

EnpabMAGAZINE

Anno 13
Numero 4/2022

Notiziario Trimestrale della Cassa di Previdenza dei Biologi
Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale - 70% - Roma /Aut. GIPA/C/RM//05/2011



Seguici su:



Facebook



Instagram



Twitter



LinkedIn

2 Opinione

Perché è importante diffondere cultura previdenziale
Tiziana Stallone

4 Previdenza

Bilancio di Previsione 2023 uno sguardo al futuro
Marcella Giros

I risultati della nostra indagine sulla professione: i dati reddituali e gli ambiti professionali degli iscritti e dei pensionati attivi dal 2019 al 2021

Il giovedì puoi stare "A pranzo con Enpab"



10 Welfare

Enpab e Istituto Pascale insieme nella terapia integrata per la cura del cancro



Al Papardo di Messina la formazione sul campo dei nostri biologi
Simona Brigandi

Stress, Emozioni e cibo Il Previdenza Tour di Ancona
Sonia Croci



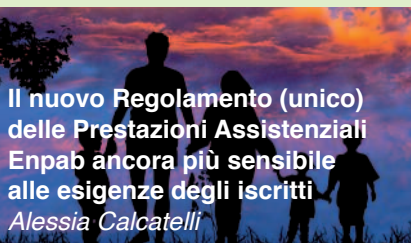
GNBP 2022 promossa a pieni voti



I nostri eventi 2022 in giro per l'Italia

22 Assistenza

Il nuovo Regolamento (unico) delle Prestazioni Assistenziali Enpab ancora più sensibile alle esigenze degli iscritti
Alessia Calcatelli



26 Eventi

La riduzione della disuguaglianza di genere passa anche dalla previdenza #ZHEROGAP



30 Europa

PNRR Missione 6
I Fondi di investimento destinati all'Italia dal NextGenEU per preservare e potenziare il valore della salute
Michele Miscio



32 Sostenibilità, Scienza e Ambiente

Biologia e sostenibilità, tutte le idee creative direttamente dalle piazze della GNBP2022
Irene Pugliese et al.



Dal Kilimangiaro alle Dolomiti: i ghiacciai che perderemo entro il 2050
Daria Ceccarelli

42 Professione

La Ricerca Clinica
Intervista a Federico D'Amico



La chirurgia bariatrica: un fallimento del biologo nutrizionista oppure un nuovo campo di applicazione?
L'esperienza di Paola Mollettieri



47 Recensioni

L'eredità del codice
Stefano Spagnolo

Storia dei cambiamenti climatici
Brian Fagan e Nadia Durrani

La dieta RinnovaMente
Mariangela Stasi

EnpabMAGAZINE

Notiziario Trimestrale della
Cassa di Previdenza dei Biologi

Anno 13 - Numero 4 Ottobre/Dicembre 2022

Autorizzazione del Tribunale di Roma
n. 464/2010 del 6 Dicembre 2010

Direttore Responsabile
Tiziana Stallone

Hanno collaborato
Simona Brigandi, Marcella Giros, Sonia Croci,
Alessia Calcatelli, Michele Miscio,
Irene Pugliese, Virgilio Ancellotti,
Nunzia Taccone, Saverio Bruni, Daria Ceccarelli.

Enpab
Via di Porta Lavernale, 12 - 00153 Roma
Tel. 06.4554.7011 - Fax 06.4554.7036
enpabmagazine@enpab.it • info@enpab.it
www.enpab.it

Grafica e impaginazione
Claudia Petracchi
claudia.petracchi@gmail.com

Copertina: Gianluigi Marabotti

*Le immagini sono libere da copyright
e perlopiù tratte da Pixabay e Freepik*

Stampa
Stabilimento Tipolitografico Ugo Quintily S.p.A
finito di stampare dicembre 2022



Associato all'USPI
Unione Stampa Periodica Italiana



Tiziana Stallone

Presidente Enpab

Perché è importante diffondere cultura previdenziale

La previdenza non è un “problema di domani”, ma una risorsa di oggi. Partiamo da qui per spiegare quanto sia importante parlare di cultura previdenziale e mettere i professionisti nella condizione di valutare e determinare il proprio futuro pensionistico. Sta alle Casse di previdenza intercettare i bisogni e le esigenze degli iscritti, diffondere conoscenza in merito alle loro possibilità: proprio questa è tra le principali missioni di Enpab.

La risposta dei nostri iscritti

C'è un dato che dimostra l'efficacia della nostra azione in questa direzione: in area riservata abbiamo rilevato un aumento del contributo personale di soggetto. Per noi è un grande risultato, perché è una scelta consapevole legata alla comprensione dell'importanza dei contributi per la costruzione della pensione del futuro. In un periodo come questo, con tutte le difficoltà derivate dalla pandemia, dalla guerra in Ucraina ed il conseguente caro energia, non è scontato che un professionista decida di investire più risorse nella contribuzione.

Siamo certi che il lavoro capillare sul territorio del previdenza tour sia stato efficace. È stata l'occasione per sottolineare non solo l'importanza di un versamento pronto e continuativo dei contributi sin dai primi anni di attività, ma anche il vantaggio fiscale determinato dall'aumento dell'aliquota contributiva.

La risposta significativa degli iscritti in merito, ci rende fieri di essere riusciti a diffondere cultura sul concetto che i contributi previdenziali sono interamente deducibili, anche per i regimi forfettari, e che questa scelta dunque è conveniente per l'iscritto.

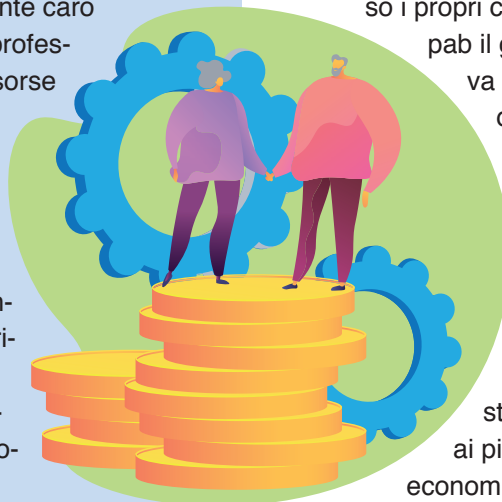
Il patto generazionale invertito

In particolare, abbiamo rilevato che sono gli iscritti senior o pensionati attivi ad aver opzionato le aliquote più alte, essendo chiaramente più facile per loro, con una carriera più solida e avviata rispetto ai giovani, fare questa scelta.

Da una parte, infatti, gli anziani non esistono più, a 65-70 anni si è giovani con la mente e con il corpo, dall'altra abbiamo un completo rimodellamento del mercato del lavoro per cui i giovanissimi hanno difficoltà. Questa analisi porta a preconizzare un nuovo “patto generazionale invertito”, dove l'anziano continua a lavorare e aiuta e sostiene il giovane attraverso i propri contributi. In che modo? In Enpab il gettito del contributo integrativo

va a costituire in parte il nostro fondo dedicato all'assistenza.

È suggestivo pensare in proiezione che proprio un anziano, nella sua seconda giovinezza, incida su quel fondo con un gettito dell'integrativo più nutrito, proprio perché proporzionato al suo volume d'affari. In questo modo l'assistenza sarà rivolta ai più giovani anche con il contributo economico dei pensionati attivi.





Biologi silver

È interessante notare inoltre come non sia tanto la necessità economica a portare i pensionati a proseguire con un'attività lavorativa, ma che a prevalere sia il bisogno di mantenere un ruolo attivo nella società. Le aspettative di vita si sono significativamente allungate in tutti i Paesi. Si vive di più, si vive più attivi, si invecchia con tempi più lunghi. Così il *welfare state* a cui siamo abituati, con la sua definizione rigida e socialmente determinata di educazione-lavoro-pensione, non regge più.

Attraverso i contatti diretti che abbiamo quotidianamente con i nostri iscritti, tramite le telefonate che riceviamo ogni giorno e le interviste realizzate per la nostra Enpabtv, anche noi abbiamo potuto constatare che gli iscritti senior o i biologi già pensionati scelgono di lavorare principalmente per attaccamento alla biologia e al proprio ruolo sociale.

Ma l'altro dato che emerge dalla scelta di un'aliquota contributiva superiore è il fatto che la categoria è in buona salute: non a caso abbiamo rilevato un notevole incremento dei redditi dal 2020 al 2021, di circa il 25%.

Ricordiamo che il nostro sistema previdenziale è di tipo contributivo, ovvero l'importo della pensione è legato ai contributi versati nel tempo dal lavoratore e dunque c'è stretta corrispondenza tra i redditi e le pensioni. È un sistema che, ai fini di una sostenibilità delle prestazioni, richiede un impegno importante e in cui il buon stato di salute della professione è fondamentale per immaginare il futuro pensionistico.

Un commento sulla manovra finanziaria

L'importanza di un rapporto adeguato tra età lavorativa ed età pensionabile è emersa anche nel sistema della previdenza pubblica. All'interno della nuova manovra, a fronte di un pensionamento a 62 anni con 41 anni di contribuzione, si è immaginato un tetto all'importo dell'assegno che non potrà superare le 5 volte il minimo Inps: circa 36.600 euro l'anno nel 2023. Il trattamento non potrà poi essere cumulato con altri redditi da lavoro, esclusi quelli da lavoro autonomo occasionale fino a un massimo di 5mila euro.

I tempi in cui la fiscalità poteva colmare una mancata contribuzione, ovvero i tempi che hanno determinato l'attuale deficit pubblico, di fatto sono terminati. La strumentalizzazione dei vantaggi pensionistici da parte della politica ha creato il disavanzo attuale e la conseguente e nota riforma Fornero del governo tecnico Monti per cercare di mettere a posto i conti. Ai fini di garantire la sostenibilità del nostro Paese, parlare oggi di superamento della legge Fornero non solo non è corretto ma anche inapplicabile, perché non possiamo permetterci di ampliare ancora il deficit.

Per questo, la decisione della nuova manovra finanziaria è dal nostro punto di vista responsabile. La nomina di Marina Calderone al Ministero del Lavoro è per noi di Enpab certezza di un'attenzione verso il settore delle professioni. Siamo convinti che con la sua guida sarà rafforzata la cooperazione per affrontare le sfide che riguardano il lavoro, le pensioni e il welfare, temi su cui in Enpab lavoriamo ogni giorno per migliorare la vita professionale e non solo dei nostri biologi.

Consentitemi ora di augurare un sereno 2023 a tutti voi e alle vostre famiglie.



Bilancio di Previsione 2023



Uno sguardo al futuro

E tempo di assestamento e di verifica delle azioni compiute nel 2022 ma, come ogni anno, questo è anche il momento della programmazione del futuro. Il Consiglio di Amministrazione dell'Ente ha predisposto il bilancio di previsione 2023, documento che rappresenta lo strumento gestionale di programmazione e pone in evidenza gli obiettivi economico-finanziari da realizzare nell'anno, specificando in trasparenza le risorse da impiegare per conseguire i risultati previsti.

Chiude in positivo il bilancio di previsione 2023 che evidenzia un utile presunto pari a € 4.600.800. Anche nell'esercizio 2023, la previsione del risultato della gestione finanziaria dell'Ente evidenzia un risultato positivo. Infatti, i proventi finanziari al netto degli oneri finanziari e tributari è stimato in € **13.280.000**, rendendo possibile la copertura del costo connesso alla rivalutazione dei montanti individuali degli iscritti, quantificata per il 2023 in € **11.952.000**. La differenza, pari ad € **1.328.000**, sarà destinata al fondo di riserva, ai sensi dell'art. 39 del Regolamento di disciplina delle funzioni di previdenza.

La gestione contributiva

A fine 2023 si prevede un numero di iscritti attivi **pari a 18.105 ipotizzando una ulteriore crescita del 2% rispetto all'anno 2022**. L'incremento del numero degli iscritti è stato calcolato tenendo conto dell'aumento progressivo osservato negli ultimi cinque anni.

L'incremento dei tassi di crescita è sicuramente dovuto alla evoluzione della figura del biologo libero professionista che negli ultimi anni ha trovato sempre maggiori sbocchi professionali anche in nuovi settori come la genetica forense, la consulenza e l'analisi tricológica, la seminologia, la certificazione ambientale, la consulenza scientifica o la ricerca clinica per citarne alcuni, oltre agli ambiti della nutrizione e dei laboratori di analisi che rimangono a tutt'oggi quelli più nutriti dai biologi.

L'analisi del dato complessivo degli iscritti disegna il quadro di una categoria professionale giovane,

composta in prevalenza da donne che rappresentano il 70% degli iscritti all'Ente.

La stima del ricavo per contributi previdenziali è in costante crescita. Dopo un periodo di stabilità legato alle difficoltà prodotte dalla pandemia da Covid-19, già dal riscontro dei redditi e dei volumi di affari dell'anno 2021 si è evidenziato un importante incremento del reddito medio degli iscritti di circa il 25,2% rispetto al 2020. Si è rilevato anche un incremento del numero degli iscritti che hanno optato per il versamento di un'aliquota contributiva superiore al 15%. Ricordiamo che con nota n.14049/2021 il Ministero del Lavoro ha approvato la delibera del Cig n.5/2021 con la quale si è modificato l'art. 3 del Regolamento di disciplina delle funzioni di Previdenza prevedendo la possibilità, in aggiunta alla percentuale del contributo soggettivo obbligatorio, di versare un'ulteriore contribuzione soggettiva obbligatoria, non inferiore ad un punto percentuale, sino alla aliquota massima del 36%. La scelta dei nostri iscritti conferma l'efficacia della politica di informazione perseguita dalla nostra consiliatura volta alla diffusione della cultura previdenziale.

La gestione previdenziale ed assistenziale

Nel 2023, secondo i dati di previsione del bilancio tecnico, avremo **2.414 titolari di pensione di vecchiaia, indiretta e reversibilità**, per un costo complessivo di € **11.580.000**.

Il costo per l'**indennità di maternità**, nel documento previsionale, riprende la stima assestata del 2022, per un onere complessivo di € **2.772.000** per la liquidazione di 420 indennità, considerando quindi una prestazione media di € 6.600.

In relazione alle spese per l'**assistenza ed il welfare**, l'attività svolta da questa consiliatura prosegue nell'impegno caratterizzato da importanti iniziative adottate dall'Ente per favorire interventi di welfare attivo a vantaggio degli iscritti.

L'obiettivo unanime è quello di sostenere ed affiancare il Biologo, valorizzando la professione con lo scopo di assicurare un concreto miglioramento della attività e, quindi, del reddito professionale.

L'incremento del reddito professionale rappresenta il riflesso imprescindibile per un incremento delle prestazioni previdenziali future. Per questa ragione l'Ente ha investito nel **welfare della formazione**, mirata ad un reale sbocco occupazionale ed al conseguimento di borse di studio e di tirocini pratici volti ad una formazione specifica e specialistica che agevola l'introduzione dei Biologi nei vari campi professionali.

E' sempre più necessario l'investimento in "welfare attivo" per perseguire gli obiettivi enunciati nella legge L. 99/2013 che - al di là delle forme di intervento cosiddetto "passivo", cioè di un welfare di natura puramente assistenziale legato a stati di bisogno oggettivi - definisce il perimetro per costruire un welfare strategico di sostegno al lavoro professionale che annulli le criticità "territoriali" e di gender gap ed in particolare sostenga i giovani professionisti nell'inserimento nel mercato del lavoro. La proposta di stanziamento per il 2023, che sostanzialmente ricalca quanto negli ultimi 5 anni si è realizzato, è confortata dai rilevanti aumenti in termini percentuali dei redditi professionali dichiarati per l'anno 2021 dai biologi, il che conferma la concreta utilità della stra-

tegia delle iniziative di **welfare attivo** quale **sostegno tangibile della professione e ai professionisti.**

Lo **stanziamento previsto per il 2023** è di **2 milioni di euro**, dei quali la somma più consistente, di circa **985mila euro** è destinata alla copertura a favore dei nostri iscritti per l'assicurazione sanitaria **Emapi**; per le importanti iniziative di **welfare attivo** **l'impegno di spesa previsto è di € 500.000.** Ulteriori **515mila euro** sono destinati a coprire tutti gli interventi assistenziali previsti dal Regolamento e dai relativi bandi.

