QUADRIMESTRALE
ANNO 5 / N°7 / 2026

SUPER ADO MAGAZINE

rivista dell'Associazione Umbra No al Melanoma ODV

LA PREVENZIONE È UN GIOCO DA RAGAZZI



Sport al Sole in Sicurezza: il 23 maggio la seconda edizione a Perugia. Sarà dedicata ai giovani dagli 8 ai 12 anni. Divertimento e informazione

ASSOCIAZIONE UMBRA
NO AL MELANOMA ODV

SUPER ADO MAGAZINE

n°7 maggio 2026

La rivista scientifica della
Associazione Umbra No al Melanoma ODV

Direttore Responsabile
Roberto Rossi
magazine@noalmelanoma.it
Redattore: Stefano Simonetti

Progetto Grafico
PARC srl

Realizzazione:
Associazione Umbra No al Melanoma ODV
Sede legale: Via G.B. Pontani, 14 06128 Perugia
CODICE FISCALE 94114340543

Ufficio segreteria:
Via Serafino Siepi 19/c
06123 Perugia
Telefono: +39 392 1574419
segreteria@noalmelanoma.it
www.noalmelanoma.it

Registrazione:
Tribunale Civile di Perugia
n. 3429 del 29/04/2022



SOSTIENI L'ASSOCIAZIONE UMBRA NO AL MELANOMA

DONA IL TUO 5X1000

ASSOCIAZIONE UMBRA
NO AL MELANOMA ODV

CONTATTI

UFFICIO SEGRETERIA: VIA SERAFINO SIEPI 19/C
06123 PERUGIA | TELEFONO +39 392 157 4419

SEGRETERIA@NOALMELANOMA.IT
WWW.NOALMELANOMA.IT

DONAZIONI

IT 95 B 02008 03029 0000 4093 4246
UNICREDIT SPA AGENZIA PERUGIA SILVESTRINI

CODICE FISCALE PER IL 5X1000:
94114340543

COSA TROVATE IN QUESTO NUMERO

di Sandro Allegrini

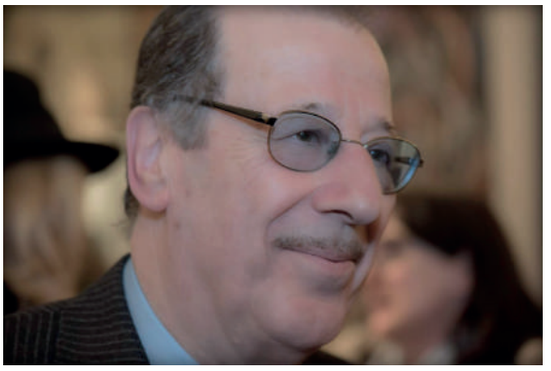
Questa edizione è incentrata sull'iniziativa “Sport al sole in sicurezza” del 23 maggio, giornata di gioco e informazione dedicata ai ragazzi d’età compresa fra gli 8 e i 12 anni. L’abbiamo organizzata in sinergia tra Associazione Umbra No al Melanoma ODV e Lega Nazionale Dilettanti Umbria. Un grazie sentito al Presidente della LND Umbria, dottor Luigi Rapace, per la collaborazione e per averci anche consentito l’utilizzo della struttura di Prepo, oltre ad avere chiamato degli istruttori Federali per il gioco dei ragazzi.

Questa seconda operazione, dopo il felice esito della campagna 2025, persegue l’obiettivo di tutelare la salute dei nostri ragazzi, specie di quelli esposti ai rischi connessi alla permanenza all’aperto.

Ci confortano il sostegno di aziende e i patrocini prestigiosi: Senato della Repubblica, Regione Umbria, Comune di Perugia, Ufficio Scolastico Regionale dell’Umbria, Università degli Studi di Perugia, IMI (Intergruppo Melanoma Italiano), Federazione Italiana Giuoco Calcio, Lega Nazionale Dilettanti, Croce Rossa Italiana e Paolo Rossi Foundation. Tra gli sponsor, si segnala il contributo di La Roche-Posay, che distribuisce creme solari a giovani e famiglie, e dello sponsor tecnico Umbra Acque, presente con una cisterna di acqua potabile e borracce per tutti i ragazzi, riducendo l’uso della plastica. Una menzione speciale all’Ufficio Scolastico Regionale dell’Umbria, che diffonderà una comunicazione agli insegnanti destinata agli studenti.

Apriamo il numero con un’intervista al decano dei dermatologi perugini, Mario Tomassini, fondatore e presidente dell’Associazione. Ci parla dell’origine e della crescita dell’Associazione, dispensando un utile vademecum per la prevenzione. Tomassini dà conto anche di un dépistage che fornisce la misura dei comportamenti sbagliati, comunemente assunti in termini di (im)prudenza nell’esposizione ai raggi solari. Riferisce sulle iniziative svolte e in corso, evidenziando una visione ampia maturata grazie a un'esperienza diretta ultradecennale apprezzata da pazienti e colleghi.

Nel servizio seguente si parlerà della donazione all’Azienda Ospedaliera, da parte dell’Associazione umbra No al Melanoma ODV, di una sonda gamma. Si tratta di un’apparecchiatura utilizzata nella ricerca del linfonodo sentinella. Usata per tumore della mammella, melanoma, tumori ginecologici, radiomappatura/marcatura per tumori polmonari non palpabili. Alla consegna, nella Sala convegni “Rita Levi Montalcini” del Santa Maria della Misericordia, erano presenti, fra i “nostri”, il professor Piero Covarelli e i dottori Gianmarco Tomassini e Salvatore Messina. Con loro il professor Luca Stingeni e il Direttore generale Antonio D’Urso.



Con il senatore Franco Zaffini (promotore per la concessione del patrocinio del Senato della Repubblica) parleremo di uno dei risultati più significativi della sua attività legislativa: l'istituzione della Giornata nazionale per la prevenzione del melanoma cutaneo (ogni primo sabato di maggio). Sotto la sua guida, la Commissione Sanità, Lavoro e Previdenza del Senato ha dato impulso a politiche che intersecano prevenzione, ricerca biomedica e riorganizzazione del sistema sanitario. Tra queste le campagne informative a livello nazionale dedicate proprio al melanoma cutaneo, un tumore la cui incidenza è in crescita.

Puntuale ed esauriente l’intervista alla Presidente Stefania Proietti, che affronta i principali temi della sanità regionale. Proietti richiama la necessità di ricostruire fiducia nel sistema pubblico, avvicinare i servizi ai cittadini e valorizzare il personale sanitario. Sottolinea inoltre l’importanza del confronto con territori, professionisti e associazioni, riconoscendo alla prevenzione un ruolo educativo centrale. La Presidente esprime infine pieno apprezzamento per l’iniziativa “Sport al Sole in Sicurezza”, considerata un esempio concreto di prevenzione vicina a famiglie, scuole e società sportive.

Il professor Mario Mandalà ci spiega, invece, i progressi della disciplina oncologica, delle prospettive dell’oncologia tra 10 anni, della formazione dei giovani medici, dei corretti comportamenti da assumere in merito alla prevenzione del melanoma.

Segue l’intervista a Massimo Anselmi, Presidente dell’Arezzo Calcio Femminile, sui rapporti con il mondo femminile in famiglia, in azienda, nello sport e nella società. Una riflessione che considera lo sport come strumento educativo per responsabilità, impegno e consapevolezza, valorizzandolo come scelta orientata a obiettivi formativi e in linea con la campagna di prevenzione “Sport al Sole in Sicurezza”.

Si chiude con l’intervista a Federico Giunti, “regista silenzioso, misurato e affidabile”. Ripercorriamo le tappe principali della sua carriera, fino all’attuale ruolo di direttore tecnico della Lube Academy. Uomo di campo e di metodo, rappresenta un educatore completo, in piena sintonia con gli obiettivi e l’approccio della nostra Associazione in questa campagna di informazione e prevenzione.



