



NEWSLETTER

AMATI.M

Associazione MALati TIroidi delle MARCHE

La farfalla di un logo, tante speranze di volo

La parola, in questa pagina, viene passata non ad un clinico di endocrinologia ma semplicemente ad una persona comune, un semplice malato di tiroide e non uno specialista nella cura delle malattie e delle problematiche di questa ghiandola così importante (eppure ancora spesso così sottostimata). Dietro richiesta chi sta scrivendo porta qui la propria testimonianza, ed inevitabilmente assieme al suo vissuto anche la sua esperienza professionale, quindi con uno sguardo costante alla realtà in una prospettiva storica, legata al percorso della civiltà umana, o comunque secondo una chiave di lettura umanistica. Pertanto per chi lavora con i musei ed i siti storici è di conforto sapere come il primo a disegnare la tiroide sia stato Leonardo da Vinci. Cinque secoli dopo, in una serata gradevole di inizio estate, a Montecosaro, alcuni studenti d'arte (aspiranti e volenterosi emuli di tale genio pittorico e non solo) proponevano in una gara le loro creazioni grafiche non per raffigurare realisticamente questo organo, ma per una sua idealizzazione evocativa, per rassicurare e richiamare a ideale raccolta, attraverso un'immagine appunto simbolica, tutti coloro che soffrono di scompensi e patologie legate a questa ghiandola, nella creazione di un'associazione ad hoc. L'immagine che ora campeggia nel logo dell'associazione, approvata nella sua versione definitiva con voto democratico dei soci, è pertanto un'evocazione della tiroide per associazione d'idee. Sebbene infatti l'origine greca di questa parola significhi "simile ad uno scudo", forse per indicare un senso di protezione, ormai oggi è luogo comune definire ed identificare questa ghiandola come "a forma di farfalla". Da questa creatura bellissima, ricorrente nelle decorazioni artistiche del Liberty, così delicatamente inquadrata, nell'immaginario dei cartoni animati e dei libri illustrati di fiabe, come sempre intenta a volare spensierata di fiore in fiore alla ricerca del polline più dolce, possono scaturire alcune riflessioni in libertà ed alcune similitudini ed associazioni d'idee, ma comunque (si spera) efficaci. Il suo svolazzare apparentemente capriccioso ed ondivago può far pensare alle stesse oscillazioni della tiroide nel suo adattarsi e nel fluttuare dei suoi ormoni, che spesso può andare fuori controllo, delle

quali una delle conseguenze è proprio un piroettare a zonzo anche dell'umore e dell'emotività. Non a caso la letteratura greca associava la farfalla all'anima, quindi all'essenza stessa della persona, alle sue sensibilità, emotività e turbamenti. Del resto esistono due farfalle, quella più solare, colorata e leggiadra che ondeggia tra le corolle policrome nelle giornate luminose, e quella scura se non grigiastria, più coriacea e notturna, la falena che sfreccia inquietante attratta fatalmente da luci elettriche dove sprofonda, trovando la sua fine: allo stesso modo esistono quegli alti e bassi d'umore, quegli entusiasmi e pessimismi incontrollabili a continua ed insondabile alternanza, che fin da subito possono smascherare alcuni scompensi tiroidei. Ma mettendo da parte del tutto la simbologia negativa della falena, consumata dalla sua stessa passione, si può adottare del tutto il significato che molte civiltà e culture hanno dato alla farfalla, ossia il senso ed il valore di rinascita e passaggio ad una vita migliore: come esiste la metamorfosi dal bruco insignificante alla splendida creatura dalle ali sgargianti e palpitanti, allo stesso modo la farmacologia e la medicina consentono il passaggio ad una miglior vita da una tiroide malandata ad una regolarizzata grazie a certe pilloline, ormai per tanti un autentico irrinunciabile balsamo giornaliero, anche nei casi di quelle rinascite che passano attraverso la tiroidectomia, perché la "farfalla" è stata aggredita da un "granchio" (anticamente detto..."cancro", fortunatamente uno dei più curabili, dalla mortalità prossima allo zero). Viene da sé che cercare la farfalla, andarne a caccia come la vispa Teresa dell'antica filastrocca, deve essere pertanto sinonimo di ottimismo: il pittore Dosso Dossi nel Cinquecento dipinse uno Zeus in stato di grazia intento a dipingere farfalle che dalla tela prendevano miracolosamente il volo. Allo stesso modo la tiroide-farfalla del logo di questa associazione deve rimandare alla ricerca di tutte le soluzioni possibili non solo di prevenzione e cura, ma anche al dare forma e speranza a nuove soluzioni e ad una continua valorizzazione dei nuovi risultati raggiunti ed acquisiti. In quella serata di giugno 2013, nel giardino de "I due cigni" di Montecosaro, nella serenità della cena e di una spensierata lotteria per raccogliere fondi, più che i bianchi pennuti con gli occhi bistrati richiamati dal nome del ristorante sono state appunto protagoniste tante farfalle che hanno spiccato il volo in un percorso di solidarietà reciproca tra ammalati. Nasce così un'associazione che mette in rete tra loro le tante tiroidi acciaccate, che nel loro iter di "rinascita" hanno avuto la fortuna di incontrare l'entusiasmo e la professionalità di tutto

