

Molti di più i malati di morbo d'Alzheimer

Allarme dagli Stati Uniti. Il numero delle persone anziane colpite dal terribile, debilitante morbo di Alzheimer che porta alla demenza e alla morte, è di gran lunga superiore rispetto a quanto si potesse pensare sino ad ora. È il risultato di una ricerca peculiare condotta in longitudine da scienziati della scuola medica di Harvard. La conclusione scaturita da questa indagine, che ha preso in esame 3.626 soggetti anziani con età superiore ai 65 anni, è di più di uno ogni dieci e ciò porta a dedurre che il numero ipotizzato di individui affetti dal morbo nei soli Stati Uniti sia di un milione e mezzo superiore alle stime compilate sino ad oggi. Lo studio, i cui risultati sono stati pubblicati nella edizione odierna del *Journal of the American Medical Association*, è stato condotto con il finanziamento dell'Istituto nazionale americano per gli anziani, il quale ha immediatamente corretto la propria stima relativa all'Alzheimer facendo salire da 2,5 a 4 milioni le persone colpite dal morbo, studio estensibile alla popolazione di tutti i paesi industrializzati.

Trovati gli alberi più vecchi del mondo

da 4700 anni sulle montagne bianche della California e naturalmente si chiama Matusalemme. E quando è nato Gesù Cristo, «Ma» era un ragazzo: aveva appena tremila anni. Grazie a questa nuova scienza gli studiosi contano di costituire finalmente un'anagrafe «verde» per tutelare gli esemplari più pregiati. Secondo quanto riportato dalla rivista «Ecologia», la dendrocronologia è sbarcata anche in Italia, importata dal dottor Franco Biondi del Centro studi ecologici appenninici del parco nazionale d'Abruzzo. La determinazione dell'età degli alberi è consentita dal cosiddetto «metodo della carota» che consente di accertare, mediante opportune incisioni, il numero e la qualità degli «anelli» dei tronchi, senza che sia necessario tagliarli.

Contro i virus usate speciali fazzoletti

condotta in Inghilterra su 296 famiglie, viene raccomandato l'uso di fazzoletti da naso trattati con una sostanza «vinceda», in grado cioè di uccidere gli agenti virali, per contrastare la trasmissione delle infezioni respiratorie soprattutto durante la stagione invernale. Fazzoletti da naso «vinceda» e fazzoletti trattati invece con una sostanza placebo sono stati distribuiti a famiglie composte da meno di sei persone, per indagare appunto l'efficacia sulla diffusione delle infezioni respiratorie virali. Una raccomandazione: usare i fazzoletti per soffiarsi il naso o in caso di accessi di tosse o starnuti, con le modalità di un «usa e getta».

Il Creazionismo rientra nelle scuole della California

La evoluzione per le scuole della California, non sarà più solo un fatto scientifico. Cedendo alle pressioni di alcuni gruppi religiosi le autorità scolastiche della California hanno deciso di riaprire la porta, nei libri di testo, alla teoria biblica della creazione. Il «California board of education» che ha il compito di indicare le linee di orientamento dei testi scolastici usati nelle scuole elementari e medie, aveva deciso quattro anni fa di bandire tutti i libri che non spiegassero la nascita della vita sul nostro pianeta con la teoria evolutiva. Adesso l'Ente è tornato sulla sua decisione, per le forti pressioni della chiesa evangelista, abolendo dai nuovi testi scolastici la frase «non esiste disputa scientifica sul fatto che l'evoluzione è avvenuta e continua ad avvenire: per questo motivo l'evoluzione è considerata un fatto scientifico». La frase sarà sostituita con un'altra che accenna al fatto che «alcune persone respingono la teoria della evoluzione e causa della loro fede religiosa».

In Valnerina monitoraggio sismico degli edifici

L'Enea, in collaborazione con la Regione Umbria, ha preparato un piano per il monitoraggio di edifici ubicati in aree ad alto rischio sismico. Obiettivi del programma sono la valutazione degli «effetti locali», dovuti ad irregolarità topografiche e/o geologiche e al modo con cui queste incidono sul movimento del terreno, e la valutazione del comportamento dinamico di costruzioni in muratura rappresentative sia del patrimonio abitato che di quello storico-culturale. Per l'attuazione del programma l'Enea ha realizzato una rete di rilevamento sismico, costituita da 12 accelerometri, dislocati in aree ed edifici indicati dalla Regione e ubicati nei comuni di Cerreto di Spoleto e Norcia. La Regione ha provveduto anche alla realizzazione delle opere civili con l'assistenza dei comuni interessati.