IL SOLE? UN ALLEATO PROTEGGIAMO I NOSTRI BAMBINI

Mario Tomassini, decano della dermatologia e fondatore dell'Associazione Umbra No al Melanoma: "Informare ed educare fin da piccoli è fondamentale. Sport al Sole in Sicurezza nasce per tutelare i più giovani. Evitate lampade e lettini abbrozzanti"

Incontriamo il professor Mario Tomassini, decano dei dermatologi, fondatore e presidente dell'Associazione (oltre che abile disegnatore, autore dei preziosi calendari "perugini", noto con l'eteronimo di TOM). Gli chiediamo di parlarci della nascita dell'Associazione.

"No al Melanoma nasce a Perugia nel 2007 come associazione senza scopi di lucro, fondata da un gruppo di professionisti, medici e non, per diffondere la cultura della prevenzione nella nostra popolazione. Aggiungo che recentemente l'ente Associazione Umbra No al Melanoma ODV è stato iscritto nella sezione 'Organizzazioni di Volontariato".

Quali le finalità dichiarate?
"L'Associazione ha scelto di impegnarsi prevalentemente nell'ambito della prevenzione primaria, intesa come informazione sulla corretta esposizione ai raggi del sole, attraverso campagne di informazione ed educazione volte a favorire cambiamenti radicali nei comportamenti individuali; a tali operazioni si sono spesso associate anche campagne di prevenzione secondaria, al fine di ottenere diagnosi precoci con conseguenti rapide e corrette decisioni terapeutiche".



PROF. MARIO TOMASSINI
MEDICO CHIRURGO

Figura storica della dermatologia italiana e anima fondatrice dell'Associazione. Decano della disciplina, ha coniugato rigore scientifico e sensibilità artistica, distinguendosi anche come raffinato disegnatore.

Quanto è diffuso il melanoma in Italia?
"La sua incidenza negli ultimi anni è aumentata molto più di quanto registrato per altre neoplasie, tanto da generare nella opinione pubblica una viva preoccupazione".

Quali le situazioni a rischio e le precondizioni che ne favoriscono l'insorgenza?

“Il rischio di sviluppare un melanoma è connesso sia a fattori genetici che ambientali e fra questi dobbiamo considerare lo sconsiderato aumento della esposizione ai raggi ultravioletti, sia solari che artificiali, la diminuzione dello strato di ozono e la ridotta capacità di filtro dell’atmosfera per il crescente inquinamento ambientale”.

Sole amico/nemico?
“La maggioranza dei dati epidemiologici di cui disponiamo indica che il rischio di sviluppare un melanoma cutaneo è correlato con l'esposizione intermittente al sole, di cui le ustioni solari rappresentano plausibilmente un buon indicatore”.

Sole e… lampade abbronzanti?
“Sebbene questo del sole non sia l’unico ed esclusivo fattore determinante, molte evidenze scientifiche pongono in relazione il tipo di esposizione ai raggi solari e l’età del soggetto esposto con il rischio di sviluppare la malattia; in particolare, l’esposizione solare intermittente e prolungata sembra essere il più importante fattore di rischio, soprattutto se tale evento si verifica nell’età infantile-adolescenziale. Aggiungo che numerosi studi hanno inoltre rilevato un’associazione tra rischio di melanoma e utilizzo di lampade e/o lettini per l’abbronzatura”.

Quanto è importante la prevenzione primaria?
“La prevenzione primaria è principalmente rivolta alla protezione dai raggi solari, ma non sempre è facile fare breccia nella (in)consapevolezza della popolazione, e in particolare nelle fasce più giovani”.

Giovani, dunque, come target elettivo delle campagne di informazione/prevenzione?
“Noi vogliamo in particolare rivolgerci ai più giovani, perché sappiamo che oltre il 90% del nostro “patrimonio solare”, cioè della quantità di raggi solari che giungono alla nostra pelle, viene acquisito nel corso dei primi 18 anni di vita. Nei ragazzi, inoltre, la pelle è più delicata e con minori difese, rendendo tali soggetti più sensibili agli effetti nocivi dei raggi solari e più a rischio di eritemi e scottature: un’ustione solare grave in età infantile raddoppia i rischi di una neoplasia cutanea in età matura. Le ricerche dimostrano che una serie di accortezze e l’uso regolare di un protettore solare in questa età riducono fino a quasi l’80% l’incidenza di alcuni tumori cutanei.

> *“Oltre il 90% del patrimonio solare lo recepiamo entro i primi 18 anni di vita”*

Giovani, ragazzi, bambini. Come raggiungerli?
“Le nostre campagne di informazione/prevenzione hanno come interlocutore preferenziale i ragazzi con l’obiettivo di comunicare in modo a loro comprensibile, onde promuovere una maggiore consapevolezza già da piccoli. Se i ragazzi sono correttamente informati ed educati, adotteranno sempre i presìdi ed i comportamenti atti a proteggersi”.

Avete una speciale mascotte, vero?
“Il vettore da noi scelto per interagire simpaticamente con i più piccoli è Superado, un fantastico cagnolone, protagonista di fumetti e cartoni animati dove recita nel ruolo di super eroe contro il “perfido Mel”, metafora trasparente del terribile melanoma”.

Come è nata l’idea di Sport al sole in Sicurezza?
“Tra i giovani, merita particolare attenzione la categoria degli sportivi outdoor: non è raro, infatti, che gli sportivi sottovalutino gli effetti dei raggi solari mentre si allenano. Una conferma si è avuta da una recente indagine condotta in Italia, secondo cui l’85% degli sportivi non usa protezione solare. Sbagliando, perché un’ora (o più) passata ad allenarsi sotto il sole senza schermatura, anche nel tardo pomeriggio (quando si pensa che i raggi non siano più pericolosi), espone la nostra pelle agli stessi danni di quando siamo sul lettino della spiaggia”.

Avete realizzato un partecipato evento sportivo già l’anno scorso, vero?
“Con lo scopo di sensibilizzare il mondo dello sport all’aperto, nel maggio 2025 avevamo organizzato un torneo femminile di calcio under 19. La nostra idea è stata quella di ripetere, anche nel 2026, una manifestazione sportiva outdoor.

Con quali caratteristiche?
“Questa volta siamo stati affiancati nell’organizzazione dalla Lega Nazionale Dilettanti Umbra della F.I.G.C. Organizzeremo una festa sportiva all’aperto, dedicata a giovanissimi: ragazzi e ragazze, di età compresa tra gli 8 e i 12 anni. I giovani saranno divisi per classi omogenee di età e potranno giocare nel campo sportivo di Prepo sotto la guida di Istruttori Federali; ad ogni iscritto saranno consegnati dei gadget in tono con l’argomento prevenzione. Proprio per questi motivi, l’Associazione Umbra No Al Melanoma ODV intende lanciare la campagna di prevenzione 2026 con Sport al Sole in Sicurezza, rivolgendosi ai giovani, affinché possano farsi portavoce del messaggio nelle proprie famiglie e tra tutte le persone

che si espongono al sole durante l'attività sportiva".

Nel progetto sono coinvolti la Lega Nazionali Dilettanti Umbria e l'Ufficio Scolastico Regionale dell'Umbria: quanto sono importanti le figure educative che appartengono a questi Enti?
"Il coinvolgimento degli insegnanti e di tutte le figure che ruotano attorno al mondo dello sport sono fondamentali per il successo di questo progetto, anche perché noi dell'associazione riteniamo che loro, in particolare, possano trasmettere nel miglior modo possibile attitudini e comportamenti adeguati ai ragazzi. Siamo, infatti, convinti del fatto che trasmettere in maniera intelligibile queste informazioni ai più giovani (che potranno poi divulgare il messaggio alle proprie famiglie ed indirettamente a tutte le persone che si espongono al sole), potrà esponenzialmente amplificarne la capacità di penetrazione nell'opinione pubblica. Questo progetto rappresenta il primo momento di un più ampio programma di prevenzione che vuole parlare il linguaggio dei giovani, l'obiettivo principale di strategie che vogliano, in comunione d'intenti, sconfiggere il melanoma cutaneo".

