

Progetto ROTARY PER LA SALUTE

Gli obiettivi che il progetto si propone si riassumono in questi termini:

Nei giovani nella fascia di età compresa fra i 14 e i 18 anni:

- a) Informazioni riguardo ai rischi legati allo stile di vita non corretto ed all'uso di abitudini voluttuarie, per contribuire alla elaborazione dell'idea di benessere in un'ottica di prevenzione di malattie cardiovascolari, oncologiche e metaboliche;
- b) Informazioni tossicologiche relative alle varie sostanze stupefacenti, ai rischi legati al loro utilizzo, ai meccanismi fisiopatologici di sviluppo della dipendenza da sostanze stupefacenti ed i rischi correlati.
- c) Corrette informazioni di anatomia e fisiologia dell'apparato riproduttivo maschile e femminile;
- d) Corrette informazioni su aspetti legati alla sessualità per la prevenzione di concetti e comportamenti errati, la prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse e lo sviluppo di una sessualità sana e consapevole.

Gli incontri verrebbero tenuti da un gruppo di medici rotariani e non. Ciascuno per il proprio ambito svilupperebbe gli argomenti in tempi e modi definiti (15' ciascuno, file di ppt), secondo un format standardizzato e riproducibile nelle varie sedi scolastiche. I temi e le relazioni proposte saranno condivise con il corpo docente degli Istituti scolastici coinvolti nell'iniziativa, in modo da meglio indirizzare e centrare le informazioni proposte.

I professionisti che aderiscono all'iniziativa sono per ora:

- Dott Jacopo Cancelli, Dirigente Medico Neurologo, Clinica Neurologica, Ospedale di Udine
- Dott. Antonio Colatutto, Dirigente Medico Ematologo, Laboratorio Analisi di Elezione e Tossicologia, Ospedale di Udine
- Dott. Giocchino De Giorgi, Dirigente Medico Urologo, Clinica Urologica, Ospedale di Udine
- Dott. Marco Signor, Dirigente Medico Radioterapista Oncologo, SOC Radioterapia, Ospedale di Udine
- Prof. Sandro Sponga, Dirigente Medico Cardiochirurgo, Ospedale di Udine
- Dott.Fabio Vescini, Dirigente Medico Endocrinologo, Ospedale di Udine

Saranno da considerare eventuali ulteriori adesioni di medici di altre specializzazioni all'iniziativa.

La prevenzione comprende tutte le iniziative e le attività che consentono di eliminare o comunque allontanare le cause modificabili di insorgenza di malattie.

Il progetto parte dalle seguenti premesse:

- ogni comportamento volto alla prevenzione è possibile se vi è una “cultura della prevenzione”: la conoscenza, l’interesse e la cura verso se stessi ed il proprio corpo sono alla base di possibili modificazioni delle proprie abitudini o della coscienza a non intraprendere comportamenti ritenuti a rischio per l’insorgenza di patologie; quindi non la “paura” della malattia che può innescare meccanismi di difesa (fuga, sottovalutazione, diniego, senso di invulnerabilità ecc.) la “cultura della prevenzione” che si basa su di un concetto di “amore” verso sé stessi e verso l’altro, per ridurre i comportamenti di rischio;
- una “cultura” della prevenzione è possibile solo se vi è un avvicinamento in età precoce con le tematiche inerenti malattie ad alto impatto sociale;
- l’adolescenza in particolare è la fase di vita in cui può essere forte l’influenza dei mass media e del gruppo dei pari sul comportamento spesso per bisogno di omologazione e quindi, altamente rischiose anche perché l’adolescente tende a rifiutare gli interventi provenienti dal mondo degli adulti, in quanto sentiti come impositivi.

