

Nutrito successo degli studenti della nostra provincia al concorso nazionale «Smoke Free Class Competition»

## Una scuola senza sigarette: la Bergamasca la fa da padrona



La classe 3ª C della scuola secondaria di Mozzo

■ Una scuola senza sigarette. A vincere il premio regionale per l'anno scolastico 2009-2010 è stata la classe 3ª C della scuola secondaria di Mozzo-istituto comprensivo «Brolis» di Mozzo, insegnante Fiorenza Ghilardi, mentre la scuola secondaria di I grado di Zogno ha vinto il premio provinciale.

Così la Bergamasca ha fatto incetta di premi al concorso nazionale «Smoke Free Class Competition», un progetto di prevenzione del tabagismo coordinato a livello europeo dall'Istituto tedesco Ift-Nord.

Non contenti, la locandina con lo slogan che promuoveva il concorso di quest'anno è stata realizzata lo scorso anno dagli studenti della classe 3ª A della scuola secondaria di primo grado di Castione della Presolana che hanno vinto il premio per il miglior slogan.

Il progetto ha previsto la partecipazione di classi di alunni fra i 12 e i 15 anni. Si tratta di assumere un impegno continuo da parte delle classi e dei singoli studenti a rimanere non fumatori per un periodo di sei mesi. È prevista la sottoscrizione di un «contratto» firmato oltre che dagli stessi alunni, anche dai genitori e da un insegnante tutor.

Nel corso di quest'anno scolastico hanno partecipato al concorso 15 classi di scuola secondaria di 1° grado della provincia di Bergamo.

Per iscriversi, la classe deve sottoscrivere il «contratto di classe» dove ogni alunno si

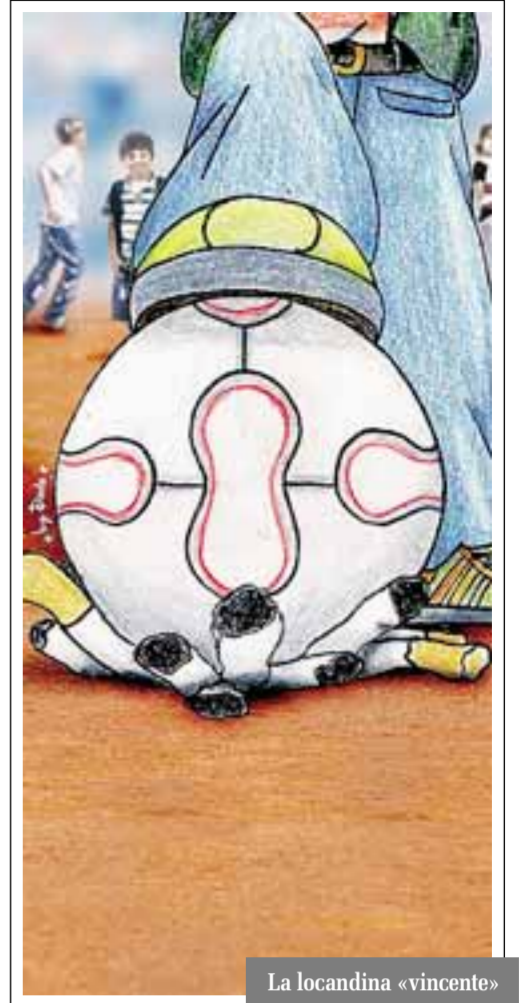
impegna a non fumare per il periodo del concorso che va dall'1 novembre 2009 fino al 30 aprile 2010. Durante questo periodo vengono discussi con gli insegnanti di riferimento argomenti relativi al fumo di tabacco e compilate mensilmente le schede di monitoraggio e il «Diario di classe». Il concorso aveva previsto anche la ricerca di uno slogan, la compilazione di due cartelloni dove indicare i motivi per essere smoke free e per smettere di fumare e la possibilità di coinvolgere dei «simpatizzanti».

