

Infine, la dr.ssa Colette Andrée (Zurigo) ha presentato il Progetto di Ricerca europeo (Eurolight) finalizzato a valutare la prevalenza dell'emicrania, il suo impatto fisico, psicologico, socio-economico e le aspettative dei pazienti nei confronti delle cure e dei servizi socio-sanitari.

Nel pomeriggio la sessione **"Cefalee in rete"** è stata coordinata dal dr. Adriano Gaspieri e dalla dr.ssa Cristina Tassorelli (Pavia).

La dr.ssa Giovanna Miranda (Milano), ha parlato delle molteplici fonti di informazioni disponibili, tra le quali internet, che però richiede molta precisione nell'impostare le richieste e verifica della qualità delle informazioni riscontrate.

La dr.ssa Silvia Molinari (Pavia) ha infine sottolineato come il sito italiano della cefalea, www.cefalea.it sia un esempio semplice ed efficace di servizio per l'utente, con una qualificata informazione sia sul piano pratico che quello culturale; il sito è in qualche modo di conforto per i pazienti attraverso servizi dedicati e forum di sostegno.

Anche il bollettino in rete **Cefalee Today** (<http://www.cefalea.it/cefalee.cfm>), inserito nel registro stampa e periodici del Tribunale di Pavia (n. 680 del 3/09/07), è un'esperienza e una risposta positiva in questo senso. La prof. Rigmor Jensen (Copenaghen) ha illustrato l'importanza dell'utilizzo del **diario basilico**, mezzo semplice per la valutazione ed il monitoraggio del paziente.

Lo stesso argomento è stato affrontato da Audrey Craven (Dublino), che ha parlato del punto di vista del paziente, essenziale per sviluppare strumenti condivisi che siano di uso facile e fruibile da parte degli utenti.

La dr.ssa Grazia Sances (Pavia) ha parlato dello sviluppo di un diario web, cioè della versione online del diario della cefalea, dotato anche di un metodo di codifica diagnostica degli attacchi.

A chiudere, la dr.ssa Maria de Lourdes Figueroa (Buenos Aires) ha parlato di epidemiologia delle cefalee in America Latina.

Il meeting è continuato in serata presso il Circolo Battellieri Colombo / Pavia Lirica di Pavia, dove Carmelo Buono (Al.Ce. Sicilia) ha presentato il volume "Cefalea in cerca d'Autore", raccolta di tutte le fotografie che hanno partecipato ai concorsi organizzati negli anni: '04 (Cervia), '05 e '06 (Castrocaro Terme).

La serata, allietata da un intrattenimento musicale (arie di opere, romanze, canzoni...) e da intermezzi culturali di Neuroestetica (Prof. Ubaldo Nicola), Musicoterapia (Prof. Roberto Aglieri), Neurofilosofia (Prof. Piero Milanese), è stata arricchita da uno splendido buffet ... prodotti dell'Oltrepò pavese, gelato, risottata di mezzanotte!

Al prossimo anno!

Elena Guaschino

Cefalee Today

Inserito nel registro stampa e periodici del Tribunale di Pavia al numero 680 in data 03/09/2007

- Bollettino di informazione bimestrale a cura della Fondazione CIRNA
- Organo ufficiale di Alleanza Cefalalgici (Al.Ce.)

Direttore Responsabile: Silvia Molinari
Caporedattore: Grazia Sances (Pavia)

Comitato Editoriale: Marta Allena (Pavia); Michelangelo Bartolo (Roma); M. Gabriella Buzzi (Roma); Teresa Catarci (Roma); Alfredo Costa (Pavia); Enrico Ferrante (Milano); Anna Ferrari (Modena); Natascia Ghiotto (Pavia); Pasquale Marchione (Roma); Enrico Marchioni (Pavia); Armando Perrotta (Roma); Ennio Pucci (Pavia); Paolo Rossi (Roma); Cristina Tassorelli (Pavia); Cristiano Termine (Varese) Paola Torelli (Parma)