Spese generali ed amministrative della gestione caratteristica

Anche l'andamento delle spese di gestione dell'Ente non subisce variazioni significative; la gestione dell'Ente conserva uno spirito di sana e corretta gestione, ciò consentirà nel 2023 di accantonare al Fondo per le spese di Amministrazione e gli interventi di solidarietà ulteriori **risparmi di gestione per € 3.272.800**, a norma dell'art. 36 dello stesso Regolamento, che raggiungerà una consistenza a fine 2023 di circa 59 milioni di euro.

I bilanci dell'Enpab sono disponibili sul sito dell'ente www.enpab.it



I risultati della nostra indagine sulla professione: i dati reddituali e gli ambiti professionali degli iscritti e dei pensionati attivi dal 2019 al 2021

I riscontro dei redditi e volumi di affari del 2021, a seguito della comunicazione da parte degli iscritti avvenuta entro la scadenza di ottobre 2022, evidenzia una importante ripresa dei redditi. Se nel consuntivo 2021 si è registrata una sostanziale tenuta dei redditi del 2020 rispetto al 2019, l'analisi dei redditi e dei volumi d'affari del 2021 evidenzia un importante incremento del reddito medio degli iscritti.

Nel dettaglio:

- i redditi degli iscritti hanno subito una flessione nel 2020 rispetto al 2019 pari al -5,2% a causa della pandemia, ma dal 2020 al 2021 hanno registrato un incremento rilevante pari al +25,2%;
- i redditi dei pensionati attivi hanno subito una flessione nel 2020 rispetto al 2019 pari al -3,4% a causa della pandemia, ma dal 2020 al 2021 hanno registrato un netto incremento pari al +17,7%.

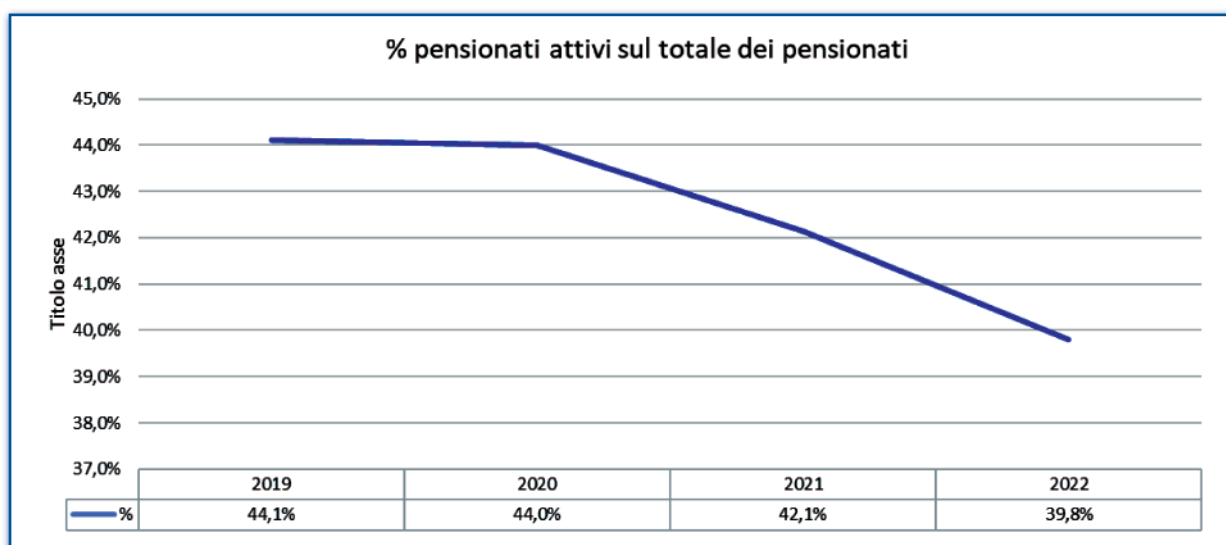
ANNO	ISCRITTI (al 2021) 15579		PENSIONATI ATTIVI (al 2021) 668	
	REDDITO MEDIO	VOL.AFFARI	REDDITO MEDIO	VOL.AFFARI
2019	17.553,53 €	24.716,25 €	29.828,55 €	61.489,54 €
2020	16.646,41 €	23.746,24 €	28.823,87 €	58.512,61 €
2021	20.839,81 €	28.999,39 €	33.924,64 €	66.606,40 €

ISCRITTI				
AREA COMPETENZA	NUMERO NEL 2021	REDDITO 2019	REDDITO 2020	REDDITO 2021
Nutrizione	9140	11.978,35 €	10.847,85 €	15.633,98 €
Altro	1668	20.927,83 €	19.836,68 €	23.802,40 €
Collaboratore in laboratorio analisi di patologia clinica	1077	18.030,06 €	17.645,74 €	21.338,36 €
Consulente in ambito igiene ed alimenti	673	19.592,03 €	17.805,32 €	20.268,29 €
Titolare o socio laboratorio analisi di patologia clinica	540	30.533,92 €	36.642,74 €	47.140,54 €
Consulente in ambito ambientale	417	31.492,40 €	30.690,81 €	33.690,86 €
Ambulatoriali	330	43.132,85 €	44.362,53 €	47.162,56 €
Titolare o socio o collaboratore in altra tipologia di laboratorio analisi	306	20.288,75 €	20.687,59 €	23.805,10 €
Embriologia e seminologia	255	28.140,89 €	27.920,43 €	29.583,51 €
Titolare o socio o collaboratore in laboratorio analisi di microbiologia	203	26.917,63 €	26.967,66 €	30.556,64 €
Certificazione qualità	163	30.976,64 €	31.200,69 €	33.174,45 €
Farmaceutica o sperimentazione clinica	134	29.684,74 €	27.354,29 €	29.088,55 €
Titolare o socio o collaboratore in laboratorio analisi genetica	126	26.835,64 €	24.812,87 €	27.183,87 €
Titolare o socio o collaboratore in laboratorio di analisi alimenti	107	32.331,56 €	27.187,99 €	34.997,82 €
Titolare o socio o collaboratore in laboratorio di analisi ambientali	85	37.368,01 €	36.329,99 €	37.067,34 €
Consulenza genetica	84	31.862,33 €	32.866,10 €	37.234,10 €
Cosmetologia e tricologia	84	27.829,28 €	22.701,99 €	27.349,53 €
Informatore scientifico del farmaco	69	14.038,23 €	11.448,83 €	15.413,23 €
Ricerca o consulenza in ambito di biologia marina	63	28.582,04 €	27.159,24 €	28.710,88 €
Forense	50	28.363,08 €	27.223,71 €	28.418,95 €
Beni culturali	5	10.160,50 €	10.959,75 €	11.042,25 €



	PENSIONATI	PENSIONATI ATTIVI	PENSIONATI ATTIVI SUL TOTALE
ANNO	NUMERO	NUMERO	PERCENTUALE
2019	1408	621	44,1%
2020	1614	710	44,0%
2021	1744	735	42,1%
2022	1905	758	39,8%

Dati aggiornati al 31 agosto 2022



PENSIONATI ATTIVI				
AREA COMPETENZA	NUMERO NEL 2021	REDDITO 2019	REDDITO 2020	REDDITO 2021
Titolare o socio laboratorio analisi di patologia clinica	254	33.669,50 €	34.641,20 €	40.163,05 €
Altro	93	26.197,27 €	23.526,56 €	29.153,16 €
Collaboratore in laboratorio analisi di patologia clinica	86	27.662,45 €	25.594,96 €	30.884,09 €
Nutrizione	55	20.472,27 €	15.715,96 €	19.959,91 €
Titolare o socio o collaboratore in altra tipologia di laboratorio analisi	41	27.380,95 €	25.932,15 €	37.325,74 €
Consulente in ambito ambientale	30	44.736,53 €	40.586,53 €	44.235,79 €
Titolare o socio o collaboratore in laboratorio analisi di microbiologia	27	22.641,59 €	24.084,00 €	36.139,35 €
Titolare o socio o collaboratore in laboratorio di analisi alimenti	21	32.730,48 €	41.029,84 €	39.896,67 €
Consulente in ambito igiene ed alimenti	15	38.779,80 €	27.785,67 €	26.505,13 €
Certificazione qualità	8	27.512,25 €	25.872,00 €	28.671,50 €
Titolare o socio o collaboratore in laboratorio di analisi ambientali	8	26.797,38 €	21.759,88 €	26.681,50 €
Consulenza genetica	6	22.420,00 €	19.082,17 €	23.344,17 €
Ambulatoriali	5	13.342,00 €	18.006,00 €	25.342,33 €
Farmaceutica o sperimentazione clinica	5	27.649,60 €	23.829,40 €	14.092,20 €
Cosmetologia e tricologia	4	16.391,25 €	17.717,75 €	16.461,50 €
Titolare o socio o collaboratore in laboratorio analisi genetica	4	10.919,00 €	17.739,75 €	26.313,00 €
Embriologia e seminologia	3	26.744,67 €	24.279,00 €	24.521,67 €
Ricerca o consulenza in ambito di biologia marina	2	12.198,00 €	5.846,00 €	10.294,50 €
Forense	1	66.526,00 €	65.427,00 €	61.781,00 €

Il giovedì puoi stare



Cosa fai a pranzo il giovedì? Non prendere impegni, perché da novembre è iniziato "A pranzo con Enpab"! Che cos'è? È la nostra nuova "televisione social" in diretta sul gruppo Facebook "Enpab" e sul profilo Instagram dalle 13 alle 14. "A pranzo con Enpab" ha due rubriche: Enpab6tu è il tuo canale, lo spazio dove vengono coinvolti, attraverso delle interviste, i colleghi professionisti. Su Enpab4U puoi invece ascoltare gli esperti Enpab parlare di previdenza, assistenza e di strumenti di empowerment della professione. Nel calendario degli eventi sul nostro sito e seguendo i profili social di Enpab troverai di settimana in settimana l'appuntamento specifico. Se hai delle domande puoi anticiparle sulla pagina Facebook e sul profilo Instagram e potrai sempre intervenire in diretta.





Enpab e Istituto Pascale insieme nella terapia integrata per la cura del cancro

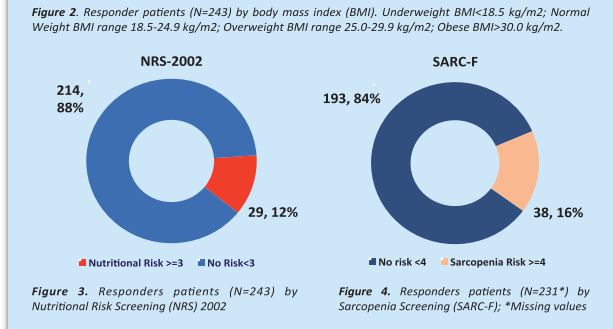
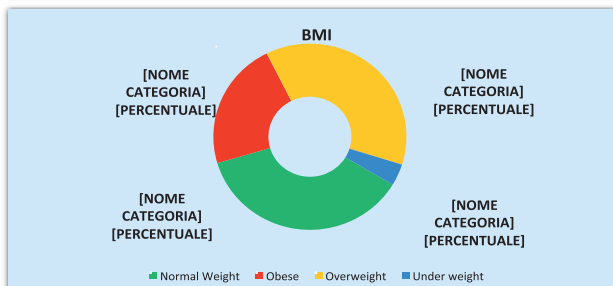
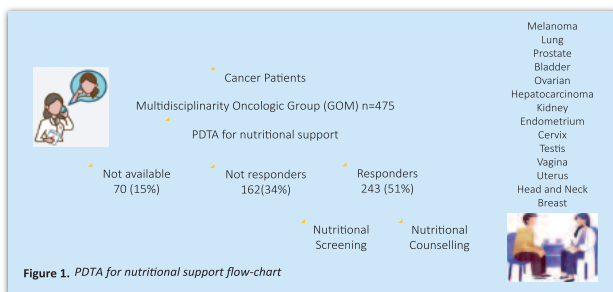
L'importanza della figura del biologo nutrizionista all'interno dell'equipe medica per migliorare i risultati clinici e la qualità di vita dei pazienti oncologici. È quanto dimostrato dal progetto "Evaluation of need for nutritional support in cancer patients within the Campania Oncology Network and Enpab Partnership", presentato dalla dottoressa Teresa Di Lauro e premiato tra i migliori lavori scientifici nel corso di Spazio Nutrizione, l'evento di riferimento sulla corretta nutrizione e integrazione che si è svolto il 14 e il 15 ottobre scorsi ad Assago, Milano. Il lavoro è il frutto di una partnership tra l'Istituto Nazionale per lo Studio e la Cura dei Tumori "Fondazione Giovanni Pascale" di Napoli e l'Ente Nazionale di Previdenza e Assistenza dei Biologi, con l'obiettivo di migliorare la terapia integrata per il cancro attraverso l'alimentazione e rafforzare la formazione dei biologi in campo oncologico per un raccordo sul territorio, implementando al tempo stesso il welfare degli iscritti Enpab.

«La rete oncologica ha come parola chiave la multidisciplinarietà, ovvero il collegamento di tutti i professionisti tra loro per rendere la presa in carico del paziente più semplice - spiega il responsabile del progetto, il dottor Sandro Pignata, Direttore della divisione di oncologia medica del dipartimento di Uro-ginecologia presso il Pascale e responsabile scientifico della Rete Oncologica Campana - Lo screening e il supporto nutrizionale sono elementi essenziali nella cura del cancro, al fine di prevenire e trattare la malnutrizione, migliorando l'efficacia dei trattamenti oncologici».

Nonostante le linee guida internazionali per il supporto nutrizionale nei pazienti oncologici, la malnutrizione rimane infatti un problema poco trattato, associato ad un aumento delle complicanze chirurgiche e della degenza ospedaliera e a una riduzione della risposta al trattamento oncologico e della qualità di vita.

Nel 2016 è stata istituita la Rete Oncologica Campana (ROC), con l'obiettivo di migliorare l'assistenza ai pazienti e ridurre la frammentazione regionale delle risorse. Nelle strutture ospedaliere della ROC sono stati istituiti Gruppi Oncologici Multidisciplinari (GOM), incaricati di definire i percorsi diagnostici e terapeutici (Percorso Diagnostico Terapeutico Assistenziale - PDTA) più adeguati per i pazienti. Il supporto nutrizionale nei pazienti oncologici è diventato un elemento fondamentale del PDTA, nel 2021 è stato inserito nella Rete Oncologica Campana e l'Istituto Nazionale Tumori Pascale di Napoli ha avviato lo screening nutrizionale in collaborazione con l'Enpab. Il PDTA nutrizionale all'interno del ROC consentirà di studiare l'impatto della dieta sulla salute nella pratica clinica reale.

«Siamo molto contenti di questo riconoscimento - dichiara il Direttore Scientifico Alfredo Budillon - perché al Pascale la figura del biologo nutrizionista è centrale nell'ambito dei Percorsi assistenziali



La dott.ssa Teresa Di Lauro che ha curato il progetto insieme al responsabile il dott. Sandro Pignato

multidisciplinari all'interno dei GOM, ma riveste un ruolo fondamentale anche per le nostre progettualità di ricerca clinica e traslazionale». Il percorso segue le seguenti fasi: il paziente viene discusso dal Gruppo Oncologico Multidisciplinare che decide l'iter terapeutico. Il *case manager* indirizza il paziente dal nutrizionista di riferimento che pianifica la visita durante la quale effettuerà uno screening nutrizionale per valutare la composizione corporea del paziente e quindi il suo stato nutrizionale. Laddove necessario il paziente viene indirizzato da uno specialista per altri trattamenti.

