

Da «Pnas»

Anoressia e bulimia
malattie autoimmuni?

Anoressia e bulimia potrebbero essere malattie autoimmuni, legate al funzionamento anomalo di alcuni anticorpi che attaccano specifiche aree del cervello importanti per la regolazione del sistema endocrino. La scoperta viene dal Karolinska Institute di Stoccolma, dove un gruppo di ricercatori ha analizzato il sangue prelevato da pazienti che soffrono di anoressia, individuando gli anticorpi anomali. In esperimenti in vitro, questi anticorpi hanno mostrato di essere in grado di attaccare le cellule dell'ipotalamo e della ghiandola pituitaria. I ricercatori sono però cauti nell'attribuire i disordini alimentari a questo fenomeno, perché anticorpi di questo tipo sono stati trovati anche in alcuni soggetti sani. La presenza degli anticorpi potrebbe quindi essere un fattore che predispone alla malattia. La ricerca è stata pubblicata sul «Proceedings of the National Academy of Science».

In Francia

Arriva il vino bianco
che fa bene come un rosso

I vini rossi sono considerati più salutari di quelli bianchi, grazie al loro contenuto di polifenoli, sostanze antiossidanti benefiche per l'organismo. Ora però, Pierre-Louis Teissedre dell'Università di Montpellier è riuscito a realizzare un vino bianco, uno Chardonnay, con un contenuto quattro volte più alto di polifenoli rispetto a un bianco normale. Il procedimento prevede l'ammorbimento degli acini d'uva schiacciati per sei giorni e il riscaldamento della mistura ad alte temperature. In un articolo pubblicato sulla rivista «Journal of Agricultural and Food Chemistry», lo scienziato francese spiega di aver prodotto questo vino pensando ai malati di diabete giovanile, il cui organismo è meno ricettivo verso le sostanze antiossidanti. Il vino, chiamato Paradoxe Blanc, è già in vendita sul mercato francese.



In Veneto

Nasce la prima «Cell factory»
su scala regionale

Infarto, Alzheimer, cirrosi epatica, malattie corneali, osteoporosi. Sono queste solo alcune delle patologie sulle quali hanno buone prospettive di applicazione clinica le cellule staminali, il cui utilizzo costituisce una delle «nuove frontiere» della medicina. È su questo fronte che nascerà in Veneto, su iniziativa e con finanziamenti della Regione, la prima «Cell Factory» su scala regionale in Italia, un complesso «Laboratorio finalizzato alla raccolta e manipolazione delle cellule staminali». Organizzazione, attività, finalità e modalità operative e gestionali della nuova struttura sono state presentate a Venezia, sede della Giunta regionale, dall'assessore alla sanità Fabio Gava. «Il Laboratorio - sottolinea Gava - inizierà ad operare sin dal 2003 e sarà al servizio di tutte le Ulls del Veneto».

Medici senza frontiere

Un progetto per sviluppare farmaci
per le malattie dimenticate

Nel corso del convegno milanese «Globalizzazione e cure: un diritto per tutti» organizzato da Medici Senza Frontiere e dall'Istituto Mario Negri, è stato presentato per la prima volta in Italia un progetto che vuole rilanciare ricerca e sviluppo sulle cosiddette «malattie dimenticate». Per realizzare il progetto, Medici Senza Frontiere ha creato una nuova struttura indipendente, la DNDi (Drugs for Neglected Diseases Initiative), che ha come obiettivo principale l'avviamento di lavori di ricerca sui farmaci per le malattie più trascurate, ispirati dal principio del bisogno e non da quello del profitto. Quattro progetti pilota per lo sviluppo di trattamenti per malaria resistente alla cloroquina, leishmaniosi e malattia del sonno africana sono già stati avviati con successo e sulla base di queste esperienze la DNDi elaborerà ulteriori portafogli sviluppo per altre malattie dimenticate. (lanci.it)

Vitamine e grassi che ci salvano dall'infarto

Le malattie cardiache si prevencono con integrazioni alimentari: nuovi studi su Omega 3 e acido folico

Edoardo Altomare

L'uomo è ciò che mangia. Lo ripetono da sempre i nutrizionisti, ma adesso al coro si aggiungono cardiologi ed esperti nella prevenzione delle malattie del cuore e dei vasi. E i risultati dei più recenti studi supportano persino le speranze di ridurre il rischio cardiovascolare - cioè infarto del miocardio ed ictus - attraverso integrazioni alimentari con prodotti di origine naturale: folati e olio di pesce.

