

Focus La sanità virtuale

Il dossier Il Cnr ha fotografato il fenomeno. Molti i rischi che corrono quelli che si affidano a Internet senza supporto medico

I gruppi Si moltiplicano blog e social network. In Italia sono oltre mille le comunità che discutono solo di malattie

Dottor Web, 4 milioni di pazienti

Sono gli italiani che cercano in Rete notizie sulla salute
Un bollino serve a riconoscere le informazioni affidabili

È il 5 gennaio 1995 quando mister Jerome Kassirer, direttore del *New England Journal of Medicine*, accende i riflettori sulla casa di una famiglia americana della middle class. I genitori sono alle prese con una zecca gonfia di sangue sul braccio della figlia di due anni: mentre la mamma si attacca invano al telefono alle undici di sera alla ricerca del pediatra, il papà si collega al computer e trova online un medico che gli spiega come comportarsi. Il racconto è accompagnato da una previsione sul ruolo chiave che avrebbe assunto Internet negli anni a venire nella comunicazione tra medici e pazienti. Intuizione azzeccata.

Oggi almeno quattro milioni di italiani cercano informazioni sulla salute in Rete. È un'abitudine sempre più diffusa: nel giro di tre anni i navigatori che usano il web come principale fonte di notizie mediche sono passati dal 2,8% al 13,1% del totale. Non solo: uno su dieci arriva persino a contestare al proprio dottore l'esattezza della diagnosi sulla base degli articoli letti online. Il fenomeno è stato fotografato dal Consiglio nazionale delle ricerche

di Pisa (Cnr) che, dati Censis alla mano, ha dedicato al dottor Internet (o Cyberdoc) l'ultimo numero della sua rivista Focus.it, distribuita in Italia e all'estero a chi registra domini con il suffisso «.it». Un dossier che mette in guardia, anche e soprattutto, sui rischi che può correre chi si affida tout-court al web, regno per antonomasia degli ipochondriaci: «Internet può essere utile al paziente consapevole e al medico che vuole aggiornarsi — sottolinea Eugenio Picano, direttore dell'Istituto di fisiologia clinica del Cnr —. Ma se c'è un avanzamento tecnologico senza un adeguamento culturale si apre spazio al consumismo che, oltre a essere costoso, alla fine risulta anche dannoso».

Tra i medici si sprecano gli aneddoti sui pazienti che contestano il tipo di stent che gli è stato messo al cuore (comunemente conosciuto come il palloncino utile a dilatare le arterie occluse) sulla base del-

le ultime ricerche lette online, i farmaci dipendenti che acquistano al computer medicine ritenute miracolose per ritrovarsi con prodotti veterinari, i malati immaginari che chiedono esami su esami convinti di avere i sintomi letti in una delle sei milioni e 300 mila pagine che escono in Google se si inserisce «salute, sito». Per non essere inghiottiti dalla rete è necessario, insomma, muoversi con cognizione di causa.

La mappa dei siti affidabili

Informazioni virtuali, pericoli reali. La laurea in tasca non salva il paziente tipo del web dai rischi di incappare in studi scientifici superati, diagnosi completamente sbagliate, consigli farlocchi.

«Un modo semplice per riconoscere l'autorevolezza di un sito è controllare la presenza di un bollino di qualità — spiega Eugenio Santoro alla guida del Laboratorio

di informatica medica dell'Istituto farmacologico Mario Negri di Milano —. Il più noto è l'Honcode. Lo rilascia l'*Health on the net foundation*, un'organizzazione nata nel '95 su iniziativa di esperti internazionali di telemedicina riuniti a Ginevra per discutere dell'uso di Internet. Almeno quattromila i siti nel mondo che se ne avvalgono».

Tra i requisiti richiesti per ottenere il logo Honcode, la citazione delle fonti scientifiche e della data degli studi pubblicati, la diffusione

di notizie solo da parte di medici esperti, la separazione tra le informazioni scientifiche e quelle pubblicitarie, la dichiarazione di eventuali fonti di finanziamento. Il sito, poi, deve incoraggiare, e non sostituire, le relazioni tra il paziente e il suo medico (www.hon.ch/HONcode/Italian).

