

PELO & CONTROPELO

La voce dei nostri amici animali

Periodico animalista

Direttore editoriale: Marinella Robba, Direttore responsabile: Flaminia Stefanucci, redazione, sede legale, grafica e stampa presso "il Segno di Giorgio Galletta", Via Viberti, 33 - 10141 Torino - Tel. 0113822118 - Aut. Trib. di Torino n° 37 del 1° luglio 2010

Gentili lettori,

le elezioni che si sono tenute lo scorso febbraio in Italia hanno posto all'attenzione dell'opinione pubblica mondiale la figura del cittadino protagonista nella società in cui vive. Levatosi i panni dell'eterno insoddisfatto, è riuscito pacificamente ad entrare nella "stanza dei bottoni". Indubbiamente un'azione concreta che rispecchia una presa di coscienza da parte di un numero crescente di persone. Una presa di coscienza che quella volta si è espressa in cabina elettorale e che potrebbe diventare un atteggiamento abituale dei cittadini-consumatori, sempre più protagonisti nella società in cui vivono. Alcune informazioni stanno diventando di dominio pubblico e si comincia a riflettere sul fatto che inconsapevolmente si finanzino attività che causano sofferenza agli animali e che vorremmo fossero abolite. La stragrande maggioranza del popolo italiano, infatti, è contraria alla vivisezione, ma non tutti sanno che una parte del gettito fiscale è destinato proprio a finanziare la ricerca che la utilizza. Non solo. L'Unione Europea finanzia le corride spagnole con denaro dei contribuenti europei concedendo ogni anno fondi agricoli per 129 milioni di euro. I circhi con animali sopravvivono solo grazie a finanziamenti pubblici. Sono di fatto attività commerciali improduttive che, rispetto ad altre realtà imprenditoriali, godono di un trattamento di favore che le sottrae alle leggi di mercato! I cittadini sono indubbiamente più consapevoli e partecipativi, tuttavia alcune loro scelte nel quotidiano restano discutibili, per non dire contraddittorie. Chiarisco con un esempio. A chi non è capitato di imbattersi in richieste di denaro per beneficenza? Perlopiù a favore dei bambini del Terzo Mondo e per la ricerca medica.

Quest'ultima merita un discorso a parte e approfondito, perché spesso si finisce inconsapevolmente per finanziare la vivisezione. In definitiva si dà un contributo per eliminare la sofferenza generandone altra, inutile. Infatti, è ormai risaputo come la sperimentazione animale sia totalmente inattendibile e debba essere sostituita con tecniche sperimentali efficaci e affidabili, che non prevedano l'utilizzo di animali. Sono queste le metodologie di ricerca che meritano il nostro sostegno economico! Ma torniamo al discorso generale sulla beneficenza. Se da un lato le elargizioni manifestano indubbiamente intenti lodevoli, dall'altro spesso fanno "a pugni" con le scelte di tutti i giorni. Infatti, è oltremodo discutibile dare un contributo economico a Natale a favore dei bambini del Terzo Mondo, andare a casa e cucinare la fettina di carne per il proprio figlio. Senza nulla togliere al gesto di carità, che è assolutamente degno di ammirazione, dovrebbe tuttavia essere accompagnato da un comportamento coerente nel corso di tutto l'anno. Il consumo di cereali dal 2005 al 2011 è raddoppiato rispetto al quinquennio precedente e



IL MARTIRIO DEGLI ORSI DELLA LUNA



"Avevano il corpo pieno di piaghe e un catetere infilato nell'addome; alcuni, impazziti per il dolore, sbattevano ripetutamente la testa contro le sbarre fino a procurarsi orribili ferite; altri si erano spaccati i denti mordendo le gabbie. Dalle sbarre vidi spuntare una zampa gigantesca e, inconsapevole dei rischi che potevo correre, volli toccarla. Allungai la mano e l'orso me la strinse dolcemente. Allora gli promisi che sarei tornata e che l'avrei salvato"

Jill Robinson, Fondatrice di Animals Asia Foundation

una delle cause principali è l'impiego sempre crescente di mais e grano per foraggiare gli animali da allevamento. In Nigeria il 27% delle famiglie non tocca cibo per intere giornate, in India il 24% ed in Perù il 14% (dati Organizzazione *Save the Children*). Secondo le stime FAO, le persone denutrite nel mondo sono quasi 1 miliardo. Ogni anno muoiono 36 milioni di persone, di cui più di 5 milioni e mezzo bambini. E noi cosa facciamo? Un'offerta a Natale. Ma intanto per produrre 1 kg. di carne utilizziamo 17,5 Kg. di cereali e soia e 20 mila litri di acqua; per produrre 1 litro di latte vaccino sprechiamo 750 litri di acqua. Cereali, legumi e acqua che potrebbero essere impiegati per sfamare e dissetare le popolazioni più povere del mondo. Non è tutto. In questo modo provochiamo tanta sofferenza agli animali, che vivono tutta la loro esistenza negli allevamenti, solo per essere crudelmente macellati. Ogni anno in tutto il mondo uccidiamo oltre 50 miliardi di animali da allevamento e centinaia di miliardi di animali marini. Ogni ora uccidiamo decine di milioni di animali impauriti e indifesi. Sfruttiamo

all'inverosimile i terreni del Terzo Mondo per produrre a ciclo continuo cereali e legumi destinati agli allevamenti, provocando desertificazione e fenomeni di accaparramento di terre, cosiddetto *land grabbing*, acquistate o affittate per poco dagli stati più ricchi. Distruggiamo le foreste pluviali per coltivare foraggio destinato agli allevamenti. Al contrario, chi sceglie di non utilizzare prodotti di origine animale per cibarsi e per vestirsi, in un solo anno, salva mezzo ettaro di alberi. Un vegano risparmia ogni anno più di 5 milioni di litri di acqua. Per farci un'idea: se lasciasse aperta la doccia 24 ore su 24 per 365 giorni, non consumerebbe tanta acqua quanto una persona che utilizza prodotti di origine animale. Chi sceglie lo stile di vita vegano ha piena consapevolezza delle terribili sofferenze inflitte agli animali per produrre carne, pesce, uova, latte, scarpe, lana ecc..

Contribuisce a risparmiare cereali, legumi, acqua e, di conseguenza, con le proprie scelte quotidiane, indirettamente aiuta le popolazioni più povere del mondo. E non lo fa solo a Natale, ma durante tutto l'anno.

Marinella Robba

LINK DI APPROFONDIMENTO

Video "VEGAN - per le persone, per il pianeta, per gli animali"! <http://laverabestia.org/play.php?vid=656>
Per capire come e perché scegliere lo stile di vita vegano www.vegfacile.info/

FATTORIE DELLA BILE Luoghi di crudeltà incommensurabile

Più che una forma di vivisezione: una lenta ed atroce tortura che può durare più di 25 anni. Chi entra in una delle fattorie della bile cinesi, vietnamite o coreane entra in vere e proprie camere di tortura attrezzate. Le vittime sono gli Orsi della Luna, denominati così

Continua a pag. 2

SVOLTA STORICA IN CINA

L'ORIENTE GUARDA AD OVEST

Un gruppo di attivisti cinesi a marzo blocca un camion con 900 cani destinati ai ristoranti di Guandong. Le compagnie aeree *Air China* e *China Eastern Airlines* recentemente annun-

Continua a pag. 3

Continua da pag. 1

per la caratteristica macchia bianca sul petto. Sottratti alle madri ancora cuccioli, vengono imprigionati in gabbie poco più grandi del loro corpo per l'estrazione continua della bile, fino al sopraggiungere della morte. Il prelievo viene effettuato attraverso rudimentali cateteri conficcati nell'addome. La totale immobilità a cui sono costretti gli orsi, insieme alla privazione di cibo e acqua aumentano il livello di stress e, di conseguenza, la quantità di bile prodotta. Questo sistema provoca ferite semi-permanenti che consentono il continuo defluire della bile. Ferite che si infettano e provocano un dolore straziante. Nel luglio 2000 *Animals Asia Foundation*, organizzazione internazionale fondata da Jill Robinson, riuscì ad ottenere un accordo con le autorità cinesi per la liberazione degli orsi e la chiusura progressiva delle fattorie. In Vietnam questi luoghi di tortura, illegali dal 1992, sono ancora molto diffusi e gli Orsi della Luna imprigionati e torturati sono migliaia. Anche in Vietnam, nel 2006, è stato siglato un accordo ufficiale per il rilascio di centinaia di esemplari. «Sono complessivamente circa 400 gli orsi salvati tra Cina e Vietnam, attualmente ospiti dell'organizzazione – spiega Irene De Vitti, direttore di



