

SALUTE / BENESSERE / SPORT / EDUCAZIONE / ECONOMIA / HI-TECH

# LA BUONA VITA

## Più forza al sistema immunitario per curare il cancro

Luce sulla parola "curabile". Ombra sulle due lettere "in" che la precedono: *tumore, male (in) "curabile"* è la sfida del secolo e lo slogan con cui si celebra, il 5 novembre, la giornata per la ricerca sul cancro voluta da Airc (Associazione italiana per la ricerca sul cancro). Al centro dell'attenzione, il punto sugli studi più significativi degli ultimi anni, come quelli che hanno dimostrato l'interazione fra la cellula tumorale e il suo micro-ambiente, e all'interno di questa il ruolo del sistema immunitario nello sviluppo della malattia. **Spiega Vincenzo Bronte, ricercatore dell'Istituto oncologico veneto di Padova:** «Le cellule tumorali sono in grado di trasformarsi continuamente e, grazie a questa capacità, possono sfuggire agli attacchi del sistema immunitario, così come alle terapie. **Da qui, lo sforzo di intercettare questi meccanismi di fuga potenziando le capacità di difesa dell'organismo.**»

Due i principali filoni di ricerca: quello sui vaccini terapeutici (cioè farmaci che contengono antigeni del tumore), per ora limitati al cancro della prostata in fase molto avanzata che, dopo l'approvazione da parte della Food

*segue*

La ricerca punta sulla modificazione dei geni che possono indurre il cancro.

Getty/Images

GIOIA 191

## LA BUONA VITA / SALUTE / BENESSERE

and drug administration statunitense, hanno consentito di prolungare i tempi di sopravvivenza. E quelli basati sull' "immunoterapia attiva", ovvero sulla possibilità di trasferire elementi attivi del sistema immunitario. **Si tratta di prelevare, per via ematica o dalla lesione neoplastica, i linfociti antitumorali, stimolarli, farli moltiplicare in laboratorio e poi reintrodurli nell'organismo ammalato**, dotandolo di maggiori difese. Dagli Stati Uniti arrivano notizie incoraggianti su questa nuova terapia, in fase sperimentale su pazienti affetti da melanoma: sembra, infatti, che, abbinata alla chemioterapia, sia in grado di bloccare la malattia nel 70 per cento dei casi. **Su questa linea si inserisce l'iniziativa italiana**. Spiega ancora Bronte, autore della ricerca: «Abbiamo scoperto che al tumore, per svilupparsi, occorre il supporto di altre cellule che gli facciano da scudo. E soprattutto abbiamo individuato i responsabili di questo particolare re-

## Un aiuto concreto

- FNO AL 18 NOVEMBRE: 2 euro con sms al numero 45508 (comune a Tim, Vodafone, Wind, 3 con Telecom Italia, Fastweb e Infostrada); 10 euro chiamando da numero fisso.
- FINO AL 7 DICEMBRE: c/c UniCredit IT12Z0322301600 000066000000, o con bancomat.
- ONLINE, digitando i siti ([www.superenalotto.it](http://www.superenalotto.it)) e ([www.matchpoint.it](http://www.matchpoint.it)) e procedendo alla donazione in rete.
- CON TUTTE LE CARTE DI CREDITO, chiamando il numero verde Airc 800/350350 o sul sito ([www.airc.it](http://www.airc.it)).
- CON IL C/C POSTALE n. 307272 intestato ad Airc.

clutamento: si tratta di geni che in presenza del tumore si modificano, trasformando le cellule non neoplastiche che li contengono in elementi in grado di contrastare la risposta immunitaria, e quindi di favorire la malattia. La sfida è quella di spegnere questi geni, restituendo spazio al sistema immunitario. In laboratorio è possibile. In pochi anni potrebbe esserlo anche sul piano clinico».

Marilisa Zito



## ITALIANI PIÙ CASALINGHI

*Negli ultimi due anni gli italiani hanno mangiato più spesso in casa. Lo rivela un'indagine di TomorrowSwg per Buitoni: un cambiamento di abitudini collegato sicuramente alla crisi economica, che però il 69 per cento della popolazione vive in modo positivo. Cucinare è un divertimento per il 61 per cento degli intervistati, ma anche un modo piacevole di stare insieme. Stare davanti ai fornelli domestici è considerato un momento di creatività che rilassa e gratifica. La ricerca mette in evidenza che quasi l'85 per cento delle persone intervistate ha l'esigenza di consumare cibi di qualità e sceglie metodi di cottura veloci ma sani. Come il forno, utilizzato dal 75 per cento degli italiani, perché consente di preparare piatti più gustosi e più sani rispetto ad altri metodi di cottura.* **Gianna Melis**



