

Venerdì 28 marzo 1997

6 **SCIENZA AMBIENTE e INNOVAZIONE**

Due recenti studi negli Stati Uniti mettono in rilievo il paradosso di due patologie in grande crescita

**Sempre più epatite C e melanoma
Eppure sono malattie facili da evitare**

Il tumore della pelle fa registrare la crescita più rapida nella storia del cancro. È causato dall'esposizione al Sole e dal buco nella coltre d'ozono. Le morti per l'epatite di tipo C negli Usa triplicheranno nei prossimi anni. L'arma dell'informazione.

**Se piove,
meglio correre
Ci si bagna
di meno**

Se piove e non volete bagnarvi, correte. Parola di due meteorologi americani che hanno smentito una ricerca britannica dello scorso anno secondo la quale se si mette a piovere camminare o correre non farebbe differenza in quanto alla fine si viene colpiti dallo stesso numero di gocce d'acqua. Thomas Peterson e Trevor Wallis del Centro nazionale di climatologia di Asheville in Nord-Carolina - ha scritto ieri il New Scientist, settimanale britannico di divulgazione scientifica - hanno scoperto che camminare invece di correre per cento metri fa accumulare quantità differenti di acqua. E questo è il metodo sperimentale usato. I due meteorologi, che hanno la stessa corporatura, hanno indossato abiti uguali e sono usciti sotto una fitta pioggia. Mentre uno camminava, l'altro ha fatto di corsa i cento metri tra un riparo e l'altro. Poi si sono spogliati, hanno pesato gli abiti e il risultato parla chiaro: gli abiti del marciatore pesavano 0,22 chilogrammi, cioè avevano assorbito il 40 per cento in più di acqua rispetto a quelli del corridore. Durante una pioggia che cammina accumulava il 16 per cento in più di acqua, che diventa il 23 per cento durante una pioggia media. E se invece uno usa l'ombrello? Secondo Wallis «turba l'aerodinamica».

L'America sta scoprendo, con preoccupazione, due malattie che nulla hanno in comune tra loro, se non che entrambe sono rapidamente emergenti e facilmente prevenibili. Le due patologie sono il melanoma, un cancro della pelle, e l'epatite C, che attacca invece il fegato.

L'incidenza del melanoma è aumentata di 18 volte negli Stati Uniti dal 1930 ad oggi. E ora un americano su 84 vi ha a che fare nel corso della sua vita.

Quanto all'epatite C, ha già colpito quattro milioni di americani. E ogni anno ne uccide 8.000. Ma tra venti o trent'anni quest'ultimo numero potrebbe triplicarsi. La velocità di incremento del melanoma negli Usa è la più elevata mai fatta registrare da alcun tipo di tumore. Tutti sentivano che il rischio stava aumentando, sostiene Darrell S. Rigel, dermatologo presso la New York University Medical School. Ma avere in mano i numeri precisi è tutt'altra cosa.

I numeri, Rigel li ha presentati martedì scorso a San Francisco nel corso dell'annual meeting dell'American Academy of Dermatology. I numeri sono effettivamente straordinari. E dire che il melanoma è il tipo di cancro più facilmente prevenibile. Basterebbe prendere qualche precauzione nell'esporsi al sole. Perché è proprio la lunga esposizione della pelle ai raggi del sole la causa principale di questo tumore della pelle. Infatti, le fasce di popolazione dove il melanoma ha la massima incidenza sono quelle femminili comprese rispettivamente tra i 25 e i 29 anni, e i 30 e i 34 anni. Le fasce che, secondo Rigel, sono state più esposte al sole negli anni '70 e '80: gli anni delle abbronzature di massa senza protezioni. Il melanoma sembra, infatti, avere un periodo di incubazione compreso tra i 10 e i 20 anni.

Il melanoma si può, dunque, facilmente prevenire esponendosi con maggiore cautela al sole. Il guaio, sostiene Rigel, è che oggi c'è una causa aggiuntiva: il buco dell'ozono. La diminuzione delle molecole traioniche di ossigeno nella stratosfera lascia passare molti più raggi ultravioletti che in passato. E questo fa aumentare l'incidenza del melanoma. Anche in questo caso, però, la prevenzione può fare mol-

tissimo. Sia la prevenzione, come dire, globale: con la rimozione più rapida possibile delle cause, di origine antropica, che fanno diminuire l'ozono. Sia la prevenzione individuale: con una più attenta esposizione ai raggi del sole.

