



RASSEGNA STAMPA

29-10-2018

1. PHARMASTAR Attività fisica regolare dovrebbe essere parte integrante della cura per tutti i malati di cancro
2. IL TEMPO Arriva lo scanner portatile per la termografia al seno
3. LA REPUBBLICA AFFARI E FINANZA Sanità digitale il futuro è qui ma serve la formazione
4. ITALIA OGGI Ora la salute passa dal digitale

<https://www.pharmastar.it>

Attività fisica regolare dovrebbe essere parte integrante della cura per tutti i malati di cancro. #ESMO18

Nei malati di cancro, l'esercizio fisico dovrebbe essere parte integrante della terapia dato che può migliorare in modo significativo la gestione dei sintomi, la qualità della vita e la forma fisica, sia durante sia dopo il trattamento. A evidenziarlo sono i risultati di due studi francesi appena presentati a Monaco di Baviera, durante i lavori del congresso annuale della European Society for Medical Oncology (ESMO).



Più di 3500 pazienti malati di tumore partecipano già a programmi di esercizio fisico ogni anno in oltre 80 centri oncologici in Francia, e il numero continua ad aumentare, ha spiegato Thierry Bouillet dell'American Hospital of Paris di Neuilly Sur Seine, e autore di uno dei due studi. Le sessioni di attività fisica sono condotte da trainer con conoscenze specialistiche sul cancro e sul suo trattamento, in grado di adattare i programmi di allenamento alle esigenze individuali.

Meno fatigue e dolore dopo 3 e 6 mesi

In uno dei due studi si è valutato l'efficacia dei programmi di attività fisico svolti sotto la guida di un educatore medico-sportivo nei centri Sport and Cancer aperti nel settembre 2016 dal French Comprehensive Cancer Center Oscar Lambret a dal National Federation CAMI Sport & Cancer.

Nei 114 pazienti sottoposti a un trattamento antitumorale, di cui l'83% con un cancro al seno e il 21% con malattia metastatica, 60 minuti di allenamento della forza muscolare ed esercizi aerobici due volte alla

settimana hanno ridotto in misura significativa i punteggi di dolore e fatigue a 3 e 6 mesi. Dopo 3 mesi il punteggio dell'affaticamento è passato da 3,3 (valore basale) a 2,8 ($P < 0,05$) e il dolore da 2,8 a 2,3 ($P < 0,05$); dopo 6 mesi, in 71 pazienti, il punteggio della fatigue è sceso da 3,1 (al basale) a 2,1 ($P < 0,05$) e quello relativo al dolore da 3 a 1,9 ($P < 0,05$).

«Il beneficio maggiore si ottiene se i pazienti si allenano due o tre volte alla settimana per almeno un'ora durante i 6 mesi di chemio o radioterapia e poi per altri 6 mesi dopo la fine del trattamento, in modo che l'attività fisica diventi parte della loro vita» ha detto Bouillet.

«Abbiamo anche visto che i pazienti si sentono più sicuri e trovano più facile esercitarsi nel luogo in cui viene loro somministrata la terapia piuttosto che se vengono date loro informazioni su come allenarsi e si lascia che facciano da soli al di fuori dell'ospedale, seguiti da istruttori che non conoscono le esigenze dei malati di cancro» ha aggiunto l'autore.

Migliore forma fisica e riduzione della massa grassa

Al termine dello studio, si sono osservate anche riduzioni significative del grasso corporeo, mentre la massa magra è rimasta stabile. Nell'intero campione, la massa grassa è passata dal 33,9% (valore basale) al 33,2% dopo 3 mesi ($P < 0,05$), mentre nei 71 pazienti per i quali erano disponibili dati a 6 mesi è scesa dal 34,3% al 32,4%.

Sono stati riscontrati anche miglioramenti significativi dello stato di forma generale in termini di resistenza del quadricipite, forza di entrambe le braccia e capacità di restare in equilibrio sulla gamba non dominante ($P < 0,05$ per tutti).

