

Allarme dai pediatri: troppi farmaci ai bambini

Prozac per i piccoli depressi. Melatonina per regolare il ritmo sonno-veglia dei nostri bambini. Ritalin per calmare gli iperattivi. E poi antibiotici come se fossero caramelle. A denunciare l'abuso di farmaci durante la prima infanzia è il dottor Alberto Giovanni Ugazio, coordinatore del Dipartimento di Medicina Pediatrica dell'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù di Roma. «Non si tratta solo di prescrizioni relative a farmaci sperimentati, ma anche di medicine i cui principi attivi non stati collaudati per uso pediatrico».

Le conseguenze? Reazioni allergiche, diarrea, nausea, vomito, eritema, tremore, ma anche effetti più seri? Sono

pochi in realtà i farmaci sperimentati nei bambini: solo il 30 per cento di quelli normalmente in uso in pediatria», aggiunge il dottor Ugazio. Gli altri cosiddetti «off label», ossia fuori etichetta, di cui si hanno conoscenze sul dosaggio ideale e sui potenziali effetti collaterali negli adulti, rappresentano il 40 per cento delle medicine prescritte dal pediatra di famiglia.

Per chiarirsi le idee e muoversi con maggior consapevolezza in questa complessa realtà ora ci si può rivolgere al Progetto Girasole, un servizio che ha attivato uno sportello di consulenza per genitori, insegnanti, medici, attivo 20 ore su 24. Il numero da chiamare è lo 06.68592265.

► Il phon che fa passare il mal di testa

Ha le dimensioni di un asciugacapelli: si appoggia alla base del cranio, impugnandolo per le due manopole, poi, si pigia l'interruttore. Attivato, l'apparecchio anziché liberare aria calda emette onde elettromagnetiche in grado di risolvere le crisi di emicrania. Lo strumento, chiamato Transcranial magnetic stimulator, Tms, è stato da poco presentato negli Stati Uniti, all'ultimo congresso dell'Associazione americana per il mal di testa. Perché funziona? Si è visto che spesso all'origine del dolore c'è un'iperexcitabilità dei neuroni, per una gestione errata delle molecole che li mettono in comunicazione fra loro. Ebbene, in alcuni casi un intenso campo magnetico permette di riportare le cellule nervose alla loro normalità, con una conseguente attenuazione del dolore. Tutto questo avviene soprattutto nel caso delle cefalee con aura, ossia con le forme di mal di testa associate alla visione di punti luminosi o di macchie nere.

Spa e balneo contro il mal di schiena?

Oasi preferite da chi ricerca benessere e forma fisica, terme e spa offrono anche effetti terapeutici. L'analisi di 5 studi condotti in Francia ha infatti dimostrato che fanghi e bagni termali sono in grado di curare in modo significativo i dolori cronici lombari (lombalgie). Su una scala di valutazione di 100 mm, i fanghi riducono fino a 26,6 mm l'intensità del dolore e la balneoterapia a 18,8 mm. Sono in corso altri studi per confermare questi dati, di per sé già incoraggianti.



La dieta bussa alla porta



Le indagini confermano: la causa principale di insuccesso nelle diete è dovuta alla difficoltà nel preparare i pasti e rispettare le dosi. Ma oggi questo ostacolo si può superare: basta rivolgersi al servizio Diet To Go, la dieta a casa, attivo già in molte città. Un vero chef prepara colazione, pranzo e cena, nutrizionalmente equilibrati, che vengono recapitati a domicilio. In due settimane si possono perdere dai 2 ai 4 kg. Costo: 30 euro al giorno. Info: telefono 0187.751493 www.diet-to-go.com

Medicina intelligente: arrivano le pillole individuali

Le nuove frontiere della medicina? I farmaci «individuali», messi a punto a seconda delle caratteristiche assunte dalle malattie in ciascuno di noi. E, dunque, capaci di curare in modo personalizzato insonnia e ansia, depressione e vertigini, distrofia muscolare, ictus e tumori cerebrali.

È l'accattivante prospettiva presentata in anteprima a Milano, durante la prima edizione di «Porte Aperte alle Neuroscienze» dell'Università Vita e Salute - Ospedale San Raffaele di Milano. Un obiettivo reso possibile dalla progressiva comprensione del funzionamento e dei cambiamenti del cervello, a sua volta, consentita da esami sofisticati, come la risonanza magnetica funzionale e la PET.