## LA PILLOLA del quinto giorno

**La pillola del giorno dopo diventa la pillola dei cinque giorni dopo. È un contraccettivo di emergenza di ultima generazione che può essere assunto entro 120 ore dal rapporto sessuale non protetto, rispetto alle 72 ore della classica pillola del giorno dopo. Si tratta di un farmaco a base di ulipristal acetato che agisce direttamente sui meccanismi dell'ovulazione, scongiurando gravidanze indesiderate per ben cinque giorni. La pillola del quinto giorno è in commercio in Gran Bretagna, Francia e Germania. Da qualche mese la richiesta di commercializzazione è all'esame dell'Agenzia italiana del farmaco, ma si attende anche il parere degli esperti circa la sua sicurezza e compatibilità con la legge sull'aborto e la contraccezione.**

Concetta Desando





## Sulla nostra pelle

di **Magda Belmontesi**

specialista in Dermatologia  
e docente del master di Medicina estetica  
all'università di Pavia

### LA PAROLA alle unghie

**"Vorrei sapere cosa c'è dietro eventuali anomalie delle unghie: ho sentito dire che possono essere la spia di alcune malattie". Grazia, Milano**

Le alterazioni delle unghie possono riguardare consistenza e forma o colore. Se spesse e opache possono rivelare una micosi. Comincia, in genere, dal bordo libero, dove la lamina si ispessisce e si fa opaca, friabile e biancastra. **Con il tempo le lesioni si estendono verso la base dell'unghia, il colore diventa giallastro o marroncino e l'unghia si solleva e separa dalla pelle sottostante.** Se l'inetetismo colpisce le dita dei piedi, prevalentemente l'alluce, si tratta di onicogrifosi, causata da una deviazione ossea, l'alluce valgo, o dall'utilizzo di scarpe con la punta stretta. Le unghie bombate sono colpite da "ippocratismo digitale": alterazione legata a malattie dell'apparato respiratorio, fegato e intestino. Se invece si presentano a forma di cucchiaino (coilonichia), può trattarsi di una carenza di ferro. Tuttavia anche problemi alla tiroide o semplici traumi possono indurre l'unghia a catino. Le piccole depressioni che costellano la superficie delle unghie sono dovute a microtraumi ripetuti. Quando, però, questi forellini fanno assomigliare l'unghia a un ditale, con piccole depressioni a cupola, si tratta di *pitting*: spia di psoriasi, alopecia areata, vitiligine, allergie da contatto. Se infine sono ondulate, generalmente la causa è esterna: trattamenti aggressivi, urti ripetuti alla matrice, rosicchiamento (onicofagia). Circa le alterazioni del colore, se sono bianche, ci si può trovare di fronte a tre casi. **Quando le macchioline bianche interessano soltanto**

un'unghia, si tratta di bolle d'aria per microtraumi sulla matrice o per carenze di minerali come ferro, zinco, rame (non calcio). Se, invece, interessano la maggioranza delle unghie, possono segnalare la presenza di malattie della pelle (psoriasi, dermatite o eczema). L'abitudine di tenere la sigaretta tra le dita o il continuo uso di smalti colorati può provocare l'ingiallimento delle unghie. In altri casi, però, possono diventare gialle anche a causa di una malattia dell'apparato respiratorio. La presenza di chiazze rosse, poi, può essere sintomo di un'affezione cardiaca, polmonare o renale. Il colore blu-violaceo rivela problemi cardiocircolatori. Le macchie scure sono di norma causate da emorragie sotto la lamina. Quando persistono, potrebbe trattarsi di un neo: meglio un controllo dal dermatologo.

**Inviare le vostre lettere per Magda Belmontesi all'indirizzo di posta elettronica gioiaposta@hachette.it**



## EXTRA in un click

**Nasce il primo negozio online dedicato alle persone sovrappeso (www.obelle.it). In Italia sono circa 4 milioni e per loro non è facile trovare abiti, biancheria, accessori se non confezionati su misura e a prezzi di solito superiori del 20/30 per cento rispetto alla media. Nel sito, giacche, gonne, pantaloni, abiti, completi, maglie, felpe, T-shirt e biancheria dalla taglia 46 alla 80, in più varianti di modello, tessuti e colori.**

