

:: SPECIALE SALUTE ::

Poste Italiane S.p.A. - Sped. in a.p. - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art 1, comma 1, DCB Brescia - Supplemento al numero odierno

A cura di Publiadige
Concessionaria di Pubblicità



Il sindaco Adriano Paroli e gli organizzatori dei "Giorni della Salute" alla presentazione dell'iniziativa

CON IL GRUPPO SAN DONATO DI BRESCIA

Psichiatria Le tre fiammelle hanno brillato nella tenda baby

I "Giorni della Salute" hanno dedicato al benessere psicologico del bambino uno spazio dove sono state sviluppate le tematiche della salute psicologica nella perinatalità (dalla gestazione fino a 3 anni di vita) e il rapporto emotivo dei bimbi con il cibo.

La tenda è stata molto frequentata dai bambini, autentici protagonisti di questa iniziativa coordinata dalla dottoressa Romana Caruso, specialista in psichiatria, psicoterapeuta, responsabile del "Servizio di psichiatria preventiva e salute della donna" del Gruppo San Donato di Brescia.

Durante le giornate in Piazza Paolo VI i bambini hanno giocato, disegnato, risposto a semplici test, si sono divertiti a teatro. Gli adulti hanno conversato con gli esperti, in gruppo e singolarmente, e giocato con le "fiammelle" in uno spazio tutto per loro.

Le tre "fiammelle" - rabbia, pena, paura - sono le



emozioni che costruiscono fin dalla vita intrauterina l'emotività umana. Hanno guidato bambini, genitori, professionisti a contatto con l'infanzia, a conoscere meglio l'animo umano, i suoi tesori e le sue difficoltà.

Si è inoltre approfondito il legame tra cibo ed emozioni: «Quando l'alimentazione si lega troppo all'emotività qualche guaio è in agguato. Per questo motivo è importante diventare più sensibili al tema: se una fiammella (o di più) si "incastra" nella pappa, genitori ed esperti, insieme, possono trovare delle soluzioni. Solo così è possibile ottenere due obiettivi: la liberazione della fiammella che, catturata dal cibo, non può più sprizzare il suo calore e la sua gioia, e l'alleggerimento del corpo del peso di una emozione che attraverso di esso cerca inutilmente di parlare. Qualche volta questi incastri portano a condizioni fisiche, oltre che emotive, gravi come la malnutrizione e l'obesità».

IL BILANCIO È POSITIVO

La salute ha calato un «tris» vincente

È positivo il bilancio dei "Giorni della Salute", il fine settimana dedicato alla prevenzione, all'informazione e ai consigli sul vivere sano che si è tenuto in Piazza Paolo VI, dove gli operatori sanitari e psico-sociali delle Istituzioni pubbliche e private si sono messi a disposizione dei cittadini.

E, nell'arco i tre giorni davvero intensi, i bresciani hanno risposto positivamente all'invito.

Chi ha presidiato il "villaggio della salute" è soddisfatto: «L'affluenza è stata numerosa soprattutto sabato e domenica e un ulteriore dato positivo sta nell'ampio range di età di chi si è fermato a chiedere informazioni: non c'erano solo gli anziani, ma anche tanti giovani e molte coppie. Molto frequentato e animato anche lo spazio interamente dedicato ai bambini».

Negli stand dei "Giorni della Salute" c'era la possibilità di verificare il "livello di benessere" con appositi test, oltre che di ricevere informazioni preziose sui molteplici aspetti che caratterizzano gli stili di vita.

Un ruolo importante nella promozione degli stili di vita hanno avuto nella tre giorni in piazza i medici di medicina generale e i farmacisti, presenti per offrire consulenze, mentre uno spazio particolare è stato riservato alla medicina complementare.

La seconda edizione dei "Giorni della Salute", organizzati dal Comune di Brescia, ha visto quest'anno la stretta collaborazione con l'ASL di Brescia per un'iniziativa ancora più articolata a favore della prevenzione e della salute.

«L'obiettivo che ci siamo posti è la promozione di sani stili di vita - sottolineano gli organizzatori - I comportamenti che ciascuno di noi adotta - l'alimentazione, l'attività fisica, le relazioni, l'assenza di dipendenze - determinano il nostro stato di salute e contribuiscono a migliorare la qualità della nostra vita. Sono i cosiddetti fattori protettivi che favoriscono la capacità di resistenza alle malattie e aumentano il benessere».

OXI.GEN LAB, UN ATTIVO PUNTO DI RIFERIMENTO

È l'«alimentazione» la via per il benessere



Un tecnico dell'Oxi.Gen Lab di Brescia

Nei "Giorni della Salute" è stata riservata un'attenzione particolare alla relazione tra alimentazione e benessere, un'occasione, per i bresciani, di fare il punto sul proprio stato di salute anche grazie alla presenza di Oxi.Gen Lab, il laboratorio di analisi cliniche innovative e personalizzate più all'avanguardia a Brescia, che ha sede in via Marconi 11/a.