Avete anche pubblicato qualcosa sull'argomento ?
"Per sconfiggere il melanoma serve la prevenzione tutto l'anno: il sole "fa male" anche in città: 7 famiglie su 10 non usano protezione durante le normali attività all'aperto. La protezione solare resta spesso un'abitudine "da vacanza" e soprattutto da vacanze al mare".

Disponete di dati?
"Un nostro studio effettuato su 1.288 famiglie e pubblicato su Dermatologic Reports mostra che, durante le normali attività all'aperto in città, la maggioranza non adotta misure di fotoprotezione, mentre l'attenzione aumenta soprattutto nel periodo trascorso al mare".



> *"Organizzeremo una festa sportiva all'aperto anche grazie alla LND della FIGC"*

Quale il metodo statistico seguito?
"La ricerca è uno studio trasversale descrittivo, basato su un questionario anonimo (17 domande a scelta multipla) compilato dai genitori e distribuito nelle scuole primarie della provincia di Perugia (aprile–maggio 2019): sono stati distribuiti 2.985 questionari, restituiti e analizzati 1.288.

Quali i soggetti promotori dell'indagine?
"Lo studio è stato promosso dall'Associazione Umbra No al Melanoma (Perugia) in collaborazione con la Fondazione per la Ricerca sul Cancro "Attilia Pofferi" (Pistoia), ha coinvolto famiglie con bambini di 8-10 anni nella provincia di Perugia".

Quali le conclusioni di maggior interesse?
"Ci si protegge in vacanza, ma poi per mesi ci si espone senza pensarci: nei lavori all'aperto, in giardino, mentre si praticano sport all'aperto".

Quale, dunque, il compito di voi dermatologi?
"La prevenzione deve entrare nella routine quotidiana, non restare un comportamento limitato a due settimane al mare. Il rischio, infatti, non è 'solo in spiaggia': è l'esposizione cumulativa che conta. Per questo servono messaggi pratici e ripetuti: ombra quando possibile, barriere fisiche (cappello/indumenti) e crema solare quando serve, soprattutto per chi passa tempo all'aperto durante l'anno".

SPORT AL SOLE IN SICUREZZA

GIOCA, DIVERTITI E INFORMATI!

ORGANIZZATO DA

ASSOCIAZIONE UMBRA NO AL MELANOMA ODV

LND UMBRIA



CON IL CONTRIBUTO NON CONDIZIONANTE

LA ROCHE-POSAY LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

PARTNER TECNICO

UMBRA ACQUE

emu Store Marsciano (PG)

CON IL PATROCINIO DI

Senato della Repubblica

Regione Umbria

Comune di PERUGIA

USR Ufficio Scolastico Regionale per l'Umbria

A.O.U. Ospedale Santa Maria della Misericordia

A.D. 1308 unipg Università degli Studi di Perugia

intergruppo imi italiano malattia

FIGC Italia

LND

Croce Rossa Italiana

Paolo Rossi Foundation

SPONSOR DELL'INIZIATIVA

a Doc Centro Medico Polispecialistico Gualdo Tadino

Acacia Group A Kino Company

CSI Centro Siderurgico Industriale

FarmaCentro Servizi e Logistica

FRIA

Perugia Rosse

Luisa Spagnoli

Marchesini service

MCI Costruzioni Metalliche www.mcisrl.com

Mignini & Petrini

Sicoma Omg

sael Umbria

Subasio Petroli Your Next Energy

Vitakraft



FOTONI GAMMA NELLA LOTTA CONTRO I TUMORI

L'Associazione Umbra No al Melanoma ODV dona all'Azienda Ospedaliera una sonda che ha segnato una svolta epocale nella chirurgia. Lo strumento portatile è un localizzatore che individua il radiofarmaco e segnala il tessuto da rimuovere

L'Associazione umbra NO al melanoma ODV dona all'Azienda Ospedaliera una sonda gamma
Sarà a disposizione dei chirurghi senologi, dermatologi e della chirurgia toracica (Perugia). Il dono è un gesto che parla, prima ancora delle parole. Specie se muove da un'esigenza che si lega alla salute delle persone. E ancor di più se viene effettuato da chi ne riconosce l'indispensabilità.
È questo il caso di quanto è accaduto nella Sala convegni "Rita Levi Montalcini" dove si sono incontrati tre soci fondatori dell'Associazione Umbra No al Melanoma ODV nelle persone del professor Piero Covarelli (che dell'Associazione è segretario) e dei dottori Gian Marco Tomassini e Salvatore Messina. Con loro il professor Luca Stingeni e il Direttore generale Antonio D'Urso il quale ha accettato con entusiasmo l'apparecchiatura che implementa adeguatamente le due in uso, ormai piuttosto datate.



GIAN MARCO TOMASSINI
DERMATOLOGO

> ***"La sonda gamma Probe è fondamentale per la chirurgia radioguidata"***

La sonda gamma Probe (in inglese Gamma-Ray Probe) è uno strumento scientifico progettato per rilevare e analizzare i raggi gamma, cioè la forma più energetica di radiazione elettromagnetica. È fondamentale per la chirurgia radioguidata dei linfonodi, in quanto utile a rilevare sorgenti radioattive.

Come è fatta.
Il rivelatore di una sonda gamma è composto da cristalli scintillatori o semiconduttori (come germanio o silicio), che trasformano i fotoni gamma in segnali elettrici misurabili.

A cosa serve.
Nel nostro caso, la sonda gamma serve per individuare tumori o linfonodi sospetti durante un intervento chirurgico. È uno strumento portatile, che rileva la radiazione gamma emessa da un radiofarmaco iniettato nel paziente. Il chirurgo la usa come un "localizzatore" per capire dove si concentra il radiofarmaco, cioè dove si trova il tessuto da rimuovere.

Quando si usa.
L'apparecchiatura, che ha segnato una svolta epocale nella chirurgia, viene utilizzata nella ricerca del linfonodo sentinella. Usata per tumore della mammella, melanoma, tumori ginecologici, radiomappatura/marcatura per tumori polmonari non palpabili.

Il processo.
Il radiofarmaco si accumula nel primo linfonodo che drena il tumore. La sonda gamma permette al chirurgo di localizzarlo con precisione millimetrica e prelevarlo. Il dispositivo, nel nostro caso, è destinato al blocco operatorio Trancanelli.

Come funziona tecnicamente, passo per passo.
Il paziente riceve un radiofarmaco che emette raggi gamma, la sonda gamma rileva quei fotoni e li trasforma in un segnale acustico/visivo, il chirurgo segue il "picco" del segnale per trovare il punto esatto e intervenire. È una tecnologia sicura, le dosi di radiazione sono basse e mirate.

> ***"Il macchinario ricerca il linfonodo sentinella. È usato per il tumore della mammella, melanoma, i tumori ginecologici, le radiomappature/marcature per tumori polmonari non palpabili"***

Un po' di storia.
La prima sonda è frutto di un mix di arte, cultura, dazionalità. Il denaro occorrente provenne dall'incasso di una rappresentazione teatrale in cui agì come attore il dermatologo Gian Marco Tomassini, figlio del presidente dell'Associazione Mario Tomassini e oggi in forza all'Ospedale. Ricorda che questa macchina, allora pionieristica, fu pagata una trentina di milioni e segnò una svolta nell'operatività medico-chirurgica.
Quella di oggi costa 25mila euro e abbisogna di un paio di accessori che ne aumenteranno l'utilità. Sarà cura dell'Azienda ospedaliera provvedere alla bisogna. È stato un dono arrivato senza biglietto, ma parla chiaro. Anzi: chiarissimo.
Lode dunque all'Associazione No al Melanoma ODV e i suoi soci, ricordando che cultura del dono è la prima forma di cittadinanza attiva.

