



PROFILOSALUTE

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX Anno X / n. 3 - 2016 / Maggio - Giugno / Bimestrale / € 1,00 / Poste Italiane SpA / Spedizione in Abbonamento Postale / 70% LO/BS XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

LA RIVISTA DI SALUTE - BENESSERE - BELLEZZA



Camilla Filippi Tutto può succedere



Foto: Alessandro Pizzi



LA PELLE DEL BAMBINO PICCOLO



ALLERGIA AL VELENO DI IMENOTTERI



MELANOMA FATTORI DI RISCHIO



LA CAUSA DELLA CELLULITE



LE DOMANDE SULLA NUTRIZIONE

In questo numero



24

La pelle del bambino piccolo

a cura di GUIDO VERTUA

Allergia al veleno di imenotteri

a cura di di STEFANO MINETTI e CINZIA TOSONI



38

EDITORIALE

- 3 Godiamoci la primavera
di Luigi Cavalieri

FOCUS

- 7 Come affrontare
la stagione estiva
a cura della Redazione

IL PUNTO

- 10 Danno da glutine:
mito o realtà?
di Luca Piretta

FARMACIA

- 13 Quando andare
in farmacia ti salva la vita
di Marco Mariani
- 17 Partita la ricetta elettronica
di Clara Mottinelli

PERSONAGGIO

- 18 Per Camilla Filippi
"Tutto può succedere"
di Luigi Cavalieri

ANZIANI

- 21 Prevenzione, farmaci e cure
allungano l'aspettativa di vita
a cura della Redazione

MAMMA E BAMBINO

- 27 La valigia per il parto
di Chiara Kron Morelli

PARLA LO SPECIALISTA



- 28 Nuova procedura
per il diabete
a cura della
Redazione

- 30 La cistite
di Pia Sara Di Maio

- 32 Vaginismo:
parto vaginale o cesareo?
di Claudio Paganotti

- 34 Evitare gli eccessi
in una sana alimentazione
di Franco Pesciatini

- 40 Trattamento definitivo per miopia,
ipermetropia, astigmatismo
di Andrea Russo

SALUTE E BENESSERE

- 43 I benefici del magnesio
di Rosa Ilaria Licciulli
- 46 BioMonitor 2
il "Grande fratello" del cuore
di Paola Rivetta
- 48 Chirurgia protesica dell'anca
di Tommaso Revera
- 52 L'età del nostro cervello
si può misurare
a cura della Redazione
- 55 Volto: novità nella detersione
di Adriana Ciuffreda
- 61 Camminare rasoterra
fa male alla salute
di Angelo Chessa
- 65 L'importanza dei probiotici
di Anna Tanzi
- 69 Intestino: la Regola delle 3R
di Barbara Aghina
- 72 La Maca: il Ginseng peruviano
di Roberto Scalvini
- 75 La salute parte dal basso
di Antonella Boldini

PROFILOSALUTE




50

Melanoma fattori di rischio e diagnosi
a cura di MARIATERESA ROSSI

82

Quella antiestetica buccia di arancia
a cura di ENRICO MOTTA




92

Le domande impossibili sulla nutrizione
a cura di ANTONIO MARINELLI

MEDICINA NATURALE

79 Caffè verde
di Antonio Schiavo

BELLEZZA

85 A ciascuna il suo esfoliante
di Roberta Rossi

87 Cosmetotessili nuova sfida cosmetica
di Marta Simoni

89 Cosmetici spray
di Giovanna Saleri

90 Andropausa?
di Enrico Filippini

ALIMENTAZIONE

94 Le ricette senza glutine dello chef Marco Scaglione
Schiacciata di grano saraceno con soppresata, pecorino e marmellata di fichi

PSICOLOGIA

96 Il Bullismo: grave e complesso fenomeno sociale
di Mauro Savardi

GRAFOLOGIA

99 In punta di penna
di Candida Livatino

RICETTA

100 Pollo con finocchi e mele verdi
di Laura e Silvia Squizzato

ATTUALITÀ

103 Samantha Schloss: curvy è di moda e fa bene alla salute!
di Federica Peretti

105 Incompatibilità tra farmaci senza segreti per il Corpo Militare della Croce Rossa
a cura della Redazione

L'ODONTOIATRA RISPONDE

107 Un nuovo sorriso con le faccette
di Belsorriso

AMICI ANIMALI

111 Attenzione alla filariosi cardio-polmonare
di Nicola Bertoni



GIOCHI

114 Gioca che ti passa

NOTIZIE DALLE AZIENDE

109 Harven

INFORMAZIONE AI LETTORI

Chi fosse interessato ad approfondire gli argomenti trattati da ProfiloSalute deve scrivere a redazione@profilosalute.it