il personale (medico, tecnico, infermieristico, ausiliario) del Centro di Terapia Radiometabolica di Macerata. L'A.Ma.Ti.M. vuole infatti essere un granitico punto di riferimento per tutti gli ammalati di tiroide del territorio regionale marchigiano (e non solo), un luogo di costante e ideale confronto tra medici e pazienti, quindi non solo una realtà informativa di riferimento e di supporto aggregativo, ma anche una sorgente preziosa di prevenzione, aggiornamento, indagine e cura. Il volo è appena iniziato, ma desideri ed ambizioni possono guardare all'infinito.

Tommaso Lucchetti



Si ringraziano per il contributo dato in occasione dell'evento del 20 Giugno 2013

Martarelli Formaggi
Fornarina

Cesare Paciotti
Oreficeria Cappelloni
Conti Pelletterie

MANAS
Cantina dei Colli Ripani

Giudi Pelletterie
Tessitura Sileoni
Odontoiatra Dott. Stefano Bianchi

I Giannini Parrucchieri
Cioccarri Arredamenti

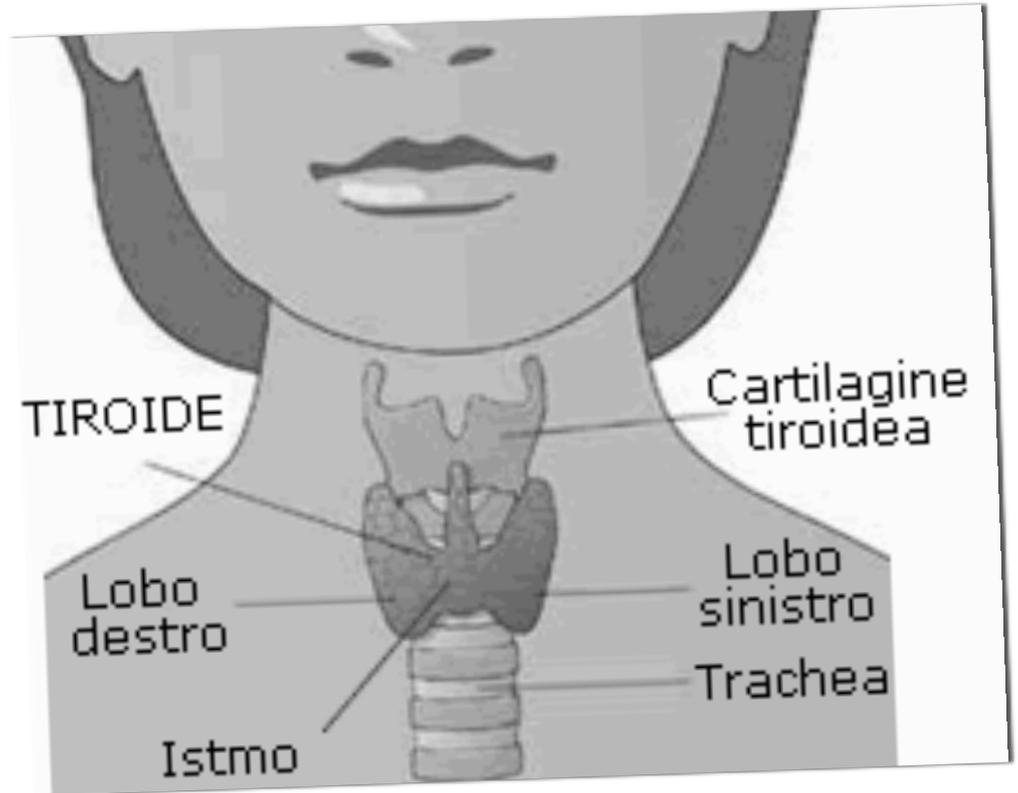
Erboristeria l'Angolo della Salute
Giustozzi Tiziana