Sandro Allegrini





IL MIO IMPEGNO PER LA SANITÀ E LA PREVENZIONE

Il senatore si è fatto promotore dell'istituzione della Giornata nazionale per la prevenzione del melanoma cutaneo (ogni primo sabato di maggio). Sotto la sua guida, la Commissione Sanità del Senato ha dato impulso a prevenzione e ricerca

Senatore Francesco Zaffini, nel corso della sua legislatura ha dedicato particolare attenzione alla sanità pubblica, fino ad arrivare alla presidenza della 10ª Commissione del Senato. Quali sono stati i principali temi di cui si è occupato?
"Accanto ai temi strutturali di competenza della Commissione che presiedo, dal lavoro alla previdenza e agli affari sociali, ho sempre riposto attenzione alle tematiche inerenti il Servizio sanitario nazionale. Negli ultimi anni, ha assunto rilievo crescente anche il mio impegno nella promozione della ricerca e nella lotta ai tumori, con un focus sul melanoma cutaneo".

Quale il suo cursus honorum in tema di sanità?
"Fin dal mio ingresso in Parlamento ho dedicato particolare attenzione alla sanità, lavorando in Commissione Igiene e Sanità su temi come la sostenibilità del SSN, la riduzione delle liste d'attesa, il rafforzamento della medicina territoriale e l'organizzazione dei servizi sanitari. Parallelamente, ho promosso una visione centrata sulla prevenzione per contrastare patologie croniche e oncologiche."

Parliamo, dunque, di prevenzione e di screening
"Uno degli aspetti centrali della mia attività parlamentare è stato il rafforzamento delle politiche di prevenzione e diagnosi precoce. Ho promosso l'estensione dei programmi di screening oncologico, sostenendo una serie di misure mirate".

Quali, nello specifico?
"L'aumento delle risorse destinate agli screening sanitari per



FRANCESCO ZAFFINI
SENATORE DELLA REPUBBLICA
PRESIDENTE COMMISSIONE PERMANENTE SANITÀ

Politico italiano (FdI), laureato in Scienze Politiche, è Senatore della Repubblica. Ricopre l'incarico di presidente della 10ª Commissione Affari sociali, Sanità, Lavoro pubblico e privato, Previdenza del Senato.

consentire la diagnosi precoce delle malattie, in particolare quelle oncologiche. Investimenti strutturali nella diagnosi precoce, con l'intento di individuare le patologie nelle fasi iniziali, quando le possibilità di cura sono più elevate".

E sulla medicina territoriale?
"Mi sono adoperato per il potenziamento dei servizi sanitari territoriali, affinché la prevenzione sia accessibile a tutti i cittadini, indipendentemente dalla regione di residenza".

E in termini di sensibilizzazione?
"Ho sempre creduto nell'importanza di una maggiore sensibilizzazione, attraverso campagne informative a livello nazionale, con particolare attenzione al melanoma cutaneo, un tumore la cui incidenza è in crescita e che richiede un approccio preventivo mirato".

Un'iniziativa da portare come fiore all'occhiello?
"Uno dei risultati più significativi della mia attività legislativa è stato il ruolo determinante svolto nell'istituzione della Giornata nazionale per la prevenzione del melanoma cutaneo, che si celebra ogni primo sabato di maggio. Questa giornata è stata istituita per sensibilizzare la popolazione sui rischi legati all'esposizione solare e sulla prevenzione del melanoma attraverso Campagne di informazione sui rischi connessi, in particolare durante l'attività sportiva all'aperto, spesso fonte di esposizioni non protette".

Quale il target?
"In specie bambini e ragazzi, con iniziative di screening gratuito per favorire la diagnosi precoce del melanoma. Abbiamo cercato il coinvolgimento di scuole, enti locali e strutture sanitarie, per estendere la sensibilizzazione. Questa giornata è il frutto di un impegno pluriennale che ha visto il Senato approvare la proposta come un passo fondamentale per ridurre l'incidenza del melanoma, una delle forme di cancro più comuni e letali se non diagnosticato precocemente".

Riguardo alla ricerca e all'innovazione terapeutica?
"Accanto alla prevenzione, credo di aver svolto un ruolo fondamentale nella promozione della ricerca biomedica e nell'innovazione terapeutica. Con un forte orientamento verso l'adozione di terapie all'avanguardia".

> ***"Il benessere della comunità è da ritenersi una priorità. Più servizi di supporto"***

Quali gli interventi legislativi?
"Mi sono adoperato per numerosi interventi legislativi, ormai acquisiti come certezze normative e operative. Per facilitare l'accesso alle terapie avanzate, ho promosso la creazione di politiche per semplificare l'accesso a terapie innovative, come quelle geniche e cellulari, che offrono soluzioni per malattie altrimenti incurabili, ma che sono spesso costose e difficili da ottenere".

Per la ricerca?
"Per rafforzare il sostegno pubblico alla ricerca, ho spinto per un maggiore impegno da parte dello Stato nel finanziamento della ricerca biomedica, con l'intento di incentivare lo sviluppo di nuove soluzioni terapeutiche e di tecnologie avanzate nel campo della sanità. Sono infatti convinto che un maggior investimento nella ricerca possa portare a significativi vantaggi per il sistema sanitario, riducendo i costi a lungo termine e migliorando la qualità della vita dei pazienti".

Per evitare le disparità territoriali?
"Sono consapevole del problema. Ho infatti posto l'accento sull'importanza di evitare disparità territoriali nell'accesso alle nuove terapie, assicurando che le innovazioni terapeutiche siano disponibili per tutti i cittadini, indipendentemente dalla regione di residenza. Questo obiettivo si riflette nelle politiche, che ho cercato di assecondare, per una distribuzione più equa delle risorse, per garantire che le innovazioni raggiungano tutti i pazienti, anche quelli nelle aree più remote".

Riguardo alle questioni del pagamento per terapie avanzate?
"Nel mio lavoro come presidente della 10.ma Commissione, ho anche promosso l'adozione di modelli di pagamento pluriennali per le terapie ad alto costo, come quelle geniche, che permettano di spalmare i costi su più anni e di collegarli ai risultati clinici effettivi ottenuti. In questo modo, i pazienti potrebbero accedere a cure innovative senza gravare immediatamente sul bilancio sanitario, e allo stesso tempo si incentiverebbe l'efficacia e il miglioramento continuo dei trattamenti".

Un approccio integrato tra prevenzione, ricerca e riorganizzazione del sistema sanitario.
"Sotto la mia guida, la Commissione Sanità, lavoro e Previdenza del Senato ha dato impulso a politiche che intersecano prevenzione, ricerca biomedica e la riorganizzazione del sistema sanitario, cercando di rispondere alle sfide più urgenti del nostro tempo. Le iniziative legislative mirano a una sanità più equa, accessibile e innovativa, con un'attenzione particolare alla qualità della vita dei pazienti e alla sostenibilità del SSN".

Sandro Allegrini



IL DIRITTO ALLA SALUTE NON PUÒ DIPENDERE DAL REDDITO

La ricetta della governatrice dell'Umbria sulla sanità: "Ricostruire la fiducia nel Pubblico, avvicinare i servizi alle persone, valorizzare le competenze di tutti gli operatori"

Incontriamo Stefania Proietti, Presidente della Giunta regionale, e parliamo di temi attinenti alla Sanità. Spaziando da quesiti ad ampio raggio relativi alle scelte, agli orientamenti, alle decisioni di carattere politico e gestionale, al valore educativo della prevenzione.

Da Sindaca di Assisi a Presidente del Governo della Regione Umbria. Quali le differenze, lo scarto fra impegno e risultati attesi, quali gli ostacoli e le soddisfazioni?
"Essere stata sindaca di Assisi è stato un onore e un privilegio, una grande scuola di amministrazione, di ascolto e di responsabilità. Il Comune è il luogo in cui il rapporto con i cittadini è quotidiano, immediato e fisico. La Regione ha una dimensione diversa, governa processi più ampi, programmi complessi, sistemi che riguardano l'intero territorio umbro, dalla sanità ai trasporti, dallo sviluppo economico alla coesione sociale, dalla cultura all'ambiente. Lo scarto maggiore è proprio questo: da una parte la necessità di mantenere la concretezza dell'amministrazione locale, dall'altra la responsabilità di costruire politiche strutturali, con tempi, vincoli e livelli istituzionali più articolati".