Per aiutare i malati a districarsi nella giungla di Internet il ministero della Salute ha messo online i riferimenti di 53 associazioni di pazienti. Il link è www.ministero-salute.it/servizio/link.jsp.

Tra i portali più frequentati, ricorda Santoro, quelli delle principali società scientifiche come l'Associazione italiana di oncologia medica (www.aiom.it), l'Associazione italiana dei malati di cancro (www.aimac.it), la Fondazione italiana per la lotta alle malattie cardiovascolari (www.tuttocuo-re.it), la Società italiana di gastroenterologia (www.sigetalia.org), la community dei pediatri italiani (www.pediatria.it), www.mam-maepapa.it.

Per chi ha dubbi, poi, il Mario Negri offre il «misurasiti» che permette a ciascun navigatore di dare un voto al sito che lo interessa (www.partecipasalute.it/informati-bene/misura-siti-001.php). Non finisce qui. «Secondo le statistiche elaborate da McAfee, il leader mondiale per la realizzazione di software di protezione per Internet, i domini generici di norma tendono a essere più pericolosi per quanto ri-

La guida

Per aiutare i malati a districarsi nella giungla dei siti il ministero della Salute ha messo online i riferimenti di 53 associazioni di pazienti

In farmacia

Molti cadono nella trappola dell'acquisto di farmaci su Internet. Il 62% delle medicine acquistate in Rete si sono rivelate contraffatte

Audi Credit finanzia la vostra Audi. Audi raccomanda Castrol

All'avanguardia della tecnica www.audi.it



Nuova Audi Q5. Muoversi in perfetta sincronia.

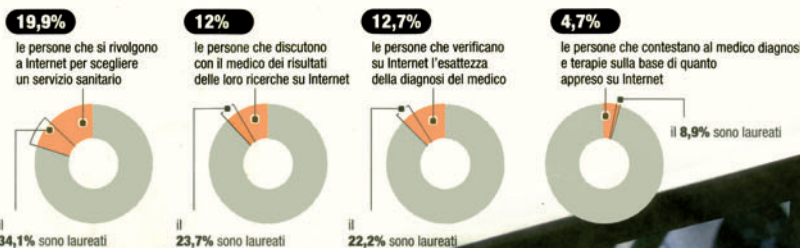
Efficienza, potenza, esclusività, in ogni singola innovazione e nell'equilibrio che le regola. Le curve del design esterno donano all'auto una linea pulita e raffinata, garantendo uno dei migliori coefficienti di resistenza aerodinamica della sua categoria. Le più innovative tecnologie assicurano minori consumi e il massimo del dinamismo. Merito del TFSI common rail, dell'iniezione diretta turbo del motore TFSI a benzina, dotato dell'Audi valvelift system. Il nuovo cambio ultra sportivo S tronic a doppia frizione e a sette rapporti di nuova generazione permette di recuperare energia in frenata o in discesa, mentre la trazione integrale permanente quattro* consente di mantenere con potenza e velocità la traiettoria in curva, su strade bagnate e off road. Nuova Audi Q5. Una volta a bordo, scoprirete che non è solo la tecnologia ad aver raggiunto un livello superiore, ma anche le vostre emozioni.

Audi Q5 2.0 TFSI quattro (155 kW/211 CV). Consumo urbano/extraurbano/combinato (l/100 km): 10,4/7,3/8,5. Emissioni CO₂ (g/km): 197.



I numeri

Secondo un'indagine realizzata dal Censis per il Forum per la ricerca biomedica sono tante, e in costante aumento, il numero delle persone che naviga in Internet per raccogliere informazioni sanitarie. Qui a destra i risultati dell'indagine



Il 13,1% dei navigatori usa Internet come principale fonte di notizie mediche. Erano il 2,8% nel 2003

4 milioni

gli italiani che usano Internet per avere informazioni di tipo medico

oltre **4.000** i siti certificati con il logo HONcode, che viene usato per identificare i migliori siti presenti sul web

