

LA NOSTRA SALUTE

E' fondamentale rivolgersi sempre al veterinario



Animali domestici, il padrone perfetto

Vademecum per saper convivere responsabilmente e senza rischi coi propri amici

Da una quarantina d'anni a questa parte, il ruolo degli animali domestici nella nostra vita risulta sempre più rilevante. Da un contesto rurale in cui gli animali, pur vivendo a contatto con l'uomo, hanno sempre rivestito ruoli che raramente consentivano un'interazione affettiva con le persone, mantenendo così le proprie caratteristiche, si è passati ad un contesto cittadino in cui l'animale è diventato un vero e proprio componente della famiglia.

GLI ESOTICI

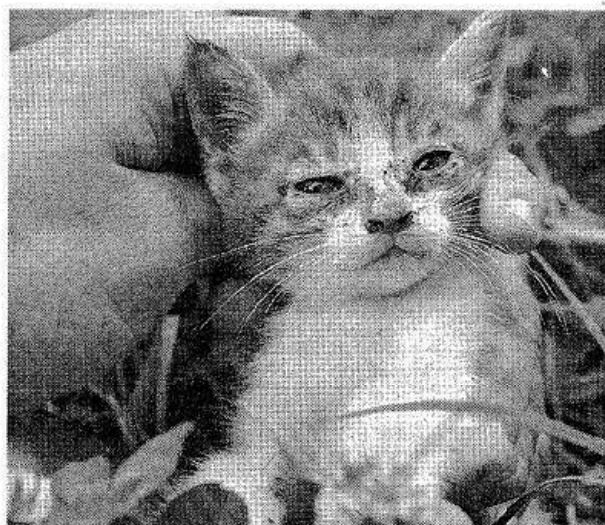
Accogliere un animale in casa è, come abbiamo visto, un'esperienza sicuramente appagante, capace di regalarci momenti indimenticabili, a volte però le nostre scelte sull'animale da compagnia non sono indirizzate nella giusta direzione.

Spesso il piacere dell'esotico porta ad allestire in casa un terrario per il pitone, un acquario ricco di pesci multicolori o una vasca da bagno per poter ospitare un alligatore. Anche chi vorrebbe tenere in giardino leoni, lupi, volpi e altri selvatici più o meno feroci mette sicuramente a repentaglio la vita degli animali nonché quella del prossimo. Sono pochissime le specie che possono vivere accanto all'uomo senza soffrire, in pratica solo gli animali domestici. Un cane, un gatto, un canarino, un coniglio dimostrano di cercare attivamente il rapporto con l'uomo; viceversa un lupo, una volpe, un cardellino, anche se adottati da piccoli si trovano sempre a subire il rapporto con l'uomo.

Pertanto prima di acquistare un animale assicuriamoci che l'interesse a convivere sotto lo stesso tetto sia reciproco.

Già da diversi anni il rapporto tra uomo e animale domestico appare quindi profondamente cambiato. E' indicativo il fatto che ben 9 milioni di famiglie possiedono un animale di affezione. Le statistiche parlano addirittura di 56 milioni di animali domestici, in prevalenza gatti, cani, uccellini e pesci d'acquario.

Sono in molti ad adottare animali da compagnia per supplire a mancanze sociali e famigliari: il figlio, l'amico, il compagno o qualsiasi elemento su cui scaricare ansie e frustrazioni. Si parla infatti di vera e propria antropomorfizzazione che, come tale, porta ad inevitabili fraintendimenti quali, primo fra tutti, la tendenza ad investire il nostro pet di ruoli che non è in grado di assolvere. Risulta pertanto imprescindibile, qualora si voglia adottare un animale, porsi una serie di interrogativi circa i nostri reali bisogni, cercando quindi di evitare pericolose ed errate proiezioni affettive sull'animale stesso. E' necessario inoltre soffermarsi a considerare i reali bisogni dell'animale. Per quanto riguarda i fabbisogni fisiologici fondamentali curare la sua alimentazione, somministrando cibi sani e lasciando acqua fresca sempre a disposizione, soprattutto nei periodi estivi. Non è da sottovalutare inoltre la necessità per l'animale di un adeguato movimento, nel rispetto delle sue caratteristiche etologiche. Per garantire un buon stato di salute dell'a-



