



**Ordine dei Medici Chirurghi e degli
Odontoiatri
della Provincia di Forlì-Cesena**

Consiglio Direttivo:

Presidente:

Dott. Gaudio Michele

Vice Presidente:

Dott. Pascucci Gian
Galeazzo

Segretario:

Dott.ssa Zambelli Liliana

Tesoriere:

Dott. Balistreri Fabio

Consiglieri:

Dott. Castellani Umberto
Dott. Castellini Angelo
Dott. Forgiarini Alberto
Dott.ssa Gunelli Roberta
Dott. Lucchi Leonardo
Dott. Paganelli Paolo
Dott.ssa Pasini Veronica
Dott. Ragazzini Marco
Dott. Simoni Claudio
Dott. Vergoni Gilberto

**Commissione Albo
Odontoiatri:**

Presidente:

Dott. Paganelli Paolo

Segretario:

Dott. D'Arcangelo
Domenico

Consiglieri:

Dott. Alberti Andrea
Dott.ssa Giulianini Benedetta
Dott.ssa Vicchi Melania

Notiziario speciale fine anno

OMCeO Forlì-Cesena

ORARI SEGRETERIA ORDINE

mattino: dal lunedì al venerdì ore 9.00 -14.00

pomeriggio: martedì – giovedì ore 15.30 - 18.30

sabato chiuso

CONTATTI

tel. e fax 054327157

sito internet: www.ordinemedicifc.it

email: info@ordinemedicifc.it segreteria.fc@pec.omceo.it

**Durante il periodo natalizio la Segreteria
effettuerà le seguenti variazioni di orari:**

venerdì 27: chiusura ore 12.00

martedì 31: chiusura giornaliera

**per tutti gli altri giorni resta in vigore il normale orario di
apertura al pubblico**

***Il Presidente a nome personale e del Consiglio
Direttivo
formula i migliori Auguri di un Felice Anno
Nuovo !***

**Collegio
dei Revisori dei Conti:**

Presidente:

Dott. Fabbroni Giovanni

Revisori:

Dott. Gardini Marco
Dott.ssa Possanzini Paola

Revisore supplente:

Dott.ssa Zanetti Daniela

**Commissione ENPAM per
accertamenti di Invalidità**

Presidente:

Dott. Tonini Maurizio

Dott. Nigro Giampiero
Dott. Verità Giancarlo

**Commissione Giovani
Medici**

Coordinatore:

Dott. Gardini Marco

Dott. Biserni Giovanni
Battista

Dott. Carloni Lorenzo
Dott.ssa Casadei Laura
Dott. Farolfi Alberto
Dott. Gobbi Riccardo
Dott. Limarzi Francesco
Dott.ssa Moschini Selene
Dott. Natali Simone
Dott.ssa Olivetti Maria Elena
Dott.ssa Pavesi Alessandra
Dott.ssa Scavone Sara
Dott.ssa Turci Ylenia

**Commissione
Aggiornamento
Professionale**

Coordinatore:

Dott. Amadei Enrico Maria

Dott. Carloni Lorenzo
Dott. Gardini Marco
Dott.ssa Gunelli Roberta
Dott.ssa Olivetti Maria Elena
Dott.ssa Pieri Federica
Dott. Simoni Claudio
Dott.ssa Sirri Sabrina
Dott.ssa Vaianti Francesca
Dott. Verdi Carlo
Dott. Vergoni Gilberto

PROCEDURA OBBLIGATORIA PER LA PARTECIPAZIONE A “LE SERATE DELL’ORDINE”

Dal 15 marzo 2018, a seguito delle nuove disposizioni trasmesse dall’Ausl Romagna, Provider per quest’Ordine per il rilascio dei crediti ECM, **per la partecipazione e il riconoscimento dei crediti ECM de “Le Serate dell’Ordine” è OBBLIGATORIO:**

- **effettuare l’iscrizione online entro il giorno prima dell’evento**, seguendo le istruzioni sotto indicate;
- **compilare dal giorno successivo all’evento, il questionario di gradimento online.**

[CONTINUA](#)

BIBLIOTECA DELL’ORDINE: CONSEGNATE UNA COPIA DELLE VOSTRE PUBBLICAZIONI

Il Gruppo Culturale dell’Ordine dei Medici, nel suo intento istituzionale di promuovere la dimensione culturale della nostra professione, invita i colleghi che hanno già pubblicato libri di farne pervenire almeno una copia alla segreteria dell’Ordine per poter attivare una sorta di biblioteca interna ad uso e consumo di ognuno di noi.