Google

52.000.000

le voci in italiano se si digita la parola «salute» su Google

6.370.000

le voci in italiano se si digitano le parole «salute, sito» su Google

1.000

i gruppi che discutono di malattie

1.500

i gruppi che si occupano di medicina

400

i gruppi che parlano di salute infantile

IN RETE

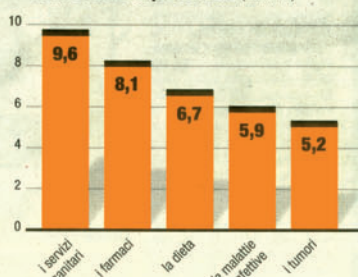
12 milioni

le ricerche che ogni giorno vengono fatte in Internet sui temi della salute

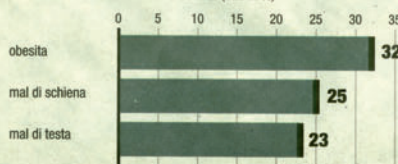
pari al **4,5%**

di tutte le ricerche condotte su motori di ricerca

Le informazioni più cercate (dati in %)



LE MALATTIE PIÙ CLICcate (dati in %)



LE MEDICINE

Su un campione di oltre 100 siti per la vendita di prodotti farmaceutici via Internet

62%	delle medicine acquistate online è contraffatto
95,6%	delle farmacie che operano online è fuorilegge
94%	dei siti che gestiscono le attività non ha personale farmacia adeguatamente preparato
90%	delle farmacie analizzate vende e consegna prodotti per i quali non è stata presentata la ricetta

In Italia sono 260

Siti pro anoressia, allarme mondiale «Bisogna oscurarli»

MILANO — Ana e Mia. Sono due killer virtuali per molte adolescenti. Ana l'anoressica, Mia la bulimica. E in rete i siti web pro Ana e pro Mia dilagano. Negli Stati Uniti e in Europa. Parole d'ordine per adolescenti che si sfidano in una battaglia autodistruttiva i cui effetti non sono virtuali.

L'allarme è internazionale. In Francia da aprile 2008 questi siti sono vietati. In Spagna la polizia ne ha scoperti 400 e ora le autorità devono decidere che cosa fare. Secondo un'indagine Eurispes solo in Italia (3 milioni di anoressici-bulimici e 9.000 nuovi casi ogni anno) sono ben 260 i siti web pro anoressia, con un trend in triste crescita.

Spesso si tratta di blog dove le ragazze, giovani o giovanissime, si raccontano giornalmente facendosi forza in quella che per loro è una battaglia da vincere, ma che in realtà è una pericolosissima sfida alla vita. Spesso però incitano a dimagrire con istruzioni e trucchi per non farsi scoprire. Come i blog giapponesi per aspiranti suicidi. «Permettimi di presentarmi. Il mio nome è Ana. Possiamo diventare grandi socie, noi due. Investirò molto tempo con te e mi aspetto lo stesso da parte tua...». Il messaggio aggrava la ragazza insicura e insoddisfatta di sé, del suo corpo, dei rapporti familiari. Ana promette: «Ti sposterò al limite. Dovrai accettarlo, perché non puoi sfidarmi». Il ritorno sul blog diventa parossistico, i chili si perdono... la mente e la vita sfuggono. I medici a volte non sospettano nemmeno quale nemico hanno di fronte. Virtuale solo per modo di dire.

Così è anche Mia, una trainer che non abbandona mai le amiche: stanno male, si sentono sole e perse, il cibo le consola ma poi va rigettato. Mia c'è, sul blog, e le ragazze le scrivono: «Ho bisogno di te, sto male aiutami, solo tu puoi perché solo tu sei importante per me, sei l'unica che può, ti prego fammi stare bene». C'è chi registra diligentemente le calorie contenute nei piatti che ha mangiato e chi dice di odiarsi per il tempo passato chiusa in bagno a vomitare. C'è chi — pur sapendo di avere un atteggiamento autodistruttivo — chiede di essere lasciata stare, di non ricevere commenti con la «morale» e chi — con strategia quasi militare — parla della propria marcia forzata per perdere due taglie in un mese, anzi «meglio in meno».

L'esempio

In Francia sono stati vietati. In Spagna la polizia ne ha scoperti quattrocento

zi «meglio in meno».

Per limitare la raggiungibilità dei siti, spesso vengono utilizzate sigle particolari o codici speciali con cui gli utenti possono individuare questi siti. Oltre a Ana e Mia, si utilizzano appellativi metaforici come «amica», «dio», «santità», «dea». Entrando nei siti, poi, si trovano sezioni dedicate alle abitudini e alle pratiche per una perdita veloce di peso, con immagini di modelle, ginnaste, ballerine scarnie e felici, magrissime e ricche. Messaggi subliminali, come se non bastasse la già deviata proiezione psichica della ragazza malata.