STEFANIA PROIETTI
PRESIDENTE REGIONE UMBRIA

Laureata in Ingegneria, già docente incaricata di Economia e Organizzazione aziendale nel corso di Ingegneria Gestionale dell'Università degli Studi di Perugia, è stata sindaca di Assisi dal 2016 al 2024. Oggi è presidente della Regione Umbria.

Le criticità?
"Gli ostacoli non mancano: criticità ereditate, bisogni crescenti delle comunità, disuguaglianze territoriali, aree interne che chiedono attenzione, una macchina amministrativa che deve essere messa nelle condizioni di lavorare meglio e più velocemente".

Le soddisfazioni?
"La soddisfazione più grande è vedere che, anche dentro questa complessità, è possibile imprimere una direzione. È possibile



rimettere al centro la sanità pubblica, i diritti sociali, il lavoro, la scuola, la cura dei territori, la cultura come infrastruttura civile. Per me, governare significa questo: indicare una strada e percorrerla insieme, assumersi responsabilità e costruire risultati verificabili".

Quali le motivazioni che l'hanno indotta a tenersi la delega per la Sanità, delicata, complessa ed esposta alle critiche?
"Ho scelto di tenere la delega perché la sanità pubblica è oggi la questione centrale per la vita delle persone e per la tenuta democratica di una comunità. Riguarda il diritto alla cura, la dignità dei cittadini, la fiducia nelle istituzioni, la possibilità per ogni persona di sentirsi protetta nei momenti di maggiore fragilità. Sapevo che sarebbe stata una scelta difficile, esposta, impegnativa. Ma proprio per questo ho ritenuto giusto assumermene direttamente la responsabilità. L'Umbria ha bisogno di una guida politica chiara su questo tema, di una visione che non si limiti alla gestione dell'emergenza, ma che affronti i nodi strutturali: liste d'attesa, medicina territoriale, personale sanitario, integrazione socio-sanitaria, ospedali, servizi di prossimità".

Metterci la faccia...
"Tenere la delega significa dire ai cittadini che la sanità pubblica è una priorità assoluta di questo governo regionale. Significa metterci la faccia, ascoltare le critiche, distinguere ciò che può essere risolto subito da ciò che richiede riforme profonde, ma senza mai arretrare sul principio fondamentale: la salute non può dipendere dal reddito, dal luogo in cui si vive o dalla capacità di orientarsi dentro un sistema complesso".

> *"Serve migliorare l'accesso alle prestazioni, e rendere chiari i percorsi per i cittadini"*

Quali sono, ad oggi, le priorità strategiche della Regione Umbria in materia di Sanità Pubblica?
"La priorità assoluta è quella di ricostruire fiducia nella sanità pubblica. Questo significa migliorare l'accesso alle prestazioni, rendere più chiari i percorsi per i cittadini e rafforzare la capacità del sistema di dare risposte nei tempi giusti. La seconda priorità è la sanità territoriale. Dobbiamo avvicinare i servizi alle persone, soprattutto agli anziani, ai malati cronici, alle famiglie più fragili e a chi vive nelle aree interne. Case di Comunità, Ospedali di Comunità, Centrali operative territoriali, medicina generale, assistenza domiciliare e integrazione con i servizi sociali devono diventare parti reali di una rete, non singoli interventi isolati. La terza priorità è il personale. Senza medici, infermieri, operatori socio-sanitari, tecnici e professionisti motivati, nessuna riforma può funzionare. Abbiamo avviato un'attenta programmazione, valorizzando le competenze con condizioni di lavoro sostenibili e una riorganizzazione che non scarichi sulle persone le inefficienze del sistema".

In tema ospedali e infrastrutture?
"L'Umbria deve avere una rete ospedaliera moderna, sicura, efficiente e integrata con il territorio. Questo vale per i grandi presìdi, ma anche per i servizi di prossimità. La sanità pubblica non si difende con gli slogan: si difende con investimenti, organizzazione, trasparenza e capacità di programmazione. Stiamo inoltre alle ultime battute della stesura del Piano socio sanitario che in questa regione manca da oltre 15 anni. Appena preadottato, si avvia la partecipazione con la comunità".

> *"Più vicinanza ad anziani, a malati cronici, alle famiglie più fragili e a chi vive nelle aree interne"*

Quali strumenti di ascolto e partecipazione sono previsti per cittadini e associazioni di pazienti?
"L'ascolto non può essere episodico, ma deve diventare metodo di governo. Per questo abbiamo voluto rafforzare gli strumenti di confronto con cittadini, associazioni, sindacati, professionisti, ordini, enti locali e soggetti del terzo settore. Un esempio importante è l'Osservatorio regionale per i tempi d'attesa, che abbiamo istituito come luogo di trasparenza, monitoraggio e partecipazione. Non basta produrre dati: bisogna renderli leggibili, discuterli con chi rappresenta i cittadini e trasformarli in azioni concrete. Le associazioni dei pazienti sono fondamentali perché portano dentro il sistema sanitario il punto di vista di chi vive direttamente una malattia, una fragilità, una difficoltà di accesso. La Regione deve ascoltare prima di decidere, ma deve anche saper decidere dopo aver ascoltato. Partecipazione non significa rallentare i processi: significa renderli più giusti, più aderenti ai bisogni reali e più comprensibili per le comunità".

LA ROCHE POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

ANTHELIOS UVMUNE 400 CON MEXORYL 400

FILTRO CHE PROTEGGE DAI RAGGI UVA ULTRA-LUNGHI FINO A 400 NM

COMBATTE I DANNI CELLULARI PROFONDI

TECNOLOGIA NETLOCK

Resistente al sudore

Resistente all'acqua

Resistente alla sabbia

TESTATO SU **TUTTI I FOTOTIPI**



FLUIDO INVISIBILE
ULTRA-LEGGERO
ADATTO A TUTTI
I TIPI DI PELLE

FLUIDO OIL CONTROL
ANTI-LUCIDITÀ
ADATTO A PELLI
MISTE E GRASSE

FLUIDO ANTI-MACCHIE
PREVIENE LA PIGMENTAZIONE
DA LUCE VISIBILE
AD ALTA ENERGIA (HEVL)

Quale il valore che accredita alla prevenzione?
"La prevenzione costituisce una delle forme più alte di sanità pubblica. Spesso se ne parla meno, rispetto al tema degli ospedali o delle emergenze, ma è lì che si misura la capacità di un sistema di prendersi cura davvero delle persone. Prevenire significa evitare sofferenze, diagnosi tardive, aggravamenti, ricoveri impropri e costi sociali ed economici molto più pesanti".

Prevenzione come elemento valoriale di carattere educativo?
"Per me la prevenzione ha un valore sanitario, educativo e civile. Vuol dire promuovere stili di vita sani, screening, diagnosi precoce, vaccinazioni, educazione alla salute, attenzione all'ambiente, sicurezza nei luoghi di vita, di lavoro, di scuola e di sport. Vuol dire anche contrastare le disuguaglianze, perché chi ha meno strumenti culturali, economici o territoriali rischia spesso di arrivare più tardi alla cura".

Occorrono investimenti in proposito?
"Una Regione che investe in prevenzione è una Regione che sa guardare avanti. Non si limita a intervenire quando il problema è già esploso, ma prova a ridurre il rischio, a proteggere le persone, a costruire consapevolezza. La prevenzione deve entrare sempre di più nelle scuole, nelle comunità, nelle famiglie, nei luoghi dello sport e della socialità".

> ***"Educare i più piccoli a comportamenti corretti non significa spaventarli, ma renderli consapevoli"***



Cosa pensa dell'iniziativa "Sport al Sole in sicurezza" a beneficio della fascia 8-12 anni d'età, indetta e organizzata dall'Associazione Umbra No al Melanoma ODV?
"Ritengo che 'Sport al Sole in sicurezza' sia un'iniziativa di grande valore, perché unisce tre elementi fondamentali: prevenzione, educazione e tutela dei più giovani. Parlare a bambine e bambini, ragazze e ragazzi tra gli 8 e i 12 anni significa intervenire in una fase decisiva della crescita, quando si formano abitudini, comportamenti e consapevolezze che possono accompagnare la persona per tutta la vita.
Lo sport all'aperto è salute, socialità, benessere e libertà".