Lo «Smoke Free Class Competition» è un concorso internazionale per la prevenzione del fumo di tabacco nelle scuole. Dai dati di letteratura è dimostrato essere uno degli interventi di maggiore efficacia per prevenire l'abitudine al fumo.

Gli obiettivi del concorso sono: 1) prevenire o ritardare l'inizio dell'abitudine al fumo tra i giovani; 2) eliminare o ridurre il consumo di sigaretta tra coloro che già fumano.

Questo progetto è nato in Finlandia nel 1989 e da allora viene proposto ogni anno in tutta Europa. I Paesi partecipanti a questa edizione di S.F.C. sono: Belgio, Estonia, Finlandia, Francia, Germania, Islanda, Italia, Lettonia, Lituania, Lussemburgo, Olanda, Polonia, Portogallo, Regno Unito, Repubblica Slovacca, Spagna, Romania e Svizzera.

L'Italia ha iniziato la sua partecipazione nell'edizione del 1997-98 con l'adesione di centinaia di classi.



La locandina «vincente»

# L'assalto ai tumori è sempre più mininvasivo

Enrico Croce: negli uomini il cancro più frequente come causa di morte resta quello che colpisce il polmone

Anche al policlinico «San Marco» di Zingonia è al lavoro un gruppo di esperti per la cura delle neoplasie solide

■ Diagnosticare e curare i tumori con tecniche mini-invasive e sinergia di interventi tra vari reparti, per ottenere i migliori risultati per il paziente. Dall'inizio dell'anno, al policlinico «San Marco» di Zingonia si è costituita per questo una nuova area chirurgica, diretta da Enrico Croce, primario di chirurgia generale e toracica dal 1983 e presidente emerito della Società italiana di chirurgia, oltre ad essere stato presidente della Società italiana di chirurgia endoscopica e mini-invasiva. In questo grande spazio di 36 letti si sono unificate, dal punto di vista funzionale, le precedenti chirurgie, e si è creata un'area omogenea nella quale trovano risposta le esigenze terapeutiche di tutte le patologie di interesse chirurgico: l'obiettivo è quello, lavorando in stretta sinergia, di dare sempre maggior spazio alle tecniche mini-invasive, laparoscopiche e toracoscopiche, efficaci e con garanzia di più rapida ripresa del paziente.

In particolare per la cura dei tumori solidi si è sviluppata un'intensa collaborazione interdisciplinare con le unità di Gastroenterologia, guidata da Francesco Negrini, e di Medicina Oncologico-ematologica, guidata da Andrea D'Alessio, e con il servizio di Radiologia, di cui è responsabile Mario De Simoni.

Al policlinico «San Marco» si è venuto così strutturando un dipartimento di chirurgia nel quale sono confluiti specialisti di settore che rendono possibile il trattamento all'interno di un'area omogenea pazienti a diversa tipologia di cura. In particolare è confluita funzionalmente nell'area chirurgica l'attività svolta da Fabio Cusumano, specialista chirurgo oncologo proveniente dall'Istituto nazionale dei Tumori di Milano, inerente principalmente al trattamento dei tumori della mammella, dei tumori delle parti molli e della patologia endocrina specialmente in relazione al trattamento delle malattie della tiroide e delle paratiroidi.

È funzionalmente aggregata all'area chirurgica anche l'unità operativa di Ginecologia, istituita quest'anno e diretta da Gustavo Mascotti (per diversi anni medico e poi ricercatore associato senior all'Istituto nazionale Tumori di Milano) rendendo così interattivo in modo reale il trattamento di tutti i tumori che hanno sede



Sono sempre più gli interventi mininvasivi per la cura dei tumori

nello scavo pelvico.

