

A ROMA, PRESENTATO IL 91° CONGRESSO NAZIONALE DI SIGO-AOGOI-AGUI DEDICATO ALLE IMMIGRATE

La salute al femminile tra sostenibilità e società multi-etnica: la sfida dei ginecologi

Solo il 20% delle under20 d'origine straniera, che risiede nel nostro Paese, è andata almeno una volta dal ginecologo. Il 70% delle loro coetanee italiane invece si è sottoposta alla visita con lo specialista. È questo il quadro tracciato dalla Società Italiana della Ginecologia e Ostetricia (SIGO) ieri in un incontro con i giornalisti per la presentazione del 91° congresso della Società scientifica dal titolo La Salute al Femminile Tra Sostenibilità e Società Multi-etnica che si svolgerà a Roma dal 2 al 5 ottobre 2016. "In Italia vivono più di 1 milione e 700mila straniere in età fertile - ha affermato il prof. Paolo Scollo presidente nazionale SIGO -. Nella maggioranza dei casi queste ragazze si rivolgono a noi quando è già troppo tardi: ci chiedono la pillola del "giorno dopo" o di altri contraccettivi d'emergenza. Alla base manca una corretta cultura della prevenzione". "Le giovani straniere sono più esposte al rischio di comportamenti sessuali non responsabili - ha sostenuto il prof. Giovanni Scambia Direttore del Dipartimento Tutela della Salute della Donna della Cattolica di Roma -. Il loro tasso di abortività è più del doppio di quello delle italiane di pari età. Bisogna invertire questa pericolosa tendenza con corsi specifici di educazione alla sessualità ed affettività". "Il 13% degli stranieri non sa spiegare in italiano i propri disturbi ad



Da sinistra Enrico Vizza, Paolo Scollo, Vito Trojano e Mauro Boldrini durante l'incontro con la stampa

un medico - sostiene il prof. Enrico Vizza segretario nazionale SIGO -. Per avvicinarli a noi dobbiamo puntare sulle "seconde e terze generazioni" di immigrati. Cittadini nati e cresciuti nel nostro Paese, che possono fare da tramite per l'informazione, non solo medico-sanitaria". "L'immi-

grazione ha portato al confronto culture molto differenti per quanto riguarda la sessualità, maternità o il ruolo della donna all'interno della società e famiglia - hanno sottolineato il prof. Vito Trojano presidente nazionale dell'AOGOI e il prof. Nicola Colacurci presidente nazionale AGUI. "Noi ginecologi - hanno concluso - dobbiamo aggiornare le nostre conoscenze alla luce di questi fenomeni. Per questo abbiamo deciso di mettere al centro del suo prossimo congresso nazionale il benessere e la salute delle immigrate".

NON FARE AUTOGOL

Massimo Oddo sale in cattedra per la prevenzione

Circa un giovane abruzzese su tre non mangia quasi mai frutta e verdura, mentre troppo diffuso è il consumo di bibite gassate, spuntini, merendine, snack e patatine. Sono dati preoccupanti, perché oltre il 30% dei tumori è collegato a un regime alimentare scorretto e l'obesità è uno dei principali fattori di rischio. Proprio per sensibilizzare i giovani su questi temi, si è svolto a Pescara venerdì il settimo appuntamento della VI edizione di Non fare Autogol, la campagna di prevenzione promossa dall'AIOM (Associazione Italiana di Oncologia Medica) dedicata agli adolescenti. In cattedra per insegnare ai giovani lo stile di vita dei campioni, l'allenatore del Pescara, Massimo Oddo. "È con grande piacere che ho accettato di partecipare a un progetto così importante - ha dichiarato -. La vostra salute, il vostro stato di forma e anche il vostro umore: parte tutto dalla tavola! Ragazzi, per essere sempre al top lasciate perdere patatine e bibite gassate: con più frutta e verdura avrete subito una salute da campioni!". "Vogliamo far capire che la vera sfida contro il cancro inizia da giovani - sottolinea il dott. Donato Natale del Dipartimento di Oncologia dell'Ospedale Santo Spirito di Pescara e coordinatore regionale AIOM per l'Abruzzo -. Il 40% dei casi per tumore, infatti, è causato da fattori di rischio potenzialmente modificabili". Il progetto è reso possibile grazie ad un grant non condizionante di Roche Spa.



ICIBI DELLE FESTE

Noci, uva, lenticchie: il menu 'portafortuna' ricco di benefici

Uva, lenticchie o noci. Le feste si avvicinano e secondo la tradizione, non può mancare almeno uno dei cibi "portafortuna", che nell'immaginario popolare propiziano buona sorte e che per la scienza sono veri e propri scrigni di elementi benefici:

LENTICCHIE. Sono il simbolo per eccellenza dei soldi. Ma il loro vero regalo è per la salute. I grassi sono quasi inesistenti, zero assoluto il contenuto di colesterolo. Non mancano sali minerali e vitamine, tra cui l'acido folico, il ferro, la vitamina C, il calcio e il fosforo. Vanno cotte bene e a lungo, perché contengono fattori antitriptici, antidigestivi inattivati da cotture prolungate.

UVA. Le sostanze antiossidanti del frutto dell'abbondanza aiutano a combattere i radicali liberi. Non solo: le molecole degli acini migliorano il benessere dei vasi sanguigni e la fluidità del sangue e rallentano la degenerazione delle cellule cerebrali. Ricca di potassio e povera di sodio, l'altra grande prerogativa sono le fibre, che si trovano concentrate soprattutto nella buccia.

NOCI. La tradizione vuole che i frutti racchiusi in un guscio richiamino la protezione dagli attacchi esterni. Quel che è scientificamente provato è che i gherigli allontanano lo stress: sono ricchi di triptofano, un aminoacido che entra nella sintesi della serotonina. Inoltre contengono acidi grassi insaturi, che tengono a bada il colesterolo "cattivo" e fanno crescere quello "buono".