COPIA OMAGGIO DELLA TUA FARMACIA



Il Bullismo grave e complesso fenomeno sociale

a cura di MAURO SAVARDI

Psicologo, Specialista in Psicoterapia Cognitivo Comportamentale



A livello di scuola è necessario condividere un linguaggio e un progetto sul problema

Jhonny, un ragazzo tranquillo di tredici anni, era diventato una specie di "gioco umano" per alcuni dei suoi compagni. Lo tormentavano, gli rubavano i soldi, lo costringevano ad ingoiare erbacce, lo picchiavano nel bagno [...]. Quando i torturatori di Jhonny vennero interrogati [...] affermarono che perseguitavano la loro vittima perché la cosa, dissero testualmente, "era divertente" (Olweus, 1996, p.9).

Il termine **bullismo**, coniato dallo psicologo scandinavo Dan Olweus negli anni '70, indica la situazione in cui una o più per-

sone, col supporto di un gruppo, utilizzano la propria forza allo scopo di intimorire e danneggiare altre persone più deboli. Tale fenomeno si caratterizza per la compresenza di più attori: **il bullo, i gregari, la vittima, gli osservatori passivi, i contesti sociali** all'interno dei quali si concretizzano gli episodi di prevaricazione.

Per poter parlare di bullismo di fronte a comportamenti prevaricanti sono necessari l'**intenzionalità** del gesto (il bullo con la protezione del suo gruppo decide di arrecare un danno), la **persi-**

stenza nel tempo (il bullo incide ed insiste sulla vittima designata più volte) e l'**asimmetria della relazione** (quando la vittima non può difendersi). Bisogna distinguere tra **azioni dirette** verbali (minacce, offese, epiteti denigratori) e fisiche (picchiare, taglieggiare, spingere, tormentare) ed **indirette**. Mentre le modalità dirette passano e portano ad una serie di azioni esplicite ed identificabili anche dalla vittima stessa, le modalità indirette sono più viscide e sottili, in quanto lavorano dietro e sotto alla vittima, a sua insaputa, allo scopo di creare scherno e terra



bruciata attorno a lei: ad esempio mettendo in giro voci sgradevoli ed offensive. I social network vengono utilizzati talvolta selettivamente ed in modo perverso a questo scopo, dando vita ad una forma di bullismo denominato cyberbullismo.

Il bullismo è certamente un (grave e complesso) **fenomeno sociale**, perché nel senso letterale del termine nasce e si sviluppa non solo attraverso l'azione organizzata da più persone, ma si concretizza direttamente o indirettamente per le sue conseguenze in contesti sociali, come, ad esempio, la scuola. Tuttavia è anche un **fenomeno individuale**, che riguarda la scelta personale di individui, i quali intenzionalmente partecipano, accettano, come bulli, come gregari o come semplici osservatori indignati, ma omertosi, l'accanimento sulla vittima designata. È certamente un **fenomeno individuale** anche considerando le conseguenze deleterie sulla vittima, che, per paura e vergogna, deve sopportare troppo spesso il carico emotivo conseguente, in modo

solipsistico. Tuttavia il bullismo è anche un **fenomeno familiare**, in quanto il rispetto dell'Altro è un oggetto e risultato educativo, che deve essere prima di tutto affrontato e costruito all'interno delle mura di casa e, poi, solo allora

I SOCIAL NETWORK VENGONO UTILIZZATI TALVOLTA IN MODO PERVERSO

può affermarsi altrove. Quelli appena declinati rappresentano anche il piano di una possibile azione preventiva e/o riparativa, che non può concludersi nell'estemporaneità di un laboratorio all'educazione emotiva, come tanti se ne vedono nelle scuole.

A livello di Scuola è necessario condividere un Linguaggio ed un Progetto comune sul problema, predisponendo **incontri di sen-**

sibilizzazione e discussione per gli insegnanti, per i genitori, per gli alunni, separatamente ma anche insieme, allo scopo non solo di conoscere astrattamente il problema, ma soprattutto di concretizzarne la sua dimensione all'interno della specifica realtà scolastica. Ciò crea i presupposti per una cultura degli atteggiamenti del rispetto e della convivenza reciproca, i quali non escludono il ruolo attivo della Scuola nel controllare gli alunni, che le vengono affidati. La **circolazione dell'empatia** cioè della capacità di porsi dentro il sentimento dell'altro, presupposto fondamentale per contrastare i meccanismi di **disimpegno morale**, che accompagnano il fenomeno del bullismo, richiede anche azioni a livello di classe, orientati a creare le condizioni per una buona relazionalità tra coetanei. Non per ultimo bisogna considerare le azioni necessarie a livello individuale a sostegno della vittima, ma anche a sostegno del bullo, vittima della propria ignoranza ed immaturità. ●