Alcune considerazioni relativamente ai fattori di rischio che minano pesantemente la salute, soprattutto nell’età evolutiva, e alle corrette condotte e stile di vita:

- **abitudine tabagica:** sulla base di dati recenti relativi al consumo di tabacco si evidenzia che nei giovani si registra un notevole incremento dei fumatori con raggiungimento della “dipendenza” già a 17 anni. E’ quindi fondamentale dare ai ragazzi delle informazioni, consentendo loro di raccontare ciò che pensano riguardo al fumo con i suoi molteplici significati. Il problema dell’abitudine tabagica è rilevante in oncologia, poiché il 25-30% di tutti i tumori è dovuto al fumo. Le sigarette non aumentano solo il rischio di cancro ai polmoni, ma causano tumori dell’esofago, della laringe, del cavo orale, del rene, della vescica, dello stomaco, della cervice, del naso e aumentano il rischio di leucemia mieloide. La statistica ci dice che le probabilità di ammalarsi calano rapidamente non appena si smette di fumare.
- **alcool:** sappiamo dai dati più recenti che circa 700 mila tra ragazzi e ragazze al di sotto dei 16 anni consumano alcol nel nostro Paese e il trend è, purtroppo, in forte crescita nel corso degli ultimi anni. L'alcol aumenta il rischio di sviluppare un tumore della parte superiore dell'apparato digerente e dell'apparato respiratorio, soprattutto quando è associato al tabagismo. Il rischio di alcuni tumori aumenta di 100 volte nei fumatori/bevitori.
- **alimentazione:** si sta assistendo negli ultimi anni ad un significativo aumento dei disturbi alimentari nei giovani causato dai ritmi frenetici della vita odierna, dall'alimentazione di “tendenza” influenzata dalla pubblicità, da fuori pasto, cibi confezionati, ecc. Chi è in forte sovrappeso, inoltre, ha più probabilità di ammalarsi di tumore, specialmente al colon, al seno, all'endometrio, al rene e all'esofago. Contestualmente sempre più studi dimostrano che l'attività fisica riduce il rischio di patologie; il moto ha un effetto benefico in sé e non solo perché fa dimagrire.
- **attività fisica:** l’attività fisica influenza numerose funzioni dell’organismo umano potenzialmente correlate con il rischio di patologie: la funzionalità cardiovascolare e polmonare, la motilità intestinale, la produzione di ormoni, il bilancio energetico, la funzionalità immunitaria, la produzione di anti ossidanti e la riparazione del DNA. L’effetto benefico dell’attività fisica è conosciuto anche in ambito oncologico; secondo il World Health Report 2002 dell’Organizzazione Mondiale della Sanità l’inattività fisica sarebbe alla base del 10-16% dei casi di cancro del seno e del colon.

- **esposizione al sole e alle onde elettromagnetiche:** è particolarmente importante proteggere i più giovani dai raggi ultravioletti, considerato che il melanoma e molti altri tipi di tumore della pelle sono più frequenti tra chi si espone al sole senza protezione. Analogamente, stanno emergendo dati sul rischio di tumori all'encefalo negli esposti ad onde elettromagnetiche per lungo periodo, tanto che l'utilizzo eccessivo del cellulare è stato inserito recentemente dalla IARC (International Agency for Research on Cancer) tra le possibili cause di neoplasia.
- **infezioni sessualmente trasmesse:** i virus del papilloma umano (HPV) sono la causa più frequente di malattie sessualmente trasmissibili. Il 70-80% della popolazione attiva sessualmente viene infettata da HPV nel corso della propria vita. Alcuni tipi di HPV sono ritenuti i principali responsabili del cancro della cervice uterina. Si stima che 50 donne su 100 vengano a contatto con HPV del tipo ad alto rischio oncogeno (tipi 16 e 18). I virus appartenenti ai gruppi 16 e 18 sono responsabili di poco più del 70% dei tumori del collo dell'utero. Ogni anno in tutto il mondo circa mezzo milione di donne si ammala di cancro del collo dell'utero.
- **sostanze dopanti:** il doping consiste nell'uso di una sostanza o di una pratica medica a scopo non terapeutico, ma finalizzato al miglioramento dell'efficienza psico-fisica durante una prestazione sportiva, sia agonistica sia non agonistica, da parte di un atleta. Il doping espone a effetti nocivi, anche mortali, sulla salute, tra cui la potenziale insorgenza di leucemie e di tumori solidi (es. tumori primitivi del fegato).

La conoscenza e l'aderenza ad alcuni principi generali ed il corretto stile di vita consentono una reale prevenzione della salute.

Particolari criticità si incontrano nella fascia di età compresa fra i 14 e i 18 anni (scolarità superiore).