Azienda Faleria
Annibaldi Complementi d'arredo
Elda Trade

LA TIROIDE

La tiroide è una ghiandola endocrina a forma di farfalla, posizionata nel collo e costituita da due lobi, destro e sinistro, uniti da uno stretto ponte che prende il nome di istmo. Spesso è presente un lobo accessorio piramidale, che può essere la continuazione dell'istmo o di uno dei lobi laterali e che si estende in alto al davanti della laringe, detta piramide del Morgagni o del Lalouette. L'organo sano, nell'adulto ha colorito rosso bruno, superficie liscia (è rivestita da una capsula fibrosa propria), consistenza molle e misure di 7 cm di larghezza, 3 di altezza e 0,5 (apici)-2 (basi) cm di spessore circa, mentre il peso medio è di 20 g.

LA TIROIDE: LA CAUSA DI TUTTI I MALI!



Quante volte un familiare o un amico ci ha confessato di essere "vittima della tiroide"? Ebbene sì, questa piccola ghiandola, sita alla base del collo e che in media pesa soli 20gr, è al centro del nostro benessere, tanto da essere definita da alcuni dei maggiori esperti in tal campo come "una specie di centrale elettrica" o "la caldaia del nostro corpo". Semplificando un po', si può dire che la sua funzione principale sia quella di produrre ormoni ricchi di iodio (la tiroxina o T4 e la triiodotironina o T3) che, tramite il circolo sanguigno, raggiungono tutti gli organi. Se qualcosa in questa ghiandola non funziona, tutto il corpo ne risente, perché la T4 e la T3 controllano il metabolismo e le sue principali funzioni quali il battito cardiaco, lo sviluppo del sistema nervoso centrale, l'accrescimento corporeo, la pressione arteriosa, il livello di colesterolo, il peso, la forza muscolare, l'acutezza mentale, la parola, la vista, le condizioni della pelle e dei capelli e tante altre ancora. Fisiologicamente, è l'ormone T4 ad essere prodotto in grande quantità, per poi essere immesso in circolo ed essere trasformato in T3, l'ormone veramente attivo, a seconda delle necessità del nostro organismo. Quando la quota circolante di ormoni tiroidei è sufficiente, la tiroide rallenta la produzione, viceversa, quando la quota di ormoni circolante è scarsa, la tiroide aumenta la sua attività. Questo fine equilibrio è dettato dall'ipofisi, una ghiandola collegata al cervello

