

## Gli esperti rispondono

## Salute

## ANESTESIOLOGIA

# Dolore cronico, più casi

## Attenzione a fumo e alcol

➤ **Vorrei sapere quanto e perché si parla di dolore cronico. Può manifestarsi in seguito a infezione da Covid-19 superata?**

Ci sono situazioni in cui il dolore, invece di essere un sintomo, diventa esso stesso una patologia autonoma. In queste circostanze si può parlare di dolore cronico e la diagnosi va sempre fatta dal medico, senza abusare dei farmaci. Per dolore cronico si intende un dolore continuo, di durata superiore ai tre mesi, associato a un significativo stress emotivo e a una disabilità funzionale e/o fisica. Può essere indipendente da altre malattie, come nel caso

della fibromialgia, del dolore pelvico cronico, del colon irritabile, oppure può essere secondario ad altre patologie come tumori, disturbi osteoarticolari, interventi chirurgici. Stiamo osservando che il dolore cronico può essere anche una sequela di Covid-19: il 3-4 per cento dei pazienti più gravi, che sono stati ricoverati e hanno avuto bisogno di un aiuto per la respirazione o sono addirittura stati intubati in terapia intensiva, manifesta dolore cronico settimane o mesi dopo la risoluzione dell'infezione. Questi pazienti vanno ad aggiungersi ai tanti italiani con dolore cronico, che ora più che mai hanno necessità di una presa in carico adeguata. Gli italiani con dolore cronico sono cir-

ca 2 milioni, di cui almeno la metà con sintomatologia dolorosa severa o molto severa; il dolore cronico tuttavia non provoca solo sintomi fisici, ma peggiora la qualità della vita con una forte compromissione psicologica, una perdita della produttività consistente e difficoltà nei rapporti sociali e nelle relazioni: si stima, per esempio, che un paziente su cinque abbia difficoltà sessuali e siano più frequenti in questa situazione sintomi legati ad ansia e depressione. L'età media dei pazienti si è abbassata, anche grazie a diagnosi più precoci; la diffusione di stili di vita poco salutari, fumo, sedentarietà, posture scorrette, sta inoltre favorendo la cronicizzazione del dolore.



●●●●  
**ARTURO CUOMO**  
Direttore della struttura complessa di Anestesia, e Terapia Antalgica dell'Istituto Nazionale Tumori Pascale di Napoli

## ALLERGOLOGIA

## Allergia al caffè, un'ipersensibilità poco frequente

### Ma attenzione agli abusi giornalieri

**Mi hanno prospettato l'eventualità di essere allergica al caffè. È possibile essere affetti da una specifica ipersensibilità?**



●●●●  
**PAOLO FANELLO**  
61 anni, medico allergologo nelle Asst di Cagliari e Santuri

È stato stimato che ogni giorno nel mondo vengono consumate circa 1,4 miliardi di tazze di caffè. Il consumo medio globale è di 4,6 kg pro capite all'anno; 5,6 kg nell'Unione europea. Nella sola Istanbul c'erano almeno 500 caffè verso la fine del XVI secolo, con i primi caffè aperti in Europa da immigrati asiatici intorno al 1650. Siamo a rischio di allergia al caffè? Il problema è presente solo tra i lavoratori degli stabilimenti di produzione del caffè, in soggetti geneticamente predisposti, dove la sensibilizzazione avviene con la polvere dei chicchi di caffè verde, che rilasciata nell'impianto, provoca per inalazione, rinite e asma, e per contatto con la pelle dermatite. Ciò può far pensare che chi consuma caffè può essere a rischio di allergia. Di recente è stato dimostrato che il caffè somministrato per via orale in topi allergici previene lo sviluppo di allergia al caffè, e nessuno dei lavoratori del caffè allergici ha manifestato sintomi da ingestione. La caffeina ha effetti antiossidanti e farmacologici è un debole broncodilatatore e riduce anche l'affaticamento dei muscoli respiratori. Certo superando le 4 tazzine al giorno alcuni individui possono manifestare irritabilità, Ansia, nervosismo, insonnia, tachicardia, non allergia.