«Negli ultimi anni - sottolinea il Direttore Sanitario del Pascale Maurizio di Mauro - si è parlato molto dell'importanza dell'alimentazione non solo nell'ambito della prevenzione dei tumori ma anche come coadiuvante di alcune terapie oncologiche come l'immunoterapia. L'attivazione di questo progetto va in questa direzione e questo premio dimostra che ci avevamo visto giusto».

«Con questo progetto - commenta la Presidente di Enpab Tiziana Stallone - si dimostra quanto sia importante l'integrazione della figura del biologo nutrizionista all'interno dell'equipe oncologica. Mi auguro che questo diventi un modello, da riproporre a livello di sistema sanitario nazionale».

«Siamo davvero orgogliosi che la sinergia attivata con l'Enpab abbia generato valore - chiosa Attilio Bianchi, Direttore Generale dell'Istituto oncologico Pascale - Questo per noi è uno stimolo a continuare in questo percorso, impegnandoci ad incrementare il livello di prestazioni offerte ai nostri pazienti. Ancora una volta 1+1 = 3».



Al Papardo di Messina la formazione sul campo dei nostri biologi



**AZIENDA OSPEDALIERA
PAPARDO**

Grazie alla convenzione stipulata tra l'Ospedale Papardo di Messina ed Enpab, 6 biologi hanno avuto l'opportunità di svolgere un'importante attività formativa sul campo nei settori di "malattie endocrine del ricambio", "procreazione medicalmente assistita" e "oncologia medica", in un'ottica di reskilling delle competenze. Il progetto è stato organizzato in due trimestri per un totale di 150 ore di attività per ciascun tirocinante. I biologi sono stati affiancati da un tutor selezionato all'interno della struttura e la loro attività si è svolta in collaborazione con lo staff medico dell'Ospedale. Visto il grande successo del progetto, Enpab e l'azienda ospedaliera Papardo di Messina stanno lavorando affinché altri colleghi possano avere questa

importante opportunità di crescita professionale e per questo a settembre 2022 hanno rinnovato la convenzione.

Abbiamo raccolto le testimonianze dei tirocinanti che hanno vissuto questa esperienza, precedute da una breve descrizione delle attività svolte nei diversi reparti.

Reparto Oncologia Medica, dipartimento di Oncoematologia

Primario del reparto Dott. G. Toscano e tutor del progetto Dott. Domenico Longo (biologo)

I 2 tirocinanti hanno lavorato nei laboratori di biologia molecolare del reparto di Oncologia Medica dell'Azienda Ospedaliera Papardo.

Hanno così avuto modo di sviluppare competenze sulle metodiche di estrazione di DNA e RNA da sangue o da tessuto incluso in paraffina (FFPE), sulla quantizzazione degli acidi nucleici estratti e sull'analisi biomolecolare di geni coinvolti nella patogenesi tumorale. In particolare, la tipizzazione molecolare del tumore è stata condotta tramite Real-Time PCR o tramite NGS, grazie all'utilizzo di piattaforme Illumina. Dal punto di vista diagnostico, è emerso che la conoscenza della mutazione a carico di un determinato gene coinvolto nella patogenesi dei tumori polmonari, della mammella o del colon retto ad esempio, può portare a una strategia terapeutica *targeted* o può predire un potenziale *outcome* della patologia metastatica in corso. Durante questo percorso formativo, i biologi hanno acquisito inoltre varie competenze riguardanti la preparazione di gel di agarosio per elettroforesi di acidi nucleici, utile per la tipizzazione molecolare HLA (human leucocyte antigen), necessaria per stabilire la compatibilità al trapianto anche nel caso di cellule staminali o per definire l'allele malattia o per la tipizzazione molecolare di alleli che danno predisposizione allo sviluppo di celiachia. I tirocinanti hanno assistito infine alla gestione dei controlli qualità esterni (VEQ) e all'organizzazione della manutenzione degli strumenti presenti in laboratorio.

Testimonianze dei biologi

Dott. Pierluigi Daliberti

L'esperienza mi ha permesso di ampliare le conoscenze in ambito oncologico e di osservare dal vivo molte tecniche all'avanguardia che, fino a quel momento, conoscevo solo dal punto di vista teorico. Un esempio è stato il sistema di NGS Illumina. Il laboratorio è dotato di un'ottima strumentazione,



come Real-Time PCR ed NGS; presenta inoltre un estrattore automatico per acidi nucleici che consente l'estrazione anche da tessuto incluso in paraffina. In particolare, in questo caso, l'inclusione viene eseguita con i tumori asportati dai pazienti. È stato particolarmente interessante imparare sia l'applicazione pratica di queste tecniche che il ragionamento e l'iter mediante il quale i colleghi biologi operano quotidianamente per ottimizzare il lavoro e favorire la diagnosi per il paziente.

Dott.ssa Giovanna Presti

Nel mese di giugno è iniziato il mio percorso formativo della durata di 150 ore presso il Papardo nel reparto di Oncologia medica. Un'esperienza professionale che mi ha permesso di arricchire il mio background professionale, in particolare ho approfondito l'uso di Tecniche e metodiche di biologia molecolare e genetica applicata di ultima generazione in ambito onco-ematologico per poter elaborare terapie personalizzate. Grazie al team del laboratorio che mi ha supportato e formato durante questo periodo di crescita professionale!

Reparto Malattie metaboliche e del ricambio

Primario del reparto Dott. Carlo Casile e tutor Dott.ssa Iolanda Rizzotti

In questo percorso i biologi tirocinanti hanno approfondito conoscenze nel campo dell'endocrinologia e della diabetologia. L'approccio multidisciplinare alle patologie metaboliche è il punto di forza di quest'ambulatorio, dove i pazienti vengono accompagnati da diverse figure professionali per affrontare a 360 gradi patologie molto spesso non gestibili tramite un unico approccio. Il biologo nutrizionista all'interno dell'equipe è coinvolto per la gestione nutrizionale dei pazienti. Questa comprende la somministrazione di questionari, come quello sulle abitudini alimentari e stile di vita redatto dall'INRAN e un'accurata indagine anamnestica, a cui segue la valutazione antropometrica, per la quale si adopera anche il bioimpedenzometro. I dati raccolti servono al professionista per stilare delle indicazioni nutrizionali con correlati obiettivi intermedi e finali che diventano parte integrante nella gestione delle patologie metaboliche. L'utilizzo di software specialistici agevola il lavoro del professionista e consente di redigere, in tempi ridotti, piani nutrizionali che assecondano le esigenze nutrizionali e le preferenze del paziente. Non è mancata l'occasione di assistere ai collo-

qui con lo psicologo, figura nevralgica che presenta al paziente le possibili ricadute pratiche di nuove diagnosi e le strategie per poterle affrontare al meglio. Altra opportunità difficilmente concretizzabile nell'attività privata è stato l'incontro tra fornitori di presidi medici e pazienti, in particolar modo affetti da diabete di tipo 1. Attraverso periodici appuntamenti, i pazienti vengono educati alla gestione della patologia, mediante il supporto di strumentazioni avanzate. Dapprima il nutrizionista consapevolizza il paziente circa il counting dei carboidrati, quale approccio utilizzato per la terapia medico-nutrizionale in pazienti diabetici in trattamento insulinico. Negli appuntamenti successivi, viene guidato nell'installazione di microinfusori insulinemici di ultima generazione che rispondono a requisiti di praticità e precisione e che, anche se inizialmente poco accettati, con la giusta formazione divengono degli utilissimi strumenti per la gestione della patologia.

Testimonianze dei biologi

Dott.ssa Serena Armeli

L'elemento che più mi ha colpito è l'approccio innovativo multidisciplinare all'interno di un ospedale. Il paziente non è seguito solo dal diabetologo o endocrinologo, ma anche da un biologo nutrizionista che esegue un'anamnesi alimentare,





Serena Armeli

antropometrica ed eventuale rilascio di un piano alimentare personalizzato e dalla figura dello psicologo, chiamato a supportare i pazienti nel percorso di accettazione delle patologie croniche e dei percorsi di cura a loro dedicati. L'esperienza principale rimasta nel cuore è quella di un ragazzo adolescente di 16 anni obbligato dalla madre a presentarsi alla visita, poiché in condizioni di obesità.

In questo caso ho capito cosa significa lavoro di squadra: su consenso dell'endocrinologa ho potuto rilasciare un diario alimentare settimanale e contemporaneamente il ragazzo ha fatto un colloquio con la psicologa. Questo gli ha permesso di sentirsi più a suo agio e di affrontare la problematica di obesità in maniera molto più tranquilla, tanto da fare dei progressi in termini di riduzione del peso. Questa esperienza per me ha comportato una crescita sia umana che professionale. Grazie Enpab per l'opportunità.



Carmen Simone

Dott.ssa Carmen Simone

L'esperienza formativa che ho svolto nell'ambito della collaborazione stipulata tra la nostra cassa di previdenza e l'Azienda Ospedaliera Papardo è risultata arricchente ed entusiasmante.

Nello specifico ho frequentato l'ambulatorio di *Malattie metaboliche e del ricambio* approfondendo patologie afferenti all'endocrinologia ed alla diabetologia. Punto di forza di questa unità, che ho trovato coerente con una delle finalità del progetto, è l'approccio multidisciplinare alle patologie metaboliche. Ho potuto interfacciarmi con professionisti differenti (il diabetologo - l'endocrinologo - lo psicologo-biologo nutrizionista) che cooperano per perseguire un'adeguata *compliance* del paziente, quale elemento fondamentale per un'ottimale risposta terapeutica. A rendere ancor più gratificante questa esperienza è stato il clima di collaborazione e di condivisione di conoscenze che ha di certo contribuito ad una crescita personale e professionale.

Reparto di procreazione medicalmente assistita

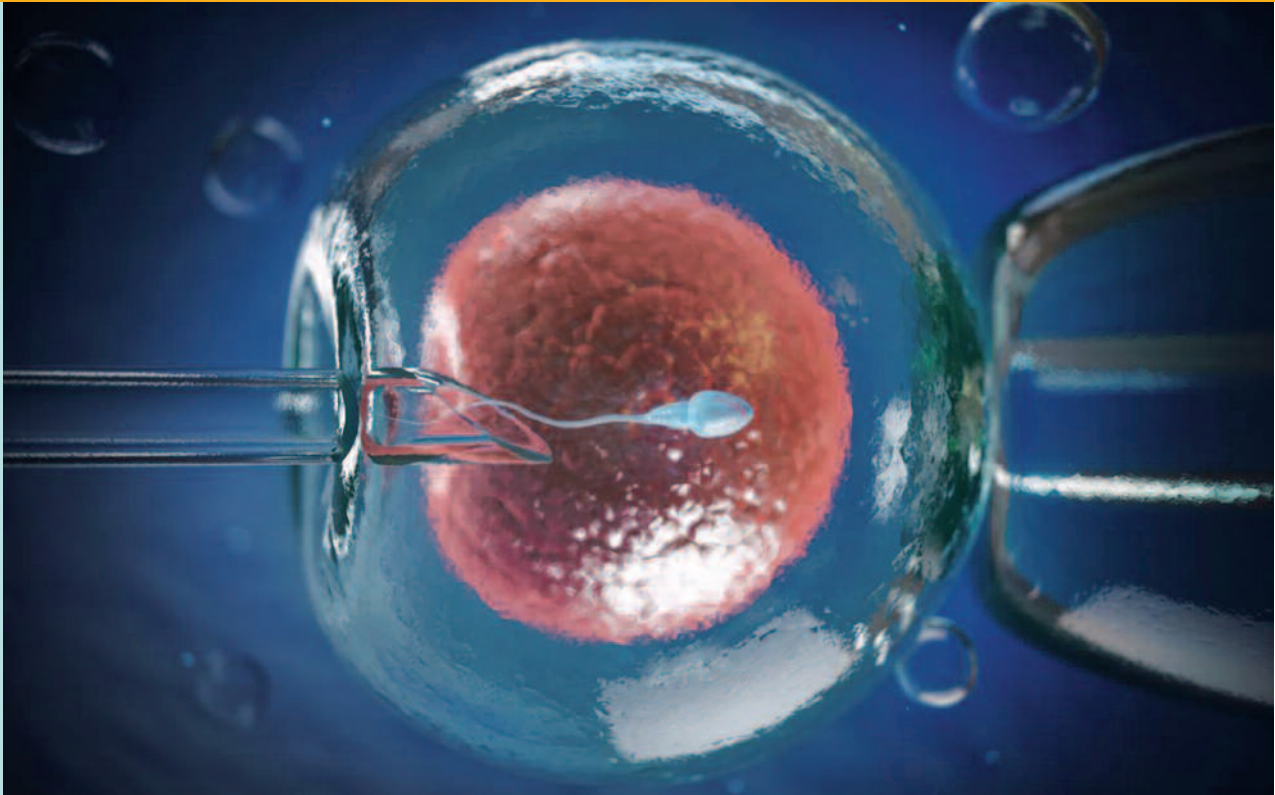
Primario del reparto M. Galletta e tutor

Dott.ssa Arianna Ferro (biologa)

Durante il tirocinio sono stati affrontati vari argomenti teorico pratici riguardanti in particolare: leggi e decreti in materia di PMA; seminologia; embriologia. La tutor ha inizialmente illustrato ai tirocinanti in manie-

ra chiara ed esaustiva tutto ciò che concerne la PMA: dai requisiti organizzativi e strutturali di un Centro di PMA, alla teoria e pratica sui protocolli delle tecniche di PMA, di I e II livello quindi teoria e pratica di laboratorio di embriologia, seminologia e crioconservazione.

È stata data anche la sua importanza alla strumentazione, al materiale monouso, ai terreni di coltura e a tutte le normative che regolamentano il Centro di PMA, con la possibilità di partecipare alle diverse fasi dei processi.



Per quanto riguarda la seminologia, i tirocinanti hanno eseguito anche un'analisi sul liquido seminale ai fini diagnostici secondo il Manuale aggiornato, WHO 2021. Sono state evidenziate le diverse tecniche di preparazione del liquido seminale sulla base della qualità e della tecnica, di I o II livello.



Giulia Mastrangelo

Per quanto riguarda l'embriologia, i biologi hanno assistito alla preparazione dei terreni di coltura necessari allo svolgimento delle tecniche, a diversi pick-up ovocitari, al successivo trattamento di denudaggio degli ovociti, alla procedura ICSI, al monitoraggio degli embrioni dal giorno 1 al giorno 5 e l'eventuale transfer o crioconservazione degli stessi. Per quanto riguarda la parte sulla crioconservazione di embrioni, di ovociti e del liquido seminale, hanno avuto modo di entrare dentro la banca di crioconservazione e capire come sia stata costruita secondo le linee guida, quindi assistere alle diverse tecniche di congelamento e di trasferimento dello stesso materiale biologico nei rispettivi criocontenitori; ma anche allo scongelamento e quindi al trattamento successivo con eventuale trasferimento alle pazienti.

Testimonianze dei biologi

Dott.ssa Giulia Mastrangelo

Tramite la collaborazione tra Enpab e l'ospedale Pappardo di Messina, ho potuto frequentare il reparto di Procreazione medicalmente assistita. Sono entusiasta di aver avuto la possibilità di fare esperienza nell'indirizzo di mio interesse e per l'arricchimento personale e culturale che ne ho guadagnato.

Dal ginecologo, il dottor Galletta, ai biologi, la dott.sa Ferro e il dott. Liuzzo, all'infermiera Galvagno, sono stati tutti estremamente gentili e disponibili, disposti non solo ad insegnare ma anche a confrontarsi con me senza esitazione, a sfatare i miei dubbi e ad ampliare le mie conoscenze. Ho imparato non solo in materia di PMA ma anche come dovrebbe essere la collaborazione, in qualsiasi lavoro, tra professionisti diversi.