Animals Asia Foundation Italia – ma restano migliaia quelli ancora rinchiusi nelle fattorie della bile: 10.000 in Cina e 2.400 in Vietnam. Una cifra impressionante se si pensa che in natura sopravvivono circa 16.000 esemplari. L'Orso della Luna è una specie autoctona a serio rischio di estinzione. Per essere chiari: nella Convenzione CITES risulta incluso nella stessa appendice del Panda». Attualmente sono attivi due centri di recupero, soprannominati *Santuari*. Uno si trova in Cina e l'altro in Vietnam, entrambi gestiti da *Animals Asia Foundation*. «E' l'unica organizzazione straniera che opera in Cina, dove è riuscita a costruire un grande centro di recupero – afferma Adriana Rizzo, volontaria dell'organizzazione – mentre in Vietnam gestisce il Santuario di Tam Dao, che attualmente ospita 104 orsi e c'è un progetto di espansione». Le condizioni degli orsi che vi giungono sono estreme: agonizzanti, denutriti, disidratati, in stato di shock. Molti sono colpiti da malattie invalidanti come artriti, peritoniti, ulcere perforanti e tumori. Alcuni orsi, inoltre, hanno subito l'asportazione dei denti e l'amputazione delle falangi per rendere più sicura l'estrazione della bile. Appena giungono al centro di recupero vengono sottoposti a massicce terapie mediche a base di antibiotici e a lunghi interventi chirurgici finalizzati a contenere i danni provocati da tanti anni di torture. «A tutti gli orsi viene asportata subito la cistifellea irrimediabilmente compromessa dalla continua estrazione di bile – asserisce Adriana Rizzo – solo questo primo intervento costa oltre 450 euro, ma sono sempre necessarie altre cure mediche i cui costi sono altissimi. Cerchiamo quindi di attivarci il più possibile per informare e raccogliere denaro, perché l'associazione non riceve finanziamenti pubblici e le spese per le cure degli orsi e per la gestione delle strutture sono elevate». Dopo le cure mediche seguono intensi mesi di fisioterapia finalizzati al re-

cupero della muscolatura atrofizzata dagli anni di immobilità e all'instaurazione di legami con l'ambiente circostante e con i propri simili. Dalla bile degli Orsi della Luna viene estratto il suo componente principale: l'acido ursodeossicolico. Utilizzato dalla medicina tradizionale cinese per curare febbre, patologie del fegato, infiammazioni agli occhi e convulsioni. Tuttavia pare sia rischioso per la salute umana, come spiega Irene De Vitti: «In Cina e in Vietnam, soprattutto negli ultimi anni, si va affermando sempre maggiore consapevolezza rispetto al tema dell'animal welfare e, nel ca-



so specifico delle fattorie della bile, ai rischi per i consumatori; la bile, infatti, viene estratta da animali molto malati. Inoltre, è contaminata da sostanze nocive, tra cui cellule cancerogene. L'impiego di prodotti che contengono il principio attivo estratto dalla bile degli orsi può comportare effetti collaterali ben peggiori delle malattie che curano. Tutto questo – conclude – si aggiunge agli evidenti problemi sotto il profilo etico e di sopravvivenza della specie». Ma esistono metodi alternativi che non hanno effetti collaterali per l'essere umano e rispettano gli animali? Le alternative possono essere sia di natura sintetica che di natura erboristica. L'acido ursodeossicolico può essere

facilmente riprodotto in laboratorio. Non solo. Hanno le stesse proprietà terapeutiche il tarassaco, l'edera e la salvia, i cui costi sono bassissimi, non hanno effetti collaterali per l'uomo e il loro uso rispetta gli animali. Discorso analogo per il balsamo di tigre, che può essere efficacemente sostituito da unguenti di origine vegetale. Se da un lato è evidente a tutti la crudeltà del metodo di estrazione della bile dagli Orsi della Luna, dall'altro lato è una mera illusione pensare che sia l'unica atrocità a danno degli animali. «In quei Paesi, nonostante i divieti, i maltrattamenti vengono perpetrati ugualmente – commenta con amarezza la Rizzo – ne è un esempio lampante la produzione di vino con ossa di tigre. Visto che è vietato ucciderle, per aggirare il divieto, le richiudono in gabbie e le lasciano morire di fame. In questo modo ottengono le ossa per produrre il vino». La situazione è allarmante perché attualmente sopravvivono pochissimi esemplari. «C'è anche un altro aspetto molto preoccupante – aggiunge Irene De Vitti – rappresentato dai tanti zoo e parchi safari che, dietro al formale impegno di svolgere un ruolo primario nella salvaguardia delle specie in via di estinzione, sono vere e proprie attrazioni per turisti che ben poco hanno a che fare con il benessere animale. Tra le attività degne di nota, il famigerato live feeding, pratica aberrante nella quale prede vive vengono date in pasto ai grandi felini sotto lo sguardo compiaciuto degli spettatori, tra cui purtroppo molti bambini».

Marinella Robba

LINK DI APPROFONDIMENTO

Per conoscere le attività dell'organizzazione *Animals Asia Foundation*
www.animalsasia.org - www.orsidellaluna.org

FILM HORROR? NO, REALTA'

Nel gran segreto dei laboratori di tutto il mondo tra i 300 e i 400 milioni di animali ogni anno vengono avvelenati, ustionati, mutilati, sezionati, drogati, immobilizzati per anni in apparecchi di contenzione, lasciati morire di fame o di sete, sottoposti a scariche elettriche, a traumi fisici e psicologici o a cruente operazioni chirurgiche. In gran parte dei casi non viene utilizzata alcuna anestesia, perché sarebbe una perdita di tempo e potrebbe interferire con l'esperimento, ma spesso i vivisettori hanno invece cura di tagliare le corde vocali per non sentirne i lamenti e poter praticare quella che chiamano "la disciplina del silenzio" (nessuno deve sentire – nessuno deve sapere).

(Tratto dall'opuscolo di *Nemesi Animale* "Vivisezione. Le verità nascoste")

«Mi ricordo di un povero cane, di cui Magendie aveva voluto mettere a nudo le radici dei nervi vertebrali per dimostrare la teoria di Bell, che ha rivendicata come propria. Il cane, già mutilato e sanguinante, per due volte riuscì a sfuggire da sotto il coltello implacabile, e gettò le zampe anteriori intorno al collo di Magendie, leccandolo, come per ammorbidire il suo assassino e chiedere misericordia! Ridete pure di me signori vivisettori, ma confesso che non ero in grado di sopportare quello spettacolo straziante».

(The London Lancet, August 22, 1863, tratto da "An Ethical Problem" di Albert Leffingwell - <http://hcoop.net/~ntk/ethical.txt>)

«Magendie era un noto vivisettore, in grado di shockare molti dei suoi contemporanei con brutali dissezioni dal vivo che eseguiva durante pubbliche lezioni di fisiologia. A differenza di Bell, che era estremamente riluttante nel verificare le sue scoperte sperimentalmente, Magendie era contento di eseguire dolorosi esperimenti e dissezioni di animali vivi. Richard Martin, un irlandese membro del parlamento, nell'introdurre la sua legge che bandiva la crudeltà verso gli animali nel Regno Unito, descrisse la dissezione pubblica di Magendie di un levriero: "l'animale era inchiodato a terra orecchie e zampe, con metà dei nervi della faccia dissezionati, e lasciato così per tutta la notte per future dissezioni"; chiamò Magendie "una disgrazia per la società". Si guadagnò inoltre taglienti critiche dai contemporanei sia in Gran Bretagna sia in Francia, e fra gli scienziati successivi critici riguardo al suo metodo ci sono Charles Darwin e Thomas Henry Huxley. Questi fu anche uno dei maggiori sostenitori dell'antivivisezionismo e dei movimenti di riforma della vivisezione dedicando, insieme ad Albert Leffingwell, un capitolo del suo libro "An Ethical Problem"».

