

10-10-2020 ore 18:45 | Cultura - Manifestazioni

di Gloria Giavaldi

Mondi di carta. L'immunologo Carlo Selmi a Crema: 'le donne sono fortissime per natura'



“Il sistema immunitario è un'orchestra in cui regna qualcosa che alla nostra vista è ancora caos. O meglio, è una storia dalla struttura narrativa così complessa da non poterne prevedere il finale. Ma alla fine tutto funziona”. Parte da questa definizione **Carlo Selmi**, responsabile dell'unità operativa di reumatologia ed immunologia clinica dell' istituto **Humanitas di Rozzano**, per addentrarsi nella **medicina di genere** e raccontare le differenze tra uomo e donna. Stringe la conclusione tra le braccia, riassunta nel suo libro *Fortissime per natura* (edito da Piemme), sul palco del teatro san Domenico nell'ambito della manifestazione **I mondi di carta**, intervistato dal giornalista **Walter Bruno** e dalla psicoterapeuta **Rosalba Torretta**. “Il sistema immunitario femminile si comporta meglio di quello maschile”. Non si accontenta di una mezza verità, entra nel dettaglio ed illustra le differenze: “Uomini e donne sono diversi: le donne hanno una risposta anticorpale ai vaccini superiore agli uomini. I loro linfociti T funzionano più prontamente, questo fa sì che il sistema sia più efficace contro le infezioni, ma più reattivo e per questo portato a sbagliarsi più spesso”. **L'80% delle patologie autoimmuni**, infatti, colpisce le **donne**. Il 90% delle diagnosi di fibromialgia riguardano donne. “La reumatologia è donna”.

Gravidanza e 'effetto nonna'

La differenza si spiega in due parole: **genetica e ormoni**. “Gli ormoni androgeni non subiscono particolari cambiamenti, si comportano in modo pacato. Gli estrogeni, invece, affrontano nell'arco della vita di una donna due importanti rivoluzioni: **la gravidanza e la menopausa**”. Questo ha delle conseguenze anche sul sistema immunitario: “Fino a pochi anni fa si era portati a sconsigliare la gravidanza a donne con patologie autoimmuni. Oggi, grazie ai progressi della ricerca, una gravidanza è possibile. Anzi, in buona parte delle gestanti si denota un miglioramento della patologia”. I mutamenti si avvertono anche in occasione della menopausa, dove il crollo degli estrogeni ha “conseguenze impattanti”. Tuttavia, oggi, grazie agli studi *l'effetto nonna* è garantito: “Chi nasce oggi ha un'aspettativa di vita che supera gli 80 anni”.

Stile di vita

Le malattie autoimmuni, spesso associate a **disturbi di ansia e depressione**, richiedono di “trovare una soluzione dove soluzione non c'è”. L'obiettivo è sempre il benessere: “Per fare questo all'interno dell'*immuno center* viene prediletto un **approccio multidisciplinare** che coinvolge tra gli altri reumatologi, dermatologi e gastroenterologi”. Perché “ se i meccanismi delle malattie sono condivisi, anche le cure devono esserlo”. La

diffusione delle malattie è notevolmente aumentata anche per **fattori ambientali**: “Il primo rischio per l'artrite reumatoide è il **fumo di sigaretta**”. È consigliato uno stile di vita corretto, con la pratica di **attività sportiva quotidiana e moderata**: “Alle donne con patologie si consiglia la pratica del pilates e dello yoga. Il sistema immunitario deve restare attivo, non convalescente”. A questo si associa una corretta alimentazione: “Non si deve ricercare la migliore dieta antinfiammatoria: è giusta quella che consente di tenere sotto controllo il peso, **riducendo così il rischio di importanti complicazioni della patologia**”.

Reumatologia e Covid

Sono stati pochi i malati reumatologici colpiti dal Covid. “Sono orgoglioso dei miei pazienti. Hanno continuato le terapie senza grandi difficoltà”. Selmi di recente è stato impegnato a Bergamo, in prima linea per contrastare l'emergenza sanitaria. “Abbiamo vissuto una situazione devastante, che ha palesato la vera natura della medicina: è **dubbio e scoperta**. In quegli attimi abbiamo cercato di fare il meglio, rimanendo saldamente attaccati al **metodo scientifico**”. Quello che insegna agli studenti: “Con me a Bergamo c'erano due medici specializzandi. Ma in quella situazione non esisteva la divisione di ruoli”. Erano tutti lì a lottare per la vita. Erano tutti “eroi silenziosi”.



Contenuti Sponsorizzati da Taboola

Taglia le bollette della luce: confronta tutti i fornitori su [ComparaSemplice.it](https://www.comparaSemplice.it)

[ComparaSemplice.it](https://www.comparaSemplice.it)

Scopri il marketplace giusto per vendere all'estero

[Digit Export](https://www.digitExport.com)

Fabbricato in Svizzera: 24 ore e solo 1 lancetta.

[Slow](https://www.slow.com)

L'auto che Paolo Maldini guida a 51 anni toglie il fiato

MedicareGranny

Le razze di cani da evitare di adottare secondo i veterinari. Le seguenti razze non sono adatte per l'adozione.

Free Hub

Ecco come difendere la tua casa dai ladri con Verisure. Promo Ottobre -50%

Antifurto Verisure

Cosa sarebbe successo se avessi investito \$1K in Apple un anno fa?

eToro

Tematiche green nell'ora di educazione civica. In 40 scuole si insegna già a "Odiare gli sprechi"

D. La Repubblica

da Taboola

Crema on line - Crema, tragico gesto nella tarda mattina ad Ombriano

Crema on line - Zappello. Esce di strada con l'auto, grave un uomo

Crema on line - Omicidio Trigolo, Daniele Fraccaro condannato a 15 anni di carcere