Dott.ssa Veronica Mazzara

Appena ho letto il bando pubblicato dall'Enpab, ho pensato che sarebbe stata una grande occasione per arricchire il mio bagaglio culturale nel campo della fecondazione assistita. Da 2 anni lavoro presso il mio studio come biologa nutrizionista a San Vito Lo Capo. Dopo la Laurea Magistrale in Biologia della Salute, ho conseguito un Master di I livello in "Biotecnologie applicate ai diversi aspetti della riproduzione umana". Nel mese di luglio ho iniziato l'attività formativa sul campo, in materia di infertilità e sterilità di coppia, presso il reparto di PMA dell'Azienda Ospedaliera Papardo di Messina, dove ho avuto modo di partecipare alle diverse procedure tipiche laboratoriali della sezione di seminologia, dell'embriologia e infine della sezione di crioconservazione dei gameti. Così ho vissuto in prima linea quelle che sono le competenze di un embriologo clinico che non conducono solo alla gestione dei gameti umani, ma anche alla gestione delle norme in materia di procreazione medicalmente assistita. Colgo, dunque, l'occasione per ringraziare



Veronica Mazzara

l'intera equipe del reparto, in particolare la Dott.ssa Arianna Ferro e il Dott. Carmelo Liuzzo, per avermi trasmesso le nozioni di una professione entusiasmante e di alto contenuto scientifico e tecnologico.



Il Direttore Generale dell'Ospedale Papardo di Messina Marco Paino ed alcuni tirocinanti



Sonia Croci
Consigliere CIG

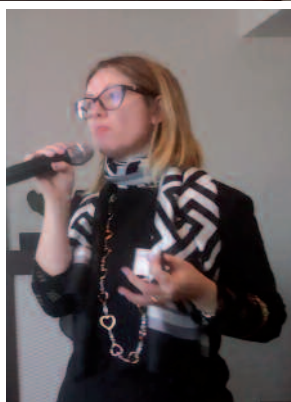
Stress, Emozioni e cibo

Il Previdenza Tour di Ancona



L'11 novembre scorso Previdenza Tour ha fatto tappa nelle Marche ad Ancona con un evento dal titolo "Stress, Emozioni e cibo", un appuntamento che ha registrato un grande entusiasmo da parte dei biologi presenti numerosi in sala. Dopo un'attesa durata due anni a causa della pandemia, finalmente si è tornati in presenza ad approfondire tematiche di grande interesse per la vita lavorativa dei biologi, a partire da tematiche previdenziali fino a toccare ambiti di interesse professionale, nello specifico la correlazione tra stress e cibo e i disturbi del comportamento alimentare. Noi biologi ci troviamo quotidianamente in studio a confrontarci con pazienti che hanno difficoltà a seguire il piano alimentare a causa di una vita troppo stressante. Si cercano soluzioni alimentari veloci perché lo stile di vita negli anni è cambiato e non si ha più tempo da dedicare alla cucina. Lo stress, che sia esso acuto oppure cronico, ha determinato dei cambiamenti nello stile di vita. Tante sono le patologie generate da questo cambiamento (obesità, problemi gastrointestinali, etc.) ma anche le disbiosi con ripercussioni sul sistema nervoso per l'esistenza dell'asse microbiota - intestino - cervello. Anche le emozioni che viviamo possono favorire l'insorgenza di patologie come i Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione (DNA), per tale motivo è importante avere una formazione trasversale e multidisciplinare. La componente psicologica si intreccia con quella alimentare e microbiologica. Ad oggi è difficile fare prevenzione attraverso la determinazione di un unico biomarcatore per rilevare lo stress; infatti, molti sono gli studi in corso per approfondire questo determinato ambito. È necessario però ricordare che lo stress può costituire anche un sistema di adattamento a situazioni ambientali, sociali e psicologiche avverse; il ruolo evolutivo di questo sistema, di conseguenza, ha implicazioni enormi basti pensare ai sistemi primordiali di difesa come il "fight or flight" (combatti o fuggi), evolutivamente conservato. Lo stress fisiologico o "eustress" fornisce quindi all'organismo le risorse necessarie a rispondere alle situazioni avverse. Un tema complesso che ha lanciato diversi spunti di riflessione.

Alcune testimonianze dei biologi che hanno partecipato all'evento



Previdenza Tour Enpab, il connubio perfetto tra cultura previdenziale e professionale. La tappa di Ancona ha rispecchiato perfettamente il vero scopo dell'evento, offrire ai Biologi iscritti alla cassa di previdenza un momento di formazione a tuttotondo. L'impeccabile organizzazione ha permesso di avere a disposizione non solo figure competenti targate Enpab ma anche professionisti di rilievo nel settore dei disturbi del comportamento alimentare. I partecipanti hanno potuto risolvere dubbi legati alla previdenza, conoscere le nuove iniziative di welfare e acquisire aggiornamenti professionali di ultima ricerca sullo stress. Che dire? Una giornata ricca di nuovi propositi a sostegno dei Biologi liberi professionisti.

Roberta Caporelli

Grande giornata quella di Previdenza Tour ad Ancona. Un vero turbinio di emozioni e mille nuovi spunti per l'esercizio della libera professione. Ben visibile è stato il senso d'appartenenza alla categoria del Biologo. L'entusiasmo di voler crescere in termini di previdenza si è unito alla formazione professionale aumentando così la trasversalità delle competenze.

Gaia Donati

Personalmente ritengo che il Previdenza tour sia stato importante per tutti coloro che, come me, hanno da poco intrapreso la libera professione. Avere un confronto diretto con la propria cassa di previdenza permette di affrontare tematiche un po' ostiche, soprattutto quando si è agli inizi.

Voglio inoltre ringraziare Enpab per aver scelto di orientare l'evento "stress, emozioni e cibo" verso una tematica particolarmente rilevante e di attualità, con cui ci interfacciamo ogni giorno. Gli interventi sono stati molto interessanti e hanno fornito più di uno spunto su cui riflettere. Ultimo aspetto, che a mio avviso va sottolineato, è quello della condivisione: queste giornate permettono di conoscere altri colleghi e creare una solida rete di relazioni.

Domitilla Renzetti

Enpab vi aspetta alla prossima tappa di Previdenza Tour!



“Ritieni che Enpab debba continuare ad organizzare eventi per la visibilità e per far incontrare i Biologi?”.

Il 100% delle persone che hanno ricevuto il nostro questionario anonimo di gradimento sulla Giornata Nazionale del Biologo Professionista ha risposto ‘Sì’. E la stessa risposta affermativa al 100% è arrivata anche alla domanda: “parteciperesti nuovamente all’iniziativa?”.

Abbiamo chiesto ai coordinatori e ai responsabili delle 16 piazze, in cui si è svolta la GNBP e a tutti i biologi che hanno partecipato all’evento di rispondere ad alcune domande per aiutarci a comprendere meglio le loro valutazioni e raccogliere suggerimenti e consigli sui possibili miglioramenti per le edizioni future. Dalle risposte emerge innanzitutto il fatto che l’iniziativa è promossa a pieni voti.

Dal sondaggio risulta che il principale motivo per cui la Giornata è stata utile è al fine di “stringere rapporti con i colleghi”.

Questa è stata la risposta del 94,8% tra coordinatori e responsabili e del 92,1 % tra i biologi partecipanti. Il secondo motivo per entrambe le categorie è stato la “visibilità della figura del biologo verso i cittadini”, una risposta che è stata data dall’87,9% tra coordinatori e responsabili e dal 79,7% dei partecipanti. Terza motivazione in classifica è il fatto di “rafforzare il senso di appartenenza all’Enpab”, una risposta data da circa il 70% delle persone che hanno partecipato al sondaggio. L’altro dato interessante è emerso dalla domanda su “come hanno reagito le persone all’evento”. “Curiosità” è la risposta dell’86,2% dei coordinatori e responsabili e dell’80,2% dei partecipanti. L’“entusiasmo” è stata la reazione invece per il 29,3% dei responsabili e coordinatori, mentre è stata la “gratitudine” la reazione per il 29,5% dei biologi partecipanti.

Tra i suggerimenti più interessanti per migliorare la prossima edizione della GNBP abbiamo ricevuto quello di rendere più chiaro l’aspetto della gratuità delle consu-

lenze nutrizionali svolte da professionisti abilitati e di cercare di ottenere una maggior promozione a livello locale e nazionale; per alcune città ci è stato suggerito di selezionare una piazza più visibile e centrale, in altri casi piazze che siano meno turistiche e più strategiche per attirare la cittadinanza. E infine il fatto di ampliare la parte relativa alla sostenibilità, novità di quest’ultima edizione che è stata particolarmente apprezzata.

Si ringrazia Michele Spanò,

Responsabile Ufficio Sistemi Informativi di Enpab





I nostri eventi 2022 in giro per l'Italia

Un ringraziamento a tutti i biologi e ai cittadini che hanno partecipato agli eventi organizzati da Enpab nel corso del 2022.

Un anno in cui abbiamo ricominciato a girare per l'Italia con **I Previdenza Tour**: siamo partiti da Roma, abbiamo fatto tappa a Bologna, siamo poi ri-

scesi a Bari, per risalire a metà novembre ad Ancona e abbiamo concluso il nostro giro in Sicilia a Siracusa, dove abbiamo parlato di "cambiamento climatico e inquinamento ambientale: gli effetti sull'ambiente e sulla salute umana e nuove opportunità di lavoro".

Siamo tornati in piazza in 16 città italiane l'1 e il 2 ottobre per la nostra **VIII Giornata Nazionale del Biologo Professionista**. Sono stati tanti (2.233!!!) i cittadini che ci sono venuti a trovare per ricevere consulenze, consigli e informazioni, ma in molti di più anche solo per chiacchierare e condividere un pensiero o una risata. In tanti avete partecipato anche a **Spazio Nutrizione** che quest'anno ha ricevuto la concessione del Patrocinio del Ministero della Salute per il seminario curato da Enpab "Nutrizione e Cervello". Abbiamo seguito le nuove regole dettate dal post pandemia e a luglio abbiamo presentato a Napoli la piattaforma di teleconsulto professionale per i Biologi, **Telebiologia**, uno spazio digitale gratuito dove svolgere consulenze online che rappresenta una tappa importante del lavoro congiunto tra la Cassa e l'Ordine dei Biologi a beneficio dell'intera categoria.

Grazie di aver partecipato in tanti e mi raccomando, restate connessi attraverso il nostro sito e i nostri profili social per scoprire tutte le nuove iniziative per l'anno 2023.





Il nuovo Regolamento unico Enpab delle Prestazioni Assistenziali

**Ancora più sensibile
alle esigenze
degli iscritti**



È in attesa di approvazione da parte dei Ministeri Vigilanti il nuovo Regolamento delle prestazioni assistenziali erogate da Enpab, che riunisce ed armonizza in un unico documento quanto contenuto nei 15 Regolamenti ad oggi esistenti.

Il **Regolamento unico** prevede anche l'introduzione di nuove iniziative a sostegno della famiglia e della professione, allo scopo di soddisfare un più ampio spettro di necessità e di garantire assistenza ad una platea più estesa di possibili beneficiari.

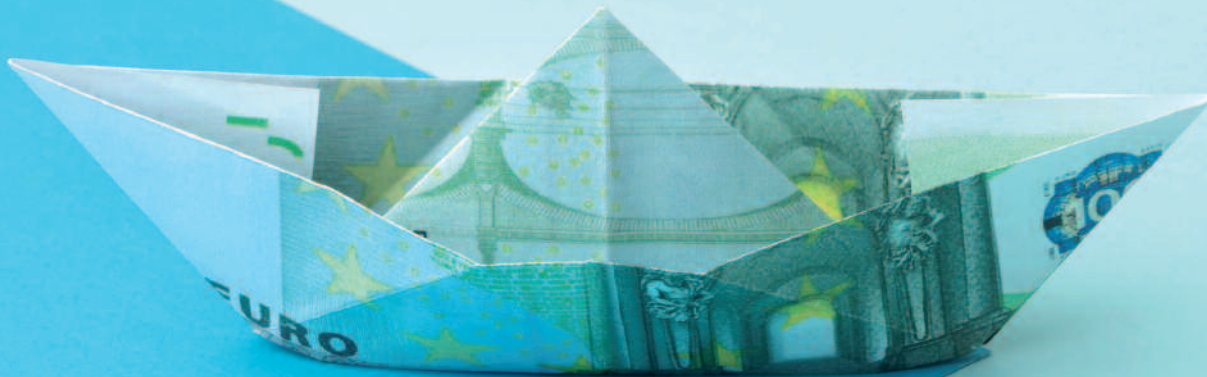
In quest'ottica, si inquadra l'intervento da parte dell'Ente sulla soglia massima dell'indicatore ISEE utile per l'accesso da parte degli iscritti a tutte le prestazioni assistenziali. Nello specifico, l'Ente ha innalzato il valore massimo dell'indicatore ad euro 40.000 (quarantamila/00). Si tratta di un importante provvedimento, se si considera che il valore individuato inizialmente pari ad euro 30.000 (trentamila/00) è rimasto invariato per diversi anni.

Il Regolamento unico riassume in tre principali categorie, il perimetro di azione del nostro Ente:

- **sostegno alla famiglia;**
- **sostegno alla salute;**
- **sostegno alla professione.**



La **tutela della famiglia** rappresenta da sempre un'esigenza molto sentita nel welfare dell'Ente. Rispondono a tale bisogno, i sussidi alla genitorialità per favorire la conciliazione fra attività lavorativa e impegni familiari, le borse di studio riservate ai figli degli iscritti più meritevoli nel percorso scolastico, il rimborso alle spese sostenute per l'acquisto dei libri di testo. Da evidenziare inoltre le azioni intraprese a favore delle situazioni particolarmente gravi come la tutela dei figli minori, anche in caso di decesso dell'iscritto e tutte le iniziative attuate per supportare e sostenere i casi di inabilità dell'iscritto e del suo nucleo familiare. In quest'ottica vanno inquadrati gli assegni di studio riconosciuti ai figli di iscritti deceduti o divenuti inabili allo svolgimento dell'attività professionale, le spese funerarie e il contributo ai superstiti di iscritti titolari di pensione indiretta.



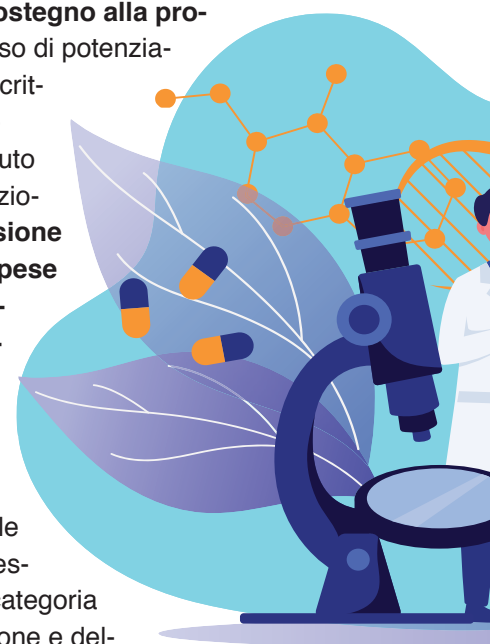
Sempre nell'ambito del sostegno alla famiglia, l'Ente ha inteso occuparsi concretamente anche delle situazioni più delicate e complesse che riguardano le disabilità.

