

## Gli esperti rispondono

### La diretta streaming su Corriere.it «Più forti del cancro»

Si rinnova anche quest'anno, come ormai da tradizione, l'appuntamento con «Più forti del Cancro», la trasmissione in diretta streaming su Corriere.it dell'incontro durante il quale alcuni fra i più importanti oncologi italiani racconteranno le maggiori novità sulla cura dei tumori che arrivano dal centro congressi di Berlino, dove è in corso il congresso annuale della Società Europea di Oncologia Medica (Esmo). La diretta partirà alle ore 18 di lunedì 20 ottobre su Corriere.it

### Fondazione Veronesi

#### Concerto per il centenario di U. Veronesi

Fondazione Umberto Veronesi organizza un concerto benefico al Teatro alla Scala di Milano per celebrare il centenario della nascita del professor Umberto Veronesi. L'evento si terrà lunedì 24 novembre 2025, alle ore 20, con la partecipazione della Filarmonica della Scala, diretta da Robert Treviño, e del pianista Arsenii Moon. L'intero ricavato della serata sarà destinato a sostenere la ricerca scientifica sui tumori femminili. Biglietti su Vivaticket. Info: 02 76018187 - 335 8265364; concertotascala@fondazioneveronesi.it.

## Immunologia

### L'intelligenza artificiale dà risposte corrette sulle malattie reumatologiche?

Mi rivolgo spesso a ChatGPT per avere informazioni sulla mia malattia reumatologica, che continua a causarmi mal di schiena per molte ore al mattino. Posso fidarmi?



**Carlo Selmi**  
Responsabile  
Reumatologia  
e Immunologia  
clinica, Istituto  
Clinico  
Humanitas,  
Milano

ChatGPT è il più noto modello di linguaggio che propone risposte basate da un enorme corpus di testi con i quali è stato «allenato», ma non conosce il caso clinico specifico per cui viene interpellato, e pertanto fornisce una risposta generale che non può sostituire la visita di un medico. Un recente articolo ha analizzato l'uso dell'intelligenza artificiale (in particolare modelli generativi) per domande relative alla spondilite, una famiglia di malattie infiammatorie che causano nelle loro forme assiali un mal di schiena infiammatorio, un sintomo a insorgenza giovanile e con un netto peggioramento con il riposo e miglioramento con il movimento, spesso associato alla presenza del gene HLA-B27. Uno

studio, pubblicato recentemente sulla rivista *RMD Open* da un gruppo francese, ha analizzato le domande più frequenti che i pazienti digitano su Google riguardo alla spondilite, come cause, sintomi, trattamenti, gravità della malattia e aspettativa di vita.

Queste domande sono state sottoposte a due chatbot molto usati, ChatGPT e Gemini, e le risposte ottenute sono state valutate da un panel di esperti reumatologi francesi. I risultati hanno mostrato come mediamente le risposte di ChatGPT siano state giudicate accettabili o buone, con punteggi compresi tra 6 e 8 su 10. In particolare, ChatGPT ha ottenuto la valutazione migliore sulla domanda relativa all'aspettativa di vita, segno che sa trasmettere messaggi rassicuranti in modo adeguato, mentre Gemini ha convinto meno, soprattutto nella trattazione delle terapie. Tuttavia, nessuno dei due chatbot ha citato le fonti scientifiche alla base delle in-

formazioni e ChatGPT solo in un caso ha ricordato l'importanza di rivolgersi al proprio medico. Le critiche maggiori mosse dagli esperti hanno riguardato la mancanza di distinzione tra forme diverse di malattia, l'assenza di dati clinici precisi e il fatto di non richiamare le raccomandazioni ufficiali delle società scientifiche internazionali.

L'articolo che abbiamo discusso lo dimostra chiaramente: le risposte dell'intelligenza artificiale sono utili, spesso pertinenti, ma incomplete e senza il necessario ancoraggio a linee guida e fonti certificate. È possibile fidarsi di ChatGPT come fonte di informazione di base, purché venga utilizzato come strumento complementare ed è fondamentale discutere le risposte con lo specialista che la sta seguendo.