Le conferme arrivano da fonti autorevoli: come la rivista «British Medical Journal», con uno studio che dimostra non solo l'esistenza di una associazione tra elevati livelli di omocisteina, un aminoacido, nel sangue e il rischio di incidenti cerebrovascolari, ma anche la possibilità di diminuire entrambi attraverso una semplice dose giornaliera - 0,8 milligrammi - di acido folico (una vitamina già da tempo somministrata alle gestanti per la prevenzione dei difetti neurologici nel feto). La stessa rivista britannica si aggiunge poi alle dichiarazioni rilasciate a Stoccolma da un gruppo di specialisti sulle possibilità di prevenire da subito la morte improvvisa cardiaca ed altri eventi cardiovascolari - e in futuro, azzarda qualcuno, anche il morbo di Alzheimer - con una dieta ricca di pesce o con preparati farmaceutici ad elevato tenore di acidi grassi polinsaturi (PUFA, ma oggi li chiamano tutti omega-3) di origine ittica.

Degli effetti protettivi dell'olio di pesce in realtà si parla da tempo. Così come del cosiddetto «paradosso eschimese»: quello cioè di una popolazione che presenta una ridottissima incidenza di cardiopatia ischemica (leggi infarto) nonostante l'elevatissimo apporto di grassi nella dieta: «Una contraddizione solo apparente - chiarisce Arne Nordoy, dell'Università norvegese di Tromsø - che si spiega proprio col consumo quotidiano di pesce degli Eschimesi. Del resto studi sull'uomo hanno indicato che l'assunzione di questi acidi grassi, anche come supplemento alimentare, modifica in senso favorevole la maggior parte dei fattori di rischio per la cardiopatia ischemica». Sull'uomo



Merluzzi del mare del nord esposti in un mercato del pesce

l'intervista

L'epidemiologo La Vecchia: «Ma il pesce è meglio della pillola»

Meglio una capsula o un pesce (azzurro) per proteggere il cuore? Carlo La Vecchia, epidemiologo dell'Istituto Mario Negri e dell'Università di Milano, risponde senza esitazioni: «Resto dell'opinione che sia preferibile modificare la dieta. Più pesce, dunque. Trovo che i preparati a base di acidi grassi omega-3 siano ancora troppo costosi. E poi il pesce non è solo omega-3, e mangiandolo si evita di assumere cibi sicuramente più dannosi, come le carni rosse. Se uno mangia merluzzo, insomma, mangia meno salsicce». Questo non significa sottovalutare i vantaggi del preparato farmaceutico: «L'idea di dare una capsula per ridurre il rischio cardiovascolare - spiega l'epidemiologo - è

utile perché migliora l'accettabilità dell'integrazione, soprattutto in quei pazienti che non gradiscono il pesce o lo trovano troppo caro. L'intervento farmacologico può essere riservato a quei pazienti che sono considerati ad alto rischio, perché hanno già avuto un infarto, e non vogliono mangiare pesce». L'esperto non appare preoccupato neanche dal rischio di eventuali inquinanti, come il mercurio, nei prodotti ittici: «I livelli di mercurio nel pesce sono molto contenuti».

In ogni caso, anche per La Vecchia lo studio GISSI Prevenzione ha fugato tutti i dubbi a proposito dell'effetto favorevole degli omega-3 sulle malattie cardiovascolari: «Dosi relativamente limitate hanno un effet-

to tangibile su questo rischio. E lo ha stabilito uno studio clinico controllato che ha confermato gli studi osservazionali, quelli cioè in cui non c'è alcun intervento: e che sono sempre oggetto di contestazioni, perché magari la riduzione di mortalità in quelli che mangiano pesce prima del GISSI poteva essere attribuita genericamente ad abitudini di vita più sane».

Quanto ai folati, La Vecchia riferisce che in alcuni paesi (Stati Uniti, Scozia ed altri) provvedono già ad arricchire il grano, e quindi il pane. Il costo dell'operazione, oltre tutto, è limitato: «Tanto che stanno prendendolo in considerazione anche in Polonia: un paese che ha dovuto ricostruire la sua industria alimentare dopo la fine del socialismo». Nell'attesa, i soggetti ad alto rischio possono prendere folati in pillole. Come già fanno le future mamme a partire dal secondo mese di gravidanza per prevenire i difetti del tubo neurale del feto. O mangiare più verdure a foglia larga, ricche di acido folico.

e.a.