Attualmente in questa fascia d'età, soprattutto nel sesso maschile, non vi è una figura sanitaria professionale di riferimento. Nella fascia di età compresa fra i 14 e 18 anni i ragazzi sono troppo "grandi" per i Pediatri, e troppo "piccoli" per i Medici di Medicina Generale, che per vari motivi potrebbero non essere adeguatamente incisivi.

Va da sé che la conoscenza di alcune tematiche, anche delicate, potrebbe essere affidata al "dott GOOGLE" o alla conoscenza dell'amico "più esperto". In termini di prevenzione, molto utile era in passato la visita di leva, di fatto uno screening di popolazione in tutti i soggetti maschi appena maggiorenni, che permetteva di evidenziare nella popolazione patologie anche gravi, altrimenti misconosciute.

In mancanza di informazioni chiare nei giovani talvolta lo stile di vita non risulta corretto, l'utilizzo di abitudini voluttuarie e di sostanze nocive alla salute diventa sempre più frequente, la vita sessuale viene vissuta con conoscenze e comportamenti sbagliati.

Ad integrazione e completamento di quanto già fatto nelle scuole negli spazi istituzionali già previsti, il progetto è teso a fornire complete informazioni sulle tematiche inerenti alla prevenzione della salute, ma anche su altre tematiche come sessualità, corretto stile di vita, sulla anatomia e la fisiologia dell'apparato riproduttivo, sull'abuso di sostanze stupefacenti e sugli effetti negativi di abitudini voluttuarie.

Il progetto, che si rivolge agli “adulti di domani” per portare un messaggio di educazione alla salute, prevede l’organizzazione di lezioni/incontri nelle scuole superiori (classi IV-V?), rivolti ai ragazzi in un momento della vita adolescenziale particolarmente sensibile e caratterizzato da comportamenti che, se non corretti, potrebbero costituire un rischio per la salute.

Gli obiettivi che il progetto si propone si riassumono in questi termini:

Nei giovani nella fascia di età compresa fra i 14 e i 18 anni:

e) Informazioni riguardo ai rischi legati allo stile di vita non corretto ed all’uso di abitudini voluttuarie, per contribuire alla elaborazione dell’idea di benessere in un’ottica di prevenzione di malattie cardiovascolari, oncologiche e metaboliche;

f) Informazioni tossicologiche relative alle varie sostanze stupefacenti, ai rischi legati al loro utilizzo, ai meccanismi fisiopatologici di sviluppo della dipendenza da sostanze stupefacenti ed i rischi correlati.

g) Corrette informazioni di anatomia e fisiologia dell’apparato riproduttivo maschile e femminile;

h) Corrette informazioni su aspetti legati alla sessualità per la prevenzione di concetti e comportamenti errati, la prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse e lo sviluppo di una sessualità sana e consapevole.

Gli incontri verrebbero tenuti da un gruppo di medici rotariani e non. Ciascuno per il proprio ambito svilupperebbe gli argomenti in tempi e modi definiti (15’ ciascuno, file di ppt), secondo un format standardizzato e riproducibile nelle varie sedi scolastiche. I temi e le relazioni proposte saranno condivise con il corpo docente degli Istituti scolastici coinvolti nell’iniziativa, in modo da meglio indirizzare e centrare le informazioni proposte.

I professionisti che aderiscono all’iniziativa sono per ora:

- Dott Jacopo Cancelli, Dirigente Medico Neurologo, Clinica Neurologica, Ospedale di Udine
- Dott. Antonio Colatutto, Dirigente Medico Ematologo, Laboratorio Analisi di Elezione e Tossicologia, Ospedale di Udine
- Dott. Gioacchino De Giorgi, Dirigente Medico Urologo, Clinica Urologica, Ospedale di Udine
- Dott. Marco Signor, Dirigente Medico Radioterapista Oncologo, SOC Radioterapia, Ospedale di Udine
- Prof. Sandro Sponga, Dirigente Medico Cardiochirurgo, Ospedale di Udine
- Dott.Fabio Vescini, Dirigente Medico Endocrinologo, Ospedale di Udine

Saranno da considerare eventuali ulteriori adesioni di medici di altre specializzazioni all’iniziativa.