Un cucciolo di gatto

animale, la prevenzione e l'eventuale terapia costituiscono due imprescindibili componenti nel nostro rapporto con l'animale, considerando soprattutto che, in questo senso, l'animale d'affezione dipende completamente da noi. E' necessario quindi provvedere a eseguire controlli dal veterinario, sverminazioni e vaccinazioni. Bisogna inoltre consultare il veterinario non appena vengono riscontrati sintomi, quali tosse, vomito o diarrea, evitando così complicazioni che potrebbero mettere in pericolo la vita dell'animale. E' assolutamente scorretto somministrare ai nostri animali medicinali ad uso umano in quanto spesso lo stesso farmaco ha effetti diversi nelle varie specie animali: si sconsiglia quindi la terapia fai-da-te. Un'adeguata cura delle patologie del nostro animale consente inoltre

la prevenzione dalle malattie zoonotiche, ovvero malattie trasmissibili dall'animale all'uomo. Tali malattie possono essere trasmesse in modi differenti, soprattutto attraverso pelo e feci. Risulta quindi fondamentale, come già detto, un monitoraggio periodico dal veterinario, una cura costante sia dell'ambiente in cui vive l'animale, sia del suo corpo. Precauzioni basilari nel rispetto delle principali norme igieniche, sono lavarsi accuratamente le mani dopo avere avuto un contatto con l'animale, evitare di farsi leccare il viso e le mani e non permettere al pet di dormire nel proprio letto. Bisogna inoltre, per mezzo di periodici esami delle feci, controllare i parassiti intestinali, evitando così zoonosi quali echinococcosi, ascariidiosi o toxoplasmosi. Per quanto concerne il pelo, è indispensabile controllare il

mantello per prevenire la trasmissione di micosi e rogne e individuare per tempo la presenza di ectoparassiti come pulci o zecche. Sempre al fine di garantire una corretta gestione dell'animale, è necessario evidenziare che il proprietario risulta responsabile del suo comportamento e delle azioni. Devono quindi essere costantemente tenute in considerazione queste norme: l'utilizzo di guinzaglio è obbligatorio nelle strade, in tutti i luoghi aperti al pubblico deve essere accompagnato da quello della museruola, obbligatoria anche sui mezzi di trasporto pubblici. Il padrone inoltre, ossia il responsabile dell'animale, deve collaborare affinché siano evitati episodi o situazioni di intolleranza nei confronti dell'animale stesso, raccogliendone sistematicamente le feci. Vi è infine un ultimo punto su cui risulta fondamentale riflettere: il mantenimento del rapporto con l'animale e la sua cura nel tempo. Abbandonare il nostro animale significa mettere a repentaglio la sua vita e quella di tutti coloro che involontariamente potrebbero trovarsi in situazioni di pericolo dovute a una maggiore aggressività dell'animale stesso. Bisogna inoltre considerare che cani e gattini, apposite strutture create per il mantenimento di animali abbandonati, si trovano in situazioni di preoccupante sovraffollamento, faticando sempre più a far fronte alle necessità dei numerosi animali ospitati. Infine è indispensabile un serio controllo delle nascite, compresa la sterilizzazione dell'animale in caso non si fosse in grado di gestirne i cuccioli.

dott. Antonio Lauriola
Sanità Pubblica Ausl

IL MEDICO CHE SBAGLIA

E' giusto rivelare l'errore al paziente? La domanda è stata posta ai medici nell'ambito di un corso di formazione, per raccogliere opinioni e atteggiamenti nei confronti dell'errore in medicina. Le risposte al questionario lasciano trasparire due convinzioni contrapposte: da una lato i medici che ritengono che rivelare un errore migliora il rapporto con il paziente, dall'altro coloro che sono convinti che lo rovinano. Il gruppo ha anche altri timori: di compromettere la propria reputazione e di esporsi a denunce o richieste di risarcimenti. Tendono perciò a nascondere gli errori.