«I pazienti sono spesso affaticati e hanno iniziato a perdere massa muscolare prima della diagnosi di tumore, quindi è fondamentale iniziare l'allenamento il prima possibile dopo la visita iniziale. In un primo momento dovremmo considerarlo come un "trattamento di emergenza" per i sintomi iniziali, mentre in seguito come un modo per aiutare i pazienti a tollerare meglio gli effetti collaterali della terapia», ha affermato Bouillet.

Forma fisica e qualità di vita migliori

Nel secondo studio, oltre a evidenziare i benefici dell'attività fisica nei pazienti oncologici, i ricercatori hanno anche dimostrato che è possibile identificare i soggetti a maggior rischio di scarsa qualità della vita durante il trattamento, in modo da poter fornire loro un aiuto supplementare. Gli autori hanno identificato nel campione dello studio CANTO, uno studio prospettico longitudinale francese, 2525 pazienti con carcinoma mammario in stadio I-III sottoposti a chemioterapia adiuvante.

Coloro che hanno effettuato 75 minuti di esercizio fisico intenso o 150 di esercizio moderato alla settimana hanno mostrato un miglioramento della qualità di vita sia 6 sia 12 mesi dopo l'inizio del trattamento rispetto ai pazienti che non facevano attività fisica. L'esercizio si è associato a un miglioramento significativo anche del benessere fisico e a una riduzione della fatigue, del dolore e dell'affanno.

L'allenamento intenso comprendeva attività come la danza aerobica, il giardinaggio pesante o il nuoto veloce, mentre l'esercizio moderato comprendeva camminate veloci, aerobica in acqua o pallavolo.

«Circa il 60% dei pazienti era fisicamente attivo sia prima che dopo la chemioterapia e, anche se la loro qualità di vita veniva influenzata negativamente dal trattamento, hanno ottenuto un punteggio migliore su diverse scale fisiche, emotive e sintomatiche rispetto ai pazienti inattivi», ha spiegato Antonio Di Meglio, primo autore dello studio e oncologo presso l'Institut Gustave Roussy di Villejuif, in Francia.

La ricerca ha dimostrato che i pazienti sottoposti a mastectomia, quelli con altre malattie concomitanti, i fumatori e i soggetti a basso reddito erano particolarmente a rischio di avere una scarsa qualità della vita dopo la chemioterapia per il cancro al seno, ma anche loro hanno tratto beneficio dall'esercizio fisico.

«Utilizzando un nuovo approccio, abbiamo dimostrato che è possibile identificare i pazienti con un cancro al seno la cui qualità della vita sarà maggiormente influenzata dalla chemioterapia, così ora possiamo indirizzarli verso interventi dedicati, compresi quelli mirati ad aumentare l'attività fisica per raggiungere i livelli raccomandati dall'Oms», ha aggiunto Di Meglio.

Molti più pazienti devono fare attività fisica

Gabe Sonke, oncologo del Netherlands Cancer Institute di Amsterdam, ha sottolineato l'importanza degli studi francesi nel dimostrare il valore della terapia fisica nella pratica clinica quotidiana, già rilevato in studi clinici precedenti e supportato dalle raccomandazioni ESMO relative all'esercizio fisico come parte integrante delle cure per tutti i malati di cancro.

«Quanto emerge dai nuovi studi sui pazienti con carcinoma mammario metastatico è particolarmente opportuno dato che il Consorzio internazionale PREFERABLE sta per avviare un ampio studio per indagare ulteriormente il valore dell'esercizio in questo gruppo di pazienti», ha affermato l'esperto.

Secondo Sonke, dovrebbero essere di più i pazienti che vengono invitati regolarmente a partecipare a programmi di allenamento, compresi quelli che di solito non fanno esercizio. «Sappiamo stanno entrando in questi programmi pazienti già attivi, ma quelli che non lo sono non devono essere lasciati da parte, in particolare quelli con basso reddito e uno stile di vita meno sano. I nuovi risultati devono incoraggiarci a fare in modo che tutti i pazienti possano trarre beneficio dall'esercizio fisico per migliorare la loro qualità di vita durante la chemioterapia» ha concluso lo specialista.