Dott. Michele Gaudio, Presidente OMCeO FC

Dott. Omero Giorgi, Coordinatore Gruppo Culturale OMCeO FC

ENPAM: SERVIZIO DI VIDEO CONSULENZA

L’Enpam ha lanciato un servizio di video-consulenza previdenziale dedicato ai suoi iscritti. La Fondazione mette a disposizione un nuovo strumento audio-video attraverso cui rivolgere direttamente ai funzionari dell’Ente domande specifiche o richieste di chiarimenti. Grazie alla videoconferenza, ogni iscritto avrà la possibilità di trovarsi faccia a faccia con il suo consulente previdenziale semplicemente recandosi nella sede del suo Ordine nella data e all’ora stabilita.

Al momento della prenotazione da fare presso il proprio Ordine, è consigliabile che l’iscritto precisi l’argomento dei chiarimenti richiesti. Questo permetterà ai funzionari dell’Enpam di arrivare in videoconferenza preparati nel miglior modo possibile sulla posizione del medico o dell’odontoiatra che incontreranno.

IL SERVIZIO È DISPONIBILE SOLO SU PRENOTAZIONE.

APP DELL’ORDINE DEI MEDICI CHIRURGHI E DEGLI ODONTOIATRI DI FORLÌ-CESENA

È scaricabile sia su piattaforma Android che IOS la nostra nuova APP.

Oltre a replicare gran parte delle informazioni contenute nel sito, consente di raggiungere direttamente i nostri colleghi con un sistema di notifiche PUSH attivabili per argomento nelle impostazioni dell’applicazione.

Un ulteriore potente strumento per arrivare ai nostri iscritti informazioni su eventi, ECM, annunci, avvisi, bandi di concorso, NEWS, Corsi FAD ed ovviamente anche il nostro notiziario e bollettino.

**Commissione
Comunicazione ed
Informazione**

Coordinatore:
Dott. Pascucci Gian
Galeazzo

Dott. Fabbroni Giovanni
Dott. Lucchi Leonardo
Dott.ssa Scavone Sara

**Commissione Ambiente e
Salute**

Coordinatore:
Dott. Ridolfi Ruggero

Dott. Bartolini Federico
Dott.ssa Conti Elena
Dott.ssa Gentilini Patrizia
Dott. Marcatelli Marco
Dott. Milandri Massimo
Dott. Pascucci Gian
Galeazzo
Dott. Ragazzini Marco
Dott. Ruffilli Corrado
Dott. Timoncini Giuseppe
Dott. Tolomei Pierdomenico

**Commissione Cure
Palliative e Terapia del
Dolore**

Coordinatore:
Dott. Maltoni Marco Cesare

Dott. Balistreri Fabio
Dott. Biasini Augusto
Dott.ssa Calli Morena
Dott. Castellini Angelo
Dott.ssa Fornaro Martina
Dott.ssa Iervese Tiziana
Dott. Musetti Giovanni
Dott.ssa Pittureri Cristina
Dott. Pivi Fabio
Dott.ssa Rossi Romina
Dott.ssa Venturi Valentina

**Commissione per le
Medicine Non
Convenzionali**

Coordinatore:
Dott. Tolomei Pierdomenico

Dott. Balistreri Fabio
Dott. Bravi Matteo
Dott. La Torre Natale
Dott. Milandri massimo
Dott.ssa Piastrelloni
Margherita
Dott. Roberti Di Sarsina
Paolo
Dott. Selli Arrigo

CONVENZIONI STIPULATE DALL'ORDINE CON ESERCIZI COMMERCIALI

Si comunica che l'Ordine sta stipulando diverse convenzioni con esercizi commerciali della Provincia. Dietro presentazione della tessera di iscrizione all'Ordine saranno praticati agevolazioni e sconti come indicato. Per vedere gli esercizi già convenzionati [cliccare qui](#)

Corsi Ordine Medici Chirurghi Forlì-Cesena

Integratori di origine vegetale potenzialmente utili nella Sindrome da Deficit di Attenzione e Iperattività (ADHD)

Forlì, 16 gennaio ore 20.30
Sala Conferenze, Viale Italia 153 - scala C

[continua](#)