Raimonda Boriani



## SCIVOLIA PROVA DI OBESITÀ

Dagli anni '70 a oggi i nostri figli si sono dilatati. Più alti, è vero, ma anche più grassi. E a confermarlo sono anche i produttori di giocattoli e vestiti. La TP Activity Toys britannica ha sottolineato che uno scivolo di oggi è del 50 per cento più largo di un prodotto di 25 anni fa: i bambini attuali (dai due agli otto anni) rischierebbero altrimenti di rimanervi incastrati. Logica conseguenza del fatto che il giro vita dei più giovani è aumentato di 12,5 centimetri in 40 anni. I dati sono confermati anche dai produttori di vestiti. «Continuiamo a rivedere all'insù le taglie», dice Marina Salamon, presidente di un'azienda che produce abbigliamento da zero a 14 anni. «E mentre inizialmente l'aumento di taglie riguardava i Paesi del nord-Europa e gli americani, oggi le differenze di corporatura tra i bambini italiani e gli altri sono sparite». **Pia Bonanni**



## LA BUONA VITA / SALUTE

## DEPRESSIONE puntare alla prevenzione

La depressione continua a colpire un quarto degli adulti almeno una volta nella vita e le cure risultano inefficaci nel 60 per cento dei casi. A farne le spese sono soprattutto le donne, che ne soffrono due volte di più degli uomini. I dati, raccolti su 160 ambulatori di medici di base e 1.600 pazienti italiani, sono stati resi noti dalla Società italiana di neuropsicofarmacologia. «Le terapie finora a disposizione non alleviano immediatamente i sintomi depressivi», dice Giovanni Biggio, presidente della Società. «E chi le usa spesso è portato a interrompere il trattamento a causa degli effetti collaterali». Un'indagine dell'Osservatorio nazionale sulla salute della donna (Onda) ha messo in evidenza che il 54 per cento delle donne ritiene che la depressione sia più difficilmente curabile del tumore al seno. La ricerca stu-



dia nuovi farmaci, ma una prospettiva più concreta, al momento, si basa sulla prevenzione, cioè la possibilità di scoprire per tempo i primi sintomi. Come spiega Eugenio Aguglia, presidente della Società italiana di psichiatria, «un ruolo decisivo è quello della famiglia e del medico di base, per individuare sintomi da non sottovalutare: irrequietezza, chiusura alle relazioni». Secondo Claudio Mencacci, direttore del dipartimento di Neuroscienze del Fatebenefratelli di Milano, oggi si effettua una diagnosi corretta su meno del 50 per cento dei casi e solo il 15 per cento riceve una cura. **Pia Bonanni**

## UNA MANO ai trapianti

**La metà dei pazienti trapiantati perde l'organo entro i 15 anni successivi al trapianto e, nonostante l'Italia rappresenti un'eccellenza nel settore, le liste d'attesa sono ancora lunghissime. Dal 7 al 21 novembre, si potrà aiutare la ricerca sui trapianti inviando un sms al numero 45505. L'iniziativa si accompagna alla campagna Dai tempo alla vita, organizzata dalla Fondazione italiana incremento trapianti d'organo e tessuti, ed è dedicata specificamente a tre progetti di ricerca per il prolungamento della durata degli organi trapiantati. M.Z.**

## IL FUMO INTERFERISCE CON LA PROCREAZIONE

*Le coppie che vogliono un figlio farebbero bene a liberarsi dal vizio della "bionda": è la conclusione a cui sono arrivati due differenti studi scientifici, uno del dottor Hammadeh, capo del Laboratorio di fecondazione assistita presso l'Università*



*del Saarland, in Germania, e l'altro del dottor Yding Andersen, professore di Fisiologia della riproduzione umana presso l'Ospedale dell'Università di Copenaghen. Ad allarmare i ricercatori è stato il riscontro, nei fumatori, di danni al Dna degli spermatozoi e la diminuzione della fertilità causata dalla caduta dei livelli di una proteina indispensabile per lo sviluppo dello sperma, sia negli aspiranti papà che nei figli nati da donne che hanno fumato in gravidanza. Caterina Costa*

## FARMACO intelligente

**Si chiama liraglutide, ed è simile per il 97 per cento all'ormone naturale che controlla la glicemia. «Il nuovo farmaco per il diabete di tipo 2 regola la secrezione di insulina in base alle concentrazioni di glucosio nel sangue», spiega Giorgio Sesti, professore di Medicina interna a Catanzaro. «E inibisce anche lo stimolo della fame», aggiunge Agostino Consoli, professore di Endocrinologia a Chieti.**

*Gianna Mellis*

**Info: (www.diabetesottocontrollo.it).**



## Occhio alla vista

Visite oculistiche presso studi medici privati a una tariffa più bassa del 20 per cento rispetto a quella abituale, tutto l'anno. È questa la proposta di Salmoiraghi & Viganò per tutti coloro che hanno la carta fedeltà gratuita. Si tratta di controlli oculistica completi e accurati (misurazione della pressione oculare, controllo della retina, eventuale prescrizione di occhiali). Per usufruire di tale agevolazione, è sufficiente recarsi in un punto vendita Salmoiraghi & Viganò e chiedere informazioni. Info: (www.salmoiraghieviganò.it).