è stato dimostrato anche un effetto protettivo degli omega-3 rispetto alle aritmie ventricolari, quelle che causano gran parte delle morti improvvise.

In capsule o in carne e lisca,

insomma, a nessuno deve mancare l'apporto di grassi salva-cuore: «Dallo studio GISSI Prevenzione - sottolinea Livio Dei Cas, direttore della Divisione di Cardiologia dell'Università di Brescia - il più significati-

vo per numerosità e importanza tra quelli condotti nell'uomo, si evince come un trattamento cronico con un grammo al giorno di acidi grassi omega-3 riduca sia gli eventi cardiovascolari (del 31%) che la morte

improvvisa (del 45%) nei soggetti considerati ad alto rischio perché già colpiti da infarto». Dal GISSI sono anche scaturite delle indicazioni precise, apparse di recente su «Circulation», a proposito delle

quantità di omega-3 da assumere: se a quelli che non hanno mai avuto problemi di cuore basta mangiare pesce - preferibilmente azzurro, oppure salmone o aringa - due volte a settimana, includendo magari nella dieta una manciata di arachidi e noccioli, i pazienti con cardiopatia ischemica documentata devono assumere circa 1 grammo al giorno di acidi grassi provenienti da olio di pesce (più eventuali supplementi a giudizio del medico). Per ridurre i livelli di trigliceridi nel sangue, invece, il fabbisogno di omega-3 sale a 2-4 grammi. E qui il ricorso alle capsule è praticamente obbligato: se infatti per aumentare in generale l'assunzione di acidi grassi omega-3 è preferibile un approccio dietetico, nei pazienti con cardiopatia ischemica e trigliceridi in eccesso la dose raccomandata di omega-3 può essere così grande da rendere impossibile il suo raggiungimento mediante la sola dieta. Per questo il farmaco a base di omega-3 è attualmente disponibile in Italia in classe A (a totale carico del Servizio sanitario nazionale) per ridurre il rischio di mortalità, in associazione ad altre misure terapeutiche, in chi ha sofferto di un pregresso infarto del miocardio.

I vantaggi delle capsule rispetto al pesce o ad integratori di tipo di-

verso sono riassunti da Dei Cas: «Le capsule contengono omega-3 puri, perché più avanzato è il procedimento industriale di concentrazione del prodotto estratto dal pesce. Maggiore è anche la comodità posologica, dato che viene favorita l'assunzione da parte del paziente (di solito già in cura con altri farmaci); e poi perché solo con le capsule c'è la certezza del dosaggio somministrato». Meglio diffidare, invece, degli integratori nella cui etichetta appaia solo un vago riferimento alla presenza di omega-3: ne contengono, avvertono gli esperti, solo quantità molto piccole e di incerta origine.

Infine, per valutare quanto questi acidi grassi polinsaturi siano utili nella prevenzione primaria, l'Italia vara uno studio che verrà condotto dai medici di famiglia sotto il coordinamento dell'Istituto Mario Negri di Milano: prenderà il via nella seconda metà del 2003 e riguarderà 100.000 persone.

clicca su

www.oilofpisc.es.com
www.yourhealthbase.com/fishoils.html
www.gissi.org/ItIntroT_Intro_ITA.php

Oggi parte la maratona di Telethon

Una bimba italiana, Giuseppina, guarita dall'immunodeficienza con la terapia genica, e una piccola palestinese salvata grazie all'impegno di un medico israeliano: storie di speranza che saranno proposte su Raiuno nella maratona di Telethon - dalle 14.05 di oggi alle 2 di sabato 15 dicembre - che quest'anno avrà anche un gala di prime time. «Sono quattro i bambini salvati nel mondo grazie ai fondi di Telethon», ha spiegato Milly Carlucci, che anche quest'anno condurrà la non-stop di 36 ore affiancata da Paolo Belli e dalla sua Big Band. Susanna Agnelli, presidente di Telethon, ha ricordato che quest'anno in Francia sono stati raccolti 85 milioni di euro, contro i 21 milioni del 2001 in Italia. «Ma ci auguriamo che

ogni anno la cifra aumenti». La maratona coinvolgerà tutte le reti Rai, anche radiofoniche, e diversi volti del piccolo schermo che presteranno gratis il loro impegno. Ma la kermesse non sarà solo televisiva: novità della tredicesima edizione sarà anche la maratona «1000 chilometri di solidarietà», una staffetta che coinvolgerà numerosi atleti che hanno partecipato alla maratona di New York, partirà in contemporanea da una città del Nord e una del Sud e sarà condotta dall'olimpionica Laura Fogli. Tra le tappe, San Giuliano di Puglia. Ampio spazio anche nei gr e su Radio 1: in particolare, si occuperanno della raccolta le rubriche «La pagina scientifica», «Gr Medicina», «Pronto salute».