GABRIELLA MECUCCI

Nei paesi ricchi affligge metà della popolazione
Dipende quasi sempre da cattiva e eccessiva alimentazione
Causa malattie: dall'ipertensione ai disturbi del cuore

Il boom dell'obesità

Sempre più golosi, sempre più sedentari e sempre più grassi. Nei paesi industrializzati l'obesità affligge ormai quasi metà della popolazione, con un poco invidiabile record degli Usa. Nel novanta per cento dei casi dipende da cattiva alimentazione e la cura passa attraverso una dieta adeguata. Attenzione ad intervenire in tempo perché l'eccesso di peso causa molte e gravi malattie.

GIULIANO BRESSA

Vi sono centinaia di spiegazioni sul perché un individuo è più grasso di un altro e sul perché alcune persone sono veramente obese. Considerata da un certo punto di vista, l'obesità è un semplice disturbo. Si ingrassa perché si assimila più calorie di quante se ne bruciano. Ciò non spiega tuttavia perché alcuni ingrassino consumando la stessa quantità di cibo che su altri non ha un minimo effetto o per quale motivo certe persone sentono il bisogno di mangiare più del necessario. Soltanto di recente gli studiosi hanno iniziato a mettere a fuoco i complessi rapporti che intercorrono tra il cervello, lo stomaco e le cellule adipose del nostro organismo.

Secondo alcuni ricercatori, l'obesità riflette semplicemente uno squilibrio tra il sistema neuroendocrino e quello metabolico. Infatti, il corpo umano possiede un meccanismo regolatore in grado di stabilizzare il peso per lunghi periodi con variazioni molto contenute. Al di sopra di certi quantitativi di grassi nel sangue si ha una modificazione ormonale che impedisce un'ulteriore assunzione di alimenti, mentre al di sotto si ha invece lo stimolo della fame. Se ne deduce che il comportamento alimentare è influenzato dalle riserve di grasso presenti nell'organismo, e ciò costituisce un passo avanti nella comprensione dell'obesità. In particolare, secondo il prof. John Brunzel, specialista di metabolismo presso l'University of Washington di Seattle, ha constatato che la lipoproteina lipasi, un enzima che stimola l'immagazzinamento di grasso da parte delle cellule adipose «adipociti» si concentra in concentrazioni molto elevate in quelle persone che si sono sottoposte a diete dimagranti. Per dirla in breve, sembra che la perdita di grasso faccia scattare un meccanismo di cui la funzione è quella di reintegrarlo. Altri studiosi sono dell'avisso che gli stessi adipociti siano alla base del fenomeno «obesità». Infatti, normalmente un individuo ne possiede intorno ai 25 miliardi, distribuiti in modo disomogeneo per tutto il corpo. Quando ci si sovralimenta gli adipociti si gonfiano fino

dal punto di vista qualitativo. In particolare modo, il consumo proteico risultava essere del 15% invece del 12% consigliato, mentre l'apporto di grassi raggiungeva il 35% invece del 25%, con netta prevalenza del burro sugli oli. Per ciò che concerne i carboidrati la quota in eccesso si rifletteva principalmente agli zuccheri semplici.

ci. Un dato allarmante è che il 25% dei bambini esaminati presentava un tasso di colesterolo ematico superiore a quello ritenuto nella norma.

L'eccesso di peso sembra quindi essere divenuta attualmente un problema di primo piano da intendersi come una malattia sociale, sostanzialmente grave, poiché crea delle patologie spesso invalidanti. Si sono infatti individuate correlazioni positive tra obesità e ipertensione, ischemia miocardica, diabete e gotta, alterazioni ghiandolari a carico del fegato e del pancreas ed

insufficienza cardiocircolatoria e respiratoria. È importante quindi tenere sotto controllo il proprio peso ed apportarvi, quando è necessario, le opportune correzioni con l'aiuto di diete personalizzate.