Novità in Chirurgia Senologica

Forlì, 30 gennaio ore 20.30
Sala Conferenze, Viale Italia 153 - scala C

[continua](#)

Urgenze in ORL

Forlì, 13 febbraio ore 20.30
Sala Conferenze, Viale Italia 153 - scala C

[continua](#)

Aggiornamento

L'occasione delle Festività di fine 2019 è stata gradita occasione per la Commissione Comunicazione ed Informazione per raccogliere un po' di notizie curiose da sottoporre ai nostri iscritti, assieme ai migliori Auguri da parte del Dott. Gian Galeazzo Pascucci e di tutti i membri della Commissione

Commissione Pubblicità Sanitaria

Coordinatore:
Dott. Paganelli Paolo

Dott. Di Lauro Maurizio
Dott. Milandri Massimo
Dott.ssa Zanetti Daniela

Gruppo di lavoro Biologia ad indirizzo biomedico

Coordinatrici:
Dott.ssa Zambelli Liliana
Dott.ssa Possanzini Paola

Dott. Balistreri Fabio
Dott.ssa Gunelli Roberta
Dott. Milandri Massimo
Dott. Vergoni Gilberto

Osservatorio Pari Opportunità e Medicina di Genere

Coordinatore:
Dott.ssa Zambelli Liliana

Dott.ssa Gunelli Roberta
Dott.ssa Pasini Veronica
Dott.ssa Possanzini Paola
Dott.ssa Sammaciccia Angelina
Dott.ssa Verdecchia Cristina
Dott.ssa Zanetti Daniela

Gruppo Culturale

Coordinatore:
Dott. Giorgi Omero

Dott. Borroni Ferdinando
Dott.ssa Gunelli Roberta
Dott. Mazzoni Edmondo
Dott. Milandri Massimo
Dott. Vergoni Gilberto

Nove parti del corpo sono diventate inutili: ricerca Usa

(da DottNet) Da quelli famosi come l'appendice ai più sconosciuti come il tubercolo di Darwin, il corpo umano è "come un museo di storia naturale", pieno di muscoli, organi, membrane che erano indispensabili una volta ma che ora non lo sono più. La lista compilata in una serie di tweet che è stata poi ripresa da diversi siti statunitensi di Dorsa Amir, una biologa evuzionista del Boston College, ne contiene nove. Questi ed altri "rifiuti dell'evoluzione", spiega l'esperta, sono chiamati 'strutture vestigiali', e di solito sono riconducibili a funzioni non più necessarie. Gran parte ereditati dai nostri antenati primati. È il caso del muscolo palmare lungo, che appare sul polso se si chiude la mano tenendo il palmo rivolto verso l'alto. "Serviva per muoversi più agevolmente sugli alberi - scrive Amir - ma ora il 14% della popolazione non ce l'ha neanche più". Lo stesso discorso vale per il tubercolo di Darwin, un ispessimento della pelle dell'orecchio che serviva a muoverlo per capire la provenienza dei suoni prima che l'uomo sviluppasse il collo 'superflessibile'. Durante lo sviluppo embrionale, continua la biologa spunta anche una coda, che poi scompare tranne in rarissimi casi, di cui il coccige è l'ultimo 'rimasuglio'. Risale al passato anche la plica semilunare, quel lembo di pelle rosa visibile all'interno dell'occhio nella parte vicino al naso che serviva da palpebra 'orizzontale', caratteristica rimasta in diversi animali. Anche la pelle d'oca, dovuta a un particolare fascio di nervi, è un ricordo della capacità, che hanno ancora diversi animali, di drizzare il pelo per sembrare più grandi, mentre il riflesso che hanno i neonati di afferrare qualunque cosa serviva ad essere trasportati dai genitori. A queste si aggiungono le tre vestigia più 'famosi': l'appendice, che però secondo alcuni studi potrebbe servire da 'serbatoio' di batteri buoni, il dente del giudizio, che serviva quando era necessario masticare cose molto dure ma che ora è inutile, al punto che qualcuno sviluppa una mascella troppo piccola per contenerli. Anche i capezzoli maschili possono essere fatti ricadere tra gli 'organi inutili', visto che ovviamente non servono all'uomo. Sono presenti perché si sviluppano prima della maturazione dei caratteri sessuali dell'embrione, e la curiosità è che sono 'perfettamente funzionanti', e se l'uomo secernesse l'ormone prolattina potrebbero effettivamente servire per l'allattamento.