Lo staff medico di Oxi.Gen Lab è stato presente in Piazza Paolo VI nello stand dedicato all'alimentazione accanto a medici, dietisti e cuochi dell'Ospedale Civile di Brescia, coordinati dalla Unità di Dietetica e Nutrizione Clinica.

Oltre ai corsi, nello stand si è dato spazio a dimostrazioni pratiche e ai consigli utili su come alimentarsi per mantenere un corretto stile di vita e una dieta sana. Proprio in quest'ottica Oxi.Gen Lab ha focalizzato la sua presenza sull'aspetto diagnostico, fornendo innanzitutto informazioni sui propri esami orientati alla nutrizione, come quelli per valutare le intolleranze alimentari (Test ImuPro), la disbiosi intestinale (Stool Flora Scan) e il fabbisogno personale di acidi grassi Omega 3 e Omega 6.

Oxi.Gen Lab ha distribuito inoltre gratuitamente i propri kit di autoprelievo, consentendo di effettuare i test a casa - con ritiro a domicilio dei campioni -, a prezzi promozionali per i tre giorni dell'iniziativa.

Non solo. Passando dallo stand in Piazza Paolo VI si potevano riti-

rare in omaggio coupon per effettuare, a prezzi scontati, tutti gli altri esami effettuati da Oxi.Gen Lab nel proprio laboratorio, così da avere la possibilità di effettuare un check up a 360 gradi.

E grazie alla sinergia con il poliambulatorio Oxi.Gen Med, i pazienti potranno inoltre far valutare i risultati dei propri test da uno staff di medici e specialisti tra i più qualificati che esercitano in città.

«Gli esami specialistici che possono essere eseguiti nel nostro laboratorio comprendono il dosaggio degli anticorpi rivolti contro gli alimenti (le cosiddette intolleranze alimentari), la disbiosi intestinale, cioè la valutazione della flora microbica normalmente presente nel nostro apparato digerente, che svolge funzioni di rilevante importanza per il benessere non solo dell'intestino, ma di tutto l'organismo in generale - sottolinea il dottor Giuseppe Pignoli, direttore sanitario di Oxi.Gen Lab - Accanto a questi possono essere dosati i grassi "buoni" e "non buoni" e a seguito dei risultati è possibile suggerire un regime alimentare idoneo alle caratteristiche del paziente. Possono inoltre essere valutati alcuni dosaggi ormonali (soprattutto, anche se non solo, gli ormoni dello stress) su un semplice prelievo di saliva. Anche quest'ultima determinazione contempla risvolti positivi sulla salute, poiché è noto che squilibri ormonali trascurati nel tempo, sono alla base di numerose malattie croniche».

È siamo quando ti prendi
cura del tuo mondo.



Garantire il benessere a tutti con farmaci accessibili e di qualità: questa è la ricetta del successo di TEVA, leader mondiale e italiano dei farmaci equivalenti. Con un impegno costante in ricerca e sviluppo di nuovi farmaci, garantito da impianti d'avanguardia e personale altamente qualificato, TEVA fornisce farmaci in tutte le principali aree terapeutiche.

TEVA.
CURIAMO IL PRESENTE
PER SOSTENERE IL FUTURO.

TEVA

LA PERDITA DEL BENESSERE ALIMENTARE CONDUCE DAPPRIMA ALLA «NON SALUTE», POI ALLA MALATTIA

La nutrizione corretta è alla base del viver bene

Infanzia, adolescenza, età adulta e vecchiaia sono le quattro grandi fasi evolutive e di trasformazione del nostro corpo.

La nutrizione gioca un ruolo fondamentale per il mantenimento del benessere alimentare e permette di accedere serenamente ad altri fondamentali impegni della nostra esistenza come la gravidanza, la quotidianità del lavoro, lo sport.

«I fabbisogni dell'organismo vanno soddisfatti sia con le calorie sia con la qualità del cibo, con il compendio di tanti altri minuscoli ma importantissimi ed essenziali componenti dell'alimentazione, come le vitamine, l'acqua, gli oligoelementi, recuperando anche quegli alimenti antichi e un po' dimenticati che umilmente e silenziosamente proteggono la nostra biologia e la nostra salute - spiega il dottor Claudio Macca, responsabile della Unità di Dietetica e Nutrizione Clinica degli Spedali Civili di Brescia -. La perdita del benessere alimentare conduce dapprima alla "non salute", poi alla malattia: il confine è sottile, varcarlo è facile, si entra così nel mondo della malnutrizione per eccesso o per difetto, obesità o denutrizione, prelude, entrambi, di altre importanti malattie».

