

**Corriere.it/salute****Vivere con il web**a cura di **Daniela Natali**

**Perché**  
Oltre 100 quiz  
per svelare  
le curiosità  
della scienza  
**Maurizio Fossati**  
Morellini editore  
Pagine 132  
Euro 9,90

**Il libro**

In montagna l'acqua della pasta bolle comunque a 100 gradi? Chi non se lo è chiesto (a scuola o ai fornelli)? Ma anche: perché l'alcol fa girare la testa? E perché le cipolle fanno piangere? E già che ci siamo: perché ci si sente meglio dopo aver pianto? Sono solo alcuni dei 100 quiz sulle curiosità della scienza proposti da Maurizio Fossati, cronista scientifico e ingegnere. Ognuno ha tre possibili risposte fra cui

scegliere quella giusta. Un libro divertentissimo, che affronta questi che magari non si fanno per rischiare «brutte figure» e che spiegano «fenomeni» di ogni tipo (per esempio: perché se aliti riscaldi e se soffi rinfreschi?). Ideale per i ragazzi e per giocare insieme. Consigliatissimo.

**L.Rip.**  
http://nonbastaalasalute.corriere.it

**Oculistica**

# COME SI PUÒ CURARE UNA FORMA DI STRABISMO INTERMITTENTE SENZA RICORRERE ALLA CHIRURGIA?

**Risponde**

**Paolo Nucci**  
Direttore  
Clinica  
oculistica  
universitaria,  
Spedale  
San Giuseppe,  
Milano

Da qualche mese il mio bimbo, di due anni e mezzo, devia ogni tanto gli occhi verso l'esterno e a tratti li strizza come se la luce gli desse fastidio. L'oculista ha suggerito di fargli impegnare la vista da vicino, ma non sono sicura sia sufficiente; alcuni parlano di esercizi specifici e io farei di tutto per evitare un'operazione agli occhi.

**Q**uesta forma di strabismo, detta *Exotropia Intermittente*, è la seconda in ordine di frequenza nei bambini, e dal punto di vista funzionale è relativamente benigna. Da quanto riferisce, il bambino devia entrambi gli occhi, ma solo saltuariamente, il che significa che con molta probabilità, per il resto del tempo, i due occhi sono in grado di collaborare. Se così è, è pure plausibile che si stia realizzando una buona ed efficace visione binoculare, quello che in gergo tecnico si definisce *stereocucutezza*, ovvero percezione della terza dimensione, il più alto grado di visione. Allo stesso tempo, se il piccolo storta entrambi gli occhi vuol dire che li utilizza entrambi, per questo è prevedibile che anche la capacità visiva cresca di pari passo in tutti e due, e l'occhio pigro, ovvero quella condizione che ostacola lo sviluppo di uno dei due occhi (*ambliopia* in termine medico) non si realizza. La fotofobia, il fastidio di fronte al sole o sulla neve è un

tenzione del bambino), oppure sollecitando la visione degli stessi oggetti alternativamente da lontano e da molto vicino, per periodi non inferiori ai 15-20 minuti, in qualche caso utilizzando degli strumenti, i *sinottografi*, che separavano artificialmente la visione nei due occhi.

Grazie a studi di popolazione, ci si è però resi conto che in questi pazienti il controllo motorio della deviazione è spesso estremamente valido e per questo la prescrizione degli esercizi di convergenza ha perso significato e, il suo razionale, è stato messo in dubbio. I miglioramenti ottenuti erano incostanti e non duraturi e soprattutto i bambini, al di sotto dei sei anni di età, si mostravano piuttosto restii e infastiditi da queste procedure.

Oggi il trattamento nelle fasi iniziali, come nel caso in esame, prevede l'impiego di occhiali da sole in caso di intenso fastidio alla luce, e l'utilizzo dei tablet a una distanza di 30 centimetri per stimolare il lavoro ravvicinato senza che questo venga vissuto come un impegno troppo gravoso.

Con i bambini più recalcitranti o quando è presente un'ambliopia, l'occlusione alternante associata o meno a una correzione con occhiali (in grado di aumentare la capacità di convergere) rappresentano approcci da introdurre gradualmente nella quotidianità del bambino.

**Il sito della settimana****La prevenzione del tumore al seno**

Si rinnova il portale [www.europadonna.it](http://www.europadonna.it) di Europa donna Italia, movimento per i diritti delle donne rispetto a prevenzione e cura del tumore al seno, nato nel 1994 da un'idea dell'oncologo Umberto Veronesi. Nella sezione «Di cosa ci occupiamo» si accede all'area «Prevenzione» dove è possibile scaricare il relativo manuale e, cliccando sul proprio profilo, si trovano consigli in «Qual è la prevenzione giusta per me». Sempre nella stessa sezione, l'area dedicata alle «Breast unit» contiene informazioni sui centri di senologia multidisciplinare, su come funzionano, come trovare quello più vicino; inoltre, disponibili approfondimenti su «Predisposizione genetica», «Tumore al seno metastatico», «Tumore e lavoro» e focus su fragilità ossea e sull'iniziativa «IANGENIUS» che riguarda l'umanizzazione dei percorsi terapeutici.

**Dal forum dei nostri esperti****GERIATRIA****Cosa si può fare per la demenza vascolare?****Risponde**

**Niccolò Marchionni**  
Ordinario  
Geriatria Univ.  
Firenze; Dir.  
Dipartimento  
Cardiotoracov  
scolare, AOU  
Careggi, Fi.

*Mio nonno, di 88 anni, è affetto da «demenza vascolare». Il geriatra lo cura con cardioaspirina e un integratore. Ma l'integratore serve? Dobbiamo fargli assumere altri farmaci per prevenire l'Alzheimer che, secondo lo specialista, potrebbe svilupparsi presto?*

**M**entre l'aspirina è indicata per prevenire episodi di ictus che potrebbero aggravare la demenza vascolare, non esistono dimostrazioni che gli integratori alimentari siano efficaci nella prevenzione o nel trattamento delle sindromi dementiche. Ottenuto un controllo ottimale dei fattori di rischio vascolare (ipertensione arteriosa, ipercolesterolemia, diabete, obesità, fumo), la prevenzione dell'Alzheimer consiste in una vita sana (dieta mediterranea, attività fisica), ricca di relazioni sociali e stimoli cognitivi

**FITOTERAPIA****La Boswellia serve contro i dolori articolari?****Risponde**

**Fabio Firenzoli**  
Direttore  
Centro  
riferimento  
Fitoterapia  
Careggi,  
Firenze

*La Boswellia è realmente efficace contro i dolori articolari? Ed è vero che si tratta di un rimedio «sicuro», lo ha detto che può interferire con i farmaci anticoagulanti. Conferma questo mio timore?*

**L**a resina di *Boswellia serrata*, in forma di estratto standardizzato e purificato, presenta un buon profilo sia di efficacia sia di sicurezza. Può dare un certo beneficio nel lungo periodo e nelle forme non gravi di dolore articolare. Il rischio di interazione con gli anticoagulanti orali è minimo, il dato si riferisce solo a *report* isolati. Di fatto con controlli dell'Inr (l'esame che misura quanto tempo impiega il sangue a coagulare), inizialmente ravvicinati e prescrizione del medico (senza improvvisazioni quindi), la Boswellia può essere associata a questi farmaci.