Per quanto possa suonare strano, di errori nella pratica medica si parla solo da pochissimo tempo. Il primo rapporto ufficiale è solo del 1999. Si tratta dello studio "To err is human" (Sbagliare è umano) pubblicato dall'Istituto di Medicina di Boston. Mentre attirava l'attenzione sui possibili esiti fatali delle cure mediche, rivelava la mancanza di dati certi in questo ambito. Non solo non sappiamo quanti e quali danni può infliggere la medicina, ma la stessa percezione del rischio è quasi assente in coloro che ricorrono ai servizi medici.

Salire su un aereo ed entrare in ospedale sono azioni che comportano un rischio. Ma la percezione del pericolo non è proporzionata all'entità del pericolo stesso. Mentre tutti siamo consapevoli del rischio che si corre di morire in un viaggio aereo, la possibilità di morire per un ricovero ospedaliero (non per una malattia, ma per errori umani) passa inavvertita. Eppure è molto più probabile della prima. Un editoriale del British Medical Journal chiedeva provocatoriamente: restereste seduti in aereo se il comandante vi annunciava che le probabilità di arrivare a destinazione sani e salvi è pari al 97% e che quella che il personale di volo faccia qualche errore grave è del 6,7%? Eppure è questa la probabilità, secondo le statistiche più ottimistiche, di incorrere in errori medici.

Da quando si è cominciato a porre attenzione alla frequenza degli errori, è cambiato anche l'atteggiamento di fondo: non prevale più fatalismo e rassegnazione, ma la volontà di prevenire gli errori, diffondendo una cultura della sicurezza. Nelle strutture sanitarie si vanno diffondendo le unità di Risk management. L'Agenzia sanitaria dell'Emilia Romagna ha attivato, fin dal piano sanitario 1999-2001, un gruppo istruttorio sul tema del rischio nelle strutture sanitarie e dal 2002 ha dato inizio al programma che mira ad accrescere la sicurezza delle pratiche sanitarie.

Per attivare la cultura della sicurezza è necessario un contributo attivo dei cittadini. E' interessante che in un rapporto americano del 2001, che ha preso in considerazione la pratica che garantiscono la sicurezza del paziente, sia collocata tra le più efficaci l'informazione data dal sanitario al paziente in trattamento. La pratica viene così descritta: Chiedere ai pazienti di ricordare e riformulare ciò che è stato detto loro durante il processo del consenso informato.

Se il paziente non è considerato come oggetto della cura, ma un soggetto da informare e con cui parlare, si ha una medicina non solo più etica, ma anche più sicura. L'errore non è una fatalità, ma la conseguenza di comportamenti che possono e devono essere modificati. Se errare è umano, prevenire l'errore è proprio di un uomo migliore.

dott. Franco Caroli
Scuola Alberghiera Serra

PEDIATRIA

Allergie, tutto quello che c'è da sapere

L'allergia è una condizione che si caratterizza per disturbi che compaiono quando si viene a contatto o si introducono nell'organismo alcune sostanze che risultano invece innocue alla maggior parte degli individui. Interessa il 10-15% della popolazione e risulta in costante aumento.

Allergia alimentare: è la più precoce forma di allergia potendo manifestarsi già nei primi mesi di vita. Un bambino può risultare allergico virtualmente a qualsiasi alimento ma quelli più frequentemente coinvolti sono: latte, uovo, cereali, pesce, crostacei, arachidi, frutta secca e soia. Altri, quali cioccolato, fragole e pomodoro, comunemente ritenuti causa di allergia, in realtà, provocano sin-

tomi allergici molto raramente. I sintomi interessano la pelle (eczema, orticaria), le vie digestive (vomito, diarrea, stentato accrescimento) e più organi ed apparati contemporaneamente. L'allergia a latte, uova e grano viene superata entro il terzo anno di vita da oltre la metà dei bambini, quella verso pesce, crostacei, arachidi e frutta secca scompare più raramente.

Allergia respiratoria: è più frequente nel bambino nell'età della scuola elementare e nell'adolescente. Può essere scatenata dal polline di alberi, arbusti ed erbe durante il periodo della fioritura, dagli acari, dalle muffe e da sostanze derivanti da animali domestici (cane, gatto). L'allergia ai pollini ha andamen-

to stagionale (primavera, estate) mentre l'allergia agli acari, alle muffe ed agli animali domestici può manifestarsi in qualsiasi mese dell'anno. I sintomi delle allergie respiratorie possono interessare gli occhi (congiuntivite), il naso (rinite) o le vie bronchiali (tosse ed asma).