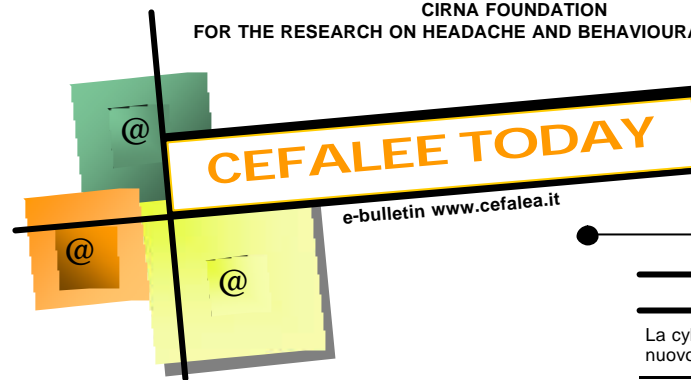
Segreteria: Silvana Bosoni (Pavia)

Marketing e Pubblicità: 'X Comunicare'
 Piazza S. Pietro in Ciel d'Oro 17 - 27100 Pavia
 Tel. 0382-309748
 fax 0382-306427
 E-mail: novella@xcomunicarepavia.it

Per informazioni: Alleanza Cefalalgici (Al.Ce.)
 Via Mondino, 2 - 27100 Pavia
 Fax. 0382-380448
 E-mail: alceagroup@tin.it

Partnering: Roberto Nappi (Pavia)





Anno 9, Numero 52
Ottobre 2007

Sommario

| | |
|--|-----|
| La cybercondria: l'ipocondria del nuovo millennio? | 1-3 |
| Avviso Importante Al.Ce. Group | 3 |
| Meeting annuale di Al.Ce. 2007 | 3-4 |

LA CYBERCONDRIA: L'IPOCONDRIA DEL NUOVO MILLENNIO?

Il **World Wide Web** (il **www** che precede gli indirizzi dei siti Internet), nato nel 1989, è risultato da un recente sondaggio il secondo avanzamento scientifico più importante degli ultimi 25 anni dopo la scoperta del genoma umano, avvenuta nel 1999. Il libero accesso alla moltitudine di informazioni presenti in **Rete** ha reso ognuno di noi più autonomo nella gestione delle proprie attività e in generale della propria vita, ma in particolare quando si parla di Salute *"non è tutto oro ciò che luccica"* nei vari siti che dispensano consigli su cause, sintomi, diagnosi e cure. Ecco che il web può trasformarsi in alimento pericoloso per gli **ipocondriaci**, persone che già soffrono di malattie che non hanno, che interpretano ogni piccolo disturbo come presagio di una grave patologia.



L'ipocondria è un male in crescita, che colpisce soprattutto persone tra i 40 e 50 anni, maschi e femmine indifferentemente, ma che risulta frequente anche nei giovani rispetto al passato; nella pratica medica è riconosciuta tra il 4 e il 9 per cento dei pazienti.

La classica enciclopedia di medicina per molti è andata in soffitta, soppiantata da una marea

di indicazioni sanitarie dalle origini più diverse e incontrollate, raggiungibili all'istante con pochi click. L'ipocondriaco del nuovo Millennio può diventare dunque un **cybercondriaco** (termine coniato dagli studiosi dell'università inglese di Derby), ancora più difficile da curare perché alla prima manifestazione sospetta non resiste alla tentazione di sapere subito di che

si tratta e si immerge in Internet alla ricerca delle possibili cause. Il rischio in questi soggetti è che si utilizzino le informazioni raccolte sul web per formulare auto-diagnosi, che in alcuni casi anche il medico curante fatica a smontare nella mente del paziente **cybercondriaco**.

L'ipocondria rientra tra i disturbi somatoformi, caratterizzati dalla presenza di una lamentela fisica o somatica, senza alcuna lesione organica dimostrabile che possa giustificarla o senza alcun meccanismo fisiopatologico noto che possa spiegarla. La definizione che la psichiatria clinica dà di ipocondria è quella di "paura patologica o convinzione di avere una grave

malattia, anche se ciò non è vero". Può essere colpito qualsiasi organo o apparato, più frequentemente quello gastrointestinale e quello cardiovascolare.