Davide Cavaleri

Vanlemmens L et al. Benefits of physical activity and sport integrated into the care pathway of oncology patient. Annals of Oncology, Volume 29 Supplement 8 October 2018. Abstract 1753P_PR

Di Meglio A et al. Physical activity (PA) and patterns of quality of life (QOL) after adjuvant chemotherapy (CT) for breast cancer (BC). Annals of Oncology, Volume 29 Supplement 8 October 2018. Abstract 1684PD_PR

Rapporti welfare

La tendenza

Sanità digitale
il futuro è qui
ma serve
la formazione

La salute di cittadini e lavoratori si è conquistata negli ultimi anni uno spazio rilevante nelle strategie di welfare. E a questa maggiore rilevanza ha contribuito anche la trasformazione digitale della sanità, che sta aprendo prospettive di cura della salute sempre più flessibili, istantanee e personalizzate. Evoluzione che rischia però di rallentare senza la diffusione delle competenze digitali, essenziali per portare nella sanità più efficienza interna ed esterna.

È stato questo uno dei messaggi più importanti emersi durante il Think Roma, la seconda tappa del roadshow sull'innovazione digitale organizzato da Ibm e andato in scena la scorsa settimana nella Capitale. Le prospettive digitali interessano il welfare, soprattutto per la possibilità di sviluppare piani ad hoc sulle esigenze specifiche delle persone. Tuttavia, se è vero che le nuove tecnologie abilitano nuovi modelli di ricerca, cura e assistenza, è altrettanto vero che spingono i professionisti della sanità in un campo inesplorato. E ciò richiede sempre più competenze digitali, come han-

no sottolineato gli esperti dell'ecosistema sanitario che si sono confrontati in occasione del Think Roma, dal presidente dell'Istituto superiore di sanità, Walter Ricciardi, al rettore dell'Università La Sapienza di Roma, Eugenio Gaudio.

Al welfare, inteso in senso lato come benessere di cittadini e lavoratori, si lega anche il progetto congiunto della Regione Lazio e di Ibm, annunciato durante il Think Roma dall'assessore allo Sviluppo economico della giunta regionale, Gian Paolo Manzella. L'obiettivo è infatti creare nella provincia di Rieti, colpita negli ultimi anni da alcuni devastanti eventi sismici, un polo che contribuisca alla diffusione di tecnologia sul territorio e alla creazione di nuovi profili professionali. Anche in questo caso, il tema delle competenze digitali assume una rilevanza strategica. «Stiamo parlando di un tema così rilevante in tutti gli ambiti che nessun attore, sia pubblico sia privato, può chiamarsi fuori – ha spiegato Enrico Cereda, ad. di Ibm Italia – Anche perché, la tecnologia non può fare granché senza il capitale umano». – a.fr.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'opinione

“

Stiamo parlando di un tema così rilevante che nessun attore, sia pubblico sia privato, può chiamarsi fuori

ENRICO CEREDA
AD DI IBM ITALIA



Crescono le piattaforme per cure e benessere, ma gli investimenti non decollano (1,3 mld)

Ora la salute passa dal digitale

I servizi vanno dalle prenotazioni al controllo dei referti

Pagina a cura

DI IRENE GREGUOLI VENNI

L'evoluzione digitale sta trasformando il mondo della sanità, anche perché le persone sono sempre più connesse e cercano modalità nuove per relazionarsi con tutto quello che riguarda la loro salute e il loro benessere, usando app per esempio per raccogliere informazioni sulle strutture sanitarie, prenotare servizi e controllare gli esami, per mantenere uno stile di vita sano, monitorare l'alimentazione e l'attività fisica, tenere traccia delle cure e dei dati medici.

La salute digitale in Italia. L'eHealth, cioè l'utilizzo di strumenti basati sulle tecnologie dell'informazione per migliorare la prevenzione, la diagnosi, il trattamento delle malattie, intervenendo quindi sulla ricerca, l'educazione e la qualità della vita dei cittadini, potrebbe essere una chiave di sviluppo per il mondo della salute in Italia (a fronte di una spesa pubblica legata al settore in aumento e che nel 2017 ha raggiunto quasi 153 milioni di euro, con un impatto sul pil pari al 9%), anche se oggi nella Penisola gli investimenti per la digitalizzazione della salute sono ancora limitati, visto si parla di 1,3 miliardi di euro l'anno scorso.