Allergia a farmaci, gomma naturale, veleno di insetti: sono più rare delle precedenti ma possono esporre il bambino a pericolose reazioni generalizzate (anaflassi). Diagnosi: si basa sull'osservazione attenta dei disturbi presentati dal bambino e delle circostanze che li precedono e li accompagnano (stagione, ora del giorno, luoghi frequentati dal bambino, circostanze aggravanti, alimenti assunti). Pochi accertamenti successivi (prick test, rast) consentono il più delle volte di riconoscere la sostanza allergizzante e di inquadrare correttamente i disturbi del bambino. Terapia: consiste nell'allontanamento della sostanza (alimento, animale domestico, gomma naturale) e nella prescrizione di un vaccino desensibilizzante (pollini, acari, muffe, veleno di imenotteri) e/o di una terapia con farmaci antiallergici consigliati dal medico.

dott. Andrea Spattini
dott. Claudio Zanacca
Unità operativa Pediatria
ospedale di Sassuolo

ALIMENTAZIONE

Cioccolato, pregi e difetti

Quella del cacao è una vera e propria magia dal sapore antico. Considerato un lusso per pochi, solo dopo la seconda guerra mondiale, il cioccolato si è imposto come alimento. Ma così come un tempo gli avevano attribuito tante virtù, così successivamente si cominciò ad accusarlo di tutti i mali. Addirittura qualcuno propose la sua messa al bando per i gravissimi danni che poteva causare soprattutto nei bambini. La ricerca ha invece evidenziato i tanti pregi e i pochissimi difetti. Va però detto che tutti i suoi vantaggi li ritroviamo nel cioccolato con almeno il 70% di cacao, il cosiddetto fondente. Nel più comune cioccolato al latte e nelle famosissime e buonissime creme spalmabili invece la presenza di cacao scende sotto al 30%, fino a scomparire in quello chiamato bianco (in pratica di cioccolato ha soltanto il nome).

Pregi: ricco di sostanze nutritive come magnesio, potassio, fosforo, ferro e vitamine del gruppo B (ottime quindi per i depressi, per chi soffre di crampi, aiuta nello studio, buona per i convalescenti ecc). Ricco di sostanze antiossidanti che ritardano l'invecchiamento e proteggono il circolo inibendo l'aggregazione delle piastrine (una specie di blando effetto aspirina). Un recente studio ha evidenziato come il colesterolo Ldl sia nei

mangiatori di cacao maggiormente protetto dall'ossidazione (principale causa dell'arteriosclerosi). Ricco di grassi monoinsaturi. Sono una parte dei cosiddetti grassi buoni, quelli che ci difendono dalle malattie delle arterie come appunto l'arteriosclerosi. Il cacao, il cioccolato fondente e il gianduia non contengono colesterolo. Quello al latte e quello bianco solo piccole quantità. Secondo alcuni ricercatori il cioccolato fondente aiuta a combattere l'acne, o comunque non è vero che fa venire i brufoli. Contiene piccole quantità di caffeina e teobromina che sono dei leggeri eccitanti del sistema nervoso. Questi ci aiutano quando studiamo o svolgiamo delle attività faticose.

Difetti: è una bomba calorica. Meglio non abituarci a consumarlo in grandi quantità. Qualcuno può essere intollerante o allergico al cioccolato. Il mal di testa è di solito il sintomo che segue la sua assunzione. Più rara è la stitichezza.

Per riassumere: Certamente sì al cioccolato ma senza esagerare. Soprattutto cerchiamo di scegliere quello fondente con almeno il 70% di cacao. Quantità: diciamo che due o tre quadretti di cioccolato non hanno mai ucciso nessuno.

Una nuova rubrica settimanale al servizio di tutti i cittadini



Inizia oggi la nuova rubrica settimanale sulla salute nata in collaborazione con il Piano per la salute della provincia di Modena, coordinato dal dott. Giuseppe Fattori (Ausl). I lettori possono formulare domande o chiedere chiarimenti sulle pratiche quotidiane legate alla salute inviando una e-mail a lettere.mo@gazzettadimodena.it