Per prevenire, tuttavia, bisogna conoscere. Il 42% degli americani non sa cosa sia il melanoma. E, quindi, non è in grado di adottare alcuna strategia di prevenzione.

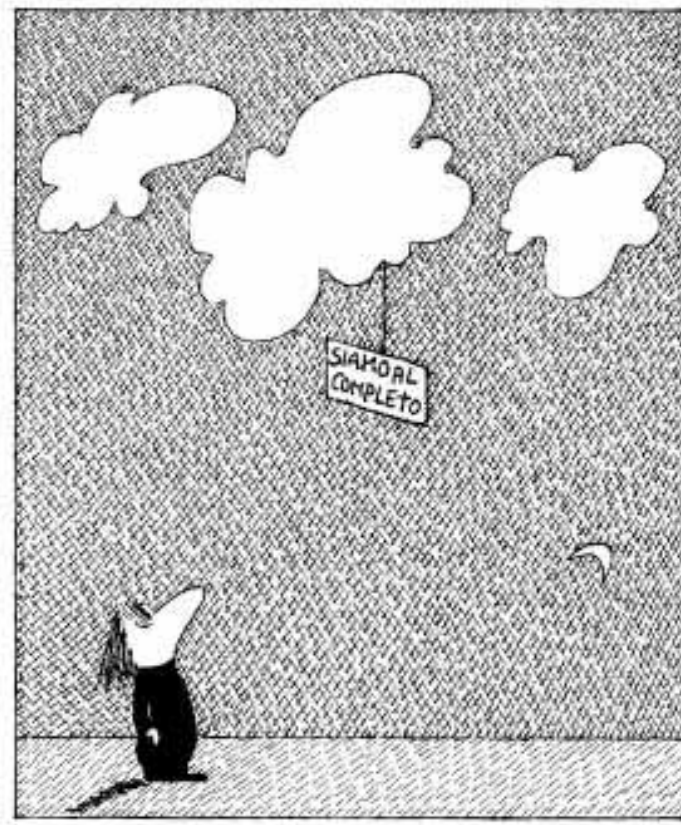
La conoscenza è, quindi, la prevenzione sono le armi migliori per battere anche l'altra patologia in rapido aumento negli Usa: l'epatite C. Il virus di questa «nuova» forma di epatite è stato isolato solo nel 1989. È solo da allora, anche per i medici americani, la malattia esiste «ufficialmente». Il virus si trasmette molto facilmente attraverso il contatto con sangue infetto. E infatti gli studi epidemiologici hanno dimostrato che la maggiore incidenza si è verificata tra persone che hanno fatto iniezioni intravena.

Finora non ci sono cure davvero efficaci contro l'epatite C. Tuttavia con pochi accorgimenti di prevenzione, l'infezione da epatite C può essere facilmente evitata da chi la conosce.

Infatti è stato facile negli Usa e, più in generale, in Occidente abbassare l'incidenza dell'infezione attraverso le trasfusioni di sangue. Gli esperti del National Health Institute sostengono che campagne pubbliche di informazione possono impedire sia la diffusione epidemica del virus da epatite C, che le morti causate dall'infezione. Il contagio può essere bloccato, evitando che persone sane vengano in contatto con sangue infetto. La morte, che interviene in genere per cirrosi epatica o, più raramente, per cancro, può essere evitata, staticamente, se le persone infette hanno cura di non assumere alcol.

Il guaio è che ci sono alcune fasce di popolazione, i tossicodipendenti che usano siringhe sporche, o gli alcolizzati, più refrattari di altre alle «normali» campagne di informazione. Per battere davvero l'epatite C occorrono campagne di informazioni mirate. C'è tanto più vero nel Terzo Mondo, dove l'epatite C ha già colpito oltre 100 milioni di persone.

Licia Adami

**Il tumore della pelle
e il virus dei trasfusi**

Il melanoma, recita il «Dizionario di storia della salute» pubblicato da Giorgio Cosmacini, Giuseppe Gaudenzi e Roberto Satolli per i tipi della Einaudi, è un tumore maligno che colpisce le cellule pigmentate della cute. Il melanoma cutaneo è in forte aumento in tutti i paesi sviluppati. In Italia l'incidenza della malattia, tuttavia, è inferiore a quella degli Stati Uniti e del Nord Europa. Il melanoma cutaneo è più comune tra le popolazioni di pelle chiara e tra gli individui con occhi e capelli chiari. È associato a esposizioni brusche e intense ai raggi del sole.