Giovane, ansioso e depresso: l'identikit di chi compra in eccesso online

(da DottNet) Giovani, che sperimentano una forte ansia e depressione e con un disturbo da shopping compulsivo più forte rispetto agli altri che ne soffrono. È questo l'identikit di coloro che hanno un serio problema con gli acquisti online, tracciato da uno studio dell'Hannover Medical School, pubblicato su 'Comprehensive Psychiatry'. Lo studio ha esaminato 122 persone con disturbo da shopping compulsivo, un terzo delle quali con sintomi derivanti da un problema sviluppato online. Per gli studiosi è arrivato il momento di riconoscere il disturbo da shopping compulsivo come una condizione di salute mentale a parte, perché rientra tra gli "altri disturbi specifici del controllo degli impulsi" nell'undicesima revisione recentemente rilasciata della classificazione internazionale delle malattie, e individuare le specificità della problematica online. Il disturbo da shopping compulsivo colpisce una persona su 20, il 5%. È caratterizzato da estrema preoccupazione e desiderio di acquistare. Chi ne è colpito compra più cose di quanto possa permettersi, o di cui possa avere bisogno e che riesca a utilizzare. Gli acquisti in eccesso servono a regolare le emozioni, per ottenere piacere o sollievo da sentimenti negativi. A lungo termine, il crollo dell'autocontrollo porta invece a estremo disagio, discordie in famiglia, indebitamento per potersi permettere spese continue nonostante le finanze insufficienti. Poiché l'e-commerce ha guadagnato crescente popolarità, si è creata la necessità di scoprire se il disturbo tradizionale si manifesti in modo diverso online. Internet offre infatti un accesso simultaneo a molti negozi, soddisfacendo le aspettative di ricompensa immediata e miglioramento dello stato emotivo. Precedenti studi hanno mostrato che alcuni aspetti relativi all'acquisto online, come disponibilità, anonimato, accessibilità e convenienza, contribuiscono allo sviluppo di un sottotipo specifico del disturbo.

Vaccino universale per l'influenza, realtà in un futuro non lontano

(da Doctor33) Secondo uno studio pubblicato su 'Lancet Infectious Diseases', un vaccino universale contro l'influenza potrebbe diventare realtà in un futuro non troppo lontano. «C'è un bisogno non soddisfatto, che è quello di avere un vaccino che protegga in maniera ampia contro tutti i ceppi di influenza. Abbiamo concentrato i nostri sforzi sull'emoagglutinina, una proteina presente sulla superficie dei virus influenzali e che guida il virus nelle cellule ospiti» spiegano Peter Palese e Florian Krammer, della Icahn School of Medicine at Mount Sinai, che hanno diretto lo studio. «L'emoagglutinina è composta da una "testa" molto variabile e da un "gambo" o "stelo" che cambia meno da ceppo a ceppo. Per questo abbiamo voluto testare dei vaccini basati su emoagglutinina chimerica (cHA) destinati a colpire il gambo della proteina» aggiungono.

In due centri statunitensi, i ricercatori hanno valutato diversi regimi di vaccinazione basati su cHA in adulti sani randomizzati a ricevere uno di tre tipi di vaccino o un placebo. I regimi vaccinali comprendevano un vaccino a base di emoagglutinina chimerica H8/1 vivo attenuato seguito da un richiamo con un vaccino inattivato non adiuvato a base di emoagglutinina chimerica H5/1, lo stesso regime ma con vaccino inattivato adiuvato, e un regime con un vaccino inattivato adiuvato cH8/1 seguito da un vaccino inattivato adiuvato cH5/1. Ebbene, i ricercatori hanno scoperto che il vaccino inattivato ha indotto una significativa risposta anticorpale dopo la prima dose, con un forte aumento dei titoli anticorpali contro i gambi, ma questo non è successo con il vaccino vivo attenuato. Tutti i regimi vaccinali hanno indotto risposte rilevabili di anticorpi anti-gambo dopo aver ricevuto il richiamo. «Il vaccino ha indotto un'ampia risposta anticorpale che non era solo cross-reattiva per il virus dell'influenza umana attualmente in circolazione, ma anche per i sottotipi di virus dell'influenza aviaria e di pipistrello» affermano gli esperti. «È stato sorprendente scoprire che la formulazione inattivata con adiuvante sia stata in grado di indurre una risposta anti-gambo molto forte già dopo la prima dose, e questo ha suggerito che una sola vaccinazione potrebbe essere sufficiente per indurre la protezione contro i virus dell'influenza» proseguono. Gli autori sottolineano che questi risultati sono ancora provvisori, e che lo studio terminerà alla fine del 2019.
(*Lancet Infectious Diseases* 2019. Doi: 10.1016/S1473-3099(19)30393-7 [https://doi.org/10.1016/S1473-3099\(19\)30393-7](https://doi.org/10.1016/S1473-3099(19)30393-7))