## CARDIOLOGIA

## Il bypass coronarico non è sempre eterno



●●●●  
**GIANCARLO MOLLE**  
60 anni, cardiologo dell'Azienda Ospedaliera Universitaria di Cagliari

➤ La principale soluzione alla ostruzione delle arterie è una angioplastica, ma talvolta la molteplicità delle arterie ostruite o il tratto interessato indicano la necessità di trattare l'ostruzione con un bypass chirurgico. L'intervento si basa sul confezionamento di un ponte tra l'aorta ed il tratto a valle della ostruzione della coronaria, ripristinando un normale flusso di sangue. Questo ponte può essere ricavato o utilizzando una vena (di solito la safena superficiale) o una arteria (di solito l'arteria mammaria). Si calcola che al decimo anno dopo l'intervento solo il 60% dei bypass venosi sia ancora pervio e che oltre il 50% abbia delle gravi riduzioni del flusso. Per fortuna il discorso è molto diverso per i bypass arteriosi che risultano più complessi ma la loro durata è molto più lunga e spesso questi rimangono pervi per tutta la durata della vita. Per il buon mantenimento dello stato di salute dei bypass è fondamentale il mantenimento di livelli molto bassi del valore dei trigliceridi ma soprattutto del colesterolo "cattivo" quello LDL, i veri responsabili della riostruzione coronarica.

## NUTRIZIONISMO

## La dieta primaverile con frutta e verdure



●●●●  
**PIETRO SENETTE**  
42 anni, nutrizionista

➤ **Esiste una dieta ideale in vista della primavera?**

Tradizionalmente il periodo di inizio primavera anche nella dieta è legato al "fare pulizia". Il nostro corpo ha bisogno di rimettersi a nuovo dopo gli stress dovuti alla brutta stagione. La vita sedentaria, al chiuso, con in più un'alimentazione ricca di grassi e proteine e troppo spesso povera di vegetali portano inevitabilmente ad accumulare più tossine nell'organismo ed in particolare nel fegato affaticandolo. La parola d'ordine è quindi rivolgersi alla natura: frutta e verdura fresche, cereali integrali, legumi possibilmente freschi, noci e semi. Tutti alimenti ricchi di sostanze antiossidanti come le vitamine C, E, betacarotene etc, essenziali per proteggere le cellule del nostro organismo dagli attacchi dei radicali liberi, provocati dall'eccesso dei grassi "invernali" ancora in circolo. Il cerchio si chiude con gli ortaggi (carciofi, bietole, carote, cavoli), i quali contengono svolgono un'azione decongestionante sul fegato e migliorano lo smaltimento delle sostanze grasse.

**LIVE BATH**  
vivi il tuo bagno

PRODOTTO IN SARDEGNA  
30 anni di esperienza  
al Vostro servizio

**PREVENTIVI IMMEDIATI**  
• DETRAZIONE FISCALE 50%  
• IVA AGEVOLATA  
• LAVORI SU MISURA  
IN TUTTA LA SARDEGNA

**LIVE BATH SRL VIA ROMA, 264 USSANA**

TEL. 070 2358422 - CELL. 348 7761171 - 328 4105408 - livebath@tiscali.it - www.livebathsrl.it

**IN QUESTO MOMENTO DI EMERGENZA SIAMO SEMPRE A DISPOSIZIONE PER INFORMAZIONI E CONSULENZE.**

**SALVA DOCCIA**



**COMODA SEDUTA**



**INGRESSO FACILITATO**



**NOVITÀ**



**TRASFORMIAMO LA VECCHIA VASCA IN SOLE 6 ORE**

**MOD. ALBA LA NUOVISSIMA DOCCIA CON SEDILE INCORPORATO ADATTA PER ANZIANI E DISABILI**