(Tratto da Wikipedia, l'enciclopedia libera - http://it.wikipedia.org/wiki/François_Magendie)

«Ognuno può aver sentito dire che il cane che soffre mentre viene sottoposto ad una qualche vivisezione lecca la mano dell'operatore; quest'uomo, a meno di avere un cuore di sasso, deve provare rimorso fino all'ultima ora della sua vita».

(Charles Robert Darwin, naturalista, in "L'origine dell'uomo e la selezione sessuale" <http://cronologia.leonardo.it/darwin/cap01.htm>)

Video sulla vivisezione nelle università
www.nemesianimale.net/2013/03/universita-di-milano-tortura-e-censura/#more-3719



prodotti per l'igiene della persona
e cosmetici vegetali,
semplicemente...

L'officina di trasformazione è in Torino, via Rocciamelone 11/A
Tel. 0117492813 - www.daymonsnaturalerbe.it - info@daymonsnaturalerbe.it

clicka qui
per la cartina

controllato
da ICEA
per LAV n° 006

Continua da pag. 1

ciano la sospensione del trasporto di primati per la sperimentazione animale. Soffia il vento del cambiamento in Cina, ormai sempre più aperta all'occidente. Un'inaspettata presa di coscienza sta coinvolgendo la popolazione, che vive tuttora in un sistema privo di qualsiasi forma legale di tutela degli animali. Non esistono reati contro i maltrattamenti e non esistono norme che garantiscano il benessere degli animali. Tuttavia, qualcosa sta cambiando. Proprio in questi mesi, dopo la clamorosa liberazione dei beagle di Green Hill. Ad affermarlo sono i volontari di organizzazioni animaliste, che operano sul territorio e che vivono giorno dopo giorno a stretto contatto con la popolazione locale. «La società cinese sta vivendo anni di importanti cambiamenti – afferma Irene De Vitti, direttore di *Animals Asia Foundation Italia* – sono in corso battaglie per la difesa dei diritti degli animali e per il loro benessere. Vengono allestite mostre per sensibilizzare l'opinione pubblica e si organizzano manifestazioni in piazza a cui partecipano migliaia di persone. In questo momento in Cina l'animalismo è dirompente. E' un momento storico». Personalità pubbliche prestano il loro volto per la difesa degli animali. Ad esempio, il famosissimo giocatore di basket Yao Ming supporta la causa della liberazione degli Orsi della Luna dalle fattorie delle bile e si è recato a visitare il centro di recupero cinese. «Questo cambiamento cresce giorno dopo giorno ed è inarrestabile – dichiara la De Vitti – è un fenomeno eclatante dimostrato dal fatto che "fattorie della bile" è il secondo termine più cliccato nel Google cinese, è un dato che dà la misura di cosa sta succedendo. Ormai è una tendenza estremamente radicata e questo è un fattore molto importante e determinante, perché rende il cambiamento inarrestabile e duraturo». L'occidente vede la Cina come una nazione molto omogenea. Ma non è così: è molto diversificata.

Esiste una parte della società ancora molto legata a tradizioni millenarie che, da qualche tempo, deve fare i conti con una nuova coscienza collettiva trasversale, che riguarda diversi livelli della società e coinvolge i diritti di tutti gli animali: dagli Orsi della Luna ai cani scuoiati vivi per la produzione di inserti di pelliccia. «In Cina i media hanno cominciato a trattare pubblicamente questi temi – asserisce Irene De Vitti – lo scorso febbraio gli articoli e i servizi televisivi sulle fattorie della bile sono stati complessivamente 8 mila. In una nazione come la Cina questa è un'apertura straordinaria. Autorevoli esponenti della medicina tradizionale cinese hanno iniziato a non prescrivere più prodotti contenenti la molecola estratta dagli Orsi della Luna. Il governo centrale – continua – non può arrestare questo cambiamento dell'opinione pubblica cinese, perché parte dall'interno della società. Sicuramente si tratta di un cambiamento molto difficile da realizzare, perché da una parte ci sono le tradizioni e dall'altra la totale assenza di norme. Per questa ragione la partecipazione dell'opinione pubblica a cui assistiamo in questo momento è straordinaria, direi un evento storico. Poco tempo fa – conclude la De Vitti – tutto questo era impensabile in una nazione dove i diritti stentano ad affermarsi». Per secoli, in Cina, gli animali sono stati considerati alla stregua di oggetti. Il concetto di animale domestico è recente e si sta facendo strada faticosamente. Prendiamo ad esempio due realtà: Hong Kong e Pechino, città che hanno visto un boom economico straordinario, aperte all'occidente. Nell'area periferica di Hong Kong il governo locale vieta ai cittadini di possedere animali domestici e a Pechino le famiglie che ne vogliono uno sono tenute a versare una tassa salata. «Ci sono moltissimi gatti e cani randagi e le autorità locali ordinano ai cittadini di compiere vere e proprie mattanze al fine di combattere le epidemie – spiega il direttore di *Animals Asia Foundation Italia* – vengono brutalmente uccisi e venduti nei mercati per il consumo alimentare. Si tratta di animali non controllati dal punto di vista della profilassi, che praticamente non esiste. La maggior parte di loro muore a causa di malattie che sarebbero facilmente curabili e che non vengono affatto trattate». Negli ultimi dieci anni sono sorte numerose associazioni animaliste cinesi che combattono la violenza contro gli animali ed informano la popolazione, che è sempre stata tenuta all'oscuro, come spiega Adriana Rizzo, volontaria di *Animals Asia Foundation*: «i cinesi che si avvicinano ai nostri banchetti informativi cadono letteralmente dalle nuvole, non immaginano tanta crudeltà nei confronti degli animali. Non dobbiamo fare la guerra a tutto il popolo cinese – afferma – perché anche in quel paese ci sono persone che amano gli animali. Nel centro di recupero degli Orsi della Luna in Vietnam, ad esempio, circa 600 operatori sono cinesi e si prendono cura amorevolmente degli orsi. Recentemente i cinesi, di propria iniziativa, sono scesi in piazza per manifestare contro l'espansione di una fattoria della bile. E' fondamentale sostenere l'attivismo locale, non devono sentirsi abbandonati. Per questa

ragione in Italia si dovrebbero organizzare manifestazioni ed iniziative informative. Purtroppo nel nostro paese – conclude la Rizzo – sono rare le attività di sensibilizzazione che riguardano problemi lontani da noi».

Marinella Robba

LINK UTILE

Per firmare la petizione on line a favore della chiusura delle fattorie della bile e sostenere così il movimento di protesta nato all'interno della Cina ad opera delle associazioni e dei volontari locali:

www.animalsasia.org/index.php?UID=4E2X64SJW95

SPERIMENTAZIONE ANIMALE

AL VIA IL CONFRONTO SUI METODI SOSTITUTIVI

ROMA – Ad aprile il Governo ha aperto ufficialmente il confronto, istituendo presso il Ministero della Salute il Tavolo Scientifico per i metodi sostitutivi della sperimentazione animale. Promotore dell'iniziativa il Partito Animalista Europeo, che ha rivolto al Ministro della Salute espressa richiesta in tal senso. L'iniziativa ha visto anche il contributo determinante del popolo del web che, tramite una consultazione su Facebook, ha conferito l'incarico per la formazione del Tavolo Scientifico a Massimo Tettamanti, chimico ambientale esperto in materia di vivisezione. «E' il primo importante traguardo in questo momento storico determinante nella lotta contro la vivisezione», commenta Tettamanti. Tra gli esperti nominati: Candida Nastrucci, docente di Genetica Medica all'Università di Tor Vergata e Susanna Penco, biologa ricercatrice dell'Università di Genova. Entrambe hanno conseguito numerosi riconoscimenti dalla comunità scientifica internazionale.