Il web è pieno di queste storie, del disagio di adolescenti che invece di trovare aiuto cadono nella rete che le sfida a peggiorare. E l'anoressia diventa un culto, una religione consacrata dal pro Ana. La Francia è il primo Paese che, a seguito della presentazione a Roma di uno studio sul fenomeno, è corsa ai ripari: blog vietati. In Italia, invece, continua a non esserci regolamentazione: i diari delle e per le anoressiche continuano a diffondersi e non vengono di fatto contrastati.

Si contano in 300.000 i siti pro anoressia sul web. Siti e blog consultati essenzialmente da giovani donne tra i 12 e i 28 anni. Lo sostiene l'università di Torino, che ha pubblicato su *Eating and Weight Disorders* i risultati di una ricerca sul rapporto fra disturbi alimentari e Internet. I ricercatori diretti da Secondo Fassino sono giunti a risultati allarmanti. Proprio con l'aiuto di Google e utilizzando parole chiave come: «anoressia nervosa (An) and treatment», «An and psychotherapy», «An and pharmacotherapy», «pro anoressia», «pro ana sites», «thinpiration» e «anorexicnation» si sono palesati circa 300.000 siti che inneggiano al raggiungimento della magrezza come «stato di grazia» e di perfezione assoluta. Di questi 257.000 contengono la parola chiave «pro anoressia», 18.600 «pro axa», 14.200 «thinpiration» (ispirazione alla magrezza) e 577 «anorexicnation», ovvero «nazione anoressica», uno dei neologismi che indicano la forte tendenza alla creazione di una «subcultura anoressica».

Mario Pappagallo

guarda virus, spyware, spam o eccessi di pop-up, probabilmente anche per criteri di registrazione meno stringenti di quelli in vigore nei domini geografici (come .it) — sottolinea Domenico Laforenza, direttore dell'Istituto di informatica e telematica del Cnr —. Là dove le regole sono ferree, come nei domini .gov degli enti governativi degli Stati Uniti, non si riscontrano problemi. I due domini generici più pericolosi, sempre secondo McAfee, sono .info e .com. Tra i geografici, invece, sono stati riscontrati problemi in siti registrati in grandi Paesi asiatici o dell'est europeo».

Il Facebook della medicina

Anche per la salute adesso la nuova frontiera sono i blog e i social network (famosissimo negli Usa www.patientslikeme.com). Già oltre mille in Italia le comunità virtuali che discutono di malattie, 1.500 quelle che si occupano di medicina, quattrocento quelle che parlano di salute infantile. In crescita anche i teleconsulti, con cittadini che chiedono pareri medici online: www.medicitalia.it, per dire, vanta oltre 60 mila visitatori giornalieri con quasi tremila medici iscritti. «Ma non bisogna fidarsi solo delle informazioni raccolte in Internet, dove non possono mai essere fatte diagnosi — insiste Santoro —. Una visita con un medico è sempre d'obbligo».

La trappola dei farmaci

In troppi, oggi in Italia, cadono anche nella trappola dell'acquisto di farmaci su Internet. Un errore da non commettere. Secondo uno studio dell'European Alliance for Access to Safe Medicines, un'associazione che si batte per impedire la commercializzazione di medicinali contraffatti e di bassa qualità, il 62% delle medicine acquistate online, si sono rivelate prodotti contraffatti o non adatti all'uso. L'indagine è stata svolta su un campione di cento siti. Nel 30% degli acquisti, il prodotto non viene consegnato. La ricerca riportata da Focus.it evidenzia che tre volte su cinque l'acquisto di medicine online si rivela un'operazione a rischio sia economico (non si riceve ciò che si desiderava acquistare) sia, soprattutto, per la salute. Insomma, meglio girare alla larga.

Simona Ravizza
sravizza@corriere.it

Fonte: CENSIS, Forum per la ricerca biomedica 2007 - Günther Eysenbach - European Alliance for Access to Safe Medicines

Immagine: Fotolia - CORRIERE DELLA SERA