La negatività dell'esame fisico o dei test di laboratorio rassicurano il soggetto solo per breve tempo, ma poi i sintomi si manifestano nuovamente, senza però che la falsa convinzione dell'ipocondriaco raggiunga mai l'intensità di un delirio.

Anche il **mal di testa** rientra tra i sintomi dolorosi denunciati dall'ipocondriaco, al punto da essere stata classificata una forma di cefalea attribuita a disturbi somatoformi (12.1 ICHD-II), tra cui, come detto, rientra anche l'ipocondria.

Tornando alla *cybercondria*, gli esperti di *cybermedicina* – scienza che si dedica all'applicazione delle tecnologie correlate ad Internet in medicina e in ambito di salute pubblica – mettono in guardia i soggetti inclini all'ipocondria dall'interpretazione di qualunque notizia medica reperita in Rete senza le dovute conoscenze, per quanto appaia accurata e affidabile.

Allo stesso tempo, però, ricordano che non esiste, al momento, alcuna prova scientifica in base alla quale si possa affermare che Internet favorisca l'ipocondria.

A volte, infatti, si confonde il presunto *cybercondriaco* con il cosiddetto *frequent seeker*, cioè colui che è solito ricercare informazioni di qualsiasi tipo in Internet.

Insomma, la libera ricerca di informazioni sul Web può aggravare la condizione di un ipocondriaco, trasformandolo eventualmente in *cybercondriaco*, ma difficilmente potrà essere causa scatenante di ipocondria in chi non ne ha mai sofferto.

In ogni caso, sono da evitare, senza esitazioni, quei siti che uniscono ad articoli pseudo-scientifici la vendita on line di preparati e medicinali o che riportano informazioni non datate e non firmate o ancora che non permettono di risalire all'autore del sito.

Il consiglio del proprio medico resta un aiuto superiore a qualunque fonte telematica, che va sempre verificata con attenzione.

Commento

Ho effettuato una ricerca bibliografica ed ho scoperto che non esiste alcun dato pubblicato che dimostri che Internet favorisca gli ipocondriaci; in realtà il termine cybercondriaci identifica tutti quelli che cercano info sul web (e qui c'è un problema di definizione). Alcuni sono frequent seekers, probabilmente ipocondriaci, ma non c'è la prova! Quindi la segnalazione rientra nel più grande capitolo dei possibili effetti collaterali della rete (si parla di infodemiology), riguardo a cui bisogna però evitare ogni visione pregiudiziale (è possibile che accada, ma non è documentato!).

Tutti i dati disponibili dimostrano che la rete non crea problemi ma li accoglie in un media rapido, diffuso ed efficiente: non è l'offerta, perciò, che crea la domanda. Ad esempio, chi ha molti amici ed è molto espansivo userà la chat e contatterà i suoi amici quotidianamente. Chi è solitario resta tale (per riferimento The strenght of internet ties, Boase et al 2006, reperibile liberamente in rete).

Paolo Rossi /INI Grottaferrata

Glossario:

World Wide Web (www): letteralmente significa "ragnatela mondiale". Il World Wide Web (Web) è una rete di risorse di informazioni, basata sull'infrastruttura di Internet.

Genoma: Il genoma, o patrimonio genetico, è l'insieme dei geni di un organismo vivente. Il gene è l'unità ereditaria degli organismi viventi.

Cyber: sottocultura complessa e diffusa in molti Paesi (Regno Unito, Australia, Nuova Zelanda, Belgio, Olanda, Finlandia, Nord America e Sud Africa) con differenze locali accentuate. Si articola su più piani di analisi (musica, letteratura, vestiario...) e mantiene centrale la simbiosi fra umani e tecnologia. In sintesi, la sottocultura **Cyber** ritiene che il Futuro sia sempre e comunque preferibile al presente, ed ha una concezione liquida e instabile della società, vista come in costante evoluzione. Per essa, il ruolo della tecnologia nella nostra vita è destinato a crescere esponenzialmente, e ciò porterà più benefici che danni. Il termine "Cyber" indica anche il seguace di tale sottocultura.