Dando per scontato che chi aumenta di peso ha un introito calorico superiore al suo fabbisogno, il primo intervento sarebbe quello di ridurre più o meno drasticamente le calorie in eccesso, facilitando il consumo di esse mediante un'adeguata attività fisica.

Questi interventi sono tan-

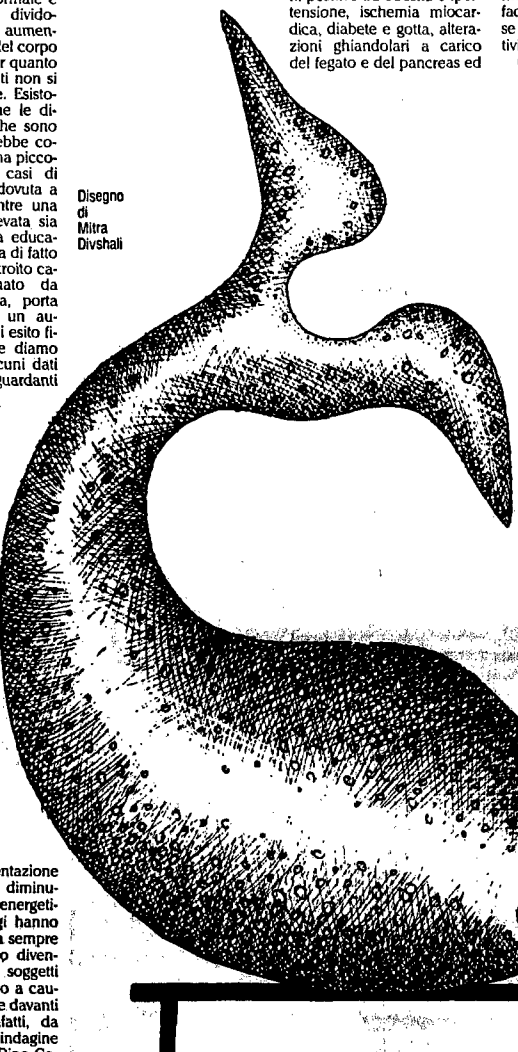
to più necessari quanto maggiore è l'eccesso di peso e quanto inferiore è l'età. Infatti, da una ricerca condotta dall'équipe del prof. Frankle, direttore del Nutrition Weight Watchers International di New York, emerge che se esiste uno stato di obesità nell'età scolare, questa può mantenersi sia nell'adolescenza che nell'età adulta.

Davanti a questa realtà non vi sono dubbi che una dieta corretta è necessaria per mantenersi in buona salute. Occorre perciò limitare il consumo di alimenti ricchi di calorie, aumentando

quello di verdure e frutta. Bisogna consumare meno grassi, limitando il consumo di prodotti animali come salumi, carne e formaggi grassi. È consigliabile invece utilizzare come prodotti base della propria alimentazione pasta, pane integrale, riso, patate, legumi e verdure.

Controllare e contenere l'accumularsi dei chili in più, oltre a migliorare il nostro aspetto fisico, costituisce una vera e propria prevenzione nei confronti di patologie ad alto rischio che non annoverabili fra le principali cause di morte dell'attuale società moderna.

Disegno di Mitra Divshali



Contenuto grasso dei formaggi

15-20%	21-35%	26-30%	oltre il 30%
Ricotta	Caciotta fresca	Caciotta di pecora	Mascarpone
Fior di latte	Parmigiano-Reggiano	Fontina	Gorgonzola
Mozzarella	Certosino	Groviera	Montasio
Provola fresca	Taleggio magro	Pecorino	Caciocavallo
	Stracchino	Provolone	Pecorino stagionato
		Asiago	Taleggio grasso
		Emmenthal	
		Robiola	
		Bel Paese	

Il valore nutritivo dei farinacci

	Proteine	Grassi	Carboidrati	Calorie
Pasta di semola	10,8	0,3	82,8	356
Pasta all'uovo	13	2,4	78,6	368
Riso raffinato	7,3	0,7	91	376
Riso integrale	8	2,8	85,5	377
Pane comune	8,7	0,2	64,7	279
Pane condito	10,2	3,4	57	284
Pane all'olio	8,9	8,3	68	361
Pane integrale	9	1,6	47,5	229
Crackers	8,7	13,2	76	438
Grisini	10,9	5,2	77	480
Fette biscottate	10,9	5,2	83	409