Certamente sarebbe sbagliato (e potenzialmente pericoloso) prendere decisioni terapeutiche senza un confronto con il medico.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## Allergologia

### Ci sono cure davvero efficaci per l'eczema atopico nell'adulto?



**Nicoletta Saporiti**  
Immunologia,  
reumatologia,  
allergologia  
e malattie rare,  
Ospedale San  
Raffaele, Milano

Ho 85 anni e soffro di eczema atopico dell'adulto. Mi sono state prescritte diverse medicine, inclusi antistaminici. Inoltre lo specialista mi ha consigliato di fare la doccia tutti i giorni e usare poi una crema emolliente. Purtroppo il problema rimane, soprattutto a gambe e braccia: che cosa mi consigliate?

La dermatite atopica (o eczema atopico, o eczema atopico) in età avanzata può essere particolarmente difficile da trattare, soprattutto se la barriera cutanea è già compromessa dalla secchezza tipica della pelle matura, rendendo la cute più vulnerabile ad agenti irritanti e infezioni. Una diagnosi accurata è fondamentale per impostare il trattamento corretto. In alcuni casi la biopsia cutanea può essere necessaria per confermare la diagnosi in casi dubbi o per escludere altre patologie. È inoltre indicata l'esecuzione di test allergologici (patch test), che possono aiutare a identificare eventuali dermatiti da contatto sovrapposte (per esempio da nichel, profumi, conservanti). Ha già seguito consigli corretti, anche se non specifica nel dettaglio le varie terapie che le sono state prescritte.

Oltre al controllo delle cause scatenanti e irritanti, che le è sicuramente già stato consigliato, anche l'uso regolare di creme emollienti e idratanti è fondamentale per ripristinare la barriera cutanea e ridurre la secchezza. L'assunzione di antistaminici è indicata per migliorare il prurito. Se le creme idratanti non bastano, possono essere considerati corticosteroidi topici (in crema o pomata), da usare in fase acuta solo per brevi periodi. Gli inibitori della calcineurina (tacrolimus, pimecrolimus), sempre per uso topico, hanno meno effetti collaterali a lungo termine rispetto ai cortisonici e sono indicati anche per viso e zone delicate. In casi resistenti si può considerare la fototerapia, trattamento efficace ma che richiede strutture dermatologiche attrezzate.

Quando i prodotti topici non bastano, nei casi di dermatite atopica moderato-severa, si passa alle terapie sistemiche con farmaci immunosoppressori (ciclosporina, ma gravata da importanti effetti collaterali), oppure a terapie con farmaci biologici (dupilumab, lebrikizumab, tralokinumab) o con JAK inibitori (abrocitinib, baricitinib, upadacitinib), che hanno una risposta rapida ed effetti collaterali limitati, ma che richiedono una valutazione specialistica attenta. Con i farmaci attualmente a disposizione di solito è possibile ottenere un buon controllo di malattia. Si affidi a un dermatologo di sua fiducia, per una valutazione e un piano di trattamento personalizzato.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## Malattie del metabolismo

### La qualità del sonno può avere un impatto sul rischio di sviluppare il diabete?

Ho 47 anni, con qualche chilo in più. Non fumo, entrambi i miei genitori hanno il diabete. Il mio medico, nel consegnarmi un certificato per andare in palestra e cercare di evitare la comparsa di diabete, mi ha detto che faccio bene a fare regolarmente ginnastica e calare di peso, poi mi ha anche suggerito di avere un sonno regolare, evitando di andare a letto troppo tardi e dormire poco, come è mia abitudine fare. Sono consapevole dell'importanza di non fumare, avere un peso corretto e fare attività fisica, ma non sapevo che anche il sonno fosse importante. Cosa ne pensate?



**Elisabetta Salutini**  
Diabetologia e  
Diabet Foot Unit,  
Ospedale San  
Jacopo, Pistoia;  
Associaz. Medici  
Diabetologi

Da tempo è noto che una scarsa salute del sonno è associata alle malattie cardio-metaboliche e ai fattori di rischio cardiovascolari (elevata pressione sanguigna, aumento dei grassi e dello zucchero nel sangue, infiammazione cronica). Una cattiva qualità del riposo

nelle ore notturne può aumentare il rischio di obesità, diabete tipo 2 e malattia cardiovascolare. Per esempio la sindrome delle apnee ostruttive del sonno, che colpisce prevalentemente i soggetti obesi e si caratterizza per un sonno disturbato e non ristoratore, si associa a un maggior rischio di contrarre il diabete tipo 2. La privazione di sonno è risultata infatti correlata a un maggior introito calorico, dovuto ad alterazioni della regolazione dell'appetito.