Ipocondria dal greco *hypochondrios*, che si trova sotto lo sterno, è una distorsione delle normali sensazioni che provengono dall'interno del corpo, erroneamente interpretate come sintomi di malattia. Ogni persona in reale stato di malattia manifesta naturalmente un certo grado di ipocondria che non necessita di trattamento medico. È di competenza medica, invece, l'ipocondria che accompagna malattie quali depressione e attacchi di panico.

Somatoforme: deriva dal greco "soma" (corpo, fisico) e dal latino "forma" (aspetto, forma) e si riferisce a quei disturbi che presentano manifestazioni fisiche come i disturbi organici, pur derivando in realtà da cause psichiche. Questi disturbi possono essere riferiti a qualsiasi organo o apparato: a volte possono essere descritti in modo specifico (ad es. dolore acuto al cuore, bruciore durante la minzione, cefalea); altre volte possono essere vaghi (sensazione di nausea, pesantezza all'addome, dolori diffusi). Si tratta di disturbi dal difficile inquadramento diagnostico, in quanto compromettono il funzionamento di un organo senza che possa essere accertata alcuna patologia con le metodiche di indagine strumentale. Un'altra caratteristica dei disturbi somatoformi è che si modificano nel tempo o vengono descritti via via in modo diverso dal paziente (*shift-sindrome*).

Riferimenti bibliografici:

DSM-IV, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, ed 4. Copyright American Psychiatric Association, Washington 1994

Cephalalgia 2004, Vol. 24, Supplement 1

P. Rossi *La cyber-medicina può uccidervi (anzi no), ovvero sapere troppo è rischioso.*

www.cefalea.it/approfondimenti6.cfm

Roberto Nappi

AVVISO IMPORTANTE



Cari Amici,

analogamente ad altre Associazioni, dal 2008 l'iscrizione ad Al.Ce. Group sarà a pagamento.

Chi fosse interessato ad iscriversi o a rinnovare l'iscrizione dovrà procedere all'aggiornamento / conferma dei propri dati e versare la **quota annuale di € 10**, individualmente o tramite le sedi regionali / sportelli di riferimento (v. modalità sul sito www.cefalea.it)

MEETING ANNUALE DI Al.Ce. 2007

LA SETTIMANA
a headache break
DELLA CEFALEA

Nella giornata del 26 settembre si è aperta a Pavia, presso l'aula Berlucci dell'IRCCS Fondazione Istituto Neurologico C. Mondino, la **VI edizione della Settimana della Cefalea - Annual Convention Al.Ce. Group**.

Nel corso della sessione del mattino, **"Disabilità e cefalee"** (coordinamento della dr.ssa Grazia Sances), è stato letto un messaggio del Senatore Daniele Bosone, in cui veniva sottolineata l'importanza di una sensibilizzazione solidaristica da parte della Sanità pubblica sull'argomento cefalea.

Nel primo intervento, il Prof. Fabio Buzzi (Pavia), ha illustrato la "griglia" predisposta per la definizione di gravità in termini di percentuale di invalidità civile riconosciuta per le differenti forme di cefalea (alla base della recente delibera lombarda in merito).

Nel secondo intervento, il dr. Paolo Rossi (Roma) ha proseguito con il tema della "disabilità", nato in un nuovo contesto di medicina umanistica, che ricerca anche di individuare veri e propri strumenti costituiti da scale e questionari, in grado di obiettivamente un grado di impedimento / limitazione / restrizione in ruoli definiti (lavorativi, sociali, famigliari).

A seguire, il dr. Mario Dell'Oca (Pavia) ha sottolineato come la cefalea, in particolare l'emicrania, sia uno dei disturbi più comuni nella popolazione generale, riportando dati epidemiologici relativi alla provincia di Pavia.