e situata alla base del cranio, che produce un ormone regolatore che agisce direttamente sulla tiroide: il TSH (tirotropina). La funzione del TSH è stimolare la tiroide quando il tasso di ormoni presenti nel sangue si abbassa. Quando invece il tasso di T3 e T4 è troppo alto, l'ormone TSH si riduce e la tiroide viene messa a riposo. Esistono tuttavia situazioni patologiche in cui il fine equilibrio, sopra descritto, viene ad interrompersi e si va incontro ad ipotiroidismo (ridotta funzionalità della tiroide) o ipertiroidismo (aumentata produzione degli ormoni tiroidei). Tali patologie (quali ad esempio la tiroidite autoimmune!) crescono per frequenza nelle varie fasce di età fino a raggiungere la massima diffusione nei 55-64 anni, specie per l'ipotiroidismo. Le donne in particolare, soffrono di disturbi tiroidei da 5 a 8 volte più degli uomini e si conta che in media una donna su otto andrà prima o poi incontro ad un disturbo tiroideo nella sua vita. Nel primo caso (ipotiroidismo) il paziente lamenta sonnolenza, stipsi, cute secca, facile affaticabilità, caduta dei capelli e rallentamento ideomotorio; nel secondo caso al contrario i sintomi tipici sono la tachicardia, la diarrea, l'iperfagia, il dimagrimento, l'ipersudorazione, l'insonnia e la facile irritabilità... tutti sintomi molto comuni e che spesso nulla hanno a che fare con le patologie tiroidee, le quali tuttavia vanno sempre sospettate, indagate ed eventualmente escluse o trattate! Non dimentichiamo infine che gli

ormoni tiroidei sono ricchi di iodio, pertanto, quando lo iodio è carente, la tiroide va incontro ad un malfunzionamento con molteplici manifestazioni cliniche diverse, quali l'aumento del volume della tiroide (il gozzo!) o la formazione di noduli, per lo più di natura benigna, ma dietro i quali talvolta si cela il carcinoma tiroideo, che da solo costituisce l'1% di tutti i tumori ed è il più frequente tra i tumori del sistema endocrino. Ecco perché si fa tanto parlare dell'uso del sale iodato: perché è fondamentale che questo oligoelemento sia presente in quantità adeguata nella nostra alimentazione (almeno 150 mcg/die per adolescenti e adulti, 250 mcg/die in gravidanza e allattamento), per permettere alla tiroide di svolgere indisturbata la sua funzione.

Francesca Silvetti

FUKUSHIMA E LA TIROIDE

Quando si parla di "incidente nucleare" la nostra mente tende ad immaginare situazioni catastrofiche e ambienti spettrali, che poco spazio lasciano alla tranquillità ma che sembrano comunque isolati nel tempo e nello spazio. In verità, il termine "incidente



nucleare", se analizzato dal punto di vista puramente linguistico e terminologico, indica un "avvenimento inatteso che turba il corso di eventi previsti relativo al nucleo di un atomo". Detto così, non fa neanche paura. Quello che dovrebbe invece interessarci sono le conseguenze pratiche legate al livello di gravità dell'incidente. Per capire meglio, affrontiamo la questione da un punto di vista matematico: esiste una scala di valori numerici ideata dalla IAEA (International Atomic Energy Agency) che definisce i livelli di un incidente nucleare in base agli effetti che produce (simile alla scala Mercalli del terremoto), tenuto conto della "dose assorbibile" dalla popolazione e dai lavoratori. Questa classificazione è detta INES (International Nuclear Event Scale) ed è divisa in 7 livelli in scala logaritmica (ovvero il passaggio da un livello ad un altro moltiplica per 10 gli effetti), a partire da un livello "0", che descrive una semplice "deviazione" dalla situazione di normalità ma che non è rilevante né per la popolazione né per l'ambiente e che quindi non comporta alcuna conseguenza sulla sicurezza. Poi si arriva ai livelli 1,2,3, definiti "guasti" di variabile gravità, che possono comportare danni alla popolazione solo nel caso di guasto grave (livello 3). Poi si passa dal livello 4 al 7, definito "incidente catastrofico", in cui il rilascio all'esterno di un impianto di grandi dimensioni di ingenti quantità di materiale radioattivo in un'area molto vasta provoca conseguenti effetti acuti sulla salute della popolazione esposta e conseguenze gravi sull'ambiente. Purtroppo