Ogni giorno i medici nutrizionisti del Civile, sia ambulatorialmente che nei reparti di degenza, approfondiscono la diagnostica nutrizionale e contrastano, con la dietetica o la nutrizione artificiale, gli effetti della malattia sulle possibilità di assunzione di cibo.

Anche l'educazione alimentare, condotta dalle dietiste del Civile, riveste un ruolo di primo piano nella gestione della prevenzione e cura delle malattie correlate all'alimentazione.

La corretta gestione delle quote caloriche, la cultura degli alimenti, l'uso opportuno delle bevande, la lettura delle etichette alimentari, la conoscenza delle proprie individuali affinità per i cibi e di come convivere con esse, tutto ciò rappresenta la palestra professionale di un buon dietista, vicino alle domande e ai dubbi di chi a lui si rivolge, e ne espande il counselling fino ai temi comportamentali e relazionali.



L'ingresso principale degli Spedali Civili di Brescia

L'esperienza pratica

Una nuova visione del cucinare con le dietiste del «Civile»

Ai "Giorni della Salute", nello spazio del "Benessere alimentare" dell'Unità di Dietetica e Nutrizione Clinica degli Spedali Civili di Brescia sono stati organizzati anche mini corsi di cucina dietetica, tenuti da cuochi specializzati e dalle dietiste degli Spedali Civili.

«È infatti proprio nel momento della preparazione del cibo che si comincia a gestire il bilancio calorico giornaliero e a condurre le scelte - spiegano le dietiste del Civile -. L'uso attento di condimenti e di grassi, le tecniche di cottura per salvaguardare le caratteristiche gastronomiche e nutrizionali delle materie prime impiegate, il saper indirizzare la scelta dei componenti delle ricette dietetiche verso gli alimenti più protettivi dal punto di



Cuochi al lavoro in una moderna cucina

vista metabolico e della sicurezza alimentare: tutto questo arricchisce l'esperienza soggettiva di una nuova visione del cucinare».

«È non meno importante ci sembra conoscere e approfondire l'uso delle spezie e degli aromi, non solo

a fini gastronomici ma anche dietetici e metabolici - concludono nello spazio del "Benessere alimentare" -. La narrazione antica e intrigante delle spezie diviene oggi attuale e futuristica: meno sale e meno grassi per più sapore e più salute».

IN ITALIA È PRESENTE CON 6 SITI PRODUTTIVI IN LOMBARDIA E PIEMONTE

Teva Pharmaceuticals leader dei farmaci equivalenti

Teva Pharmaceuticals Industries Ltd, con quartier generale a Tel Aviv (Israele), è tra le prime 15 aziende al mondo nel settore farmaceutico, conta un portafoglio prodotti globale di oltre 1.480 molecole ed è leader mondiale nel mercato dei farmaci equivalenti.

Teva assicura al maggior numero di pazienti l'accesso alle cure con i farmaci equivalenti, ma si impegna anche a sviluppare cure più avanzate, con specialità farmaceutiche innovative per le quali investe il 7% del suo fatturato globale.

Fondata nel 1901 a Gerusalemme, impiega oggi più di 40.000 dipendenti in 60 Paesi nel mondo e i suoi prodotti sono distribuiti in oltre 100 mercati. Le aree terapeutiche su cui concentra la sua attività sono le malattie neurologiche, le malattie respiratorie, la salute della donna e il settore dei farmaci biotecnologici biosimilari, in particolare con farmaci dell'area oncologica ed ematologica. Nel 2010 Teva ha registrato un fatturato a livello mondiale di 16 miliardi di dollari.

L'azienda è anche il più grande produttore mondiale di principi attivi per conto delle maggiori multinazionali, fatto che rappresenta la migliore garanzia di qualità dei prodotti Teva.

Il 10 agosto 2010 il gruppo Teva si è rafforzato grazie all'acquisizione della tedesca Ratiopharm, azienda europea operante nel settore dei farmaci equivalenti. Un'acquisizione strategica, in quanto le linee produttive e i listini di Teva e Ratiopharm si completano e si arricchiscono a vicenda.

La nuova realtà conquista il po-



L'a.d. Giorgio Foresti

dro in Europa nel settore dei farmaci equivalenti. Nel 2015 l'obiettivo da raggiungere sarà di 31 miliardi di dollari, 9 dei quali in Europa. Una delle maggiori leve di crescita per Teva per il prossimo futuro sarà il consolidamento delle conoscenze, competenze e infrastrutture nel mercato dei farmaci biotecnologici biosimilari con un portafoglio sempre più ricco e con elevati standard di qualità, sicurezza di utilizzo ed efficacia clinica.

Dal 2011, con l'acquisizione di Theramex, Teva allarga le sue attività offrendo prodotti per la cura della salute della donna.