La patologia neoplastica maligna incide particolarmente, come causa di morte, anche nella provincia di Bergamo. Per gli uomini il tumore più frequente, come causa di morte, è quello del polmone, seguito dal tumore del fegato, dello stomaco e del colon-retto. Come frequenza di incidenza i tumori del colon-retto sono i più rappresentati. Nella popolazione femminile il tumore maggiormente incriminato per il suo esito letale è il tumore della mammella seguito anche nelle donne dai tumori del colon-retto (dati Asl di Bergamo, anni 1999-2003).

Scopo della nuova organizzazione è quello di integrare i processi già ben roditi nella dia-

gnosi endoscopica e radiologica dei tumori dell'apparato digerente e respiratorio e le pratiche terapeutiche con chemioterapici e radioterapie adiuvanti e neoadiuvanti, con una chirurgia sempre più adeguata alla cura dei tumori. Nell'ambito della terapia chirurgica trovano uno spazio sempre maggiore le tecniche mini-invasive, laparoscopiche e toracoscopiche, che riducendo significativamente il trauma chirurgico e preservando maggiormente le capacità immunitarie del paziente consentono ai malati una ripresa post-operatoria più rapida e meno dolorosa.

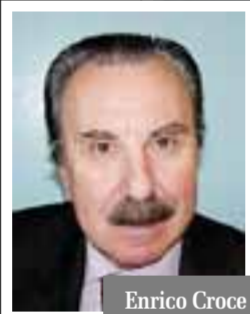
Esistono già studi iniziali che dimostrano come la preservazione di una corretta risposta im-

munitaria possa favorire una prognosi a distanza migliore.

Dagli inizi degli anni novanta il dottor Croce e i suoi allievi hanno sviluppato con particolare cura le tecniche laparoscopiche e toracoscopiche in tutti i campi della patologia chirurgica e segnatamente anche nella cura dei tumori.

Attualmente presso il policlinico «San Marco» vengono eseguiti di routine con tecnica mini-invasiva interventi di chirurgia dei tumori del polmone, dell'esofago, dello stomaco e del colon-retto.

Infine sempre per via mini-invasiva vengono trattate le metastasi epatiche principalmente secondarie a tumori colo-rettali.



Enrico Croce

### ALLERGIE & POLLINI

#### COMBATTERE L'AMBROSIA L'ASL: ECCO COME FARE

L'ambrosia è un'erba annuale, alta da 20 a 90 centimetri, con fusto eretto, disordinatamente peloso nella parte superiore. Le foglie sono divise, triangolari o ovate e hanno peli corti, verdi su entrambi i lati. I fiori sono poco appariscenti, giallastri o verdognoli. Non ha odore. La fioritura ha luogo da fine luglio a fine settembre.

Si pensa che ogni pianta appartenente al genere Ambrosia sia in grado di produrre fino ad un miliardo di grani di polline, che vengono trasportati dal vento in quanto l'impollinazione è anemogama; possiede il più allergenico di tutti i pollini, ed è la causa principale della rinite allergica.

La malattia allergica relativa all'Ambrosia è risultata in Lombardia negli ultimi 10 anni quella prevalente (nelle zone infestate la patologia interessa il 10% della popolazione generale) ed è responsabile di manifestazioni respiratorie importanti (fino all'asma conclamata).

Allo scopo di conoscere l'impatto sanitario della diffusione delle allergie da Ambrosia in Provincia di Bergamo, l'Asl ha realizzato uno studio preliminare sulla diffusione di patologie allergiche respiratorie in un gruppo di circa 1500 soggetti adulti.

Dei soggetti indagati il 17% presentava manifestazioni allergiche (262 soggetti), di queste la più frequente è risultata essere la rinite allergica (45%) seguita dalla congiuntivite allergica (22%) e dall'asma allergica (15%).

Il periodo dell'anno in cui si sono manifestati i disturbi è risultato essere quello della «bella stagione» (58%) ovvero primavera - estate; di notevole importanza il rilievo di soggetti che manifestano i disturbi in tutto il periodo dell'anno (13%). Nel 56% dei casi le allergie sono dovute all'esposizione agli allergeni di origine vegetale. I soggetti risultati allergici all'ambrosia sono stati il 2,6% del totale.