Secondo i dati presentati di recente in occasione della prima edizione di Focus Digital Health, evento promosso da Netcomm (il Consorzio del commercio digitale italiano) e AboutPharma (magazine che si occupa di sanità), in Italia, dove la penetrazione di internet ha raggiunto il 73% con un totale di 43 milioni di utenti attivi, le persone adottano comportamenti digitali anche nell'ambito della salute: nel 2017 il 32% ha utilizzato strumenti digitali per raccogliere informazioni sulle strutture sanitarie, il 22% per prenotare servizi come il check-up, mentre il 18% lo ha fatto per controllare referti medici o ricevere promemo-

ria sulle visite; solo l'11% dei cittadini ha invece pagato online servizi sanitari.

Il ruolo delle app sta crescendo su questo fronte. Da una recente ricerca è emerso che l'81% degli intervistati ha dichiarato di fare uso di app relative alla salute: il 18% le usa per monitorare i propri stili nutrizionali, il 14% per le funzioni corporee e per i promemoria dei farmaci. Queste piattaforme infatti rispondono al bisogno di benessere in senso ampio: le app vengono utilizzate prima di tutto per mantenere uno stile di vita sano (55% degli intervistati), seguito dal 50% di coloro che sostengono di volere un maggior controllo sulle proprie cure, mentre il 20% le sfrutta per archiviare dati medici e informazioni personali.

Inoltre, nuovi scenari si stanno aprendo, come la vendita sul web di medicinali senza obbligo di prescrizione: oggi le farmacie online autorizzate dal ministero sono circa 700 e stanno registrando interessanti riscontri da parte dei loro clienti. Ad accrescere il valore generato dall'eHealth concorrono anche le start-up, che stanno innovando il settore in diversi ambiti come l'analisi dei big data per finalità di ricerca, lo sviluppo di nuove modalità di servizi sanitari oppure la creazione di inedite forme di dialogo con i pazienti.

App e piattaforme innovative. Sono diverse le soluzioni innovative che cominciano ad apparire in questo campo.

Per esempio si sta muovendo in questa direzione il mondo assicurativo: di recente Generali Welion, la società di welfare integrato di Generali Italia, ha siglato una partnership con la start-up Amicommed (una piattaforma digitale che utilizza algoritmi proprietari per aiutare le persone a gestire la propria pressione arteriosa), che consentirà di offrire ai propri clienti un servizio online personalizzato in grado di interpretare le variazioni della pressione arteriosa e contrastare l'ipertensione, af-

fiancando il ruolo del medico e la terapia farmacologica. Il programma di cura combina l'interpretazione dei valori della pressione arteriosa a suggerimenti ad hoc su come modificare gli stili di vita. Attraverso un algoritmo interpretativo Amicommed è in grado infatti di analizzare le variazioni della pressione arteriosa per ottenere un'ottimizzazione dei risultati clinici: i pazienti ricevono così un piano che include una dieta giornaliera, consigli per l'attività fisica e la programmazione della misurazione della pressione attraverso il proprio smartphone.

Un'altra iniziativa è Pisa (Preterm Infants Survival Assessment), un applicativo per stimare la sopravvivenza dei neonati prematuri, ora a disposizione gratuitamente di tutta la comunità scientifica e medica internazionale e in prospettiva utilizzabile più diffusamente in ambito clinico. Lo studio che ha portato alla realizzazione di Pisa è stato pubblicato su *Scientific Reports*, rivista del gruppo Nature, ed è stato condotto dai ricercatori del dipartimento di informatica dell'Università di Pisa coordinati dal professor Alessio Micheli e dal dottor Davide Bacciu e dall'equipe di neonatologi diretta dal dottor Luigi Gagliardi dell'Ospedale Versilia (Ausl Toscana Nord Ovest). La piattaforma (grazie alla tecnologia del Machine Learning, l'apprendimento automatico) consente di inserire i dati richiesti, come per esempio peso alla nascita, sesso o modalità di parto, e di ottenere il responso.