Praticato con la necessaria prudenza, vero?
"Lo sport deve essere praticato con attenzione, soprattutto rispetto all'esposizione solare e alla protezione della pelle. Educare i più piccoli a comportamenti corretti non significa spaventarli, ma renderli consapevoli: usare protezioni adeguate, evitare le ore più rischiose, riconoscere l'importanza della cura di sé, capire che la prevenzione comincia dai gesti quotidiani".

Dunque pieno apprezzamento e condivisione per l'iniziativa?
"Desidero esprimere apprezzamento all'Associazione Umbra "No al melanoma" ODV per un progetto che traduce la prevenzione in azione concreta, vicina alle famiglie, alle scuole, alle società sportive e ai territori. È questo il modello che dobbiamo sostenere: istituzioni, associazioni e comunità che collaborano per proteggere la salute dei cittadini, a partire dai più giovani. La prevenzione del melanoma e delle patologie legate all'esposizione solare è un tema serio, che merita attenzione costante, linguaggi accessibili e iniziative capaci di arrivare davvero alle persone".

Sandro Allegrini

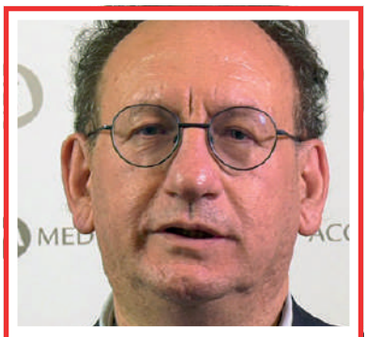


DALLA RICERCA NUOVE SPERANZE DI CURA E CONTROLLO

Profilazione molecolare e immunoterapia: per il professor Mandalà le nuove terapie oncologiche saranno più efficaci e personalizzate, con migliori prospettive di guarigione e sopravvivenza. L'elemento umano? Imprescindibile

Incontriamo Mario Mandalà, oncologo d'eccellenza, autore di numerose pubblicazioni scientifiche, impegnato nella ricerca, nell'insegnamento, nella innovazione tecnologica e terapeutica e nella cura integrata ospedale-territorio, con il paziente sempre al centro del suo lavoro. Ha ricevuto un grant europeo Horizon 2020 (contributo finanziario assegnato dalla Commissione Europea) per lo studio dei meccanismi di resistenza all'immunoterapia nel melanoma. È autore di numerose pubblicazioni scientifiche su *The Lancet Oncology, Journal of Clinical Oncology* e *Annals of Oncology*.

Professor Mandalà, parliamo del percorso e dei progressi della disciplina oncologica.
"Negli ultimi anni, l'oncologia ha conosciuto un'evoluzione esponenziale, grazie alla profilazione molecolare dei tumori, che ha favorito lo sviluppo di terapie mirate, sempre più efficaci e personalizzate. A questo si è affiancato lo sviluppo dell'immunoterapia, una strategia trasversale a numerose istotipi tumorali, con un impatto significativo sulla prognosi di molti pazienti. In alcuni tipi di neoplasie, si sono conseguiti risultati impensabili fino a pochi anni fa, arrivando talvolta a prospettive di guarigione o di controllo di lunga durata".



MARIO MANDALÀ
PRIMARIO DI ONCOLOGIA MEDICA
E PROFESSORE UNIVERSITARIO

Classe 1970, palermitano. Laurea in Medicina. Oncologo, ematologo, oggi è primario di Oncologia Medica e professore universitario. Svolge attività clinica e di ricerca in ambito oncologico.

Si parla anche di approccio integrato, di che si tratta?
"Si tratta della convergenza sinergica di professionalità, fondate su una gestione multidisciplinare del paziente e su percorsi di cura condivisi e personalizzati. Anche in un contesto altamente tecnologico, non si deve perdere d'occhio, va anzi privilegiato, il rapporto tra medico e paziente

che resta fondamentale. L'oncologia è una disciplina che unisce scienza e arte, intendendo che le competenze scientifiche devono essere accompagnate dalla capacità di ascolto, di accoglienza e di comprensione della persona".

L'uso dell'intelligenza artificiale rischia di ridurre il ruolo dell'elemento umano?
"In un momento storico in cui l'intelligenza artificiale assume un ruolo crescente, l'umanizzazione delle cure e la centralità del paziente e della sua famiglia restano elementi imprescindibili del percorso terapeutico. Prendersi cura significa accogliere il paziente, condividere con lui le aspettative realistiche e chiarire la finalità della terapia. Anche quando la guarigione non è possibile, occorre essere accanto nei momenti che contano: siano gioia o sofferenza".

Non, dunque, perseguire mission impossible, ma prendere atto di quanto è ragionevolmente fattibile?
"La vera sfida per l'oncologo non è prescrivere trattamenti a tutti i costi, ma agire sempre nell'interesse del paziente, tenendo conto dei suoi bisogni, dei suoi valori e delle sue aspettative. Un buon oncologo sa stare accanto a chi soffre, senza alimentare false speranze, e accompagna il paziente nelle scelte difficili, che caratterizzano questo lavoro, ponendo al centro l'esclusivo bene del paziente".

L'atteggiamento giusto riguardo al melanoma?
"Corretto far riferimento a nuove terapie, ma fondamentale rimane la prevenzione. È importante l'educazione della popolazione, dei giovani, degli adolescenti, delle famiglie".

Quali i comportamenti da assumere o da evitare?
"Evitare l'esposizione nelle ore centrali della giornata, utilizzare creme con filtro solare almeno 50 ed altri mezzi di foto-protezione, accompagnati da tempi di esposizione ridotti ai raggi UV". Fondamentale evitare l'uso di lampade abbronzanti, proibite dalla legge nei soggetti di età inferiore ai 18 anni e, comunque, considerate un cancerogeno di classe I dalla IARC".

Elementi utili per la diagnosi precoce?

> ***"Il riconoscimento clinico del sospetto melanoma avviene con la regola dell'ABCDE ed il segno del "brutto anatroccolo"***

"Importante, per la diagnosi precoce, è il riconoscimento clinico del sospetto melanoma attraverso la regola dell'ABCDE ed il segno del "brutto anatroccolo" integrato all'uso della dermoscopia in ambito dermatologico".

Veniamo al suo ruolo. Cosa significa fare il direttore di una struttura complessa?
"Ricoprire il ruolo di Direttore dell'oncologia medica significa essere un riferimento quotidiano, sia clinico sia umano, per i pazienti e per l'intera équipe. Il primario deve saper valorizzare i propri collaboratori, riconoscendone le attitudini e potenziandone i punti di forza, favorendo un clima di crescita e condivisione. Questo ruolo implica anche competenze manageriali, poiché la gestione di una Struttura Complessa richiede l'integrazione di aspetti tecnici, organizzativi e relazionali".

E il suo ruolo di docente?
"Oltre a primario anche docente, è vero. Il ruolo di professore universitario comporta una responsabilità fondamentale nella formazione e nella crescita professionale degli studenti e degli specializzandi: sono loro il nostro futuro".

Quali le aree di priorità in àmbito clinico e di ricerca?
"In primo luogo, un'approvazione più rapida delle terapie realmente innovative, in grado di modificare, in modo sostanziale, la storia naturale della malattia. Parallelamente, andrebbe valorizzata la ricerca indipendente, svincolata dagli interessi dell'industria farmaceutica".

E sul rapporto coi pazienti e col territorio?
"Un altro elemento cruciale riguarda la possibilità di dedicare più tempo ai pazienti, riducendo il peso della burocrazia che oggi assorbe una parte significativa dell'attività clinica quotidiana. Risulta essenziale una valorizzazione del territorio, attraverso modelli di oncologia di prossimità, capaci di gestire i pazienti a bassa intensità e meno complessi, garantendo continuità assistenziale e qualità delle cure".