L'epatite, invece, è un'infezione del fegato, conseguente a un'infezione virale. Ci sono almeno cinque forme di epatite (A, B, C, D ed E). Tutte sono state riconosciute solo nell'ultimo secolo. Il virus dell'epatite C è stato l'ultimo a essere scoperto e isolato, nel 1989. Solo allora i medici hanno scoperto la causa delle epatite che si sviluppavano spesso in seguito a trasfusioni di sangue.

L'epidemia è l'aumento improvviso del numero di casi di una malattia che si verifica in un'area determinata e in un periodo di tempo limitato.

**Impossibilità di alzarsi nei lunghi tragitti
Volare in seconda classe
è rischioso per la salute
La mancanza di spazio
può provocare trombi**

Chi sull'aereo non può permettersi la business class, stia attento. Forse non lo sa, ma la sua salute corre qualche rischio. Potrebbe cioè essere vittima della «sindrome da classe economica». È il nome che i ricercatori inglesi hanno dato ad uno specifico malessere che colpisce i viaggiatori nelle cui vene profonde delle gambe si formano dei grumi di sangue in seguito all'obbligo di stare seduti in spazi angusti per un lungo periodo di volo.

I fattori di rischio di questa sindrome sono molteplici, ma in realtà sono poche le persone che ne sono a conoscenza, anche perché le compagnie aeree non mettono al corrente i loro passeggeri.

Sono a rischio le persone con le vene varicose o il cancro, i fumatori o individui nel cui passato c'è un episodio di coagulo alle gambe, un intervento chirurgico alle gambe all'inguine, un incidente alle gambe, un periodo di allettamento o una recente anestesia generale. La gravidanza, le pillole anticoncezionali e la terapia ormonale sostitutiva, allo stesso modo, aumentano la possibilità di un trombo, così come le persone in sovrappeso, alte anziane.

Alzarsi e fare qualche passo è il modo migliore per prevenire l'incidente. Ma capita spesso che questa possibilità venga ostacolata dal personale di bordo, o dalle condizioni di volo (se l'aereo va su e giù in seguito ai vuoti d'aria o a un temporale).

Molte compagnie separano la business class o la prima classe con una tendina. Se un passeggero decide di fare una passeggiatina lungo il corridoio dell'apparecchio, spesso viene guardato male, richiamato e, in definitiva preso per il collo. Susan Baker, professoressa di politica sanitaria che fa ricerca sulla prevenzione degli infortuni alla scuola John Hopkins, sostiene che il personale di bordo teme che i passeggeri si facciano male in conseguenza del fatto che non stanno seduti al loro posto quando l'aereo si trova in mezzo a delle turbolenze.

Tuttavia, la professoressa ritiene che i trombi alle gambe causati dall'immobilità siano più frequenti degli incidenti provocati dalle turbolenze.

Un portavoce della British Airways racconta che per molti anni la compagnia metteva a disposizione dei passeggeri dei voli lunghi una rivista nella quale vi erano degli articoli che spiegavano come comportarsi per stare in buona salute durante il volo. Oltre a sollecitare i passeggeri ad indossare abiti comodi e ad andarci piano con l'alcol, l'articolo suggeriva un esercizio da fare con il piede che permette di distendere e contrarre il muscolo del polpacchio.

Altre compagnie, tra le quali la Northwest Airlines, suggeriscono ai loro passeggeri degli esercizi da eseguire da seduti. Si tratta di un video di sei minuti che mostra i movimenti da compiere verso la fine di un viaggio intercontinentale. Secondo il portavoce, più della metà dei passeggeri si attiene ai consigli. Ma né l'articolo della British Airways, né il video della Northwest consigliano di fare una passeggiatina lungo l'aereo, conclude il portavoce.

Liliana Rosi

**I farmaci
per la malattia
di Alzheimer**

Il titolo dell'articolo sulla demenza di Alzheimer pubblicato ieri non fornisce probabilmente una corretta interpretazione del testo. Se è vero che alcuni studi hanno evidenziato un effetto protettivo svolto dai farmaci antiinfiammatori nei confronti dell'insorgenza della malattia, la capacità di controllare in modo tempestivo i sintomi dell'Alzheimer va attribuita a nuovi farmaci (come il Donepezil) capaci di aumentare la concentrazione di acetilcolina a livello cerebrale.

