

# Sanità

# Salute

Rubrica a cura dell'Ordine dei Medici e Odontoiatri

della provincia di Latina

Responsabile dott. Angela Capponi

I raggi Uva e gli Uvb sono principalmente causa di effetti a breve e lungo termine

## Come difendersi dal sole

Che i raggi ultravioletti siano responsabili di danno cellulare è un fatto ormai noto. Gli UVA e gli UVB principalmente sono causa di effetti a breve e lungo termine: si va quindi dall'eritema solare, alle ustioni, alle fotodermatiti, al fotoinvecchiamento, con la comparsa di macchie solari e lesioni precancerose, fino allo sviluppo di veri e propri tumori della pelle. Il melanoma è il tumore maligno cutaneo più grave; esso origina dai melanociti e presenta un decorso subdolo (non da sintomi se non ad uno stadio avanzato di malattia) ed aggressivo. Fattori di rischio sono sicuramente la familiarità, il numero di nei, un fototipo chiaro, la presenza di nevi atipici; sicuramente in questo quadro gioca un ruolo di primaria importanza l'esposizione ai raggi ultravioletti. Per limitare i danni del sole occorre tener presente alcune regole fondamentali:



fotoprotezione vuol dire innanzitutto evitare di esporsi al sole in modo diretto ed intenzionale nelle ore più calde, dalle 11 alle 17 circa. Spesso non si pensa che il nostro primo baluardo di difesa nei confronti del sole

resta l'abbigliamento: la barriera meccanica rappresentata da un cappello resta la prima difesa del cuoio capelluto ed in parte anche del viso. E' poi di cruciale importanza ricorrere ad una protezione solare; ne

esistono fondamentalmente di due tipi: fisiche (i cosiddetti schermi) e chimiche (assorbenti). Gli schermi fisici contengono sostanze minerali come ossido di zinco o biossido di titanio che consentono di riflettere e disperdere le radiazioni. Non sono facilmente spalmabili e lasciano una sottile patina biancastra sulla pelle che può essere poco piacevole, ma sono i prodotti più indicati nei bambini al di sotto dei tre anni e nei soggetti con ipersensibilità ed intolleranze. I filtri chimici sono i più diffusi ed impediscono la penetrazione nella pelle di raggi UVB ed UVA. Da ricordare che la protezione solare va applicata almeno mezz'ora prima della fotosposizione, preferibilmente a casa prima di indossare il costume. Infine l'applicazione va rinnovata ogni 3 ore circa durante la fotosposizione e comunque sempre dopo essersi bagnati, anche se il pro-

dotto è di quelli resistenti all'acqua. Il medico consiglierà il livello di protezione (molto alta, alta, media, bassa) a seconda del fototipo e del grado di abbronzatura; in ogni caso è sempre consigliabile iniziare con un grado di protezione più alto e ridurlo gradatamente man mano che ci si abbronzano. Per una fotoprotezione poi globale e sistemica si può ricorrere all'uso di integratori alimentari principalmente a base di carotenoidi che esplicano un'azione antiossidante, immunoprotettiva e ristrutturante del DNA cellulare. In ogni caso chiunque dovrebbe sottoporsi ad un semplice controllo clinico dermatologico a cadenza annuale, o più spesso su segnalazione dello specialista, e sottoporsi, se necessario, ad esami più approfonditi, come la dermoscopia o un esame istologico.

(Dott. Angela Capponi, Specialista in Dermatologia)

### L'APPUNTAMENTO

Sanità  
e innovazione,  
convegno  
ad Aprilia

L'apporto dell'innovazione tecnologica e le problematiche dell'informatizzazione in sanità: la telemedicina, la sanità elettronica, l'analisi dell'attuale quadro normativo e le criticità

Il convegno si terrà martedì 30 giugno 2009 dalle ore 09:30 alle 13:30 presso la Casa di cura Villa Silvana in Viale Europa 1, ad Aprilia.

Viene presentata una qualificata piattaforma per il confronto con specialisti del mondo giuridico, sanitario ed informatico, ma soprattutto costituisce una importante occasione di aggiornamento per tutti gli operatori del settore medico in relazione alle nuove disposizioni giuridiche e informatiche che il ministro Brunetta ha introdotto con la sua riforma.

La partecipazione al convegno è gratuita. Per informazioni ed iscrizioni: Tel. 0773.472486-Email: info@consultingco.it.