Il Regolamento unico propone un **beneficio di nuova istituzione** in favore degli iscritti e dei pensionati attivi, genitori di figli portatori di handicap o malattie invalidanti e degli stessi orfani di iscritti o pensionati attivi, portatori di handicap o malattie invalidanti. Il beneficio consiste in un sostegno economico riconosciuto in fase di prima attuazione, nella misura di euro 2.000 (duemila/00). L'erogazione di questo intervento assistenziale prescinde dall'indicatore ISEE e si riferisce invece al limite fissato annualmente dal Consiglio di Amministrazione per individuare lo stato di bisogno. Con questa nuova iniziativa, l'Ente intende esprimere la propria vicinanza agli iscritti e ai familiari di questi ultimi, che con grande forza affrontano momenti complicati.

Un altro nuovo e importante provvedimento previsto dal Regolamento unico, riguarda il **sostegno economico riconosciuto ai titolari di trattamento pensionistico di inabilità erogato dall'Ente**.

Il contributo è previsto nella misura utile al raggiungimento della quota dell'assegno sociale rivalutato annualmente, applicando l'indice Istat dei prezzi al consumo per le famiglie di operai e impiegati (FOI) al netto dei tabacchi. Il provvedimento, che si basa sullo stesso principio del contributo ai superstiti di iscritti titolari di pensione indiretta erogata dall'Ente, intende incrementare l'importo delle prestazioni pensionistiche di inabilità, liquidate ai professionisti che sono stati costretti ad abbandonare prematuramente lo svolgimento dell'attività libero professionale a causa di una grave malattia o di un infortunio sopraggiunti in costanza di iscrizione all'Ente.

Per quanto riguarda il **sostegno alla professione**, l'Ente ha deciso di potenziare il supporto ai propri iscritti, riformulando il regolamento relativo al contributo per i corsi di specializzazione, prevedendo **l'estensione della copertura delle spese anche per la partecipazione ai Master universitari di primo e di secondo livello**. Attraverso questo intervento, l'Ente intende fornire una concreta risposta alle esigenze sempre più pressanti manifestate dalla categoria nel campo della formazione e del-





Da soli si va veloci Insieme si va lontano

l'aggiornamento professionale, come conseguenza dell'evoluzione della normativa che regola il mercato delle professioni sanitarie, cui ormai quella del Biologo appartiene.

Il provvedimento così come ridefinito, intende **favorire l'alta formazione e l'aggiornamento professionale** anche a fronte dell'esigua disponibilità di corsi di specializzazione riservati alla categoria professionale del Biologo rispetto a quella più varia dedicata alle altre categorie appartenenti alle professioni sanitarie come ad esempio per i medici. Sempre in quest'ottica, la nuova formulazione consente l'accesso al beneficio anche agli over 40, eliminando il limite di età come invece originariamente previsto.

Il Regolamento unico è dunque il risultato di un'analisi e di uno studio approfondito dell'andamento delle prestazioni assistenziali nel tempo, con la volontà ferma da parte dell'Ente di volerle aggiornare costantemente per rispondere in maniera più incisiva e puntuale alle esigenze della categoria e per soddisfare attraverso **interventi su misura**, i bisogni di quegli iscritti che purtroppo si trovano in condizioni personali, familiari o professionali complicate.

In conclusione, l'obiettivo che attraverso la stesura di questo documento l'Ente si è posto, è quello di **garantire una "assistenza concreta"** ai propri iscritti, declinata secondo forme diversificate e modalità più efficaci e funzionali, con l'auspicio di poter proprio per questo ottenere in tempi brevi il parere positivo dei Ministeri Vigilanti.



La riduzione della diseguaglianza di genere passa anche dalla previdenza



#ZHEROGAP

Un convegno per parlare di libere professioniste e delle azioni necessarie per sostenerle nel lavoro

È scontato sottolineare come la parità di genere rappresenti nella società moderna un importante e qualificante indice di una civiltà sempre più evoluta. Eppure le cronache quotidiane raccontano che ai progressi culturali non sono seguiti i fatti, se ancora sono tanti i femminicidi, se la disparità di reddito nelle stesse posizioni lavorative è ancora grande, se i ruoli apicali o manageriali sono di fatto riservati agli uomini, se la povertà è più forte tra le persone anziane di sesso femminile che di quello maschile. Per questo è importante discutere di questo tema, ognuno dal proprio punto di vista, che per noi di Enpab significa parlare di redditi e previdenza di genere: perché la riduzione della disuguaglianza di genere passa anche da qui.

Le donne incontrano ancora oggi grandi difficoltà nel mondo del lavoro. Se è difficile per le lavoratrici dipendenti raggiungere l'adeguato riconoscimento economico e professionale e il giusto equilibrio tra vita privata e pubblica, ancora più difficile

lo è per le donne libere professioniste e lavoratrici autonome che, a fronte di una maggior flessibilità, devono fare i conti ancora con molti pregiudizi, minori guadagni e dunque spesso maggiori condizioni di precarietà. A che punto siamo e quali azioni possiamo introdurre per sostenerle? Di questo si è discusso durante il convegno "#ZHEROGAP - Il divario di genere nel lavoro autonomo e nelle libere professioni", organizzato dalla Regione Lombardia e dall'Ufficio della Consigliera di Parità regionale, che si è svolto presso Palazzo Lombardia a Milano il 27 ottobre 2022.

Ad aprire i lavori, moderati dal giornalista del Corriere della Sera Isidoro Trovato, Melania Rizzoli, assessore alla Formazione e Lavoro di Regione Lombardia e la consigliera di Parità regionale supplente Valeria Gerla. Tra i partecipanti, la vicepresidente Nazionale di Confprofessioni Claudia Alessandrelli ed Enrico Vannicola dell'Ufficio di Presidenza dell'Associazione Nazionale Consulenti del Lavoro.

UNIONE EUROPEA

#ZHEROGAP

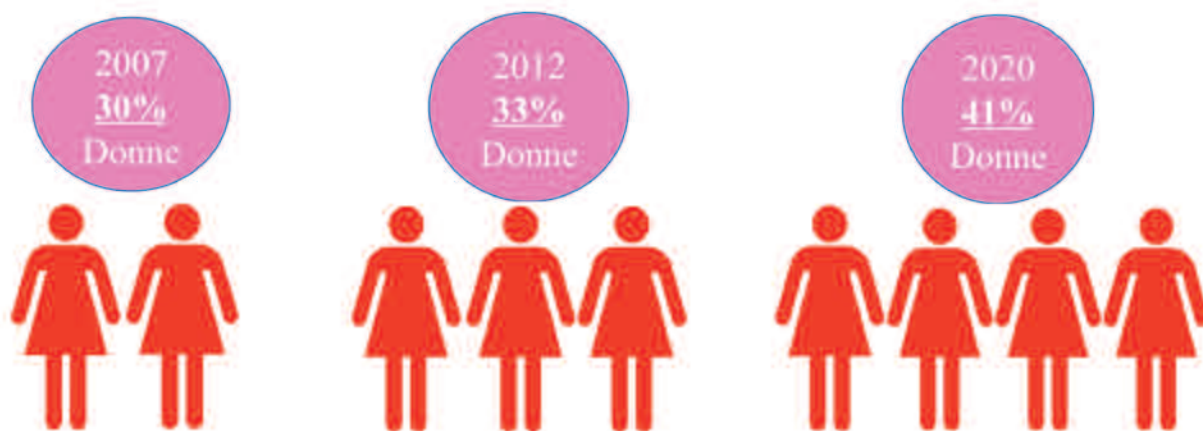
Il Rapporto reddito/fatturato per età e genere

Si vede chiaramente come il rapporto reddito su fatturato tenda a scendere con l'aumento dell'età del libero professionista.

Età	Donne (%)	Uomini (%)
Fino a 30	84%	82%
(30-40]	77%	72%
(40-50]	69%	63%
(50-60]	62%	59%
(60-70]	57%	55%
oltre 70	44%	34%

www.fse.regione.lombardia.it

Le donne iscritte alle Casse di Previdenza



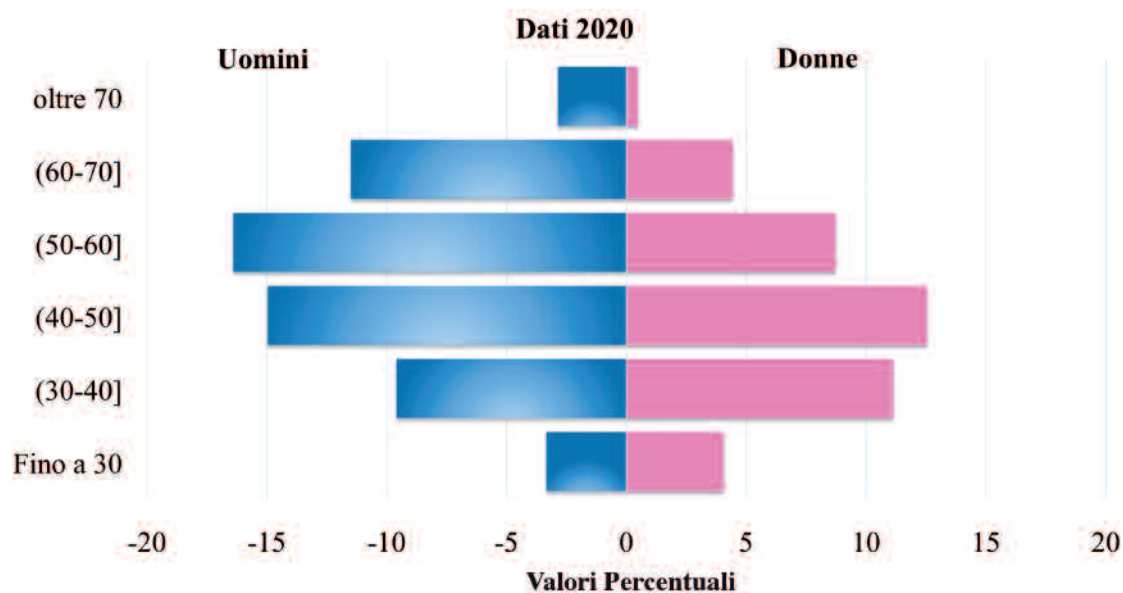
Negli ultimi 14 anni la percentuale di iscritte donne è cresciuta notevolmente. Le iscritte donne rappresentano, al 2020, il **41% del totale**.

Fonte Rapporto AdEPP 2021

Il numero delle donne attive nel mondo della libera professione continua ad aumentare di anno in anno: secondo i dati del Centro studi AdEPP, l'Associazione degli Enti di previdenza privati italiani guidata da

Alberto Oliveti, negli ultimi 14 anni la percentuale di donne iscritte alle Casse è cresciuta notevolmente, arrivando al 41% del totale nel 2020 e toccando il 54% tra gli "under 40".

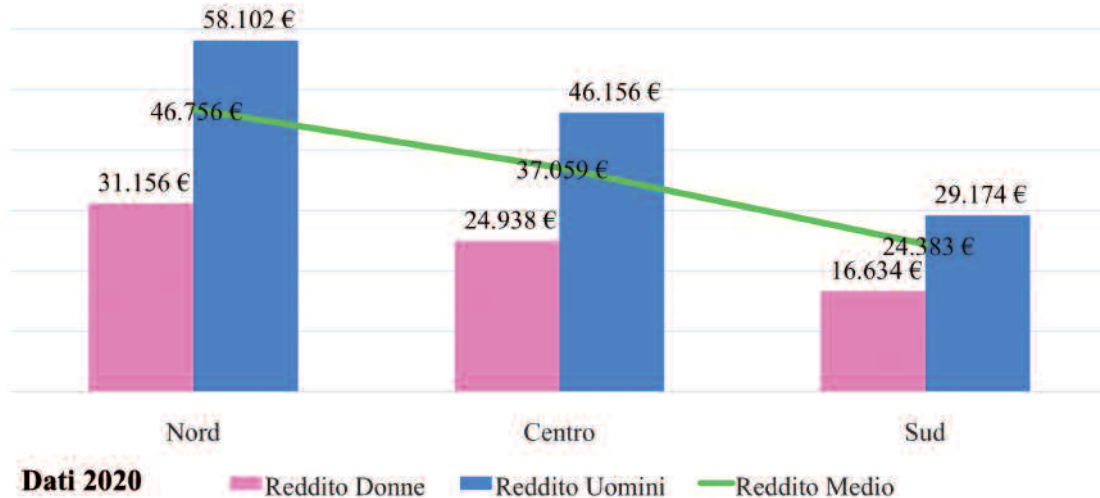
Analisi demografica degli iscritti AdEPP



Le **donne**, nel 2020, rappresentano il **41%** del totale ma con grosse differenze per fasce d'età. Tra gli "**under 40**" sono circa il **54%**, percentuale che decresce con l'aumentare dell'età.

Fonte Rapporto AdEPP 2021

I Redditi per regione di appartenenza



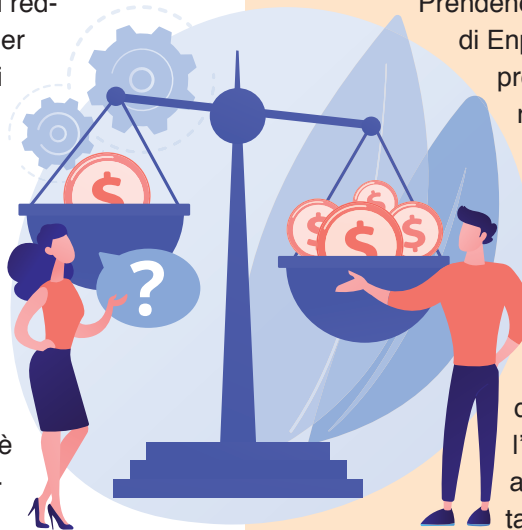
I professionisti nel **sud Italia** dichiarano un reddito del **48% inferiore** ai colleghi del **nord Italia** mentre i professionisti del **centro Italia** dichiarano il **21% in meno**.

Anche a livello regionale vi è un significativo *gender pay-gap*. Al Nord la differenza uomo donna è **del 47%**, al Centro del **45%** mentre al Sud del **43%**.

Fonte Rapporto AdEPP 2021

Focalizzando l'attenzione sui dati reddituali, si conferma il GPG (Gender Pay Gap) tra i liberi professionisti iscritti agli Enti previdenziali, rilevando una differenza di reddito pari a circa il 45%. Allo stesso tempo colpisce l'assenza di una correlazione tra la percentuale di presenza femminile e la distribuzione (nord/centro/sud) delle professioniste per le diverse regioni di appartenenza. Al Nord, infatti, la differenza uomo donna è del 47%, al Centro del 45% mentre al Sud del 43%.

«È necessario lavorare su diverse direttrici - commenta la presidente Enpab e vicepresidente AdEPP Tiziana Stallone - la diffusione di una reale cultura di genere, l'incremento della fiducia delle donne in loro stesse, del welfare delle professioniste e delle politiche di genere, perché non si senta mai più parlare del termine "emancipazione" riferito alle donne».



Prendendo ad esempio proprio il caso di Enpab, le iscritte biologhe rappresentano il 74 % della categoria. Una "femminilizzazione" che trova riscontro anche nei consigli di amministrazione, nonostante le donne presidenti di cassa al momento siano solamente 2 su 20. Un tema, quello della differenza di genere nel mondo della libera professione, su cui l'AdEPP sta lavorando anche attraverso un'indagine, condotta in collaborazione con le Cas-

se Associate, volta a conoscere le esigenze e i bisogni degli iscritti, in particolare delle categorie tradizionalmente più fragili: giovani e donne. Grazie ad un innovativo approccio *tailor made*, sulla base dei risultati che emergeranno, le Casse si impegneranno a "targettizzare" e calibrare le misure di welfare più adeguate a sostegno delle diverse categorie professionali.

PNRR Missione 6

I Fondi di investimento destinati all'Italia dal NextGenEU per preservare e potenziare il valore della salute



L'Unione Europea, per fronteggiare la crisi causata dalla Pandemia COVID - 19 da SARS-CoV-2, ha risposto con la formulazione del NextGenerationEU (NGEU). Un fondo da 750 miliardi di euro volto a sostenere la ripresa economica degli Stati membri.