l'evento di Fukushima Dai-ichi, inizialmente classificato a livello 4, nel corso del tempo è rientrato nel livello massimo 7 in quanto il terremoto che causò l'esplosione dei gusci dei reattori 1,2 e 3 provocò anche la perdita di acqua radioattiva che a tutt'oggi non è stata ancora arginata. In realtà il terremoto provocò un'onda anomala, detta "tsunami", che invase lo stabilimento e provocò ossidazione di alcuni gusci dei reattori e liberazione di ossigeno, causando una reazione chimica (non nucleare!) che causò l'esplosione e la conseguente interruzione di energia dei generatori diesel che assicuravano il funzionamento del sistema di refrigerazione, necessario per evitare perdite radioattive. Si decise quindi di pompare acqua marina per raffreddare le barre nucleari, soluzione di tamponamento che in effetti rallentò il disastro ma ebbe la primaria conseguenza di danneggiare irrimediabilmente la struttura a causa dell'acqua salmastra. Quindi ad oggi si continua a riversare acqua radioattiva nel mar del Giappone, e il sistema di raffreddamento che si tenta di utilizzare è ancora in fase di discussione e di elaborazione. Questo comporta che nelle zone contaminate,

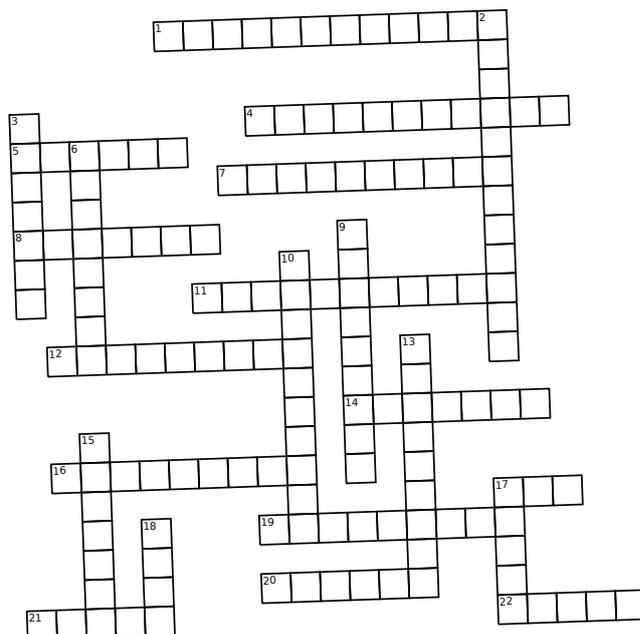
reattore danneggiato, qui la contaminazione radioattiva avviene tramite l'acqua che viene rilasciata in mare e che finisce nella falde freatiche attraverso le rotture del terreno provocate dal terremoto, per cui è difficilmente quantificabile. Sono stati misurati nell'aria livelli più alti della norma di Iodio-131, Cesio-134 e Cesio-137, che sono isotopi radioattivi con lunga emivita (ad esempio servono 8 giorni allo Iodio per dimezzare naturalmente la sua quantità e 30 anni al cesio 137). Di questi, lo Iodio aveva il valore più alto (124 volte il fondo naturale) ed è per questo motivo, oltre al fatto che è un isotopo estremamente volatile, che la prima risposta di sicurezza è quella di tutelare la tiroide, grande assorbitrice di Iodio, per la quale in seguito ad incidente nucleare si somministrano alla popolazione delle pasticche di Iodio non radioattivo per far sì che la tiroide si "nutra" di questo e non vada ad assorbire quello radioattivo presente nell'aria in gran quantità. La tiroide è infatti un organo che utilizza lo Iodio per poter garantire una adeguata sintesi ormonale, per cui lo cerca nell'organismo e fuori come carburante per il suo funzionamento corretto.