CON L'UNITÀ VACANZE TRE CROCIERE NEL MEDITERRANEO CON LA NAVE TARAS SCHEVCHENKO**GLI ITINERARI****Dal 2 all'8 agosto****SPAGNA
BALEARI • CORSICA**

Le escursioni facoltative. **Palma di Maiorca:** visita della città (al mattino), le Grotte del Drago (intera giornata, seconda colazione inclusa), serata al Conte Mal (cena e spettacolo inclusi), serata al Casinò (cena e spettacolo inclusi). **Port Mahon/Minorca:** giro dell'isola (pomeriggio). **Barcellona:** visita della città (al mattino), Montserrat (intera giornata, colazione inclusa). **Ajaccio:** discesa libera a terra.

Dall'8 al 19 agosto**MAROCCO
SPAGNA
PORTOGALLO
BALEARI**

Le escursioni facoltative. **Casablanca:** visita della città (al mattino), Rabat (pomeriggio), Marrakesh (intera giornata, seconda colazione e specta-

colo inclusi). **Tangeri:** visita della città, Capo Spartel e Grotte di Ercole (al mattino), Tetuan (pomeriggio). **Cadice:** Siviglia (intera giornata, seconda colazione inclusa). **Lisbona:** visita della città (pomeriggio), Sintra-Cascais-Estoril (pomeriggio), Fatima (cena inclusa con cestino da viaggio). **Malaga:** Costa del Sol e Malaga (al mattino). **Palma di Maiorca:** visita della città (pomeriggio), serata al Conte Mal (cena e spettacolo inclusi), serata al casinò (cena e spettacolo inclusi).

Dal 19 al 24 agosto**SPAGNA E BALEARI**

Le escursioni facoltative. **Palma di Maiorca:** visita della città (al mattino), le Grotte del Drago (intera giornata, seconda colazione inclusa), serata al Conte Mal (cena e spettacolo inclusi), serata al Casinò (cena e spettacolo inclusi). **Port Mahon/Minorca:** giro dell'isola (pomeriggio). **Barcellona:** visita della città (al mattino).

L'UNITÀ VACANZE
MILANO - Via Felice Casati, 32
Fax 02/6704522
Tel. 02/6704810 - 6704844
E-MAIL: L'UNITA.VACANZE@GALACTIC.IT

QUOTE INDIVIDUALI DI PARTECIPAZIONENAVE INTERAMENTE NOLEGGIATA PER IL PUBBLICO ITALIANO
Tutte cabine esterne con aria condizionata, telefono e filodiffusione

Quote in migliaia di lire

CAT TIPO CABINE	PONTE	Quote		
		① Dal 02/08 al 08/08	② Dal 08/08 al 19/08	③ Dal 19/08 al 24/08
CABINE A 4 LETTI - CON LAVABO, SENZA SERVIZI PRIVATI (Docce e WC nei corridoi)				
SP	Con obbligo a 4 letti (2 bassi + 2 alti) ubicate a poppa	Terzo 570	1.050	470
P	Con obbligo a 4 letti (2 bassi + 2 alti)	Terzo 680	1.280	570
O	Con obbligo a 4 letti (2 bassi + 2 alti)	Secondo 720	1.230	590
N	Con obbligo a 4 letti (2 bassi + 2 alti)	Principale 760	1.400	630
M	Con finestra, a 4 letti (2 bassi + 2 alti)	Passaggiata 790	1.490	660
CABINE A 2 LETTI - CON LAVABO, SENZA SERVIZI PRIVATI (Docce e WC nei corridoi)				
SL	Con obbligo a 2 letti (1 basso + 1 alto) ubicate a poppa	Terzo 850	1.620	700
L	Con obbligo a 2 letti (1 basso + 1 alto)	Terzo 910	1.690	760
K	Con obbligo a 2 letti (1 basso + 1 alto)	Secondo 970	1.770	800
J	Con obbligo a 2 letti (1 basso + 1 alto)	Principale 990	1.830	830
H	Con obbligo a 2 letti (1 basso + 1 alto)	Passaggiata 1.080	1.960	890
G	Con finestra singola	Passaggiata 1.490	2.750	1.230
CABINE A 2 LETTI - CON SERVIZI PRIVATI (Bagno o Doccia e WC)				
F	Con obbligo a 2 letti (1 basso + 1 alto)	Terzo 1.300	2.530	1.070
E	Con finestra a 2 letti bassi	Passaggiata 1.590	2.750	1.200
D	Con finestra a 2 letti bassi	Lance 1.630	2.790	1.350
C	Con finestra a 2 letti bassi e salottino	Lance 1.650	2.890	1.390
B	Appartamenti con finestra a 2 letti bassi	Bridge 2.590	3.900	1.990