M. R.

IL MASSIMO RISPARMIO ENERGETICO E' LA TUA FORCHETTA



Lo sai che l'inquinamento zootecnico prodotto dal bestiame di cui ti nutri è maggiore di tutto l'inquinamento veicolare del pianeta?

Lo sai che il bestiame produce cento milioni di tonnellate di metano all'anno e il 64% di ammoniaca mondiale?

Lo sai che ogni anno una mucca produce più gas di una macchina che percorre 70 mila KM?

Lo sai che ogni hamburger distrugge 5 Mq di foresta?

L'UNICA SPERANZA PER IL PIANETA E' MANGIARE VEG

www.saicosamangi.info - www.vegan3000.info
www.scienzavegetariana.it - www.veganitalia.com
www.vegpyramid.info - www.veganhome.it
www.viverevegan.org

edizionicosmopolis.it
la prima casa editrice animalista



diffidate dalle imitazioni!

BUONE PRASSI DAL MONDO CONTRO IL RANDAGISMO

STERILIZZAZIONI E FORMAZIONE

LE ATTIVITA' DI "SI MA BÔ" A CAPO VERDE

«Come te» in creolo si dice «Si ma bô», il nome dell'associazione che da anni si prende cura dei randagi nell'isola di São Vicente, a Capo Verde. In particolare le decine di volontari e di veterinari esperti si occupano di sterilizzazione e castrazione, per ridurre il numero dei cani e dei gatti che si aggirano incustoditi per l'isola. «Capo Verde è un posto piccolo - spiega Rossana Raineri, veterinaria, dal 2009 impegnata nella onlus - e quindi con il nostro intervento si riesce a limitare il numero degli animali, impedendo che si riproducano troppo.

Lo scopo dell'associazione è anche quello di controllare le malattie infettive, come la rogna e la leishmaniosi, per evitare che si trasmettano all'uomo, dal momento che molti bambini vivono in strada a stretto contatto con i randagi». L'associazione opera anche nelle scuole, insegnando ai bambini come tenere una condotta corretta con gli animali e a non aver paura della rogna. Inoltre esegue un attento controllo ambientale, per arginare l'uso massiccio e spesso improprio degli antiparassitari. «E' importante - aggiunge Rossana Raineri - che la popolazione sia istruita su come comportarsi con gli animali, per evitare che si ammalinino e per far diminuire gli abbattimenti dei randagi ad opera del governo con la stricnina. Inoltre è auspicabile una collaborazione con gli abitanti di Capo Verde, anche per via della forte presenza turistica, che va incrementata e non certo allontanata». Si ma bô è anche un progetto in seno al quale i laureandi in veterinaria dell'Università di Torino possono effettuare le 100 ore richieste di attività pratica. In più dal 2009 è inserita in un progetto dell'Istituto di Parassitologia della Facoltà di Veterinaria dell'Università di Torino, che studia la trasmissibilità della rogna all'uomo e in un progetto dell'Università di Camerino, con lo scopo di creare un protocollo per la terapia della leishmaniosi, una grave malattia trasmissibile anche all'uomo, molto diffusa a Capo Verde e in altri paesi del sud del mondo. Rossana Raineri, direttore sanitario del Centro Veterinario Monviso a San Secondo di Pinerolo (TO), presso il quale i veterinari che hanno intenzione di recarsi a Capo Verde possono fare uno stage gratuito, spiega che oggi ci sono più di 90 cani nel canile di São Vicente e che a luglio si dovrà cambiare sede. «In genere - spiega la Raineri - si riescono a sterilizzare dai 10 ai 40 cani al giorno, con una spesa in farmaci che va dai 1500 ai 2500 euro a intervento». Per procedere bene, in base al censimento della popolazione animale, nel giro di 3 anni si dovrebbe arrivare a sterilizzare 10 mila cani, con i costi parzialmente abbattuti da un finan-

ziamento dell'Unione Europea. L'associazione ricerca costantemente veterinari volontari, desiderosi di trascorrere qualche tempo sull'isola, ma anche laureandi o semplici appassionati. «Annualmente - conclude la Raineri - ci sono sei o sette colleghi veterinari coinvolti nel progetto, alcuni si fermano solo 15 giorni, altri anche quattro mesi o più. Ma si può aiutare anche dall'Italia, vendendo gadget, magliette, oppure organizzando eventi per comprare farmaci o aiutare la popolazione locale».

Flaminia Stefanucci

LINK DI APPROFONDIMENTO

Per saperne di più sull'associazione SI MA BÔ <http://simabo.wordpress.com/>

L'IMPEGNO DI "LAMENTO RUMENO ONLUS" A BUCAREST

Onlus gemella di Si ma bô, presente a Capo Verde, Lamento Rumeno è la principale associazione che si occupa di randagismo in Romania e opera dal 2006, prevalentemente nel territorio di Bucarest. L'associazione è nata a seguito di un viaggio compiuto nel 2001 da Laura Pontini, attuale presidente, che racconta: «La situazione dei cani randagi in Romania mi è apparsa da subito tragica, per questa ragione con enorme impegno e fatica è stato costruito un rifugio alla periferia di Bucarest, il cui progetto ha richiesto la costituzione di una vera e propria onlus». L'associazione si avvale unicamente della collaborazione di volontari, che organizzano tavoli informativi e collette alimentari, quest'ultima fonte fondamentale di sostentamento per i cani sottratti al randagismo. La Romania, in particolare la circoscrizione di Bucarest, non ha mai posto ostacoli alla realizzazione dei progetti, tuttavia non ha mai stanziato alcun finanziamento, eccetto un simbolico rimborso spese riconosciuto all'associazione locale con cui Lamento Rumeno Onlus collabora per le campagne di sterilizzazione. «E' importante sottolineare - spiega la Pontini - come i nostri mezzi di sostentamento siano rappresentati solo ed esclusivamente dalle donazioni di privati che supportano i nostri progetti da ormai 12 anni. Grazie a questi contributi, spesso sotto forma di adozioni a distanza - aggiunge - riusciamo a fare fronte alle innumerevoli necessità, prima tra tutte l'assistenza veterinaria e gli interventi chirurgici. E non meno utili sono cibo e medicinali, che i cittadini ci inviano e di cui gli animali che seguiamo hanno costante necessità. Inoltre - conclude - è fondamentale la disponibilità per stalli temporanei di cani e gatti presso le abitazioni private, fino a quando non si prospetta la giusta adozione per l'animale in difficoltà». Proprio la generosità dei singoli cittadini ha permesso di ampliare il raggio d'azione dell'associazione. Infatti, l'iniziale attività di cura, salvaguardia e mantenimento degli animali si è via via implementata e, ad esempio, è stato possibile l'acquisto di un camper adibito a clinica mobile, che rende più agevole lo spostamento dei veterinari. «Sono state effettuate oltre 4 mila sterilizzazioni sul territorio di Bucarest in collaborazione con una clinica veterinaria locale - afferma Laura Pontini - il progetto è stato esteso anche ad altre aree grazie all'ausilio dell'unità

mobile. La sterilizzazione è l'unica soluzione valida e concreta per risolvere il problema del randagismo, nel pieno rispetto degli animali». Ma le richieste di intervento non arrivano solo dalla Romania, per questa ragione spesso i volontari sono anche impegnati in territori diversi da quelli in cui solitamente operano. «Abbiamo cercato di mantenere costante il nostro aiuto a Bucarest - spiega la presidente dell'associazione - tuttavia ci è sembrato doveroso destinare parte delle risorse alle emergenze italiane. Sembra inverosimile ma talvolta riceviamo dal nostro Paese segnalazioni e richieste di aiuto per il salvataggio e la cura di animali detenuti e maltrattati in modo non commentabile e questo fa riflettere perché, in merito al rispetto dei nostri fratelli senza voce, noi italiani non siamo poi così lontani dagli standard rumeni! D'altra parte - prosegue - nell'ultimo decennio si è potuto constatare un moderato cambiamento di mentalità della popolazione rumena, che ha mostrato più sensibilità verso gli animali. Questo grazie al fatto che si è cercato di coinvolgere il più possibile la popolazione durante le giornate di sterilizzazione gratuita, che hanno sempre riscosso grande partecipazione». Lamento Rumeno Onlus è una delle poche associazioni che si occupa del fenomeno del randagismo e da diversi anni affianca, con una collaborazione in



La clinica mobile è giunta a Bucarest

partenariato, la onlus Si ma bô di Capo Verde, molto attiva sul territorio di São Vicente. Entrambe le organizzazioni operano nella convinzione che l'unica azione risolutiva per il benessere degli animali sia la sterilizzazione: una soluzione molto semplice, in grado di eliminare gabbie e canili-lager, di restituire agli animali un'esistenza dignitosa, lontana dalle sbarre e dalle sofferenze di una vita sulla strada.