Questa grande occasione di rilancio legata al NGEU rappresenta per il nostro Paese un'opportunità imperdibile di sviluppo, per riprendere un percorso di crescita economica sostenibile e duraturo, tramite investimenti volti a rimuovere gli ostacoli che hanno rallentato la crescita italiana negli ultimi decenni. Per l'Italia questo fondo costituisce una grande possibilità di sviluppo, essendo la prima beneficiaria dei due principali strumenti del NGEU: il Dispositivo per

la Ripresa e Resilienza (RRF) e il Pacchetto di Assistenza alla Ripresa per la Coesione e i Territori d'Europa (REACT-EU).

Il dispositivo RRF prevede che gli Stati membri beneficiari presentino un pacchetto di investimenti e riforme: il Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza (PNRR). Le Linee guida sviluppate per l'elaborazione identificano le componenti come gli ambiti in cui aggregare progetti di investimento e riforma dei Piani stessi. Ogni componente prevede riforme e priorità di investimento in una specifica area di intervento, evidenziando le interconnessioni tra le diverse misure in esse proposte. Per ognuna delle missioni sono stabilite le riforme necessarie per un'efficace gestione e per una migliore realizzazione degli interventi.

* Laurea in Giurisprudenza LUM, Bari - Master II Livello in Amministrazione e Governo del Territorio School of Government, Luiss Roma



Le difficoltà riscontrate nella gestione della crisi pandemica hanno rafforzato ulteriormente il valore della Salute, la sua valenza di bene di natura universale e la fondamentale rilevanza economica dei servizi sanitari pubblici. Le considerazioni emerse si allineano con l'approccio *Health in All Policies* (HiAP).

Tale approccio alle politiche pubbliche intersettoriali si basa sulla logica secondo la quale la Salute è determinata da molteplici fattori al di fuori del controllo diretto del settore sanitario, come il reddito, il livello di istruzione e le condizioni di vita e di lavoro.

L'HiAP si riflette nei processi decisionali delle politiche pubbliche di altri settori considerando che le conseguenze derivanti saranno di impatto per la sfera della Salute delle persone.

Complessivamente, l'operato del Servizio Sanitario Nazionale (SSN) ha mostrato esiti soddisfacenti, ma l'emergenza sanitaria ha evidenziato alcuni aspetti critici che potrebbero essere aggravati dall'aumento della richiesta di cure derivante dalle tendenze demografiche, epidemiologiche e sociali in atto. A tal proposito, si pensi alle disparità territoriali nell'erogazione dei servizi, all'inadeguata integrazione tra servizi ospedalieri, servizi territoriali e servizi sociali o agli elevati tempi di attesa per l'erogazione di alcune prestazioni sanitarie.

Le indagini effettuate hanno posto l'accento sull'importanza di poter contare su di un adeguato sfruttamento delle tecnologie più avanzate, su elevate competenze digitali e su processi mirati ad un migliore collegamento fra la ricerca, l'analisi dei dati, le cure e la loro programmazione a livello di sistema.



La strategia ideata con la missione n°6 del PNRR persegue l'obiettivo di affrontare in maniera sinergica i suddetti aspetti critici, attraverso azioni finalizzate ad allineare i servizi ai bisogni di cura dei pazienti, in conformità con la visione *One Health*: un modello sanitario fondato sull'integrazione di diverse discipline e sul riconoscimento che la salute umana, la salute animale e la salute dell'ecosistema siano indissolubilmente legate tra loro. Una visione considerata strategia di rilievo in tutti i settori che beneficiano della collaborazione tra diverse discipline per raggiungere la salute globale, affrontando i bisogni di tutti i soggetti.

L'attuazione del PNRR si articola in modo da assicurare la realizzazione di interventi riguardanti le varie riforme, cui provvedono, nelle rispettive competenze, le singole Amministrazioni centrali interessate (Ministeri), le Regioni e gli Enti locali. Il coordinamento per il monitoraggio sull'attuazione è affidato ad un'apposita struttura istituita presso il Ministero dell'Economia e delle Finanze che costituisce il punto di contatto col la Commissione Europea e a cui spetta il compito di garantire il monitoraggio sullo stato di attuazione del PNRR. Il Governo stima che gli investimenti previsti avranno un impatto di grande rilievo sulle principali variabili macroeconomiche. Nel 2026, l'anno di conclusione del Piano, il PIL sarà di 3,6 punti percentuali più alto rispetto all'andamento tendenziale. L'Italia deve combinare capacità progettuale e concretezza nell'attuazione delle riforme riguardanti le missioni previste dal PNRR.





**Biologia e sostenibilità,
tutte le idee creative
direttamente dalle piazze
della GNBPN2022**



La **sostenibilità** è stata tra le protagoniste dell'VIII edizione della Giornata Nazionale del Biologo Professionista che si è svolta il 1° e il 2 ottobre scorsi.

Dai poster esplicativi sulla materia preparati per gli stand, alle iniziative frutto della creatività di ognuna delle 16 piazze, sono numerosi gli spunti di riflessione nati grazie a questa occasione. Nelle piazze, la sostenibilità è stata analizzata in tutte le sue declinazioni, in ambito ambientale, sociale, sanitario ed economico.

C'è stato chi, come a Perugia, ha portato un'arnia protetta per sensibilizzare i passanti sull'importanza delle api per il nostro ecosistema. Chi, come a Cosenza, si è dotato di microscopio e retino per campionare la microfauna e i microorganismi delle acque delle fontane. E infine chi, come a Pescara, ha parlato di tutela della salute dell'uomo e dell'ambiente. Abbiamo raccolto le loro testimonianze per approfondire e dare spazio a questo tema così importante per la nostra società e nello specifico per la figura del biologo.

Perugia

Partiamo da Perugia e le sue api, attraverso l'intervista a *Virgilio Ancellotti, biologo professionista presidente di ABiU, l'Associazione Biologi Umbria* che ha avuto l'idea di portare con sé in piazza questi ospiti speciali.

Dottor Ancellotti, com'è nata quest'idea?

«Sono un biologo professionista che si occupa da anni di didattica nelle scuole, nei parchi, nelle biblioteche e in fattoria didattica. Uno dei progetti che propongo è il "volando con le api bees - un viaggio tra fantasia e scienza". In questo modo presento la meraviglia del mondo delle api ad un pubblico variegato formato di bambini, ragazzi e adulti curiosi».

Come si è avvicinato al mondo delle api?

«Per caso, durante uno dei tanti laboratori in fattoria didattica, ma ho capito subito che quello sarebbe stato il primo di tanti incontri, la strada che avrei percorso per diversi anni. Dopo un fine settimana a parlar di api con il mio amico e maestro Luigi ho deciso di frequentare un buon corso di apicoltura per cercare di avvicinarmi alle api nel modo più rispettoso e giusto.

Da quel momento mi sono proposto come biologo apicoltore che svolge apididattica e oggi le mie api sono come "modelle": le foto e i video che le ritraggono sono il materiale che utilizzo durante gli incontri».



E così ha deciso di portare le api in piazza a Perugia?

«Sì, eravamo un buon gruppo di biologi supportati da circa 2000 - 3000 api!

Grazie ad una teca con vetri trasparenti è stato possibile osservare non solo le api operaie intente nei “lavori di casa”, ma anche la regina durante la deposizione delle uova. Per i più curiosi: una famiglia di api è generalmente composta da circa 60.000 api! Questo mondo affascinante ha avvicinato tante persone, ci ha dato la possibilità di parlare con loro della vita delle api, della fisiologia sociale e di proporre un incontro con i colleghi nutrizionisti. Insomma, un bel lavoro di squadra svolto con Chiara, Claudia, Laura, Nazeda, Sabrina, Marco e Piero durante le due giornate dell’evento».

Quindi la giornata del biologo professionista è stata un’occasione interessante?

«Definirei la giornata del biologo professionista un evento d’oro, da farne tesoro! La possibilità di conoscere colleghi, lavorare con loro, mettere in piazza la nostra gioia e passione, creare nuove reti di collaborazione è fondamentale in modo da aumentare l’offerta e di amplificarla sul territorio. Così come avere la passione per qualcosa



che, attraverso la biologia, puoi trasformare in attività professionale. Io personalmente parteciperò anche l’anno prossimo e porterò di nuovo le api. L’esperienza di questa VIII edizione mi porta a consigliare vivamente la partecipazione ai colleghi».



Pescara

Passiamo quindi a Pescara, dove il Dipartimento di Bioscienze e Territorio dell’Università degli Studi del Molise ha partecipato con entusiasmo all’VIII edizione della Giornata Nazionale del Biologo Professionista, presentando le proprie attività di ricerca attraverso l’allestimento di poster durante l’evento in piazza. Leggiamo dunque l’intervento della Dott.ssa Mayra Colardo e del Professor Marco Segatto dell’Università del Molise.

Le iniziative sperimentali promosse dalle Sezioni di “Biologia” e “Natura, Ambiente e Foreste” del Dipartimento sono estremamente coerenti con i principali temi affrontati durante la Giornata Nazionale del Biologo Professionista, poiché riguardano principalmente la tutela della salute dell'uomo e dell'ambiente.

La convinzione che la ricerca biologica sia determinante per garantire il raggiungimento di uno stato di prosperità e benessere in ambito ambientale, sociale, sanitario ed economico ha rappresentato lo stimolo per lo sviluppo di progetti interdisciplinari fortemente in linea con gli obiettivi dell'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile e con le missioni previste dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza (PNRR).

All'interno delle sezioni “Biologia” e “Natura, Ambiente e Foreste” convergono un insieme di discipline che studiano le basi e l'evoluzione dei processi biologici in diversi organismi, dai virus ai batteri, dagli eucarioti inferiori agli animali e alle piante, fino agli esseri umani. Le attività di ricerca si articolano su differenti livelli di organizzazione biologica, dalle molecole alle cellule fino a tessuti, organi ed organismi complessi, come pure in popolazioni e comunità ecologiche.

Le principali linee di ricerca che si sviluppano nel Dipartimento di Bioscienze e Territorio e che sono state presentate in occasione della VIII Giornata Nazionale del Biologo Professionista possono essere articolate in diverse macroaree tematiche, di seguito riassunte. L'area Chimica focalizza gli interessi di ricerca nell'ambito della chimica delle sostanze naturali, con l'obiettivo di isolare e caratterizzare strutturalmente composti dotati di attività biologiche/farmacologiche (attività antitumorale, antimicrobica, antinfiammatoria, antiossidante) da piante edibili e da piante di impiego fitoterapico (piante medicinali). Una parte della ricerca è dedicata all'analisi metabolomica e allo studio degli oli essenziali.



L'attività di ricerca dell'unità di Biochimica e Biologia Molecolare si incentra sullo studio strutturale e funzionale di alcune proteine regolanti il metabolismo del ferro, specialmente in contesti patologici in cui tale metabolismo risulta alterato.

Il gruppo di ricerca di Biologia Cellulare è particolarmente devoto allo studio dei processi di trasduzione del segnale che regolano l'insorgenza e la progressione del cancro. Particolare rilievo è dato all'autofagia e alla sua interferenza farmacologica come possibile opzione terapeutica.

Il laboratorio di Fisiologia generale si pone l'obiettivo di indagare il ruolo dei processi metabolici nel sistema nervoso centrale e il loro coinvolgimento in diverse patologie neurologiche e del neurosviluppo, ponendo le basi per l'identificazione di nuovi trattamenti terapeutici.

Il gruppo di ricerca di Microbiologia si occupa principalmente di tematiche finalizzate allo studio della biodiversità microbica esistente in diversi habitat, all'isolamento e alla caratterizzazione di microorganismi con spiccata attività biodegradativa di composti contaminanti. La microbiologia trova anche affascinante applicazione nell'ambito del biorestauro.

Il gruppo di ricerca di *Biologia vegetale* affronta temi orientati alla conservazione della biodiversità delle piante, allo studio delle risposte degli organismi vegetali a condizioni ambientali avverse anche nell'ottica di applicazioni per la riduzione degli impatti dei cambiamenti climatici e dell'inquinamento.

Infine, i ricercatori del gruppo di *Ecologia* sono coinvolti nel monitoraggio ecologico a lungo termine delle specie e degli ecosistemi in diversi contesti (ad es. montani, costieri, fluviali, boschivi) e studiano la loro risposta ai cambiamenti globali, come ad esempio il cambiamento climatico, l'uso del suolo e la diffusione delle specie aliene invasive.

La filiera alimentare:

impatti ambientali e produzione di rifiuti

Ma in piazza a Pescara il 1° e il 2 ottobre si è parlato anche del settore agroalimentare e del ruolo di primo piano che riveste nelle dinamiche tra uomo e ambiente. Leggiamo la relazione della Dott.ssa Luisa Serri Biologa Nutrizionista, socia BioPass Abruzzo e del Dott. Giuseppe Marzullo Biologo Ambientale, Consigliere BioPass Abruzzo.

Per "sistema agroalimentare" si intende il viaggio degli alimenti dai campi alla tavola, incluse:

- le fasi di coltivazione, raccolto, lavorazione, confezionamento, trasporto, distribuzione, commercio, acquisto, preparazione, consumo e smaltimento.
- i prodotti non alimentari (per esempio la silvicoltura, l'allevamento di bestiame, l'uso di materie prime per produrre biocarburanti e fibre) e tutte le persone e le attività, gli investimenti e le scelte che hanno un ruolo fondamentale affinché i prodotti agroalimentari arrivino a noi.

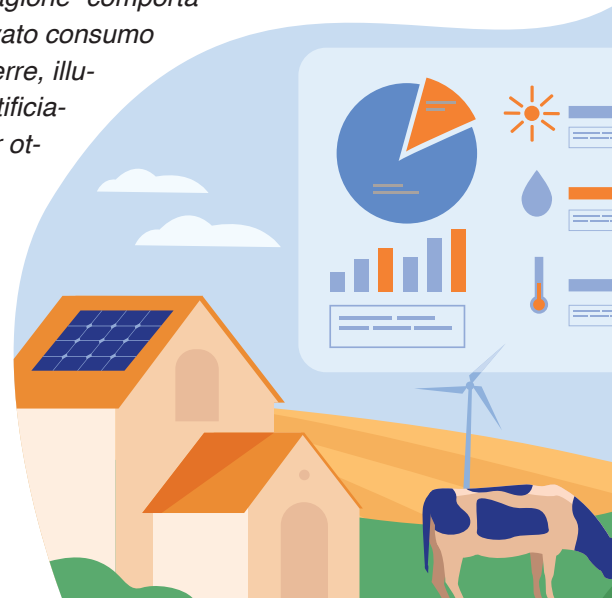
La filiera agroalimentare può essere suddivisa in tre grandi sottogruppi: agricoltura e allevamento, trasformazione, distribuzione. Inoltre è possibile distinguere tra:

FILIERA LUNGA: un tipo di filiera lunga e complessa, in cui i passaggi sono numerosi e in cui la distanza tra produttori e consumatori è sempre maggiore.

FILIERA CORTA: che può identificarsi con numero limitato e circoscritto di passaggi produttivi, di lavo-

ratori e di intermediazioni commerciali, ma che caratterizza anche i prodotti a km zero e la cui distribuzione è contenuta a livello geografico. La filiera corta ha il vantaggio di ridurre il numero di intermediari, accorciando le distanze dal produttore al consumatore, e di dare un contributo di tipo ecologico e ambientale, limitando la distribuzione in territori circoscritti.