Per limitare la diffusione della pianta «ambrosia» al fine di prevenire la patologia allergica ad esso correlata si ricorda l'obbligo (ordinanza Regionale) per tutti i soggetti pubblici e privati di effettuare interventi di sfalcio nelle aree incolte di loro pertinenza, che rappresentano l'habitat ideale per la specie, con particolare riguardo a: aree agricole non coltivate; aree dimesse; cigli stradali e autostradali; massicciate ferroviarie; cantieri aperti da lungo tempo; In dettaglio si prevede l'esecuzione di almeno 3 sfalci: 3° decade di Giugno; 3° decade di Luglio; 3° decade di Agosto.

In Regione Lombardia l'ambrosia è considerata: 1) ampiamente diffusa nei territori di competenza delle ASL della provincia di Milano 1, Pavia ed a sud della provincia di Varese; 2) mediamente diffusa nei territori di competenza delle ASL delle province di Como, Lecco, Milano 2, Milano città; 3) scarsamente presente nelle restanti territori.

L'Asl di Bergamo è definita zona di controllo, perché la pianta non è ancora diffusa in quantità considerevole. Tuttavia il Dipartimento di Prevenzione medico ritiene comunque importante informare e sensibilizzare la popolazione al fine di individuare immediatamente la sua iniziale presenza affinché possa essere al più presto contrastata e sradicata, soprattutto per quelle piante in stato ancora giovanile che risultano essere più facilmente eradicabili.

### CONSIGLI UTILI

#### EMERGENZA CALDO: C'È UN NUMERO VERDE

Alte temperature, umidità elevata, locali poco o mal ventilati possono avere effetti dannosi sulla salute. Dal 1° giugno al 31 agosto prossimo si possono chiedere informazioni al numero verde attivato dall'Azienda Sanitaria Locale della provincia di Bergamo; 800.002.233. Il numero verde è disponibile da lunedì a venerdì, dalle 10 alle 12.30 e dalle 13.30 alle 16. Telefonando al numero verde risponderanno un medico ed un'infermiera professionale.

Nel frattempo, è bene non assumere integratori salini senza consultare il proprio medico di Medicina generale. Inoltre chi è affetto da pressione alta (ipertensione arteriosa) non deve interrompere o sostituire di propria iniziativa i far-

maci per regolarizzare la pressione: anche in questo caso è bene consultare il proprio medico di famiglia.

Ecco le 10 regole d'oro per contenere i danni alla salute provocati dal caldo:

- 1 - Preferire per le uscite le prime ore del mattino e/o dopo il tramonto;
- 2 - Aprire le finestre dei locali di abitazione al mattino e abbassare le tapparelle o socchiudere le imposte nelle ore calde;
- 3 - Soggiornare negli ambienti rinfrescati (utilizzando anche un semplice ventilatore);
- 4 - Fare un'accurata pulizia dell'impianto di condizionamento della propria abitazione prima di metterlo in funzione;
- 5 - In caso di uscita all'aperto coprirsi sempre il capo, e proteg-

gere gli occhi con appositi occhiali scuri;

- 6 - In caso di uscita in auto nelle ore centrali della giornata, attivare il condizionatore e, in mancanza dello stesso, usare le tendine parasole;
- 7 - In presenza di mal di testa, vertigini, innalzamento della temperatura rivolgersi al medico di assistenza primaria (già medico di famiglia);
- 8 - In attesa dell'intervento medico, è possibile applicare panni freschi;
- 9 - Indossare abiti leggeri, chiari, ampi e di fibre naturali quali ad esempio il cotone e il lino;
- 10 - In vacanza privilegiare le zone collinari o quelle termali, evitando comunque di sostare al sole soprattutto tra le ore 11 alle ore 18.



Emergenza caldo: l'acqua è fondamentale