il Tempo della Salute» alle 11,30 assieme al professor Robin Foà, direttore del Centro di Ematologia del Policlinico Umberto I e docente di Ematologia all'Università La Sapienza di Roma che proprio di recente è stato uno degli autori di un importante studio pubblicato sul prestigioso

New England Journal of Medicine su questo argomento. Sarà l'occasione per inquadrare la malattia sia in campo pediatrico sia nell'adulto, per illustrare i trattamenti disponibili oggi e per spiegare qual è il percorso terapeutico che oggi può venire prospettato. Si spiegherà anche se e in quali casi è possibile ipotizzare di fare a meno della chemioterapia, toccando inoltre il tema del trapianto di midollo e delle cure disponibili prima e dopo.

Un'attenzione particolare sarà riservata alle possibilità presenti e future offerte dalle più moderne terapie immunologiche. Uno degli aspetti più interessanti riguarda anche la possibilità che le tecnologie più recenti offrono di sorvegliare l'andamento della patologia con marcatori sempre più precisi e sensibili nell'individuare anche le cellule «invisibili» al microscopio.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Malattie infettive

Resistenza agli antibiotici Possiamo lavarcene le mani?

ore 9.30



Alla parola «infezione» si associa subito «coronavirus», ma c'è un'altra minaccia nel campo delle malattie infettive che riguarda tutti noi e potrebbe mettere a rischio il nostro futuro, facendo tornare la storia indietro di circa un secolo, quando non esistevano gli antibiotici. È il fenomeno della resistenza batterica, cioè della capacità dei batteri di diventare «insensibili» all'azione di questi farmaci. È un processo in qualche misura inevitabile, ma che può e deve essere controllato in attesa che vengano messi a punto nuovi antibiotici. A questo scopo siamo chiamati a fare un utilizzo corretto di questi farmaci e anche a vaccinarci, gesto che contribuisce a ridurre la «pressione selettiva» a favore dei batteri resistenti. Del tema si parlerà oggi alle 9,30 con Francesco Menichetti, professore di Malattie infettive, Università di Pisa,



Angelo Pan, direttore Malattie infettive, Ospedale di Cremona, e Gianni Rezza, direttore Prevenzione del ministero della Salute. L'incontro sarà preceduto da un'intervista a David Quammen, giornalista e scrittore, autore del libro *Spillover* (Adelphi).

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Diabete

Quanto siamo vicini al pancreas artificiale?

ore 13.30



I diabetici di tipo 1 oggi è meno complicato da gestire grazie alle nuove insuline che consentono terapie sempre più personalizzate ed efficaci, ma in futuro sarà forse possibile perfino «dimenticarsi» di averlo: i nuovi sensori per il monitoraggio continuo del glucosio nel sangue e i micro-infusori per l'insulina sono sempre più precisi, al punto da far sperare che presto si possa parlare di pancreas artificiale per fare a meno di strisce per la glicemia e siringhe. Sarà una soluzione iper-tecnologica per cui individuare i candidati più adatti. Ma, in attesa che il pancreas artificiale diventi alla portata di tutti, dalla tecnologia studiata per metterlo a punto arrivano strumenti utili anche per chi ha il diabete di tipo 2, cioè il 90% di tutti i pazienti: pure in chi non ha bisogno di insulina è ormai chiaro quanto sia essenziale monitorare l'andamento



della glicemia e tenerla sotto controllo. Di questo e di altri aspetti che riguardano il diabete si parlerà oggi alle ore 13,30 con Emanuele Bosi, primario all'Ospedale San Raffaele e ordinario di Endocrinologia all'Università Vita-Salute di Milano.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

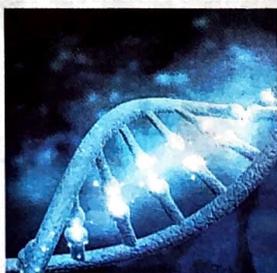
Sindromi rare

Il presente e le prospettive per chi soffre di Sma

ore 14.30



Oggi alle 14,30 al Tempo della Salute si parlerà di Sma, (atrofia muscolare spinale) con il professor Eugenio Mercuri, direttore dell'Unità operativa di Neuropsichiatria infantile del Policlinico Agostino Gemelli, Università Cattolica del Sacro Cuore e con Anita Pallara, presidente dell'associazione Famiglie Sma. L'atrofia muscolare spinale, prima causa di mortalità infantile genetica, è una malattia neuromuscolare rara caratterizzata dalla perdita dei motoneuroni, ovvero quei neuroni che trasportano i segnali dal sistema nervoso centrale ai muscoli, controllandone il movimento. Le conseguenze sono una debolezza e un'atrofia muscolare progressiva, che interessa in particolar modo gli arti inferiori e i muscoli respiratori. Oggi per questa patologia ci sono prospettive di cura concrete con



farmaci e anche la terapia genica., ma è fondamentale individuarla alla nascita attraverso un esame di screening economico e non invasivo, che i malati e le loro famiglie auspicano venga effettuato sistematicamente su ogni neonato in tutte le regioni italiane.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Benessere