Il valore nutritivo delle carni

	Proteine	Grassi	Calorie
Vitello	19,73	8,74	171
Manzo	18,87	15,29	218
Agnello	17,93	24,17	290
Montone	15,80	30,50	322
Malale	14,33	36,36	369
Prosciutto crudo	15,30	28,90	321
Coniglio	21,47	9,76	195
Pollo	21,50	6,28	170
Piccione	22,39	2,45	134
Anitra	22,95	2,15	158
Tacchino	22,85	15,70	262
Oca	15,79	39,52	435

Aspirina superstar È vero: dimezza il numero degli infarti

MADRID. L'acido acetilsalicilico, principio attivo dell'aspirina e di altri farmaci analoghi, è in grado di esercitare un ruolo positivo nella prevenzione primaria dell'infarto cardiaco. L'acquisizione non è nuova, ma è stata ora confermata da ulteriori dati emersi da un meeting svoltosi a Madrid, presenti scienziati di diversi paesi (Parigi, Oxford, Canada, Roma, Massachusetts, Hanov e Hannover). I dati resi noti sono sostanzialmente sovrapponibili a quelli emersi dall'ultimo studio clinico condotto su medici americani; questo studio è stato interrotto prima del previsto poiché sono risultate evidenti le differenze tra i soggetti trattati con il farmaco e il gruppo di controllo che aveva ricevuto solo placebo. Mediante la somministrazione di 325 mg di acido acetilsalicilico a giorni alterni, si è ottenuta una riduzione del 44% del rischio di infarto del miocardio nelle persone con età superiore ai 50 anni, indipendentemente dalla presenza o meno di fattori di rischio. Nel trattamento dell'angina pectoris instabile la somministrazione giornaliera di acido acetilsalicilico, in dosi variabili tra i 325 e i 1300 mg al giorno, ha consentito di ridurre il rischio di infarto di oltre il 50%. Analoghi risultati sono stati ottenuti nella prevenzione del secondo infarto. Analizzando globalmente i dati attualmente disponibili per quanto riguarda i benefici a lungo termine, ha mortalità cardiovascolare risulta ridotta del 13% e il rischio di reinfarto di circa un terzo. Naturalmente esistono delle controindicazioni, e l'impiego dell'acido acetilsalicilico resta quindi di stretta pertinenza del medico, al quale spetta una valutazione caso per caso, tenendo conto delle condizioni complessive del singolo paziente e delle sue abitudini di vita.

L'Ocse rivela: centinaia di prodotti tra i più diffusi non hanno dati certi sulla loro pericolosità

150.000 tonnellate di chimica a rischio?

Una ricerca dell'Ocse ha rivelato che 150 sostanze chimiche prodotte in quantità che superano le 1000 tonnellate all'anno non sono state studiate neppure per quel minimo indispensabile per stabilire una loro eventuale pericolosità per l'ambiente e per l'uomo. L'uomo produce quindi l'equivalente di 20 Tour Eiffel all'anno di sostanze chimiche praticamente sconosciute.

ROMEO BASSOLI

Sono almeno 150 mila tonnellate all'anno. Ma quella quantità mostruosa (l'equivalente di quasi venti Tour Eiffel una sopra l'altra) è solo il dato minimo. Infatti, di 150 sostanze chimiche prodotte nel mondo in quantità che superano le 1000 tonnellate all'anno, mancano i dati necessari per identificare il rischio potenziale per la salute e l'ambiente.

Proprio così. Produciamo sostanze chimiche in quantità straordinarie e non sappiamo se sono pericolose. A denunciarlo, questa volta,

che il cui volume di produzione sia il più elevato a livello mondiale.

Il limite minimo scelto è quello di 1000 tonnellate all'anno, non proprio produzioni marginali, quindi. In tutto sono 1.500 le sostanze chimiche che vengono prodotte in queste quantità in tutto il mondo. Un decimo di queste sono state scelte, dunque, per la loro assoluta clandestinità rispetto ai laboratori di ricerca tossicologica. «E si tratta», spiega il professor Guido Guidotti, esperto di tossicologia dell'Enea - in gran parte di solventi che hanno quindi usi diversi».