Carlo Lapalorcia

LINK DI APPROFONDIMENTO

Per conoscere le attività dell'associazione Lamento Rumeno Onlus www.lamentorumeno.org

SANZIONATE LE "BOTTICELLE" FUORILEGGE

ROMA - Multe e sospensione delle licenze per mesi. Fioccano le sanzioni inflitte ai conducenti delle "Botticelle" romane, i carretti trainati da un solo cavallo che si aggirano per Roma trasportando i turisti. A seguito delle numerose segnalazioni all'ENPA (Ente Nazionale Protezione Animali) da parte di cittadini e turisti, le guardie Zoofile dell'associazione hanno documentato e verbalizzato per le strade della capitale numerose violazioni del Regolamento comunale di Tutela Animali e di quello sui Veicoli non di Linea. I cavalli, infatti, dovrebbero procedere solo al passo, mentre spesso sono costretti a trottare in mezzo al traffico, trasportando anche sei persone. Aumentano intanto sul web le proteste di chi le vorrebbe totalmente abolite.

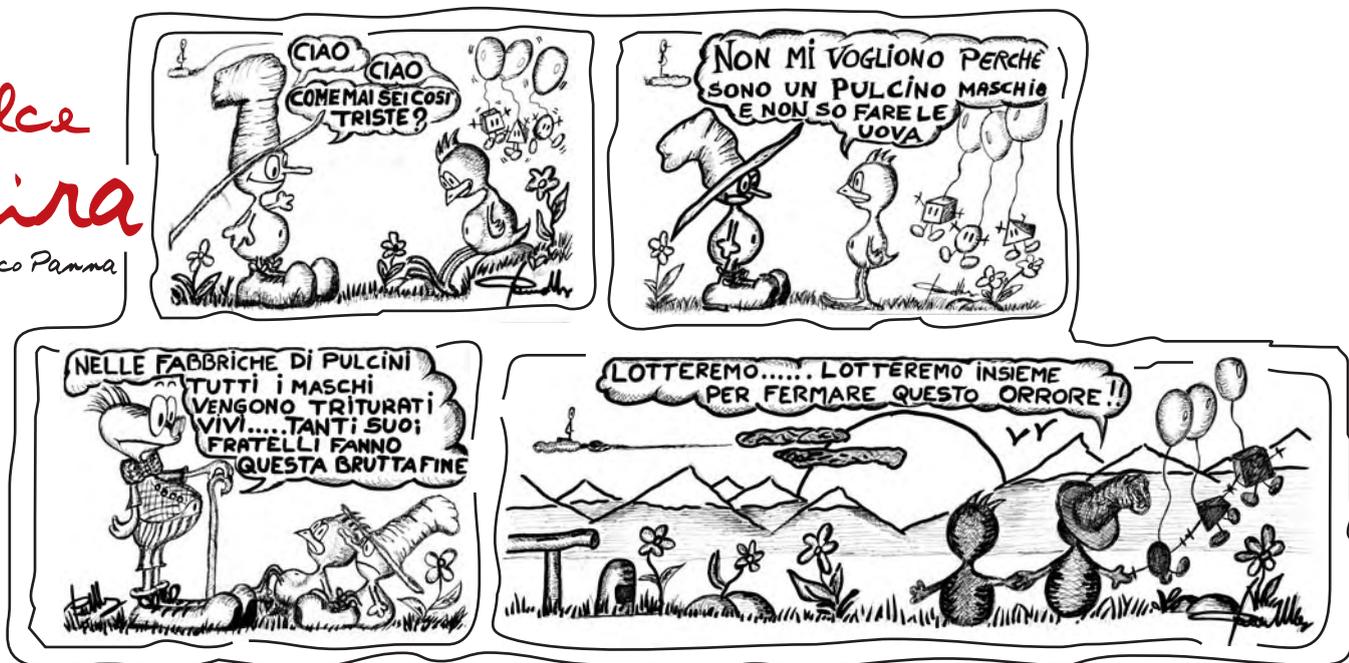
M. R.



La visita del veterinario è un evento per tutta la comunità

La Pulce Elvira

di Marco Panna



LE FAQ DELLA PULCE ELVIRA ... RISPONDE IL PROF. UGO IL ROSPO

La produzione di uova provoca sofferenza agli animali? Sì e in qualsiasi tipo di allevamento, anche in quelli all'aperto. Infatti, le galline dopo soli due anni di vita vengono tutte barbaramente macellate. E la sofferenza purtroppo è anche "a monte": negli stabilimenti dove nascono le galline ovaiole. La probabilità che un pulcino nasca femmina, ovviamente, è del 50% e visto che solo le femmine sono considerate utili perché fanno le uova, i pulcini maschi vengono subito tritati vivi, soffocati o gasati. Anche le galline che razzolano libere nell'aia di una fattoria sono state pulcini femmine selezionate per la produzione di uova con lo stesso metodo!

Le uova fanno bene? Come tutte le altre proteine animali (carne, pesce, latte, formaggi e yogurt) sono responsabili di perdite di calcio molto maggiori rispetto alle proteine vegetali. Le proteine animali, infatti, acidificano l'organismo che per ristabilire il proprio equilibrio utilizza il calcio presente nel sangue e nelle ossa. Inoltre, le uova alzano il livello di colesterolo nel sangue.

Come posso sostituire l'uovo quando cucino? Ormai se ne fa un utilizzo smodato nella produzione industriale, anche se nella stragrande maggioranza dei casi è un ingrediente del tutto superfluo. È possibile preparare torte e biscotti senza utilizzare uova, oppure sostituendo 1 uovo con 2 cucchiaini di fecola di patate o di maizena e 2 cucchiaini di acqua. Si possono preparare squisite frittate mescolando farina di ceci, acqua e sale. La pastella per la frittura può essere fatta miscelando farina, acqua, sale ed eventualmente olio. Anche in questi casi l'uovo è inutile!

LINK DI APPROFONDIMENTO

Video sui pulcini

www.bluizquotidiano.it/video/stati-uniti-150-mila-pulcini-maschi-vengono-triturati-vivi-perche-inutili-il-video-chock-di-mercy-for-animals-93414/

MESSÉGUÉ
Erboristeria

Centro Benessere Solidale

Via Mazzini 13
TORINO
Tel. 011835592

Clicca qui per la cartina

Centro wellness multifunzionale che propone prodotti e servizi evoluti, numerose occasioni di aggregazione e iniziative di solidarietà per tutte le creature che soffrono.

- Alimenti biologici anche per intolleranti
- Erboristeria - Cosmesi naturale - Fitoterapia - integratori
- Accessori e alimenti per animali non testati e cruelty free
- Vendita, riparazione e creazione Bijoux in pietre dure
- Spazio per conferenze ed eventi
- Abbigliamento ed accessori vegani ed ecocompatibili

SEDE

Associazione Per i Diritti degli Animali
A.P.D.A.