Un uso problematico dello smartphone influenza negativamente la salute mentale

(da Doctor33) Secondo uno studio pubblicato su 'Bmc Psychiatry', in circa un bambino o ragazzo su quattro si osserva un uso problematico dello smartphone (Psu) che si accompagna a un aumento delle probabilità di soffrire di cattiva salute mentale. «Nell'ultimo decennio, l'uso dello smartphone si è molto diffuso tra i bambini e i giovani, e parallelamente abbiamo assistito a un aumento della cattiva salute mentale in questo gruppo. Vediamo molta preoccupazione nei media sull'esistenza della dipendenza da smartphone o di uso problematico dello smartphone» spiega Samantha Sohn del King's College di Londra, prima autrice del lavoro. L'esperta ricorda che la prevalenza dell'uso problematico dello smartphone in bambini e giovani e l'impatto di questa sindrome sugli esiti di salute mentale sono stati al centro di diversi studi recenti, ma l'intero discorso non è stato sintetizzato e valutato criticamente. «Per questo abbiamo condotto una revisione sistematica e una metanalisi per esaminare la prevalenza di Psu e quantificare l'associazione con danni alla salute mentale» spiega. I ricercatori hanno incluso nella revisione 41 studi, tre di coorte e 38 trasversali. Gli esiti di salute mentale, ovvero depressione, ansia, stress, scarsa qualità del sonno, e prestazioni scolastiche diminuite erano auto-riferiti, e sono stati sintetizzati secondo un protocollo a priori. Negli studi sono stati inclusi in totale 41.871 bambini e giovani, di cui poco più della metà era di sesso femminile. L'analisi dei dati ha mostrato una prevalenza mediana di Psu tra i bambini e i giovani del 23,3% e un'associazione tra Psu e aumento delle probabilità di depressione (Or=3,17), aumento dell'ansia (Or=3,05), stress percepito più elevato (Or=1,86) e scarsa qualità del sonno (Or=2,60). «Il Psu è una preoccupazione in evoluzione per la salute pubblica che richiede ulteriori studi per determinare il confine tra l'uso della tecnologia utile e quello dannoso. Sarà necessaria una presa di posizione politica per delineare le strategie di riduzione del danno» concludono gli autori.

(*Bmc Psychiatry* 2019. Doi: 10.1186/s12888-019-2350-x <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2350-x>)

Portare a passeggio il cane aumenta il rischio di frattura nell'anziano

(da fimmg.org) Portare a spasso il proprio cane fornisce agli anziani uno sbocco prezioso per un'attività fisica regolare: uno studio della Penn Medicine University (PMU), pubblicato recentemente su 'JAMA Surgery', ha dimostrato, però, che le fratture correlate a queste passeggiate sono più che raddoppiate tra il 2004 e il 2017 in pazienti di età pari o superiore a 65 anni. In questa popolazione, il 78% delle fratture si è verificato nelle donne, più comunemente con interessamento dell'anca e degli arti superiori. Secondo i ricercatori, l'aumento degli infortuni in questa popolazione è il risultato di due tendenze: aumento del numero degli animali domestici e maggiore enfasi, negli ultimi anni, sull'attività fisica in età avanzata. Il dog walking ha dimostrato benefici per la salute sociale, emotiva e fisica, è molto popolare e frequentemente raccomandata per molti americani anziani che cercano nuove modalità per rimanere attivi. In ogni caso, i rischi di caduta per i pazienti devono essere presi in considerazione nelle raccomandazioni sullo stile di vita nel tentativo di minimizzare tali lesioni. Il gruppo di studio della PMU ha esaminato tutte le fratture nella popolazione di 65 anni e più relative al dog walking, derivate dal National Electronic Injury Surveillance System database of the United States Consumer Product Safety Commission, su circa 100 dipartimenti di emergenza con un totale di 32.624 casi. È stato riscontrato che le fratture ossee legate al dog walking sono aumentate da