La mancanza di sonno conduce a uno squilibrio tra alcuni ormoni legati all'appetito (come orexina, grelina e leptina) e determina modifiche nella secrezione di insulina: queste alterazioni sono ritenute responsabili dell'aumento ponderale e dell'«espansione» del tessuto adiposo addominale, che è un importantissimo fattore di rischio cardio-metabolico. A maggio di quest'anno è stata pubblicata una dichiara-

zione dell'American Heart Association in cui si sottolinea l'importanza non solo della durata del sonno, ma di caratteristiche come la sua regolarità, la presenza di sonnolenza diurna, il fatto che sia caratterizzato da continuità o interruzioni. Viene evidenziato come tutti gli aspetti del sonno abbiano impatto sulla salute cardio-metabolica dell'individuo.

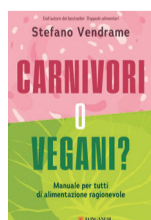
Insieme alla dieta e all'attività fisica, anche la corretta igiene del sonno fa parte a pieno titolo delle modifiche dello stile di vita finalizzate a ridurre il rischio cardiovascolare. Quindi coricarsi non troppo tardi, a un orario regolare, e avere un sonno «ristoratore» rappresentano obiettivi terapeutici di natura non farmacologica da perseguire e sono soprattutto un modo per rimanere sani. Si dice che chi dorme non piglia pesci... ma di sicuro guadagna salute.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## LIBRI

### Nutrizione

### Una ricetta contro il fanatismo a tavola



**Carnivori o vegani?**  
Stefano Vendrame  
Longanesi  
Pag. 336;  
Euro 18,00

Tra chi apprezza una bistecca e chi mette nel piatto solo verdure, la divisione è netta. I primi ricordano che biologicamente l'uomo è carnivoro, i secondi si appellano ai vantaggi di una dieta vegetale. Ma anche a tavola il fanatismo non fa bene, anche perché ci sono aspetti positivi e negativi da ambedue le parti. Più utile conoscere il valore nutrizionale dei cibi tradizionali e delle novità all'orizzonte, per esempio: che cosa sappiamo oggi di carne sintetica e farine di insetti? Questo saggio di un biologo nutrizionista non sposa nessuna tesi ma aiuta a dare una risposta alle domande più comuni (quante uova posso mangiare se ho il colesterolo alto?) e a liberarsi dei pregiudizi, per fare scelte alimentari ragionevoli.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

### Psicologia/1

### Trasformare in risorsa le occasioni perse



**Senza rimpianti senza rimorsi**  
S. Milanese  
Ponte  
alle Grazie  
P. 180; E 16

«Come sarebbe stato se...» è una frase che tutti abbiamo pronunciato nella vita, ma che nasconde una grande insidia: quella di restare imprigionati. Se una certa dose di rimpianti e rimorsi è inevitabile (chi rifarebbe davvero tutte le scelte che ha fatto?) bisogna evitare che il passato continui a gettare un'ombra sul presente. Il medico e psicoterapeuta Simona Milanese in questo saggio aiuta a individuare le strategie per trasformare i ricordi dolorosi in esperienze e occasioni di crescita personale. Solo rielaborando ciò che percepiamo come occasioni perse o errori possiamo capire le ragioni profonde dei nostri comportamenti e trasformarli in preziosi maestri, per affrontare il futuro con serenità e consapevolezza.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

### Psicologia/2

### Quanto può essere importante un abbraccio



**La pelle che pensa**  
Marta Paterlini  
Codice  
Pag. 288;  
Euro 22,00

Di abbracci è piena la storia dell'arte, del resto questo gesto comunica molto più di tante parole. I filosofi greci avevano intuito millenni fa che questo modo di stringersi a un altro essere umano nascondeva il seme dell'empatia, mentre oggi la scienza lo considera uno strumento terapeutico. Molte ricerche hanno sottolineato l'importanza dell'abbraccio per lo sviluppo infantile, e si aprono anche nuove prospettive sul suo ruolo. Questo saggio esplora il potere del senso del tatto spaziando dalle neuroscienze alla filosofia, ricordando il valore simbolico di un gesto intimo e insieme politico. Nella nostra cultura un abbraccio celebra vittorie e sottolinea alleanze, ma apre anche una finestra sul nostro mondo interiore.

© RIPRODUZIONE RISERVATA