Gloria Rossi



definite entro 30 km di raggio dalla Centrale, non sia possibile né vivere, né passare. Per avere un'idea, il livello di contaminazione è stato stimato pari ad 1/10 di quello relativo all'evento di Chernobyl. A differenza di quest'ultimo, però, nel quale fu costruito un sarcofago di cemento a copertura del

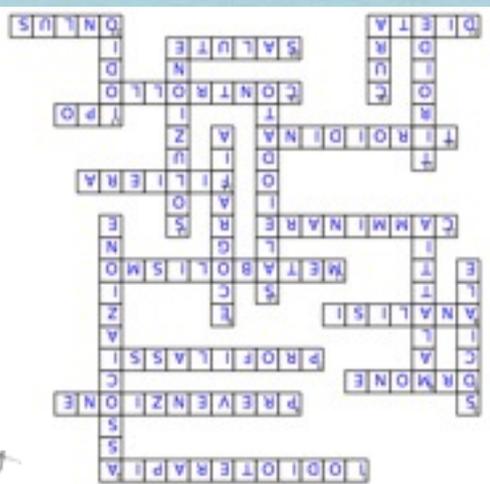
L'ORGANO VOLANTE



- 1 Orizzontali
 2 TECNICA DI CURA
 3 D'ELEZIONE PER ALCUNE
 4 MALATTIE TIROIDEE
 5 LA SI FA QUANDO LE COSE
 6 NON ACCADONO
 7 NON E' UN GRANDE UOMO
 8 CON LA R
 9 INSIEME DI REGOLE DA
 10 SEGUIRE
 11 C'E' ANCHE QUELLA
 12 MATEMATICA
 13 COMPLESSO DI
 14 TRASFORMAZIONI CHIMICHE
 15 CHE AVVENGONO
 16 NELL'ORGANISMO
 17 FA BENE ALLA SALUTE
 18 NON E' L'ETA' DEI FIGLI
 19 SI ESTRAE DALLA TIROIDE
 20 QUANDO E' SOTTO
 21 BISOGNA SEMPRE ESSERE
 22 SOTTO
 23 LO SI DICE QUANDO SI
 24 SALUTA CON SALVE
 25 ESISTE QUELLA
 26 MEDITERRANEA
 27 ORGANIZZAZIONE NON
 28 LUCRATIVA

- Verticali
 2 HA UNO STATUTO
 3 IL CONTRARIO DI ASOCIALE
 6 EVENTO DA AFFRONTARE CON
 7 CORAGGIO
 9 UNA SCRITTURA...RIPETUTA!
 10 LO SI TROVA FACILMENTE AL
 11 SUPERMERCATO
 13 RISOLVE IL PROBLEMA
 15 ASSOMIGLIA AD UNA FARFALLA
 17 AL MARE CE N'E' MOLTO
 18 LA SI FA IN MANCANZA DI
 19 PREVENZIONE

Gloria Rossi



Soluzione

Per Aderire:

Basta recarsi in qualsiasi Ufficio Postale, chiedere un bollettino di conto corrente postale, compilandone accuratamente tutte le parti e indicando l'importo con cui si desidera contribuire, il nome dell'Associazione, la causale ("Quota associativa annua"; oppure "Donazione") ed i propri estremi. Il versamento potrà essere effettuato anche on line con bonifico bancario secondo le coordinate di cui sotto. E' necessario versare una quota minima di Euro 20,00 - venti (quota associativa annua).

- Versamento mediante Bollettino postale: c/c postale n. 001011997424

- Versamento mediante bonifico bancario Conto Banco Posta utilizzando:

CODICE IBAN: IT63R0760103200001011997424;

CODICE BIC/SWIFT: BPPITRRXXX; CIN R,

ABI 07601, CAB 03200, N CONTO 001011997424.