Gli impatti ambientali legati ai prodotti alimentari possono essere valutati utilizzando le impronte ambientali: la carbon footprint; la water footprint; la product environmental footprint. Per quanto riguarda la carbon footprint, la Commissione europea ha condotto uno studio sui prodotti alimentari, da cui è emerso che circa il 20-30% del riscaldamento globale del pianeta è imputabile al settore alimentare. L'industria delle carni è quella a più elevato impatto ambientale e comporta il maggior quantitativo di emissioni di gas serra. Se si riducesse del 30% il consumo di carni, aumentando il consumo di prodotti di origine vegetale almeno di un 15%, si otterrebbe una riduzione di emissione di gas serra di 590 kg a persona l'anno. Questo valore equivale al quantitativo di gas serra emesso da un'auto che percorre 3000 km. È importante dunque agire sulle abitudini dei consumatori, inducendo il mercato a preferire alimenti possibilmente locali, quindi "a km 0", e frutta e verdura di stagione. Il consumo di prodotti "fuori stagione" comporta infatti un elevato consumo di energia (serre, illuminazione artificiale, ecc...) per ottenere la giusta maturazione, oppure un elevato consumo di combustibili per il trasporto connesso con l'importazione da altri Paesi.



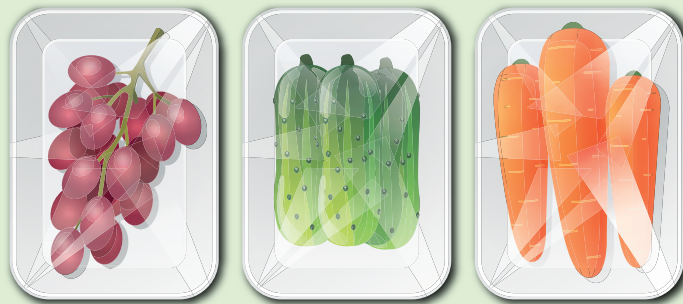
Una più attenta scelta verso prodotti locali da parte delle famiglie italiane potrebbe garantire un risparmio di almeno 1.000 chilogrammi di CO2 l'anno. Negli ultimi anni si è iniziato a parlare di responsabilità sociale ed ambientale del settore agroalimentare. Le imprese alimentari responsabili verso la società e verso i consumatori producono e vendono cibi in modo trasparente e sostenibile e comunicano le azioni che intraprendono per integrare la sostenibilità nelle proprie operazioni.

Ultimamente si sente molto parlare anche di filiera trasparente: tracciabilità e trasparenza delle filiere sono importantissime per raggiungere nuovi livelli di sostenibilità, sviluppo, responsabilità ambientale e sociale e sicurezza alimentare.

La gestione dei rifiuti prodotti dalla filiera agroalimentare merita una considerazione a parte; in linee generali, una prima distinzione si deve fare tra la fase di produzione e la fase di consumo: la prima coincide grosso modo con la produzione primaria, di tipo agricolo e la seconda con il consumo vero e proprio da parte dell'utente finale.

La fase di produzione può essere indiretta o diretta. Alla produzione indiretta afferiscono, ad esempio, l'utilizzo di macchinari agricoli (per la trazione, l'aratura, l'escavazione, ecc.) che

produce anche i rifiuti maggiormente impattanti per l'ambiente, quali scarti di oli lubrificanti, sintetici o minerali, scarti e prodotti di combustione, sistemi di filtraggio ecc.; dello stesso gruppo fanno parte la realizzazione e l'utilizzazione di strutture



e dispositivi per la produzione agricola, quali ad esempio teli e reti di protezione per le colture che producono una grande quantità di rifiuti plastici, la cui gestione presenta tutta una serie di criticità note anche all'opinione pubblica, ma che fortunatamente si sta cercando di soppiantare con l'utilizzo di plastiche biodegradabili e quindi ecocompatibili. Sempre in questo gruppo ci sono poi i rifiuti connessi all'utilizzo di mezzi tecnici quali fitofarmaci, pesticidi, biocidi, ecc., e quelli connessi all'allevamento ed alla gestione dei capi animali, costituiti da feci e deiezioni i primi, di trattazione simile ai rifiuti sanitari a rischio infettivo i secondi.

I rifiuti connessi alle fasi di produzione diretta dipendono strettamente dal tipo di lavorazione: per il settore caseario, si va dal siero di scarto (riutilizzabile e recuperabile nelle sue varie forme) ai fanghi; per quello vitivinicolo, dalle vinacce ai reflui di produzione; fino agli scarti di macellazione e preparazione carni (quasi tutti rigorosamente recuperabili per essere avviati alla preparazione di differenti prodotti, dalla cosmetica al farmaceutico) del settore della macellazione; per tutti questi settori, inoltre, ci sono gli scarti della produzione ed utilizzo di imballaggi, utilizzati nella fase di confezionamento.

Infine, vi sono i rifiuti connessi al consumo, prodotti dai consumatori, costituiti da rifiuti di natura organica, avviabili al compostaggio, e dai rifiuti prevalentemente da imballaggi, avviabili invece al recupero di materia oltre ad una quota parte di indifferenziato, che viene avviato al recupero energetico o, in maniera residuale, conferito in discarica.

In estrema sintesi, si nota come le tendenze ecologiste e biocompatibili maturate negli ultimi anni stiano veicolando le scelte dei consumatori verso un uso delle risorse e delle materie in una direzione sostenibile.

Cosenza

Ci spostiamo quindi a Cosenza, dove i colleghi hanno incantato i cittadini grazie a un'attività che ha mostrato come ogni angolo del nostro territorio nasconda sempre una piccolissima parte di vita. Scopriamo di più, grazie al racconto del coordinatore della piazza, il Dott. Saverio Bruni.

Durante la Giornata Nazionale del Biologo Professionista, si è svolta a Cosenza l'attività didattica "laboratorio delle acque" che ha lo scopo di far conoscere, in modo esemplificato, lo studio degli organismi meno conosciuti del fiume (i macro-invertebrati acquatici) quali bioindicatori della qualità delle acque dolci. Questi organismi costituiscono un tassello fondamentale della catena alimentare degli ambienti fluviali (torrenti, ruscelli e fiumi) e la presenza o assenza di alcuni gruppi tassonomici ci offre un quadro dello stato di salute di un habitat acquatico. L'attività è stata coordinata ed eseguita dal Dott. Michele Puntillo naturalista e guida escursionistica ambientale.





Durante il breve laboratorio effettuato in modo rapido in piazza dei Bruzi, abbiamo osservato alcuni organismi catturati nella fontana presente a pochi metri degli stand, potendo osservare come anche un ambiente chiaramente poco naturale possa essere abitato da organismi che normalmente ritroviamo in ambiente fluviale.

Durante la breve spiegazione sono stati illustrati tre dei principali gruppi di macroinvertebrati acquatici che normalmente vengono campionati durante un rilevamento IBE (indice biotico esteso) per determinare la qualità delle acque in ambiente fluviale.



L'attività didattica si è svolta con l'uso di semplici strumenti quali: un tablet/smartphone, un microscopio usb, una pipetta da laboratorio, un retino a maglie fini da acquario, delle pinzette e dei contenitori per osservare e trasportare gli organismi. L'osservazione degli organismi presenti nella fontana (un paio di specie) ci fa capire che l'ambiente (chiaramente) non è strutturato a sufficienza per ospitare una comunità complessa (probabilmente è presente anche un sistema di filtraggio) e quindi non si hanno elementi per determinare la qualità dell'acqua presente nella stessa.



Dal Kilimangiaro alle Dolomiti: i ghiacciai che perderemo entro il 2050

Un rapporto UNESCO
elena i ghiacciai
patrimonio mondiale
che spariranno nei
prossimi 30 anni,
ma anche quelli
che potremmo
salvare

Fonti: Focus.it; Wired.it

Da qui a 30 anni, i ghiacciai presenti in un terzo dei siti protetti dall'**UNESCO** (l'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura) sono condannati a sparire, a prescindere dagli sforzi messi in campo per contenere le temperature globali.

L'elenco include siti iconici amati dai turisti o sacri per le popolazioni locali, come i ghiacciai sul Monte Kilimangiaro, in Tanzania o del Monte Kenya, gli ultimi rimasti in Africa, ma anche - per rimanere vicini a casa - i ghiacciai delle Dolomiti che abbiamo visto così instabili negli ultimi mesi.

Il nuovo rapporto dell'UNESCO, in collaborazione con l'**International Union for Conservation of Nature** (IUCN), conferma che questi ghiacciai si sono ritirati a ritmi accelerati dal 2000 ad oggi, dopo un periodo di relativa stabilità concluso 70 anni fa, a causa delle emissioni di CO₂ che stanno riscaldando le temperature atmosferiche. Solo nei siti Patrimonio dell'Umanità si perdono **58 miliardi di tonnellate di ghiaccio all'anno**, l'equivalente del consumo idrico annuale di Francia e Spagna. L'acqua di fusione di questi ghiacciai è responsabile di quasi il 5% dell'aumento del livello del mare osservato negli ultimi 20 anni.

Cinquanta siti protetti dall'UNESCO si trovano a quote abbastanza elevate da ospitare distese di ghiaccio: il rapporto conta in totale 18.600 ghiacciai, 66.000 km quadrati in tutto, il 10% dell'intera superficie dei ghiacciai terrestri. Appartengono a questa schiera alcuni ghiacciai da record come il più alto (sul Kilimangiaro), il più lungo (in Alaska) e altri meno famosi ma non meno importanti bacini d'acqua ghiacciata che garantiscono la sicurezza idrica delle popolazioni vicine: se scomparissero, l'accesso ad acqua pulita nella stagione calda non sarebbe più garantito. Il rapporto, arrivato alla vigilia della COP27, la Conferenza delle Parti sul clima che si è svolta dal 6 al 18 novembre 2022 a Sharm El Sheikh in Egitto, non cede alla rassegnazione: è piuttosto **una chiamata ad agire**, perché **è ancora possibile salvare i rimanenti due terzi dei ghiacciai-patrimonio**, a patto che l'aumento delle temperature medie globali resti contenuto a quei **+1,5 °C** rispetto all'era pre-industriale che la scienza ha individuato come soglia da non superare.



Tra i ghiacciai che dobbiamo rassegnarci a 'vedere solo in foto' troviamo quelli nell'area protetta dei Tre Fiumi paralleli nello Yunnan, in Cina, che nella lista sono quelli che stanno andando incontro alla fusione più rapida. Inoltre i ghiacciai del Mont Perdu nei Pirenei, tra Spagna e Francia; quelli del Los Alerces National Park in Argentina; quelli dell'Huascaran National Park (Perù); quelli nel Parco Nazionale dello Yellowstone e in quello di Yosemite (Stati Uniti); quelli di Te Wahipounamu (Nuova Zelanda).

Lo studio, basato su proiezioni elaborate a partire da dati satellitari, specifica che a fare le spese di queste perdite saranno soprattutto le comunità locali e le popolazioni indigene, che contano sui ghiacciai per ricavare acqua per irrigare e che vedono minacciata la propria sicurezza alimentare.

«I ghiacciai sono uno dei validi indicatori dei cambiamenti climatici perché sono visibili» spiegano gli autori del lavoro. «(La loro scomparsa) è qualcosa che possiamo davvero veder succedere». Se nulla ormai possiamo fare per proteggere ciò che è destinato a scomparire, possiamo però ancora provare a **salvare la maggior parte degli altri ghiacciai**, anche i meno famosi, impegnandoci **a limitare le emissioni dannose e a esercitare pressione sulla politica** affinché prenda decisioni climatiche coraggiose.

Una **rapida riduzione delle emissioni di CO₂** non sarà sufficiente a salvare i ghiacciai più a rischio, ma un'efficace azione di controllo delle emissioni garantirà la sopravvivenza dei ghiacciai rimasti, a patto di limitare l'aumento delle temperature globali a 1,5 gradi.

La Ricerca Clinica

Intervista a Federico D'Amico



Qual è il suo ambito professionale di riferimento e la sua esperienza?

Sono il Clinical Research Coordinator ed il Project Manager del reparto di Malattie Infettive ed Epatologia dell'Ospedale Niguarda di Milano. Inoltre, frequento il secondo anno della Scuola di Specializzazione in Farmacologia e Tossicologia Clinica dell'Università statale di Milano. Dopo aver conseguito il Dottorato di Ricerca in Medicina Traslazionale e Biotecnologie Mediche presso l'Università di Tor Vergata (Roma), ho focalizzato il mio interesse sul dinamico mondo della Ricerca Clinica e, dopo aver seguito un corso di alta formazione nell'ambito, ho iniziato la mia esperienza lavorativa presso l'Ospedale Niguarda nel 2019.

Quali sono le principali criticità per l'accesso in questo specifico ambito?

In primo luogo, l'ambiente universitario non rende partecipi gli studenti su quali siano i principali sbocchi professionali a cui i biologi/biotecnologi possono accedere. Tra gli altri, l'ambito della Ricerca Clinica è tra i meno conosciuti sia tra i neolaureati sia, più in generale, tra chi si occupa delle Life Sciences: ne è la prova la presenza di Master o Corsi di formazione in un numero decisamente inferiore rispetto ad altre realtà professionali. In secondo luogo, l'investimento da parte delle istituzioni nel riconoscimento professionale della figura del Clinical Research Coordinator è vittima, ormai da anni, di costanti ritardi e rinvii.



Collegata a quest'ultimo punto, l'assenza di un inquadramento contrattuale che non sia la borsa di studio o la libera professione scoraggia la maggior parte dei colleghi a svolgere questa professione per molto tempo.

Quali sono le potenzialità del mercato?

Le potenzialità del mercato sono molteplici. Oltre alla possibilità di lavorare come Clinical Research Coordinator e/o Project Manager presso strutture ospedaliere che si occupano di Sperimentazione Clinica, non sono da sottovalutare gli sbocchi professionali che offrono le CROs (Clinical Research Organizations) e le aziende farmaceutiche. Generalmente, i primi ruoli con cui inizia la carriera aziendale nell'ambito della Sperimentazione Clinica sono il CTA (Clinical Trial Assistant) ed il CRA (Clinical Research Associate): a partire da questi ruoli, grazie all'esperienza e la formazione, è possibile raggiungere molte soddisfazioni professionali e personali.

Qual è l'utilità per i giovani di collocarsi in questo ambito professionale?

Sicuramente, la sperimentazione clinica offre la possibilità di mettere la propria competenza professionale al servizio dell'innovazione, della salute e della ricerca che ha, come fine ultimo, quello di dare sempre migliori opportunità terapeutiche ai pazienti di oggi e di domani.

C'è uno scambio con gli altri paesi europei sia per il lavoro sul campo che per la formazione?

Assolutamente sì. Di fatto, la maggior parte degli sponsor che promuovono i trials clinici sono internazionali, come anche i diversi stakeholders che rendono possibile la loro conduzione pratica. Per questo, accade spesso di interagire con figure provenienti da altri paesi europei e non.

Come si è evoluto nel corso degli ultimi anni l'ambito della Ricerca Clinica?

La Ricerca Clinica si è evoluta positivamente nel corso degli anni. Basti pensare alla quantità di investimenti che le aziende farmaceutiche hanno fatto negli anni per lo sviluppo e l'approvazione di nuovi farmaci per le diverse patologie: quello della Ricerca Clinica è un ambito promettente che non prevede battute d'arresto.

È un ambito di sola competenza del biologo o anche di altre figure professionali? In quest'ultimo caso come si colloca il biologo tra tutti i professionisti?

La ricerca clinica non è di esclusiva competenza del biologo. Anche medici, infermieri, farmacisti e laureati in CTF possono trovare spazio nella gestione degli studi clinici sia in ospedale sia in azienda con ruoli differenziati, ma molto fluidi dal punto di vista delle competenze. Il biologo per la sua natura poliedrica riesce a lavorare nella ricerca clinica sia nei centri clinici (ospedali, IRCCS) sia nelle aziende (CROs o farmaceutiche). Ritengo sarebbero molto utili delle iniziative di orientamento in questo senso, al fine di chiarire i diversi e numerosi ruoli presenti nella Ricerca Clinica.