Quale la prospettiva dell'oncologia tra 10 anni?
"Immagino un'oncologia in cui tecnologia e innovazione procedano di pari passo con maggiore umanizzazione delle cure e con la piena centralità del paziente. L'auspicio è che i progressi scientifici continuino a migliorare gli esiti clinici, la sopravvivenza e la qualità di vita dei pazienti, senza mai perdere di vista la dimensione umana della malattia e del percorso di cura".

Un consiglio ai giovani studenti di medicina?
"Consiglierei di avvicinarsi all'oncologia seguendo una passione profonda, umana e conoscitiva. È una disciplina complessa e sfidante, capace di cambiare profondamente la vita di chi la sceglie, rendendolo non solo un professionista migliore, ma anche una persona più consapevole e attenta agli altri".

Sandro Allegrini



IL CALCIO FEMMINILE HA BISOGNO DI SERIETÀ E COMPETENZA

Massimo Anselmi, presidente dell'ACF Arezzo: "Questo sport non necessita di essere accompagnato con indulgenza, ma di essere riconosciuto e organizzato come merita. Sport al Sole in Sicurezza è una campagna intelligente"

Presidente, le chiedo un autoritratto su lavoro e affetti.
"Sono un uomo che ha sempre cercato di tenere insieme responsabilità, visione e concretezza. Nel lavoro ho imparato che i risultati non arrivano per caso: servono metodo, capacità di scegliere e continuità. Nella vita privata, la famiglia mi ha sempre ricordato il senso più profondo delle cose, cioè il rispetto, l'ascolto e la qualità delle relazioni".

Parliamo del suo rapporto con l'altra metà del cielo.
"In Chimera Gold, l'azienda ammiraglia del gruppo, la presenza femminile non è mai scesa sotto il 43%. Non è un dato da esibire, ma il segno di un'impostazione precisa. Diciotto anni fa, in Chimera Gold, scelsi di affidare il ruolo di Industrial Director a un'ingegnera. Era una scelta solo di merito, di fiducia e di visione. Dopo aver maturato anche altre esperienze professionali, quella stessa persona è ancora oggi con noi in quel ruolo. E questo, per me, costituisce uno dei segnali più concreti del valore legato alle competenze".



MASSIMO ANSELMI
PRESIDENTE AREZZO CALCIO FEMMINILE

E in famiglia?
"Avere accanto una moglie e una figlia significa affrontare la questione emancipazione femminile non in astratto, ma dentro la vita. Comporta l'esigenza di sviluppare una sensibilità autentica verso il talento, la dignità e le opportunità che devono essere riconosciute alle donne, senza retorica e senza paternalismi".

Come è nata la scelta di diventare Presidente dell'Arezzo Calcio Femminile?
"È stata una scelta di pancia. Una reazione forte, immediata, sincera. Mi ero avvicinato inizialmente come sponsor. In quel periodo, attraverso i racconti dell'allora proprietà, ho percepito con grande chiarezza quante ingiustizie di trattamento esistessero, soltanto perché si parlava di calcio femminile. Questo mi colpì profondamente. Sentii che non era una situazione da osservare da fuori, ma una realtà in cui dare un contributo vero".

Aveva attraversato esperienze anche nel calcio maschile, vero?

Con Mia Farmacia, la tua Salute è al Centro!

Con Circa
300
Farmacie



Ogni Giorno
Competenza
e Professionalità
per Offrirti consigli personalizzati

*Dati certificati da New Line Ricerche di Mercato

1320 Farmacisti
si prendono cura di te

Con 60.000* clienti giornalieri Mia Farmacia rappresenta una rete solida e affidabile con circa 300 farmacie aderenti, diffusa capillarmente per garantire accesso e vicinanza a tutti i nostri clienti. Ci impegniamo a offrire non solo prodotti, ma soprattutto consigli e soluzioni su misura per ogni esigenza, distinguendoci per competenza e professionalità.

Servizi e Screening

TELEMEDICINA
Holter cardiaco, Holter pressorio, Elettrocardiogramma basale.
TEST DIAGNOSTICI
per intolleranze alimentari e allergie
MONITORAGGIO QUALITA' DEL SONNO
MAGNETOTERAPIA
SCREENING OSTEOPOROSI
SCREENING REFLUSSO VENOSO
SCREENING SPIROMETRICO
ANALISI RITENZIONE IDRICA
ESAME STATO NUTRIZIONALE

Mia Farmacia è la Rete di Farmacie italiane indipendenti associate a:
FarmaCentro SERVIZI e LOGISTICA

Seguici sui nostri Social

Scarica
mia app

mia® farmacia
amore per la salute

PER CHI VIVE LO SPORT OGNI GIORNO



Campionato primavera femminile 2025-2026



D-Lat
Lattoferrina e vitamine C-D per la salute della pelle e del sistema immunitario

Zin
Crema all'ossido di zinco per tutti i tipi di pelle

ai derm®

Protegge la tua pelle

www.aiderm.it

“Venivo da un’esperienza da vicepresidente nell’Arezzo Calcio maschile e sentivo di poter portare metodo, struttura e una cultura organizzativa. Non si trattava soltanto di sostenere un club, ma di accompagnarlo verso una crescita più credibile e solida”.

Che realtà è oggi ACF Arezzo?
“Non è soltanto una prima squadra. È una filiera sportiva e valoriale che deve tenere insieme ambizione e responsabilità. Naturalmente, la prima squadra è il il vertice della piramide. Ma una società seria si riconosce per quello che costruisce partendo dal settore giovanile e dal lavoro quotidiano. Questa determinazione è fondamentale”.

Quale il focus nel lavoro di Presidente?
“È creare un contesto, un ambiente educativo in cui una giovane calciatrice possa sentirsi rispettata, seguita, allenata bene e messa nelle condizioni di migliorare. Le società migliori non sono quelle che parlano di futuro: sono quelle che lo preparano ogni giorno, in silenzio, con ordine e con serietà. L'ACF Arezzo è una realtà che vuole emergere non soltanto per i risultati, ma per il modo in cui li cerca. Le vittorie sono importanti, ma ancora più importante è la credibilità del percorso”.

Il calcio femminile sta conquistando sempre più attenzione. Lei come legge questa crescita?

> *Il movimento si sta prendendo lo spazio grazie alla competenza e alla qualità delle atlete*

“La interpreto come una crescita meritata. Per troppo tempo il calcio femminile è stato osservato con sufficienza o indulgenza. Oggi sta invece accadendo qualcosa di diverso: il movimento si sta prendendo lo spazio che gli spetta grazie al lavoro, alla competenza, alla qualità delle atlete e alla serietà di tante società”.

Calcio femminile: regola o eccezione?
“Non un’eccezione, ma una parte piena del nostro sport. Con la sua identità, la sua forza, la sua dignità. Quando cresce l’attenzione del pubblico, quando aumenta l’interesse delle istituzioni e delle aziende, quando una bambina comincia a ritenere normale il fatto di poter inseguire quel sogno, allora significa che qualcosa si sta muovendo”.

Crescita, come e perché.
“La crescita vera non è mai uno slogan. È una responsabilità. Vuol dire alzare il livello, fornire e pretendere organizzazione, investire bene, creare strutture sane. Il talento va sostenuto. Nello sport, come nella vita, non basta dire che una cosa è importante: bisogna comportarsi di conseguenza”.

Cosa le piace della campagna di prevenzione “Sport al Sole in Sicurezza” promossa dall’Associazione Umbra No al Melanoma?
“È una campagna culturalmente intelligente. Parlare di prevenzione ai più giovani, soprattutto a chi pratica sport all’aperto, significa porsi davanti a un problema in maniera seria. Significa entrare nella formazione delle persone, prima ancora che in quella degli atleti. E questo ha un grande valore. Il fatto che l’iniziativa si rivolga ai giovanissimi e al mondo dello sport outdoor, per spiegare quanto sia fondamentale una corretta esposizione al sole, è un input che va oltre la singola giornata: è un messaggio che può restare. E quando un messaggio diviene permanente, allora ha già prodotto un effetto reale”.