*Corbis, Gettyimages*



LA BUONA VITA / **EDUCAZIONE****A OGNI PAESE  
la sua lingua.  
E il suo test**

di Loredana Oliva

Le lingue straniere sono ormai indispensabili, non solo per frequentare università internazionali, ma anche per studiare "global" in Italia, dove cominciano a farsi strada corsi universitari e master in lingua inglese. Secondo i dati dell'Unione Europea, però, solo il 36 per cento degli italiani sa parlare una lingua diversa da quella madre, un dato ben al di sotto della media europea: infatti, la percentuale di cittadini dell'Europa in grado di conversare in una lingua straniera si attesta al 50 per cento. Oggi, quindi, è richiesto uno sforzo in più, sia per chi vuol partire sia per chi resta a studiare in Italia. E se la riforma universitaria europea si è basata sul "3+2", l'armonizzazione linguistica si impone con l'"1+2". Ovvero, per tutti i cittadini europei l'obiettivo sarà parlare, oltre alla propria lingua, anche due lingue straniere. La lingua di studio più diffusa negli atenei europei e negli Stati Uniti è l'inglese, utilizzata per i settori scientifici, giuridici, delle politiche internazionali e sociali, mentre nelle facoltà umanistiche è spesso richiesta la conoscenza della lingua dell'ateneo ospitante almeno a un livello medio.

**FRANCESE**

Dal 1985 esistono due diplomi: il Diplôme d'études en langue française (Delf), e il Diplôme approfondi de la langue française (Dalf), che permettono l'accesso alle università francesi. Il Ministère de l'Education ha più di mille centri in 164 Paesi per il rilascio dei diplomi di lingua francese. I due certificati (Delf e Dalf) si possono ottenere superando i vari livelli di perfezionamento della lingua. Gli esami, infatti, hanno una difficoltà progressiva, sono composti di diverse unità che si ottengono separatamente e anche in varie sedi. Il superamento dei test è definitivo e senza limiti di validità. Il Dalf attesta un livello di conoscenza più avanzato ed esonera dai test linguistici in quasi tutte le università francesi.

Info: ([www.ciep.fr/delfdalf/](http://www.ciep.fr/delfdalf/)).

**INGLESE**

Tra le certificazioni linguistiche necessarie per l'iscrizione a un'università internazionale, la più richiesta è il **TOEFL, Test of English as a foreign language**, un esame che presuppone la conoscenza medio-alta della lingua inglese. Chi ha già una conoscenza avanzata dell'inglese impiegherà almeno un paio di mesi per preparare il TOEFL. Per tutte le informazioni sul test, la lista delle città dove è possibile sostenerlo e il modulo d'iscrizione: ([www.ets.org/toefl](http://www.ets.org/toefl)).

Per l'ammissione ai master e a quasi tutti i dottorati - esclusi però quelli in materie legali - è necessario il **Graduate record examinations**. Il test è composto da tre sezioni: verbale, quantitativa e analitica. Dura circa due ore e mezzo, durante le quali sono esaminati sia gli aspetti linguistici, sia quelli legati all'oggetto di studio. Tutti i certificati GRE durano cinque anni. Info: ([www.ets.org/gre](http://www.ets.org/gre)).

**Spagnolo** L'istituto di riferimento è il Cervantes, che ha diversi uffici nel mondo, dove è possibile sostenere l'esame del *Dele (Diplomas de Español como lengua extranjera)*, l'unico certificato di lingua spagnola per stranieri riconosciuto dal ministero dell'Educazione iberico. Sono previste due sessioni annuali, in primavera e in autunno.

L'esame è suddiviso in cinque parti: comprensione di lettura e comprensione di ascolto, scrittura, grammatica ed espressione orale.

Per la conoscenza di base della lingua è sufficiente il *Diploma básico de Español*, mentre il *Diploma superior de Español* attesta una competenza più avanzata. Info: (<http://diplomas.cervantes.es/index.jsp>).

Gettyimages