Con i tuoi acquisti contribuirai alle nostre donazioni per gli animali in difficoltà

Prodotti non testati sugli animali

Frutta e verdura a Km 0

Pensi che tutto ciò sia costoso? Vieni a scoprire i nostri prezzi!

L'ERBOLARIO

fonghi d'alga **GUAM**

almo nature.

SOCIETÀ DI LABORAZIONE **OHELAN GENOVA**

I **PROVENZALI**

... e tante altre marche!

Qui puoi trovare i migliori prodotti ecocompatibili

Clicca qui se vuoi acquistare on line. → www.erboristeriamesseguetorino.it

EMILIA ROMAGNA, PRIMA REGIONE A DIRE NO ALLE CATENE

BOLOGNA – Approvate all'unanimità lo scorso 26 marzo dal Consiglio Regionale le modifiche alla Legge n. 5 del 2005 sul benessere degli animali. Tra le novità più importanti: il divieto di tenere i cani alla catena, condizioni per la custodia minime non inferiori a quelle prescritte per i cani, ingresso degli animali da compagnia dei ricoverati in ospedali, case di cura e riposo. Tutto è iniziato dallo sciopero della fame di Davide Battistini, animalista di Ravenna, per sensibilizzare l'opinione pubblica sui gravi danni psichici e fisici provocati dalla catena. È seguita una petizione popolare, sottoscritta da migliaia di persone e presidi di associazioni animaliste. Iniziative che hanno avuto l'effetto di sensibilizzare tutti i 38 consiglieri presenti in Consiglio Regionale, che hanno votato all'unanimità il progetto di legge. Una bella pagina di civiltà nella storia del rapporto uomo - cane che gli animalisti auspicano faccia da apripista per iniziative legislative analoghe in tutta Italia. Sarà comunque decisivo l'impegno della pubblica autorità nel far rispettare la norma, affinché il divieto sia effettivo e non eludibile.

IN VACANZA CON IL MIGLIORE AMICO...

SI PUÒ FARE!!! REGOLE E CONSIGLI

Si parte! L'estate si avvicina ed è bene osservare alcune semplici regole se si desidera fare un viaggio o degli spostamenti con i propri amici a quattro zampe e non. Quando si programma uno spostamento e si prevede di partire con il proprio animale, è preferibile organizzarsi per tempo, almeno 2 mesi prima, in modo tale da poter adempiere agli obblighi previsti dalla regolamentazione sanitaria e procedere alle eventuali vaccinazioni. Secondo un'indagine di *Direct Line*, quasi un italiano su quattro quando si sposta per lunghi viaggi porta con sé il proprio animale domestico. Solitamente viene prediletto dal 42% dei viaggiatori il trasporto in auto e quasi il 50% tiene il proprio animale nell'apposito trasportino, mentre il 17% ha montato all'interno dell'auto una rete divisoria. Ma c'è anche chi è più imprudente: il 14% lascia l'animale sul sedile posteriore, l'8% preferisce tenerlo seduto ai propri piedi sul lato passeggero, e il 5% lo lascia libero di muoversi nell'abitacolo dell'auto. «*I più stravaganti?*», chiede *Direct Line* in una nota. Indubbiamente il 6% del campione, che ha risposto di circolare in auto con l'animale protetto solo dalla cintura di sicurezza come se fosse un essere umano. In realtà, dovrebbe sempre essere utilizzato il trasportino, per evitare di essere disturbati durante la guida. Contrariamente a quello che si potrebbe pensare, in auto con i proprietari non viaggiano solo cani e gatti, ma anche conigli (12%), pappagalli (9%), furetto (6%), papere (3%), iguane (3%), serpenti (3%) e falchi (1%). Per trasportare i propri amici animali è sempre necessario conoscere gli obblighi sanitari richiesti nella Nazione, o anche nella regione italiana, dove si intende recarsi e i regolamenti delle varie compagnie aeree, marittime e ferroviarie che si pensa di utilizzare. Per chi vuole viaggiare con il proprio cane o gatto nel Regno Unito, ci sono, ad esempio, regole ben precise che non si possono ignorare. Per chi, invece, vuole visitare l'Italia e desidera portare con sé un animale, deve sapere che l'ingresso sul territorio nazionale di cani, gatti e altre specie considerate d'affezione, o da compagnia, è regolamentato da specifiche norme a tutela della salute pubblica e animale.

Le regole da rispettare ...

Trasporto

Le regole e le condizioni di trasporto variano a seconda dei diversi mezzi utilizzati. Dal punto di vista legislativo, le normative di riferimento sono: il Regolamento (Ce) n. 1 del 2005 sulla protezione degli animali durante il trasporto e le operazioni correlate e il Decreto Legislativo 151/2007 con relativo allegato n. 5 che regola le disposizioni sanzionatorie per la violazione del Regolamento (CE) n. 1/2005 sulla protezione degli animali durante il trasporto e le operazioni correlate.

AUTO

L'articolo 169 del Codice Stradale dice che: "È vietato il trasporto di animali domestici in numero superiore a uno e comunque in condizioni da costituire impedimento o pericolo per la guida. È consentito il trasporto di soli animali domestici, anche in numero superiore a uno, purché custoditi in apposita gabbia o contenitore o nel vano posteriore al posto di guida appositamente diviso da rete od altro analogo mezzo idoneo che, se installati in via permanente, devono essere autorizzati dal competente ufficio provinciale della Direzione generale della M.C.T.C.". Pertanto, ai sensi

della legge, se si viaggia con **un solo cane**, questo può essere tenuto libero a patto che stia sul **sedile posteriore**. Se si viaggia con più animali, questi devono essere custoditi in apposite **gabbie** o nel **vano posteriore** della vettura, diviso da **reti** o da altri mezzi idonei. **E' comunque sempre consigliabile l'utilizzo del trasportino anche in caso di viaggio in compagnia di un solo cane o gatto per evitare di essere disturbati durante la guida!**

AEREO

Quasi tutte le compagnie aeree consentono il trasporto di animali. Quando si prenota un viaggio in aereo con il proprio cane o gatto, è opportuno controllare se il volo prevede **scali** in paesi di transito con cambi di compagnia aerea o di velivolo, sia perché i trasferimenti da un aeromobile ad un altro possono comportare rischi per gli animali stessi (rottura delle gabbiette e **smarrimento**), sia perché l'animale può essere bloccato nel paese di transito per eventuali **controlli sanitari** o addirittura per il fermo della **quarantena**. Pertanto, bisogna informarsi preventivamente sugli **obblighi sanitari** non solo del paese di arrivo, ma anche di quello di transito. I cani guida per non vedenti possono viaggiare con il proprietario purché muniti di museruola e guinzaglio. Per quanto riguarda l'accesso a bordo dell'aeromobile di cani e gatti a seguito di un passeggero, non esiste una regolamentazione unica per tutte le compagnie aeree. Ogni compagnia di navigazione può infatti stabilire la tipologia della gabbietta, il numero degli eventuali animali accettati in cabina o la possibilità di farli uscire o meno dalla gabbietta, ecc.. Generalmente, per ogni volo, è ammesso in cabina un certo numero di animali: cani di piccola taglia (inferiori a kg. 10 di peso) e gatti (alcune compagnie accettano il classico trasportino, altre ne richiedono di particolari). I cani di media o grande taglia, invece, viaggiano nella stiva pressurizzata in apposite gabbie rinforzate. Alcune compagnie garantiscono l'assistenza di personale specializzato, centri di assistenza e di ristoro per gli animali durante gli scali. Canarini e altri piccoli animali viaggiano in cabina dentro la loro gabbia.