Ma nella conferenza stampa di Parigi l'Ocse ha detto anche dell'altro. Su queste 1500 sostanze ha infatti lavorato un gruppo di studio e questo ha scoperto che «per 467 sostanze chimiche - come recita il comunicato stampa finale - sono necessari dei lavori (di ricerca) comple-

mentari prima che si possa valutare la loro pericolosità. E soltanto «per poco più di 250 delle sostanze chimiche prodotte in grande quantità esistono già studi "completi" relativi ai loro rischi potenziali».

Il resto, quindi, è una scommessa con la natura. Con queste precise affermazioni, l'Ocse compie un netto passo in avanti rispetto alle denunce fatte da tempo da oncologi, gruppi ecologisti, singoli chimici. Tutti questi soggetti hanno reso noto più volte che nel mondo circolano 5 milioni di sostanze chimiche note e che solo 53.500 sono censite e che soltanto del 21% di queste si conosce la tossicità.

Ma questo calcolo mancava di un elemento importante: in quale quantità erano prodotte queste sostanze? Ora l'Ocse ha colmato anche questa lacuna. Ha detto cioè quante tonnellate di sostanze sconosciute nei loro eventuali aspet-

ti pericolosi sono prodotte ogni anno nei paesi industrializzati. E ha dimostrato che si tratta di quantità gigantesche. Tanto che ha deciso di investire 30 miliardi di lire nei prossimi anni, più o meno sino al 1993, quando questo primo lavoro di ricerca sui rischi potenziali dovrebbe essere esaurito.

Va sicuramente dato merito all'Ocse di aver intrapreso la strada giusta. Ma certo è spaventoso che l'industria chimica abbia avuto tanto mano libera. In un articolo pubblicato l'etate scorsa su l'Unità, Pietro Greco ricordava proprio che l'industria chimica genera rischi insospettabili. «Rischi che sono distribuiti - scriveva - in ogni fase del ciclo produttivo: dallo stoccaggio e trasporto delle materie prime al processo industriale di trasformazione».

E citava i dati impressionanti relativi agli incidenti negli Stati Uniti, dove tra il 1980 e il 1985 la perdita di controllo su 190 mila tonnellate di

composti chimici tossici ha provocato 6.928 incidenti, con 139 morti, 1.478 feriti, 217.457 evacuati».

Ma classificare un episodio come «incidente», decidere l'evacuazione di una popolazione, curare i feriti, significa innanzitutto sapere con che cosa si ha a che fare. L'esperienza di Seveso, con quelle sostanze rilasciate nell'aria senza che nessuno sapesse esattamente di che cosa si trattasse e a quali conseguenze si sarebbe andati incontro, è costata malattie, aborti, spese gigantesche di decontaminazione che avrebbero potuto forse essere ridotte (o forse aumentate, ma l'incertezza ha dominato).

Resta ora da vedere che cosa accadrà una volta che si sarà scoperto che il solvente X o il composto Y della lista Ocse sono pericolosi. Domenico Giusto, vicedirettore della rivista *Inquinamento*, ricorda che siamo ancora in piena tratta-

tiva internazionale per riuscire a convincere le industrie chimiche a trovare dei sostituti non inquinanti del gas cloro-fluorocarburi che distruggono la coltre di ozono. Eppure sono prodotti che non superano le poche centinaia di tonnellate di produzione annua. Qui si parla di prodotti che vanno oltre le 1000 tonnellate all'anno. Quale sarà la reazione degli industriali?

L'industria chimica ha negato per anni l'esistenza di rischi nelle sue produzioni. Poi li ha minimizzati, affermando (e spesso convincendo i cittadini) che si trattava di rischi socialmente accettabili. Oggi invece ne riconosce, in genere, la pericolosità e afferma che il passaggio stretto e costoso per uscire da questo tipo di problemi si chiama nuova tecnologia. Ma non sempre questa può essere la soluzione giusta. Spesso il problema può presentarsi in termini di rinuncia pura e semplice al consumo.