Normativa di riferimento:

- ICH E6 (R2) Good clinical practice;
- DM 15 novembre 2011;
- Regolamento (UE) n. 536/2014 del 16 aprile 2014.



La chirurgia bariatrica:



un fallimento
del biologo
nutrizionista

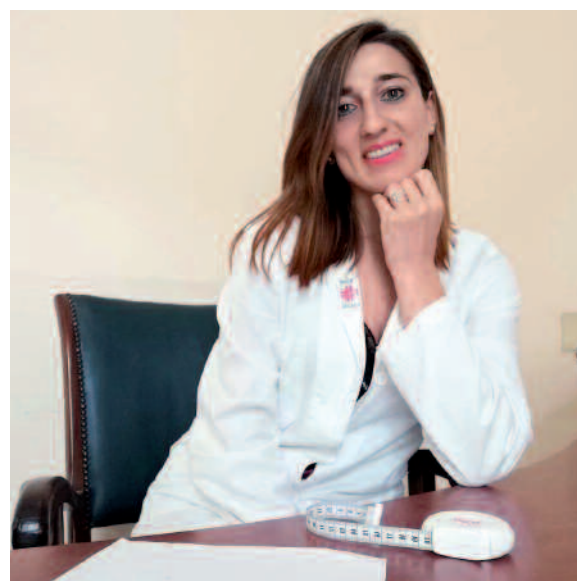
oppure un
nuovo campo
di applicazione?

L'esperienza di Paola Mollettieri
biologa nutrizionista

La Chirurgia bariatrica secondo evidenze scientifiche internazionali rappresenta la terapia d'elezione per il trattamento dell'obesità medio-grave. La sua efficacia si traduce in una perdita di peso mantenuta a lungo termine e quindi in un miglioramento o risoluzione delle comorbidità associate, con un conseguente allungamento della speranza di vita.

Nell'ambito di una disciplina medica così complessa è naturale chiedersi: "a cosa serve la figura del Biologo nutrizionista?"

Attraverso un lungo periodo di tirocinio presso l'Ospedale Cardarelli di Napoli e l'Ospedale San Giuseppe Moscati di Avellino, e tramite il Corso di perfezionamento Universitario in





Diete e Terapie Nutrizionali Chetogeniche (Nutriketo Unisa), ho maturato un'importante esperienza nell'ambito della gestione del paziente prima e dopo l'intervento di chirurgia bariatrica ed ho compreso l'efficacia del suo compito.

Il biologo nutrizionista non svolge infatti un ruolo secondario rispetto agli altri specialisti che compongono l'equipe multidisciplinare (chirurgo, anestesista, ecografista, psicologo/psichiatra), ma rappresenta una delle figure più qualificate per la valutazione nutrizionale del paziente, che prevede:

- l'inquadramento pre-operatorio (anamnesi accurata, misure antropometriche, esami strumentali e lettura degli esami ematochimici);
- la gestione nutrizionale post-operatoria;
- il counseling;
- il follow-up.

Un adeguato e completo inquadramento dietetico-nutrizionale pre-operatorio mira ad indagare:

- la storia del peso personale e familiare del paziente;
- la storia dietetica ed il pattern alimentare. Individuare infatti pattern alimentari disfunzionali in questa fase è di grande utilità per la scelta del percorso più idoneo per il paziente;
- il livello di attività fisica;
- lo stato psicologico, socio-culturale ed il livello di stress.

Nel monitoraggio pre-intervento, a seconda delle caratteristiche rilevate, viene scelto il percorso nutrizionale più adeguato da far seguire al paziente:

- una dieta ipocalorica bilanciata;
- una dieta chetogenica integrata.

Il biologo nutrizionista, quindi, prendendo in carico il paziente alcuni mesi prima dell'intervento lo aiuta nella perdita di peso, preservando tuttavia la massa muscolare. Il suo ruolo però è anche quello di fornire indicazioni su come va affrontata la fase post intervento, alla quale è fondamentale arrivare ben preparati proprio per evitare errori alimentari nell'immediato post intervento.

Inoltre, il biologo nutrizionista ha anche il compito di identificare eventuali carenze di micronutrienti in modo che vengano corrette precocemente, prevenendo un peggioramento in fase post-bariatrica.

Infine, contribuisce al miglioramento del livello di insulino-resistenza e del grado di infiammazione legati all'obesità, mediante una riduzione del volume del fegato e del tessuto adiposo viscerale.

Il percorso nutrizionale risulta dunque utile perchè i chirurghi nella gestione intra e peri operatoria del paziente possono riscontrare delle difficoltà strettamente correlate all'aumento del volume epatico e del tessuto adiposo viscerale.

Se la figura del biologo nutrizionista è importante nella fase di preparazione all'intervento chirurgico, lo è altrettanto nel post-operatorio dove è necessario che venga seguita un'alimentazione a consistenza variabile (dieta ipocalorica a bassissimo residuo, dieta semiliquida ipocalorica, dieta ipocalorica a consistenza morbida e dieta ipocalorica a consistenza normale) per evitare danni al sito chirurgico.



YES:



Meat



Fish



Oils



Nuts



Vegetables

NO:



Bread



Drinks



Pastry



Banana



Corn





L'efficacia di un percorso nutrizionale dipende non solo dalla validità della dieta somministrata, ma anche dalla capacità di effettuare un buon counseling nutrizionale, che nella fase post bariatrica garantisce un supporto al paziente nell'affrontare eventuali sintomi legati allo specifico tipo di intervento.

Attraverso il counseling, basato su chiamate, messaggi telefonici o e-mail, ed un follow up programmato, il nutrizionista può rinforzare la condotta alimentare del paziente con l'obiettivo a lungo termine di ottenere il mantenimento del calo ponderale.

Durante i numerosi controlli è possibile rilevare e correggere probabili carenze di macro e micronutrienti ed intervenire, se necessario, ricorrendo ad opportuni e validi integratori e nutraceutici. Il monitoraggio del paziente anche a distanza di mesi ed anni dall'intervento è di fondamentale importanza, perchè vi è il rischio di un recupero del peso, soprattutto in quei pazienti sottoposti ad un intervento di tipo gastro restrittivo.

Il nutrizionista deve dunque enfatizzare, durante i controlli, che adeguamenti permanenti di congrui comportamenti alimentari ed una regolare attività fisica sono la chiave del successo per la perdita di peso e la prevenzione di complicanze a lungo termine. La terapia chirurgica dell'obesità non è una scorciatoia a cui tutti i pazienti obesi possono ricorrere per dimagrire, è bensì un mezzo riservato ai pazienti con obesità di grado medio-severo con patologie asso-



ciate e con alle spalle numerosi fallimenti dietetici. Il biologo nutrizionista, in sinergia con le altre figure professionali, è in grado di apportare significativi miglioramenti al percorso terapeutico del paziente obeso selezionato per il trattamento di chirurgia bariatrica. Il piano dietetico/nutrizionale deve fungere da cardine sia nella fase pre-operatoria, per la preparazione all'intervento, sia nella fase post-operatoria per il miglioramento della qualità di vita del paziente obeso. È importante, pertanto, che il biologo nutrizionista non si improvvisi in questo sconfinato settore, ma acquisisca attraverso tirocini e corsi specifici tutte le competenze utili per poter affrontare con successo uno dei campi nutrizionali del futuro.



L'eredità del codice

Dalla bussola dei pensieri alla prima guerra dei draghi

di Stefano Spagnulo, Letteratura alternativa Ed. 2022, 202 pp., euro 19,90

La Terra è sconvolta dalla pandemia da Covid-19 e da tanti altri avvenimenti: la violenza sulle donne, lo sfruttamento delle foreste, lo sconvolgimento del clima, la crisi medico sanitaria dei paesi poveri. Il Pianeta Terra è un posto disordinato e pieno di disuguaglianze sociali, che portano ad equilibri instabili e conflitti. Chi ne subisce le conseguenze? I più poveri, che soffrono per la distruzione delle risorse alimentari ed energetiche, le donne sottoposte ai fondamentalismi e la natura. Una donna immortale, la Dea Mirsine, scopre che l'energia positiva e negativa del Pianeta ha determinato la nascita di un mondo parallelo dove dimorano anime che devono essere messe in ordine, analogamente a quanto necessita il Pianeta Terra. Costituirà un gruppo di umani, alcuni vivi, alcuni anime e



altri in bilico tra la vita e la morte: scienziati, mannari, musicisti, personaggi fantastici. La missione è quella di far nascere la più potente arma vivente, disobbediente e resistente che metta fine a tutto questo male. I Draghi! Animali immaginari che divengono reali, capaci di combattere contro il più micidiale dittatore, capitalista e dominatore terreno e ultraterreno. Il primo episodio di una trilogia fantastica, dove il biologico e lo storico divengono narrazione, dove il Drago è un organismo reale quanto metafora di grandezza per un ordine

delle cose. Perché la vita sulla Terra continui e possa essere salvato quel che di prezioso è rimasto: la sostenibilità delle risorse alimentari, l'alimentazione e protezione degli organismi che vivono con la natura. La nostra speranza: salvare la vita sulla Terra.

Storia dei cambiamenti climatici

Lezioni di sopravvivenza dai nostri antenati

di Brian Fagan e Nadia Durrani, Il Saggiatore ed. 2022, 384 pp., euro 27,00

Storia dei cambiamenti climatici è un racconto corale della relazione tra esseri umani e clima negli ultimi 30000 anni. Un'indagine che incrocia archeologia e dati scientifici, climatologia e antropologia per offrirci una nuova chiave di lettura sulle nostre possibilità di intervento positivo sul pianeta: la soluzione che stiamo cercando potrebbe essere già alle nostre spalle.

Quella di Fagan e Durrani è una narrazione che spazia tra i secoli e i continenti alla ricerca delle soluzioni e degli adattamenti che i nostri antenati hanno individuato per sopravvivere agli sconvolgimenti naturali. Dagli antichi egizi che, dipendenti dalle piene e dalle secche del Nilo, ne studiavano i flussi convogliandoli nei campi, alle trasformazioni messe in atto dalla civiltà maya in base ai periodi di alluvione e siccità; dalla cele-

bre eruzione del Vesuvio nel '79 fino a quella del Tambora nel 1815, che provocò «l'anno senza estate».

Le condizioni climatiche sono sempre cambiate nel corso della storia. Adesso, che le mutazioni sono provocate dall'attività dell'uomo, bisogna fare tesoro delle lezioni di adattamento dei nostri antenati. Se ci faremo guidare



dall'esperienza del passato, sopravvivremo. Guardandoci indietro potremo stabilire cos'ha funzionato e cosa no. Ma dovremo adattarci, e forse saremo costretti a farlo.

Il passato ci ricorda che siamo ingegnosi e innovativi, all'altezza della difficile prova che oggi, per la prima volta nella storia, siamo chiamati ad affrontare: una sfida realmente globale, come non era mai accaduto, e per la quale dovremo unirici e cooperare in quanto specie.

Il passato è parte di tutti noi e possiede le chiavi del futuro.



La dieta RinnovaMente

di Mariangela Stasi, Società Editrice Universo 2021, pp. 184, euro 22,00

Le malattie neurodegenerative, come Parkinson, Alzheimer e sclerosi multipla, sono un problema dilagante: perdere la memoria, la motilità, i sensi rappresenta una delle paure più comuni.

“La dieta RinnovaMente” mette insieme scienza, nutrizione, sport, mente e cucina. E’ una guida, a piccoli passi, verso la prevenzione delle malattie neurodegenerative.

Negli ultimi decenni nelle società del benessere si è prestata molta attenzione alle malattie da eccesso alimentare, come obesità, ipertensione, dislipidemia, aterosclerosi, cardiopatie e ictus. Oltre a ciò, si è cominciato a conoscere anche l’im-

portanza di una alimentazione equilibrata nel rallentare i processi dell’invecchiamento e nel prevenire o controllare l’evoluzione di malattie del sistema nervoso collegate ai processi della senescenza.

Le malattie neurodegenerative sono caratterizzate in generale dalla incapacità da parte del sistema nervoso di eliminare prodotti del suo metabolismo proteico, che si accumulano fino a far morire le cellule nervose.

Il libro nasce dal connubio tra ricerca scientifica e nutrizione: il cuore del volume è la dimostrazione del nesso tra rischio di sviluppare malattie come il morbo di Parkinson o l’Alzheimer e assunzione di specifici alimenti. Dopo una breve descrizione della struttura delle cellule del sistema nervoso, la narrazione si focalizza sul rapporto tra un’alimentazione equilibrata e i meccanismi di sviluppo dei processi di invecchiamento in genere e delle malattie neurodegenerative in particolare. Un linguaggio chiaro, fluido, semplice ma preciso, dovendo contenere molti termini tecnici.



Dopo un’introduzione che spiega, attraverso metafore e scienza, come nascono, in cosa consistono e come si tenta di curare le malattie neurodegenerative, ci si addentra nella conoscenza dei meccanismi che mettono in relazione obesità, salute intestinale e malattie come Parkinson e Alzheimer. Si passa poi a un capitolo esclusivamente dedicato al ruolo che il cibo svolge sul DNA e nello sviluppo della malattia, con un occhio particolare agli alimenti pro- e anti-infiammatori, fondamentali per la prevenzione. “La dieta RinnovaMente” non è solo teoria: l’incipit e l’epilogo sono un ‘diario di esperienze’ dell’autrice, mentre all’interno è

presente una parte del tutto pratica, un vero e proprio *vademecum* per la prevenzione con un esempio di piano nutrizionale, esercizi del personal trainer Federico Licchetta e ricette della chef Sara Latagliata.

Si affronta poi il tema delle diete più in voga, dalla dieta “low carb” alla chetogenica, passando attraverso il digiuno terapeutico, per terminare con la dieta mediterranea, con l’obiettivo di definire quella più adatta alla prevenzione delle malattie neurodegenerative. Non manca un importante riferimento alle tradizioni, attraverso un “viaggio da oriente a occidente”. Ma la relazione tra cibo e salute non è tutto: lo stile di vita, il fumo, lo sport, la meditazione, la vita spirituale che ruolo hanno? Come si comincia un percorso di cambiamento? Come si compila il diario alimentare? Come si migliorano le abitudini? In cosa consiste la pianificazione dei pasti? Come compilare la lista della spesa per evitare eccessi? Le risposte, i consigli, le soluzioni vengono proposti negli ultimi capitoli, con una conclusione del tutto pratica.

Organi Consiliari 2020-2025

C.d.A. Enpab

**SERENA
CAPURSO**
Vicepresidente



**MARIA GRAZIA
MICIELI**
Consigliere



**TIZIANA
STALLONE**
Presidente



**ILARIA
ORTENSI**
Consigliere



**SANTINO
ALTOMARI**
Consigliere

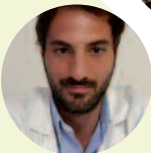


C.I.G. Enpab

MARINA BALDI
Coordinatore



SALVATORE ERCOLANO
Segretario



ORNELLA MUTO



SIMONA BRIGANDI'



SONIA CROCI



ROSA LENOCI



GIANNI ZOCCHI



ROBERTO CASACCIA



MICHELE ETTORE



LAURA CUTINI



ANNA LUCIA NUTINI



MARIA CRISTINA DORE



GIOVANNI RUVOLO



MASSIMO SORRENTI



NICOLA TAFURI



ANGELINA ZAMBRANO

Per contattare gli uffici, sia telefonicamente che di persona, è necessario accedere al **software di prenotazione chiamate** all'interno dell'Area riservata.

Centralino 06.45547011

Fax 06.4554.7036

Vuoi pubblicare su Enpab Magazine? Scrivi a ufficiostampa@enpab.it

Seguici su:  Facebook  Instagram  Twitter  LinkedIn