In Italia Teva è presente dal 1996, con sede a Milano e, a seguito dell'acquisizione di Ratiopharm, l'azienda conta ora circa 300 dipendenti. Teva in Italia è anche presente con 6 siti produttivi, localizzati in Lombardia e Piemonte.

La nuova struttura aziendale, che ha preso forma dall'integrazione delle forze vendita e dei listini prodotti delle due aziende, ha

permesso di raggiungere in Italia un fatturato di 283 milioni di euro e una quota di mercato del farmaco equivalente pari al 27,6% a unità e al 26,3% a valori. (Fonte IMS Health - MAT Dic 2010)

Teva Italia è strutturata in aree di business che sviluppano importanti attività d'informazione scientifica relative ai prodotti di riferimento. L'area di business dedicata ai prodotti ospedalieri e biotecnologici di Teva si occupa di farmaci biosimilari, dispositivi di biotecnologia per la rigenerazione tissutale e farmaci equivalenti di utilizzo ospedaliero, in particolare farmaci oncologici.

L'area di business Retail è dedicata ai farmaci equivalenti distribuiti in farmacia e segue i rapporti con medici e farmacisti, sviluppando attività di informazione e formazione sul territorio. Infine, con Theramex, l'offerta Teva si è ulteriormente ampliata con il nuovo business relativo ai prodotti per la cura della salute della donna.

UN VALIDO STRUMENTO DI PREVENZIONE

Attività fisica il valore aggiunto

Si calcola che la mancanza nella vita di tutti i giorni di attività fisica nell'Europa occidentale sia responsabile, favorendo la manifestazione o non contrastando l'evoluzione di malattie su base cardiovascolare e metabolica, di almeno 600.000 morti all'anno. La mancanza di attività fisica porta ad una riduzione di autonomia, capacità di movimento e perdita di

occasioni di interazione personale.

Inoltre, l'attività fisica può configurarsi come supporto nel recupero funzionale di movimenti compromessi per cause neuromuscolari o traumatologiche oppure alla terapia antidiabetica.

«Il "fare esercizio" deve avvenire dopo che il medico ha valutato che si sia in grado di farlo e in quale "dose"», spiega Deodato

Assanelli, professore associato di Medicina dello Sport - Medicina Interna dell'Università di Brescia e responsabile del Servizio di medicina dello sport dell'Azienda Spedali Civili presidio ospedaliero di Montichiari.

Nella tenda del "Benessere e attività fisica" ai "Giorni della Salute", sono stati mostrati momenti di valutazione della capacità di fare esercizio sia in termini globali, con stima dell'impegno cardio-respiratorio, sia di gruppi muscolari impegnati in attività specifiche come il recupero dell'equilibrio per un passaggio sicuro dalla sedentarietà alla mobilità.

L'analisi clinica diventa personale

Oxi.Gen Lab, laboratorio privato di analisi cliniche di Brescia, accreditato dalla regione Lombardia e certificato TÜV, è specializzato in analisi tradizionali, specialistiche e percorsi clinici personalizzati nelle seguenti aree di intervento:

- SALUTE E BENESSERE (test di medicina estetica e anti-aging)
- NUTRIZIONE (test di intolleranze alimentari, disbiosi intestinale, acidi grassi e ormoni salivari)
- STRESS OSSIDATIVO (test per contrastare l'invecchiamento cellulare)
- GENETICA (test per la predisposizione genetica a specifiche patologie)

Oxi.Gen Lab propone inoltre test clinici certificati eseguibili attraverso pratici kit di auto-prelievo non invasivo. Potrai provvedere tu stesso all'auto-prelievo capillare con un semplice ago pungidito, un tampone salivare oppure un campione di urine o feci.

Tutti i nostri test sono eseguiti direttamente nel nostro laboratorio di analisi con metodiche riconosciute e certificate a livello internazionale; i test non invasivi disponibili sono:



TEST INTOLLERANZE ALIMENTARI
per la valutazione dell'ipersensibilità ad alimenti, conservanti ed additivi alimentari



TEST DISBIOSI INTESTINALE
per la valutazione della funzionalità dell'intestino



TEST ACIDI GRASSI
per la valutazione degli acidi grassi omega 3 e omega 6



TEST DANNO OSSIDATIVO
per la valutazione della capacità antiossidante dell'organismo



TEST FILAGGRINA
per la predisposizione alla secchezza della pelle, ittiosi ed eczema



TEST STRESS PSICOFISICO
per la valutazione dell'equilibrio metabolico-ormonale



analisi cliniche e ricerca
OXI.GEN
LAB

Per informazioni
030.3386212

OXI.GEN LAB via G. Marconi 11A - Brescia - www.oxigenlab.com
Direttore Sanitario: Dr. Giuseppe Pigoli