1.671 casi nel 2004 a 4.396 nel 2017, con un incremento del 163%. Circa la metà delle lesioni sono state collegate a fratture del polso, del braccio, delle dita e della spalla. Le fratture dell'anca rappresentavano il 17% delle lesioni: il dato è particolarmente preoccupante poiché i tassi di mortalità correlati alle fratture dell'anca nei pazienti sopra i 65 anni sono vicini al 30%, per non dire delle conseguenze sulla mobilità residua per i sopravvissuti. (K. Pirruccio et al. *JAMA Surgery*, 2019.)

Visita dal medico di famiglia, le raccomandazioni britanniche sulla durata ideale

(da Doctor33) Passare da una durata di dieci minuti a quindici per le visite dal medico di famiglia: è quanto raccomanda il Royal College of General Practitioners, l'organismo professionale che rappresenta i medici di medicina generale nel Regno Unito. In un suo recente report, raccomanda che si arrivi a questo obiettivo entro il 2030, sostenendo la necessità di un approccio olistico alla cura dei pazienti, che tenga conto non solo dell'organo da trattare ma della persona nel suo complesso, inclusi i fattori psicologici e sociali in aggiunta a quelli fisici. Inoltre, l'aumento dei pazienti affetti contemporaneamente da due o più condizioni patologiche e da malattie croniche impone un'attenzione maggiore alle criticità che ne conseguono.

In Italia i quindici minuti per visita sono già lo standard e, come sostiene Ovidio Brignoli, vicepresidente della Società Italiana di Medicina Generale, «si tratta di una durata adeguata, anche se bisogna specificare che si tratta di una media. Succede spesso che la visita dal medico di medicina generale sia dovuta a un problema acuto, come mal di gola o mal di schiena, e quindi che non c'è bisogno di tanto tempo. In questi casi un quarto d'ora è addirittura ridondante, mentre può essere insufficiente per la gestione del paziente cronico: indipendentemente dal motivo che lo ha spinto a rivolgersi al medico, è ovvio che si deve rivedere la sua situazione». Certo, anche in Italia c'è il problema che l'accesso alla medicina generale è aumentato. «Dieci anni fa - riferisce Brignoli - il numero di accessi annuali era mediamente tra i seimila e gli ottomila, mentre oggi siamo a dodicimila. Ma un terzo di questi accessi avvengono perché il paziente ha bisogno di un certificato, perché ha finito i farmaci o vuole misurare la pressione, tutti compiti che possono essere assolti da personale diverso dal medico. Una buona organizzazione riduce notevolmente l'attività del medico di medicina generale sollevandolo dagli impegni amministrativi e burocratici, e gli permette di destinare più tempo clinico a coloro che ne hanno bisogno». In questo ambito rientra il tema della dematerializzazione delle ricette, su cui si sta avanzando, ma molto lentamente e solo in alcune realtà: «spesso il paziente viene in studio perché ha finito farmaci che devono essere assunti in modo ripetuto - esemplifica Brignoli - e la ricetta è stampata dalla segretaria, ma il medico le deve firmare; sarebbe molto più semplice se potesse rivolgersi direttamente alla farmacia con la sua tessera sanitaria».

Il segreto di una lunga vita? Avere uno scopo

(da Quotidiano Sanità e *Reuters Health*) Gli anziani che pensano di avere ancora uno scopo nella vita presentano una minore probabilità di morire per malattie cardiache, patologie circolatorie e digestive e maggiori probabilità di vivere più a lungo. A evidenziarlo è uno studio che ha seguito quasi settemila persone ultracinquantenni per più di dieci anni. La ricerca, coordinata da Leigh Pearce, dell'University of Michigan School of Public Health, negli USA, è stata pubblicata da 'JAMA Network Open'. Lo studio Pearce e colleghi hanno usato i dati relativi a 6.985 persone raccolte nell'ambito del The Health and Retirement Study. I partecipanti dovevano completare un sondaggio valutando, su una scala da uno a sei, diverse situazioni come "mi piace fare progetti per il futuro e lavorare per renderli realtà", "le mie attività quotidiane mi sembrano spesso banali" o "vivo la vita giorno per giorno e non penso al futuro".