Anche un colosso dell'informatica come Microsoft sta avviando progetti legati alla salute. Ne è un esempio la collaborazione con Made by Dyslexia, organizzazione benefica che si propone di sensibilizzare il grande pubblico nei confronti del fenomeno della dislessia. Grazie a questo accordo, Microsoft supporterà con la sua tecnologia 700 milioni di persone dislessiche a livello globale, e in particolare 14 milioni

di studenti. L'azienda infatti svilupperà aggiornamenti ad hoc per tutti i suoi prodotti destinati a studenti e docenti, per facilitarli nell'apprendimento, nella lettura e nella scrittura: per esempio la funzionalità di dettatura vocale sarà integrata nelle versioni online di Word e OneNote accessibili da qualsiasi browser. Inoltre, l'impresa collaborerà con Made by Dyslexia per la realizzazione di training per insegnanti e genitori.

Anche Philips ha realizzato diverse app nel mondo della salute e del benessere: una di queste è DreamMapper, che aiuta il paziente ad avere un ruolo attivo nella terapia del sonno e a essere motivato a svolgerla correttamente; la piattaforma è pensata in particolare per i soggetti che soffrono di apnee notturne e che seguono un trattamento Cpap, una cura che consiste nell'erogare durante il sonno una pressione positiva continua nelle prime vie respiratorie, mantenendole così aperte. DreamMapper tiene traccia di come il paziente ha dormito e dei suoi progressi, aiutandolo a migliorare attraverso suggerimenti mirati; inoltre, l'app fornisce un feedback sui parametri relativi alla terapia e al sonno, come il corretto posizionamento della mascherina per il trattamento ed è possibile impostare obiettivi personalizzati per rimanere motivati e promemoria per la pulizia o la sostituzione dell'attrezzatura.

Oppure c'è Philips Sonicare App, che permette di monitorare, grazie a sensori che interagiscono con il manico dello spazzolino elettrico connesso Philips Sonicare DiamondClean Smart, ogni sessione di pulizia e di spazzolamento per dare feedback in tempo reale. I dati vengono quindi memorizzati dall'applicazione per poter essere condivisi, all'occorrenza, con il professionista dentale di fiducia, che può anche segnalare sulla mappa 3D della bocca, visualizzata grazie all'app, eventuali punti su cui ritiene opportuno soffermarsi.

© Riproduzione riservata

Le opportunità in rete

Gli utenti italiani usano i servizi online in ambito sanitario per:

- raccogliere informazioni sulle strutture sanitarie (32%)
- prenotare servizi come il check-up (22%)
- controllare referti o ricevere promemoria sulle visite mediche (18%)
- pagare servizi sanitari (11%)

Uso delle app legate alla salute:

- monitorare i propri stili nutrizionali (18%)
- controllare le funzioni corporee e fissare promemoria per i farmaci (14%)
- mantenere uno stile di vita sano (55%)
- avere un maggiore controllo delle proprie cure (50%)
- archiviare dati medici e informazioni personali (20%)

Le app innovative

Piattaforma	Caratteristiche
www.amicomed.com	Piattaforma digitale che utilizza algoritmi per aiutare le persone a gestire la propria pressione arteriosa
Pisa (Preterm Infants Survival Assessment)	Applicativo che sfrutta l'intelligenza artificiale per stimare la sopravvivenza dei neonati prematuri
educationblog.microsoft.com/2018/10/microsoft-made-by-dyslexia-help-dyslexic-students-thrive/	Microsoft svilupperà aggiornamenti ad-hoc per tutti i suoi prodotti per facilitare gli studenti dislessici nell'apprendimento, nella lettura e nella scrittura
www.sleepapnea.com/products/dream-mapper	App che aiuta il paziente ad avere un ruolo attivo nella terapia del sonno e a essere motivato a svolgerla correttamente
www.philips.it/c-m-pe/spazzolini-elettrici/tecnologia-sonicare	Philips Sonicare App permette di monitorare, grazie a sensori che interagiscono con lo spazzolino elettrico Philips Sonicare DiamondClean Smart, ogni sessione di pulizia dei denti per dare feedback in tempo reale

