

AZIENDA OSPEDALIERO UNIVERSITARIA OSPEDALI RIUNITI DI TRIESTE / AZIENDA PER I SERVIZI SANITARI N.1 TRIESTINA / AIOP

L'INSERTO DEDICATO ALLA SANITÀ TRIESTINA È IN EDICOLA OGNI PRIMO GIOVEDÌ DEL MESE

POTETE SCRIVERE A: E mail: redazione@ass1.sanita.fvg.it - Redazione sanità Ufficio Programmazione Azienda per i Servizi Sanitari n.1 Triestina Via Guglielmo de Pastrovich 1 34100 Trieste

ASS/INIZIATIVE

Salute in primo piano alla Nuova Bavisela

Da oggi a domenica uno stand con la Lilt: test di prevenzione, laboratori per i piccoli e i cani di Dog life e Unità cinofile

I temi della salute e della prevenzione tornano in primo piano alla Nuova Bavisela. Anche quest'anno l'impegno a promuovere stili di vita sani troverà uno scenario d'eccezione nell'evento sportivo che ha ormai conquistato un ampissimo pubblico di appassionati.

Da oggi a domenica l'Azienda per i Servizi Sanitari n.1 Triestina con la Lilt-Lega italiana per la lotta contro i tumori presenteranno un ampio spettro di attività di promozione della salute dirette agli adulti, ai giovani e ai giovanissimi allo stand intitolato "Prevenire è vivere".

L'iniziativa, presentata dal direttore generale dell'ASS1 Fabio Samani e dalla presidente della Lilt Bruna Scaggiante, è realizzata in collaborazione con la Medicina del lavoro dell'Azienda Ospedaliero Universitaria, l'Area promozione e protezione sociale del Comune di Trieste, la cooperativa sociale Querciamonte, l'associazione sportiva dilettantistica Dog life, l'Inail e l'Ammi-Associazione medici italiani.

Si tratta di un'occasione preziosa - ha sottolineato Fabio Samani - per riproporre i temi del vivere sano e della prevenzione e dialogare con la cittadinanza su questi aspetti così importanti per la salute. "La nostra presenza alla Nuova Bavisela - ha detto Bruna Scaggiante - è la dimostrazione di come, lavorando insieme, sia possibile diffondere un messaggio sociale di grande impatto ricordando a tutti come la salute sia frutto anche di un atteggiamento consapevole".

Accanto alla distribuzione di materiale illustrativo sui servizi offerti e sulla salute, non mancheranno gli appuntamenti per effettuare test e analisi di prevenzione. Vi saranno la dietista dei Centri diabetologici distrettuali con i consigli per perdere peso e rimanere in forma e gli esperti della Lilt per una scelta alimentare sana. Saranno inoltre presenti infermieri e medici del Centro cardiologico e della Diabeto-



logia dell'ASS1 per test e analisi. Gli esperti del Dipartimento delle dipendenze e i medici della Medicina del Lavoro saranno infine a disposizione per consigli e test su alcool e fumo. L'appuntamento coinvolgerà anche gli studenti del Deledda e del Max Fabiani che illustreranno ai coetanei due importanti progetti, "Paesaggi di prevenzione" e "Afrodite", volti a promuovere uno stile di vita sano e una sessualità consapevole anche in tema di prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse. I più piccoli potranno invece partecipare, giovedì dalle 15 alle 18 e venerdì dalle 10 alle 15, a laboratori creativi in cui s'impareranno a realizzare oggetti nel rispetto dell'ambiente utilizzando materiali riciclati. Per grandi e piccoli, infine, l'appuntamento con i cani di Dog life che sabato, dalle 15 alle 17 sarà presente allo stand insieme alle Unità cinofile per dialogare con il pubblico e proporre alcune dimostrazioni sulle capacità d'in-

terazione tra uomo e cane. Sempre in tema di prevenzione, si segnala che venerdì 4/5 Francesco Schittulli, chirurgo e oncologo, presidente nazionale della Lilt, terrà una lectio magistralis dal titolo "La prevenzione vince il cancro" alla sala Tergeste dell'hotel Savoia Excelsior. L'evento è promosso dalla Lilt e dalla Direzione centrale salute della Regione Friuli Venezia Giulia. La partecipazione di ASS1 alla Nuova Bavisela rientra nelle attività per lo sviluppo della salute delle persone e della comunità dell'area triestina. In questo senso l'ASS, che nel 2009 ha aderito alla rete HPH&HS-Health Promotion Hospital and Health Services attivata dall'Organizzazione mondiale della sanità, L'Azienda per i Servizi Sanitari n.1 Triestina, lavora a consolidare un modello di forte integrazione tra i diversi processi e le attività coinvolgendo una pluralità di gruppi di lavoro e rivolgendolo particolare attenzione a processi efficaci e innovativi.