Sport come passione responsabile?
“Lo sport è passione, libertà, entusiasmo. Ma deve essere anche educazione alla cura di sé. E questa campagna va esattamente in quella direzione. Non cerca effetti facili: prova a costruire coscienza. Per questo è particolarmente preziosa”.

Che messaggio sente di lasciare a chi vive ogni giorno lo sport?
“Direi che la passione è fondamentale, ma da sola non basta. Servono cultura del lavoro, rispetto e consapevolezza. I ragazzi hanno bisogno di entusiasmo, e di adulti credibili. Hanno bisogno di esempi: prendersi cura di sé, degli altri e del proprio percorso non è un dettaglio. È parte della crescita. Nello sport, come nella vita, si migliora quando si uniscono cuore e disciplina. Il cuore ti fa cominciare. La disciplina ti fa andare avanti.

Chiudiamo con un aforisma legato alla mission sportiva.
“Il calcio femminile non ha bisogno di essere accompagnato con indulgenza: ha bisogno di essere riconosciuto, sostenuto e organizzato con la serietà che merita.”

Sandro Allegrini



CON ME LA PREVENZIONE SCENDE IN CAMPO

L'ex calciatore è adesso direttore tecnico della Lube Academy Dalla Serie A alla formazione dei ragazzi, per Federico Giunti la cura della salute è una responsabilità quotidiana

C'è una generazione di tifosi che, sentendo il nome di Federico Giunti, rivede un Perugia che saliva i gradini del calcio italiano con passo sicuro, persuaso, ostinato. Giunti era lì, nel cuore del gioco, con quella sua eleganza asciutta e un carattere che negli anni si è fatto sempre più solido, fino a incarnare l'idea del centrocampista-regista: testa alta, geometrie pulite, senso della posizione. La sua storia è quella di un calciatore che non ha mai cercato i riflettori, ma che i riflettori li ha spesso meritati, sul piano umano e professionale.

Nato a Perugia nel 1971, cresciuto calcisticamente a Città di Castello, Federico muove i primi passi nel mondo del calcio con la maglia biancorossa della propria città, con cui ha percorso tutta la trafila del settore giovanile, fino all'esordio, a poco più di 16 anni, con la prima squadra del Città di Castello, con la quale è protagonista per i successivi 4 anni con oltre 100 presenze.
Arrivato al Perugia nel 1991, ha attraversato tutte le stagioni del Grifo: la C1, la B, la cavalcata verso la Serie A.
È stato capitano, punto di riferimento tecnico e mentale, fino a guadagnarsi la chiamata in Nazionale. In quegli anni, il suo nome era sinonimo di affidabilità: non il fuoriclasse che accende la platea, ma il giocatore che dà ordine, che tiene insieme la squadra, che fa sembrare semplice ciò che semplice non è. Un uomo, insomma, connotato da valori di solida affidabilità.
Il salto nei grandi club arriva con il Parma e poi con il Milan, dove conquista lo scudet-



FEDERICO GIUNTI
EX CALCIATORE

Cresciuto a Città di Castello, gioca anche con Perugia e Milan con cui vince lo scudetto nel 1999. In Nazionale approda nel 1996, chiude la carriera tra Brescia, Beşiktaş, Bologna, Chievo e Treviso. Oggi è direttore tecnico della Lube Academy.

to 1998-1999 e lascia un segno anche in Europa: memorabile il gol al Galatasaray in Champions League. Notevole la personale soddisfazione di vestire la maglia della Nazionale (1 presenza) nell'amichevole contro la Bosnia-Erzegovina.
A Milano vive stagioni di transizione per la squadra, ma non per lui, che si ritaglia comunque un ruolo da protagonista silenzioso. Poi Brescia, con l'incrocio con Baggio e Guardiola, e l'avventura al Beşiktaş, coronata da un titolo turco. Una carriera costruita senza clamori, ma con una costanza che oggi appare quasi d'altri tempi.
Nato come centrocampista dalle spiccate attitudini offensive, in seguito è stato arretrato definitivamente a regista basso davanti alla difesa, ruolo ricoperto per gran parte della carriera, assegnatogli dall'allenatore Giovanni Galeone durante la stagione 1995-1996 a Perugia.
Definito agli esordi come un giocatore "tecnico, ma poco propenso al sacrificio", nel prosieguo della carriera ha saputo maturare divenendo, nelle parole di Carlo Mazzone, un elemento capace di unire "quantità e qualità, carisma ed esperienza".
Appesi gli scarpini al chiodo, diventa allenatore professionista acquisendo il patentino di Prima Categoria Uefa Pro,

> ***Un passato nel Perugia, nel Milan e nella Nazionale. A Treia dirige un moderno centro sport***

con il conseguente diritto di ricoprire il ruolo di tecnico in squadre di massima serie. Le esperienze con i giovani degli Allievi Nazionali del Perugia e della Berretti del Foligno, con le prime squadre di Foligno, Castel Rigone, Gualdo Casacastalda, Maceratese, Perugia, fino ai 4 anni sulla panchina del Milan Primavera, caratterizzano il suo percorso da allenatore. Quanto agli schemi, è noto per utilizzare moduli come 4-3-3 e 4-3-1-2, con attenzione al centrocampo e alla costruzione dal basso.

Da luglio 2024 è direttore tecnico della neonata Lube Academy, progetto a marchio Lube Cucine, nato dalla volontà della proprietà (le Famiglie Giulianelli e Sileoni), e vòlto a creare un polo giovanile per tutte le realtà calcistiche ma non solo (pallavolo, tamburello, karate, ginnastica artistica, psicomotricità e aerial hop sono gli altri sport coltivati) dell'hinterland di Treia, con il fiore all'occhiello della nuovissima struttura dell'Academy.
Si tratta di un vecchio opificio, ubicato nelle vicinanze del gruppo Lube Industries, completamente ristrutturato, vero e proprio centro di sport, aggregazione e formazione. Ragazzi e ragazze, tra i 6 e i 16 anni, vi si ritrovano, dal lunedì al venerdì dalle 14:00 alle 19:00, seguiti da un gruppo di educatori ed educatrici che li accompagnano nelle attività di aiuto compiti, corsi di inglese, di teatro, di scacchi, di colore, di disegno, e con la disponibilità di sale ricreative e spazi dedicati ai giochi tradizionali e alle attività ludiche.
Un ruolo, quello attuale, che sembra cucito su misura per Federico che è sempre stato un uomo di campo, ma anche di metodo, di idee, di equilibrio. Insomma: un educatore a tutto tondo.
Giunti è così responsabile dei propri cari, di sé e dei ragazzi a lui affidati, che dichiara: "La prima regola inderogabile è quella di (pre)occuparmi della salute di tutti. È per questo che, svolgendo attività con lunga permanenza all'aria aperta, con esposizione prolungata ai raggi solari, è mia cura costante e prioritaria quella di predisporre che tutti siano adeguatamente protetti da potenziali danni del sole a carico della pelle. Pertanto, creme ad alta protezione e opportuni presìdi non mancano mai nello zaino mio personale e di tutti coloro che sono affidati alla mia responsabilità educativa. Credo che questo costituisca l'elemento su cui debba fondarsi la fiducia delle famiglie dei giovani a me consegnati".

Sandro Allegrini



LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

ANTHELIOS UVMUNE 400 DERMO-PEDIATRICS

UNA GAMMA COMPLETA PER RISPONDERE AD OGNI ESIGENZA DEI PIÙ PICCOLI

ADATTI ANCHE A BAMBINI
CON PELLE SENSIBILE
E A TENDENZA ATOPICA

TECNOLOGIA NETLOCK

Resistente al sudore
Resistente all'acqua
Resistente alla sabbia

TESTATI SOTTO CONTROLLO
OFTALMOLOGICO E DERMATOLOGICO