È menopausa, non un male Ecco come la si può affrontare

ore 10.30



Non è una malattia, ma è uno dei passaggi della vita più temuti dalle donne. Di menopausa e di tutte le trasformazioni che comporta si parla oggi alle 10,30 con la professoressa Rossella Nappi, ginecologa e sessuologa dell'Irccs Policlinico San Matteo di Pavia e docente di ginecologia e ostetricia all'Università di Pavia, che aiuterà a capire come gestire la tempesta ormonale e non lasciarsi sopraffare dai disagi che incidono non poco sulla qualità della vita. Improvvise vampate di calore, aumento di peso, insonnia e irritabilità fanno parte del «pacchetto» che quasi tutte le donne si trovano a dover gestire più o meno intensamente intorno ai cinquant'anni. A questi si aggiungono anche altri aspetti spiacevoli, collegati al calo fisiologico di estrogeni, che rendono difficoltosa la vita intima



ma che possono essere affrontati parlando con il proprio ginecologo. Eppure molte donne, probabilmente per imbarazzo, ancora oggi esitano a confrontarsi con il medico. Nell'incontro con la specialista si affronterà anche questo aspetto.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Sport

Correre fa bene, ma la maratona non si improvvisa

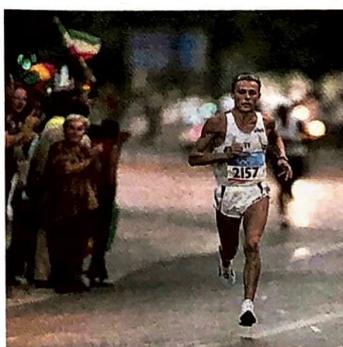
ore 17.30



Lo sport è una medicina. E la corsa, attività aerobica economica alla portata di tutti, è una delle discipline più praticate. Basta guardare l'ultimo rapporto Istat sullo sport in Italia: nel decennio 2006-2015 i runners sono aumentati di oltre il 50 per cento rispetto ai dieci anni precedenti. E in questi giorni in cui buona parte degli italiani è costretta al lockdown, con i circoli sportivi chiusi, in molti si sono riversati nei parchi cittadini per dedicarsi a una delle poche attività sportive permesse: la corsa in solitaria. Ma correre non è banale. Avventurarsi in sforzi prolungati senza un'adeguata prepara-

zione può fare più male che bene: al cuore e a tutto l'apparato muscolo-scheletrico.

«Tutti di corsa. La maratona è per tutti?» è il tema di cui si parlerà al Tempo della Salute oggi alle ore 17,30. Marco Guazzi, responsabile dell'Unità di Cardiologia Universitaria e docente di cardiologia all'Università di Milano insieme con Gianfranco Beltrami, vicepresidente della Federazione Italiana Medici Sportivi e Flavio Doni, cardiologo e maratona, spiegheranno come avvicinarsi a questa disciplina che nella sua semplicità nasconde innumerevoli benefici.



Campione Stefano Baldini, oro ad Atene nel 2004 (Epa)

La corsa, stimolando la produzione di serotonina, è un antidepressivo naturale (e di questi tempi ne abbiamo tutti bisogno), aiuta a bruciare calorie e mantiene sano l'apparato cardiocircolatorio, riducendo l'incidenza di malattie cardiache. A patto che non si voglia strafare cadendo nel tranello di volere tutto e subito.

La gradualità è la parola d'ordine: distanze e velocità vanno incrementate lentamente. All'inizio si può optare per una camminata veloce per allenare il fisico. «Uno screening medico-sportivo prima di dedicarsi a questa disciplina è molto importante per

non avere brutte sorprese» raccomanda Gianfranco Beltrami. «Se si è costanti e si seguono allenamenti mirati si può arrivare a correre una maratona nel giro di un anno partendo dalla sedentarietà di un divano» assicura Flavio Doni. «L'importante è allenare il nostro cuore senza strappi — senza dimenticarsi che il giorno più importante non è quello dell'allenamento, ma il successivo». Aver cura del recupero dando all'organismo il tempo di riacquistare energia migliorerà infatti le performance future.

Cristina Marrone
© RIPRODUZIONE RISERVATA