TRENO

I cani guida per ciechi sono ammessi gratuitamente in qualunque treno e classe. Per i treni che vanno all'estero, un recente certificato di vaccinazione antirabbica è indispensabile per entrare in alcuni paesi dell'Unione Europea. Restrizioni e diverse modalità di trasporto sono previste a seconda del tipo di treno che si prende: Eurostar, Intercity, regionali e interregionali o Wagon Lit. È meglio informarsi presso Trenitalia prima di partire. Cani, gatti, volatili, pesci ed altri piccoli animali possono viaggiare in treno purché chiusi in apposite gabbiette, salvo particolari divieti. I cani di piccole dimensioni e i gatti possono viaggiare con il

proprietario, ma solo in seconda classe. I cani di grossa taglia viaggiano liberi solo se lo scompartimento è stato interamente prenotato (il proprietario deve sostenere le spese di disinfestazione del locale). Possono viaggiare in scompartimenti con altre persone se non recano disturbo e se sono muniti di guinzaglio e museruola. Con i cani di **qualsiasi taglia** si può viaggiare a bordo delle **Frecce ed Eurostar Italia**, oltre ai treni attualmente previsti (Intercity e Notte), sia in 1ª che in 2ª classe e nei livelli di servizio Business e Standard, ad eccezione dei livelli Executive, Premium, Area del silenzio e salottini. I cani di **piccola taglia**, i gatti ed altri piccoli animali domestici da compagnia (custoditi nell'apposito contenitore di dimensioni non superiori a 70x30x50 cm) sono ammessi **gratuitamente** nella 1ª e nella 2ª classe di tutte le categorie di treni e nei livelli di servizio Executive, Business, Premium e Standard. È ammesso **un solo contenitore** per ciascun viaggiatore. È inoltre consentito, per singolo viaggiatore, il trasporto di un cane di **qualsiasi taglia**, munito di **museruola e guinzaglio** su:

- treni Frecciarossa, Frecciargento, Frecciabianca e ES*;
- treni Espressi, IC ed ICN sia in prima che in seconda classe;
- treni Regionali nel vestibolo o piattaforma dell'ultima carrozza, con esclusione dell'orario dalle 7 alle 9 del mattino dei giorni feriali dal lunedì al venerdì;
- carrozze letto, carrozze cuccette ordinarie e comfort e vetture Excelsior ed Excelsior E4 per scompartimenti interamente prenotati dal proprietario del cane. In tali casi, per il trasporto del cane è necessario acquistare un biglietto di 2ª classe al prezzo previsto per il treno utilizzato **ridotto del 50%**. Per il servizio cuccetta, VL o Excelsior è dovuto un biglietto per treno espresso di 2ª classe **ridotto del 50%**. In nessun caso gli animali ammessi nelle carrozze possono occupare posti destinati ai viaggiatori e, qualora **rechino disturbo**, l'accompagnatore dell'animale, unitamente all'animale stesso, su indicazione del personale del treno, è tenuto ad occupare un altro posto eventualmente disponibile o a scendere dal treno. Per il trasporto dei cani (escluso il cane guida dei non vedenti) è necessario avere il **certificato di iscrizione all'Anagrafe canina** (o il **passaporto del cane** per i viaggiatori provenienti dall'estero), da esibire al momento dell'acquisto del biglietto per l'animale, ove previsto, ed in corso di viaggio. Se trovati sprovvisti del certificato a bordo treno si è soggetti a penalità e si deve scendere alla prima fermata. **Il cane guida** per i non vedenti può viaggiare su tutti i treni **gratuitamente senza alcun obbligo**. Sul sito Internet di **TRENITALIA** è possibile consultare dettagliatamente le norme che regolano il trasporto degli animali domestici.

NAVI E TRAGHETTI

Per quanto riguarda brevi traversate su navi e traghetti, su alcune compagnie di navigazione, ad esempio Tirrenia, viene richiesto il certificato di buona salute rilasciato dal veterinario per i cani e, nel caso di trasferimenti in Sardegna, è richiesta la vaccinazione antirabbica. Sui traghetti i cani sono ammessi con guinzaglio e museruola, i gatti nell'apposito trasportino. I cani di piccola taglia possono viaggiare in cabina con il proprietario previo consenso delle altre persone a bordo. I cani di taglia grande o media possono alloggiare negli appositi canili di bordo, ma generalmente, è permesso tenerli sul ponte con il proprietario se muniti di guinzaglio e museruola.

Passaporto

Per gli spostamenti di cani, gatti e furetto accompagnati dal loro proprietario o da una per-

ERBORISTERIA
ELISIR

Erbe officinali - Cosmesi naturale biologica
Floriterapia di Bach - Naturopata in sede
Prodotti e consulenze
per intolleranze alimentari

L'ERBOLARIO 

C.so Francia, 25 Torino - Tel. 011.77.09.842
Clicca qui per la cartina

sona che ne assume la responsabilità per conto del proprietario durante il viaggio tra gli Stati membri, il Regolamento (CE) 998/2003 prevede la necessità della identificazione degli animali tramite un tatuaggio, se apposto prima del 03/07/2011, oppure tramite un sistema elettronico di identificazione (microchip o trasponditore) e del possesso di uno specifico passaporto individuale (documento di identificazione dell'animale da compagnia) rilasciato da un veterinario abilitato dall'autorità competente. Il numero del microchip (oppure del tatuaggio) va riportato sul passaporto dell'animale. Il passaporto, di forma tipografica standard e redatto anche in lingua inglese, dovrà contenere i dati anagrafici e l'elenco di tutte le vaccinazioni effettuate dall'animale, le visite mediche e gli eventuali trattamenti contro le zecche e l'echinococco e sostituisce tutte le altre certificazioni per gli spostamenti all'interno dei paesi della UE. Per quanto riguarda i trattamenti per l'echinococco si sottolinea che gli stessi sono disciplinati dal Regolamento Delegato UE n. 1152/2011 della Commissione del 14/07/2011. Il passaporto è rilasciato dai servizi veterinari dell'azienda sanitaria locale, su richiesta del proprietario. Il rilascio per i cani è subordinato alla preventiva iscrizione all'Anagrafe Canina. In molti paesi europei, infine, è vietato l'ingresso degli esemplari delle razze canine ritenute pericolose.

Vaccinazioni

In alcune nazioni ci sono leggi molto severe che prevedono, ad esempio, che il cane venga messo in quarantena in una struttura sanitaria e quindi separato dal proprio proprietario anche per lunghi periodi. Occorre, quindi, informarsi direttamente al servizio sanitario o al consolato prima di partire. Se ci si reca all'estero, è opportuno prendere informazioni sulle norme sanitarie richieste (vaccinazioni, certificati ed eventuale quarantena) relative al paese che si vuole visitare. Tali obblighi variano da Stato a Stato. Per l'espatrio è obbligatorio sottoporre l'animale alla vaccinazione antirabbica almeno un mese prima della partenza. È consigliabile, comunque, portare sempre con sé il libretto sanitario rilasciato dal proprio veterinario di fiducia sul quale sono registrate tutte le vaccinazioni effettuate dal cane o dal gatto. Indipendentemente dalla meta (Italia o estero), laddove le vaccinazioni non siano esplicitamente obbligatorie, è comunque importante proteggere il cane o il gatto dalla potenziale aggressione di agenti patogeni nuovi presenti in zone geografiche diverse. Si può procedere ad una vaccinazione, alla somministrazione di farmaci che impediscono l'attecchimento dell'infezione e all'osservazione di rigorose norme igieniche. In **Sardegna** è molto diffuso l'echinococco, una particolare tipo di tenia. Si può proteggere il cane somministrando soltanto cibi cotti e, al ritorno dal soggiorno, è meglio effettuare una visita di controllo e l'esame delle feci. I cani e i gatti che si muovono nell'ambito del territorio nazionale non necessitano di **vaccinazione antirabbica**, tuttavia le compagnie navali o aeree potrebbero farne richiesta. In tutto il **bacino del Mediterraneo** (per l'Italia zone come Sardegna, Argentario, Isola d'Elba, Sicilia e altre regioni del sud) il pericolo è rappresentato dal pappatacio, un insetto che può trasmettere la leishmaniosi. In tali zone, è preferibile non far dormire il cane all'aperto durante la notte e distribuire antiparassitari sul pelo. Nel **nord Italia** o comunque in territori umidi e pianeggianti come la Pianura Padana, bisogna proteggere il cane dalla filariosi cardiopolmonare, una malattia diffusa e pericolosa che si può prevenire somministrandogli specifiche compresse. È sempre consigliabile, comunque, la vaccinazione antirabbica.