I punteggi più alti ottenuti indicavano persone che avevano uno scopo nella vita. Confrontando coloro che avevano ottenuto un punteggio più basso con quelli che ne avevano uno più alto, i ricercatori hanno scoperto che punteggi medi erano associati a una probabilità 2,43 volte più elevata di andare incontro a morte entro la fine dello studio. I partecipanti con punteggi più bassi, invece, avevano 2,66 volte in più di probabilità di morire per problemi cardiaci e circolatori, rispetto ai partecipanti con i punteggi più elevati. Infine, le persone con i punteggi più bassi avevano anche il doppio delle probabilità di morire di problemi a livello dell'apparato digerente. Quelli che possono essere considerati degli scopi, in realtà, variano da persona a persona. "Comunità, successo, reputazione, relazioni, spiritualità, gentilezza, sono tutte cose che possono alimentare gli scopi della vita di una persona. Dunque non c'è una definizione specifica universale", commenta Pearce. Secondo l'esperta, "altri studi hanno già dimostrato che avere pochi scopi nella vita è associato a più elevati livelli di marcatori infiammatori e ormoni dello stress, mentre un altro studio ha evidenziato che avere uno scopo sarebbe associato a una maggiore lunghezza dei telomeri".

L'esposizione prolungata al rumore del traffico può portare all'obesità

E' la tesi sostenuta dai risultati di uno studio appena pubblicato da un gruppo di ricercatori svizzeri, che conferma osservazioni precedenti. Del rumore si sa che stressa e che può disturbare il sonno; questo può determinare una serie di alterazioni ormonali che nel lungo periodo possono contribuire ad aumentare il rischio di sviluppare diabete, obesità e malattie cardiovascolari. Se tutto ciò venisse confermato, ridurre l'esposizione al rumore del traffico (oltre che all'inquinamento atmosferico) potrebbe rivelarsi una strategia anti-obesità. Leggi l'articolo completo al [LINK](#)

http://www.quotidianosanita.it/scienza-e-farmaci/articolo.php?articolo_id=68061&fr=n

Studio svedese: scoperto il ruolo analgesico del partner

(da DottNet) Avere il partner può avere un effetto analgesico. Non un amico qualsiasi, ma bisogna trovarsi proprio davanti al compagno o alla compagna che sono in grado di far battere il cuore. L'effetto della 'presenza romantica' è assicurato dalla scienza, che ha rilevato come il sentimento della persona cara possa portare ad avere conseguenze nel trattamento del dolore. Ad essere arrivato a questa conclusione è uno studio internazionale condotto dall'Università delle Isole Baleari di Palma di Maiorca e dall'Umit, l'Università di scienze della salute di Hall in Tirolo, in Austria. Secondo questo lavoro, avere un sostegno sociale (anche senza un contatto verbale o fisico nel particolare momento in cui si sperimenta la sofferenza) può comunque ridurre la percezione del dolore. I ricercatori hanno valutato la sensibilità al dolore da pressione di 48 coppie, con ciascun partecipante che è stato testato sia da solo sia in presenza del proprio partner.

Gli studiosi delle due Università hanno poi somministrato loro un questionario per cercare di capire quale fosse stata la loro percezione del dolore. Nel corso delle prove in cui i partner si trovavano davanti a loro, uomini e donne hanno mostrato soglie di tolleranza del dolore più elevate. E' stato grazie a questo esperimento che i ricercatori hanno positivamente associato l'empatia del partner alla tolleranza al dolore e, al contrario, l'hanno inversamente associata alla stessa esperienza dolorosa. Dunque, avere un compagno accanto, capace di creare quell'empatia giusta, porta a percepire meno dolore. "Più volte", spiega Stefan Duschek docente dell'Umit, e primo ricercatore dello studio "è stato dimostrato" che parlare e toccare una persona sofferente sono due azioni che "riducono il dolore". "Ma la nostra ricerca - aggiunge il ricercatore, docente di Psicologia della salute - dimostra che anche la presenza passiva di un partner romantico può ridurlo e che l'empatia del partner può attenuare il disagio affettivo durante l'esposizione al dolore". La ricerca è stata pubblicata sulla rivista scientifica 'Scandinavian Journal of Pain'.