Barbara Paltrinieri

La sigmoidoscopia, meno invasiva della colonscopia, è molto efficace nel vedere i primi segni del tumore e può bastare effettuarla solo una volta nella vita

Un esame... e lo spettro del cancro al colon si allontana

Un solo esame e lo spettro del tumore al colon-retto viene allontanato per il resto della vita. Sarebbe un appuntamento importante, una sorta di scudo contro un tumore che colpisce prevalentemente fra 60 e 70 anni ed è secondo, come causa di morte, solo a quello del polmone nell'uomo e a quello della mammella nella donna. L'esame è la sigmoidoscopia e potrebbe presto essere usato su vasta scala come arma di prevenzione, specie dopo i primi dati incoraggianti, pubblicati sull'ultimo numero del «Journal of National Cancer Institute».

Lo studio che rivela questi dati è stato condotto da diversi centri italiani coordinato da Nereo Segnan, direttore dell'unità per l'epidemiologia dei tumori al Centro di prevenzione oncologica (Cpo) di Torino. La ricerca ha coinvolto oltre 34

mila persone in 5 regioni, Piemonte, Lombardia, Toscana, Emilia-Romagna e Liguria. L'obiettivo era valutare la durata della protezione offerta da una singola sigmoidoscopia, un termine che indica un esame endoscopico attraverso il quale si valuta direttamente la mucosa di una parte dell'intestino che comprende il retto e il sigma e una parte del colon discendente. È dunque molto simile alla colonscopia, ma è limitato solo a una porzione del colon ed è meno invasivo per il paziente, quindi viene accettato più facilmente.

Sottoporsi a questo esame una sola volta nella vita attorno a 60 anni, o al più ripeterlo dopo non meno di 10 anni, potrebbe ridurre considerevolmente la probabilità di ammalarsi e di morire di cancro del colon-retto. Contro questo tumore già da tempo è stata dimostrata l'efficacia di un altro esame che prevede la ricerca del sangue occulto nelle feci e che riesce a ridurre la mortalità dal 15 al 33 per cento. Il problema è che deve essere

ripetuto ogni uno o due anni ed è molto meno sensibile della sigmoidoscopia nell'identificazione degli adenomi, cioè delle lesioni precancerose.

Così sul fronte della ricerca di nuovi strumenti di prevenzione l'offerta di sigmoidoscopia per la prevenzione del tumore del colon, potrebbe presto affiancarsi ai programmi di screening organizzati che offrono il pap-test e la mammografia. Nereo Segnan, spiega che «le oltre 34 mila persone di età compresa fra 55 e 64 anni che hanno risposto all'invito a partecipare a questo studio, sono state divise in due gruppi uguali, uno di intervento, a cui è stata offerta la sigmoidoscopia, e il secondo gruppo di controllo. Nel primo gruppo sono state 9999 le persone che hanno accettato di sottoporsi all'esame».

Una vasta sperimentazione, dunque, che ha permesso di diagnosticare 57 tumori in 54 pazienti, «un numero che è oltre 4 volte superiore rispetto all'incidenza attesa. Questo vuol dire che è

stato possibile anticipare la diagnosi in un numero elevato di casi», continua Segnan. - Inoltre più della metà dei tumori rilevati è in uno stadio molto precoce, tanto che in alcuni casi è stato possibile intervenire per via endoscopica, evitando dunque un intervento per la rimozione di un tratto del colon».

Lo studio ha mostrato anche che è stato possibile diagnosticare gli adenomi in 1070 persone: una proporzione che fa pensare che sia possibile prevenire un numero importante di tumori. Inoltre, il 96% delle persone sottoposte a sigmoidoscopia non ha alcun motivo per essere richiamato in futuro.

Appare quindi immediatamente chiaro il vantaggio non solo per i pazienti, ma anche dal punto di vista economico. Nella Regione Piemonte sta per partire un programma di screening per questo tumore, che inviterà tutti coloro che hanno fra i 58 e i 70 anni a sottoporsi all'esame.