Spese iscrizione - Tasse imbarco/sbarco

Informazioni generali

La crociera offre molteplici possibilità di svago: in ogni momento della giornata potete scegliere di partecipare ad un gioco, di assistere ad un intrattenimento o abbronzarvi al sole su una comodissima sdraio. Tutte le strutture sono a vostra disposizione: dalle piscine, alla sala lettura, alla sauna, ecc. Per le serate la nave dispone la Sala Feste e Night Club. Tutte le manifestazioni che si svolgono a bordo sono incluse nelle quote di partecipazione. La quota comprende la pensione completa con le bevande ai pasti.

Vitto a bordo (a table d'hôte)

Prima colazione: Succhi di frutta - Salumi - Formaggi - Uova - Yogurt - Marmellata - Burro - Miele - Brioche - Tè - Caffè - Cioccolato - Latte.

Seconda colazione: Antipasti - Consommé - Farinacei - Carne o pollo - Insalata - Frutta fresca o cotta - Vino in caraffa.

Pranzo: Antipasti - Zuppa o minestra - Carne o pollo o pesce - Verdura o insalata - Formaggi - Gelato o dolce - Frutta fresca o cotta - Vino in caraffa.

Ore 23.30 (in navigazione): spuntino di mezzanotte. Menù dietetico a richiesta. La cucina internazionale a bordo verrà diretta da uno Chef italiano.

M/N Taras Schevchenko**Caratteristiche generali**

La M/N Taras Schevchenko è un transatlantico ben noto ai crocieristi italiani che ne hanno potuto apprezzare la qualità in numerose occasioni. Tutte le cabine sono esterne con oblò o finestra, lavabo, telefono, filodiffusione ed aria condizionata. La Giver Viaggi propone queste crociere con la propria organizzazione a bordo e con staff turistico ed artistico italiano. Stazza lorda 20.000 tonnellate: anno di costruzione 1966; ristrutturata nel 1970 e rinnovata nel 1988 - Lunghezza mt. 176 - Velocità nodi 20 - Passeggeri 700 + 3 Ristoranti + 6 Bar + Sala Feste + Night Club + Nastrocinema + 2 Piscine (di cui una coperta) + Sauna + Cinema + Negozi - Panucchiere per uomo e signora. Telex (via satellite) 0581 - 1400266. Indirizzo telegrafico: UTVT. Tel. 00871/873-1400266 - Fax 00871/873 - 1402755.

Uso Singola. Possibilità di utilizzare alcune cabine doppie a letti

sovrapposti come singole, pagando un supplemento del 30% sulla quota esclusa la categoria SL.

Uso Tripla. Possibilità di utilizzare alcune cabine quaduple come triple (escluso le cabine di cat. SP) pagando un supplemento per persona del 20% sulla quota.

Riduzione ragazzi. Fino a 12 anni riduzione del 50% (in cabine a 3 o 4 letti escluse le cabine di cat. SP) massimo 2 ragazzi ogni 2 adulti. Possibilità di utilizzare il terzo letto nel salottino della cat. C pagando il 50% della quota anche da ragazzi al di sopra dei 12 anni.

Sistemazione ragazzi. Tutte le cabine ad eccezione delle Cat. F e C sono dotate di divano utilizzabile da ragazzi di altezza non superiore a mt. 1,50 ed inferiori a 12 anni con riduzione della quota del 50%.

Speciale sposi. Per gli sposi in viaggio di nozze è previsto uno sconto del 5% sulla quota base di partecipazione. Una copia del certificato di matrimonio dovrà essere inviata alla società organizzatrice. L'offerta è valida per i viaggi di nozze che verranno effettuati entro 30 giorni dalla data di matrimonio.