Ogni anno nel mondo vengono diagnosticati oltre 2 milioni di casi di melanoma ed il numero è in costante aumento (Fonte OMS). In Italia l'incidenza è superiore ai 12-13 casi per anno su 100 mila abitanti. Colpisce prevalentemente soggetti nella fascia d'età compresa tra i 30 e i 60 anni, con un picco intorno ai 40-50. Se diagnosticato in tempo il 90% dei tumori cutanei potrebbe essere guarito. La prevenzione è quindi fondamentale e diventa una priorità. Per questo motivo La Roche-Posay e ADOI (Associazione Dermatologi Ospedalieri Italiani) hanno realizzato la campagna myskincheck, un progetto dermatologico di salute pubblica, con l'obiettivo di sensibilizzare alla prevenzione del melanoma. Il progetto, che

Il 27 ed il 28 al porto del Circeo un dermatologo controllerà gratuitamente la tua pelle

## Myskincheck: progetto dedicato alla sensibilizzazione e prevenzione

### SCHEDE EVENTO

**MYSKINCHECK - Controllo gratuito dei nei**  
27-28 Giugno - porto di San Felice Circeo  
Sabato 27 h15.00-20.00  
Domenica 28 h9.00-13.00 e 15.00-20.00

parte a maggio, si articola in tre iniziative concrete e complementari: il sito internet [www.myskincheck.it](http://www.myskincheck.it), dove trovare consigli utili per la propria salute, approfondimenti

sul tema del melanoma e strumenti per prepararsi alla visita dal dermatologo; il tour myskincheck con visite gratuite nelle più importanti spiagge italiane, ed il coinvolgimento delle strutture ospedaliere che divulgheranno nelle proprie sale d'attesa l'importanza della prevenzione del melanoma attraverso video educativi. Nel weekend del 27 e del 28 Giugno, grazie alla collaborazione dell'Accademia Dermatologica Romana (ADR), il tour farà tappa sul litorale laziale: sulla spiaggia di San Felice Circeo verranno distribuiti in-



viti relativi all'iniziativa e si potranno effettuare visite gratuite presso la barca a vela di myskincheck, ormeggiata al

porto, in apposite cabine dermatologiche. In questi incontri il dermatologo compilerà una "Scheda visita paziente" in cui indicherà il livello di protezione necessario e individuerà la localizzazione e il numero dei nei del paziente, in modo che possa tenerli monitorati e conoscere il proprio livello di rischio. I dermatologi saranno disponibili Sabato 27 dalle ore 15.00 alle ore 20.00 e Domenica 28 dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e dalle ore 15.00 alle ore 20.00. Per ulteriori informazioni è possibile consultare il sito [www.myskincheck.it](http://www.myskincheck.it).

[informasalute@ordinemedicilatina.it](mailto:informasalute@ordinemedicilatina.it)

PROGETTO INFORMASALUTE

0773.693665 - Fax: 0773.489131

**MP MedicalPontino**  
orari: Lun/Ven 07,30-19,30 Sab 07,30-13,30  
LATINA Via Custozze 3b - Tel 0773661234 Fax 0773665048 - [www.medicalpontino.it](http://www.medicalpontino.it) - [medicalpontino@libero.it](mailto:medicalpontino@libero.it)  
LABORATORIO DI ANALISI CLINICHE RISONANZA ARTICOLARE-ARTOSCAN  
ORMONALI E MICROBIOLOGICHE ECOGRAFIE  
(Convenzionato ASL) MEDICINA ESTETICA E LASER TERAPIA  
RADIOLOGIA MEDICA (Convenzionato ASL) MOC METODO DEXA  
POLIAMBULATORIO SPECIALISTICO

AUTORIZZAZIONE SANITARIA ALL'ESERCIZIO N°168 del 12/12/2008 REL. DAL COMUNE DI LATINA  
DIRETTORE SANITARIO Dott. Antonio TRANQUILLI Specializzato in Patologia Generale, iscritto all'Ordine dei Medici della provincia di Latina dal 06/09/1973 con N° Ordine 1130

RISONANZA MAGNETICA ARTICOLARE  
**ARTOSCAN** GOMITO - POLSO - MANO  
GINOCCHIO - CAVIGLIA - PIEDE

ECOGRAFIA MAMMARIA + MAMMOGRAFIA € 100,00  
CAVITAZIONE (Dilatazione ad ultrasuoni) € 85,00

€ 95,00 cad.