ASS/INIZIATIVE

Camminare a passo spedito almeno mezz'ora al giorno fa bene al cuore (e non solo)

Dopo la vittoria come gruppo partecipante più numeroso conseguita nel 2010, per il terzo anno consecutivo, l'Azienda per i Servizi Sanitari n°1 triestina promuove la partecipazione dei cittadini, degli utenti ed anche dei pazienti alla marcia non competitiva della Nuova Bavisela, correndo o camminando tutti assieme domenica. Quest'anno la presenza sanitaria è più articolata per la partecipazione attiva oltre che del Centro cardiologico e della Diabetologia, anche del gruppo HPH della Programmazione strategica (l'associazione delle aziende sanitarie per la promozione della salute), del Laboratorio ambiente e della cooperativa La Quercia, del Dipartimento delle dipendenze e del Dipartimento di prevenzione, del Centro per le malattie sessualmente trasmesse con la collaborazione della Medicina del lavoro dell'Azienda Ospedaliero Universitaria e il fondamentale supporto della Lilt e dell'Inail. Il personale delle strutture partecipanti si alterneranno, da oggi a sabato, al gazebo numero 6 della Lilt nel villaggio Bavisela, di fronte alla Stazione marittima, sia per consegnare il coupon pacco-gara agli iscritti dell'Azienda sanitaria alla marcia non competitiva, sia per dare informazioni utili ai cittadini sulle attività in corso sia per rispondere alle domande e dare consigli utili in tema di promozione della salute. L'Azienda sanitaria promuove la partecipazione di tutti i cittadini alla manifestazione di domenica perché camminare a passo svelto, attività fisica semplice e alla por-



tata di tutti, per trenta minuti al giorno oltre a prevenire il diabete e favorire il benessere psicofisico, riduce del 20 per cento circa l'incidenza di malattie cardiache e del 10 per cento circa l'incidenza di ictus. "I risultati degli studi clinici ed epidemiologici degli ultimi decenni - spiega Andrea Di Lenarda, direttore del Centro cardiologico - hanno dimostrato in modo inequivocabile che la correzione dei fattori di rischio, siano essi stili di vita o condizioni patologiche, è in grado di contenere l'insorgenza di nuovi casi di malattia nei soggetti sani (prevenzione primaria) e di prevenire l'evoluzione nei soggetti già malati (prevenzione secondaria).

La prevenzione resta la chiave di volta per il benessere del nostro cuore e della nostra mente". "La frequenza di fattori di rischio nella popolazione italiana è ancora significativamente elevata - continua. L'ipertensione arteriosa, il colesterolo elevato, l'obesità, il fumo e la sedentarietà sono responsabili di oltre il 90 per cento dei casi di infarto miocardico. Gli studi epidemiologici hanno inoltre dimostrato che la coesistenza di più fattori di rischio nello stesso individuo aumenta notevolmente la probabilità di ammalarsi per un effetto che si potrebbe definire di potenziamento reciproco. E allora... tutti a camminare con noi!".

SALUS/SCREENING

Tumore al colon, così la diagnosi e la cura

Dopo decenni di screening cui le donne si sono sottoposte per la prevenzione delle patologie mammarie e ginecologiche che hanno portato agli ottimi risultati odierni, da qualche anno è partito a livello nazionale, e ovviamente anche nella nostra regione, lo screening per la prevenzione del tumore del colon. Un'importante iniziativa di salute che coinvolge sia le donne sia gli uomini. Ma come funziona quest'accertamento che consente di individuare una patologia che, se presa in tempo, può essere curata con successo? "A tutta la popolazione che ha

superato i 50 anni - spiega Fabrizio Briganti Piccoli, responsabile dell'Unità operativa di Chirurgia generale e di endoscopia digestiva della Casa di Cura Salus - viene inviato dalla Regione l'invito a sottoporsi alla ricerca del sangue occulto nelle feci, primo gradino diagnostico per la scoperta di eventuali neoplasie". "Nel caso in cui questa prova risulti positiva - continua - viene consigliata l'esecuzione di una colonscopia che rappresenta l'indagine per la scoperta di eventuali patologie tumorali benigne e maligne del colon". "Questo approccio - conclude il

dottor Briganti Piccoli - sta portando a un precoce riconoscimento delle eventuali patologie e a una loro pronta risoluzione terapeutica: nel caso di patologie benigne, tipo poliposi colica, si utilizza infatti la polipectomia endoscopica, grazie a cui si asporta l'eventuale polipo durante l'esecuzione dell'esame stesso". Qualora siano invece in atto patologie tumorali maligne, scoperte sempre più precocemente, viene attuata la terapia chirurgica mediante tradizionale tecnica aperta laparotomica o con tecnica chiusa laparoscopica. "Quest'ultima - spiega Luca Calligaris, aiuto dell'Unità operativa

di Chirurgia - presenta indubbi vantaggi per il paziente in termini di precoce ripresa clinico obiettiva grazie alla sua mini invasività che consente sia una degenza più breve, sia una ripresa delle funzioni fisiche più rapida. Alla Casa di cura Salus queste tecniche chirurgiche tradizionali e mini invasive vengono effettuate con le più moderne apparecchiature che permettono agli operatori di eseguire tali metodiche in totale sicurezza. Al di là dello screening, suggeriscono gli specialisti, è comunque sempre opportuno che qualora si presenti una sintomatologia ca-



ratterizzata da perdite di sangue durante l'evacuazione, si consulti il proprio medico famiglia che lo potrà visitare e opportunamente indirizzare a ulteriori visite o accertamenti.

L'iter diagnostico illustrato può essere totalmente eseguito dal paziente anche alla Salus in regime di convenzione dopo aver prenotato l'appuntamento agli sportelli del Cup.