Qualche consiglio...

La possibilità di poter **trascorrere le vacanze senza separarsi dagli amici a 4 zampe** è oggi una concreta realtà, ma è importante essere consapevoli degli eventuali problemi che possono prospettarsi per il quadrupede al momento della **partenza**. Il vostro amico a 4 zampe deve infatti adattarsi ad una condizione diversa da quella abituale e proprio per questo è importante che il proprietario trovi il modo migliore per **tranquillizzarlo**, evitandogli inutili sollecitazioni emotive. Passare lunghe ore all'interno di un **trasportino**, subire il **mal d'auto** e ritrovarsi di colpo in un ambiente nuovo è tutt'altro che scontato per i nostri cani e gatti. Nel caso di un animale particolarmente reattivo, è opportuno consultare un medico **veterinario** per l'eventuale somministrazione di un leggero **ansiolitico** prima della partenza, o di **farmaci** specifici che allevino i sintomi di un possibile malessere. Efficaci possono essere anche alcuni stratagemmi: un vostro indumento lasciato a disposizione del cane, il suo giocattolo preferito o una copertina messa nella brandina qualche giorno prima della partenza costituiranno riferimenti olfattivi oltremodo rassicuranti.

VIAGGIARE IN AUTO

Il viaggio è uno stress per i nostri amici a 4 zampe ed è quindi consigliabile farli partire a **stomaco vuoto** ed in perfette condizioni di salute. Indispensabile, poi, è assicurare all'animale **acqua fresca** a volontà: è perciò opportuno fare **soste frequenti** per permettergli di **bere, passeggiare** un po' e fare i suoi **bisogni**. Grande attenzione va riservata alla **temperatura**. Il **calore può essere mortale per i cani** che, soprattutto d'estate, non devono mai essere lasciati nelle auto posteggiate, se pur con il vetro leggermente abbassato. **Anche i gatti patiscono molto il caldo**, perché sudano solo attraverso i polpastrelli. Può essere molto utile applicare sui finestrini posteriori le tendine antisole, facilmente reperibili in tutte le aree di servizio. Infine, è consigliabile **non esporre il cane direttamente all'aria condizionata ed evitare che rimanga a lungo con la testa fuori dal finestrino**. Sono frequenti, infatti, casi di tracheiti e altre patologie delle vie respiratorie proprio nei mesi estivi. Se l'animale è soggetto al **mal d'auto**, prima di partire è necessario chiedere consiglio al **veterinario** per contenere il disagio legato alla nausea.

COME EVITARE IL MAL D'AUTO

Il **mal d'auto** o **cinetosi** è un problema più comune di quanto si possa pensare, che si manifesta quando il cervello riceve stimoli discordanti dagli organi di equilibrio. Può colpire cani di **tutte le età**, anche se i cuccioli e gli animali più giovani sono più predisposti. I se-

gni tipici della cinetosi sono: **agitazione, affanno, salivazione eccessiva, eruttazione** ed infine **vomito**. Il disagio può manifestarsi ancor prima di entrare in auto, a causa del ricordo di esperienze precedenti. Questa condizione toglie piacere al viaggio e può trasformarlo in un'esperienza stressante anche per il proprietario. Esistono nuovi **farmaci** da somministrare prima della partenza, efficaci, sicuri e privi di effetti indesiderati come apatia e sonnolenza. Il mal d'auto può poi essere contrastato mettendo in atto alcuni accorgimenti di buon senso:

- aprire parzialmente il finestrino per permettere l'ingresso di **aria fresca**;
- cercare di **guidare il più dolcemente possibile**, evitando accelerazioni e frenate non necessarie;
- assicurarsi che la **temperatura** all'interno dell'auto non sia né troppo calda né troppo fredda;
- durante i viaggi lunghi, fare **soste regolari** per permettere al cane di scendere dalla macchina, **bere** e fare i suoi **bisogni**;
- **abitare l'animale ai viaggi in auto**, iniziando con **brevi tragitti** e aumentando gradualmente la durata dei trasferimenti;
- associare il viaggio ad un'**attività piacevole**: ad esempio una passeggiata una volta giunti a destinazione;
- portare in auto il **gioco preferito** dall'animale o la sua coperta, per rendergli l'ambiente più familiare;
- **gratificare l'animale** con carezze e parole affettuose, se durante il viaggio rimane tranquillo;
- **evitare di rassicurarlo** quando invece si agita, abbaia o piagnucola, altrimenti si rischia di aumentare il suo disagio.

VIAGGIARE IN AEREO

Se il vostro amico a 4 zampe viaggia in **cabina**, è opportuno evitare che dia disturbo agli altri passeggeri per non sollevare spiacevoli discussioni. Specialmente se il viaggio è lungo, non bisogna fargli mancare **acqua e cibo**. Se viaggia in **stiva**, è bene provvedere all'acquisto di una **gabbia adeguata** e farci stare l'animale qualche ora nei giorni antecedenti la partenza, perché possa abituarsi. In caso di scalo, non solo è possibile ma è anche consigliabile andare dal proprio animale e confortarlo con acqua, cibo e tante coccole.

VIAGGIARE IN NAVE

Anche sulle navi gli animali sono generalmente accettati, solitamente dietro **pagamento di un biglietto** e con condizioni che variano a seconda della compagnia. Se il trasporto può avvenire solo sul **ponte**, è consigliabile individuare immediatamente una zona d'ombra che tenga Fido al riparo dai **colpi di sole**. È importante far passeggiare il proprio cane, non fargli mai mancare da mangiare e da bere, stando attenti che non sporchi. Prima ancora di salire in nave, quando ci si trova sulla banchina del porto in attesa d'imbarcarsi, è indispensabile tenere il proprio amico a 4 zampe al fresco e, se possibile, fargli fare una **passeggiatina** prima di salire a bordo. Se invece per l'intera durata del viaggio il vostro quadrupede dovrà stare nella **stiva**, sarà necessario andare spesso a trovarlo per rassicurarlo e cercare di ridurre al minimo il disagio legato alla permanenza nel box, assicurandogli una dose sufficiente di acqua e cibo e prestandogli le cure necessarie.

Giulia Guazzora

LINK UTILE

Per viaggiare informati con i propri amici si può consultare il sito dell'associazione *Dogwelcome per i diritti di tutti gli animali e di chi conduce animali domestici* www.dogwelcome.it/index.php?pkg=static&task=associazione_dogwelcome

METODI SOSTITUTIVI DELLA VIVISEZIONE E LORO VALIDAZIONE

Spesso sentiamo dire: « non possiamo fare a meno della vivisezione, non ci sono altre vie ». Ed invece metodi alternativi ci sono. Ma è più giusto chiamarli metodi sostitutivi o metodi scientifici, non alternativi, perché così facendo diamo una connotazione di metodo scientifico alla sperimentazione animale, che metodo scientifico non è.

Tali metodi si dividono in due categorie: quelli non biologici e quelli biologici. Tra i non biologici c'è il metodo EPIDEMIOLOGICO, cioè lo studio della malattia nella popolazione.

In epidemiologia la molteplicità delle osservazioni costituisce la riproducibilità, ma non nel chiuso di un laboratorio ma nell'intera popolazione. Necessita di tempi lunghi e di campioni osservati (sani e pazienti) numerosi.

Esempi di correlazione causa/malattia scoperte con l'osservazione epidemiologica:

- cancro cutaneo in europei emigrati ai tropici, fece in modo di correlare la malattia con l'eccessiva irradiazione ultravioletta (le pelli scure sono protette dalla melanina in concentrazioni maggiori);

- negli anni '60, in Massachusetts, un campione consistente di cittadini accettò di sottoporsi ad esami clinici e questionari su alimentazione e stili di vita, ciò portò a correlare obesità, fumo, sedentarietà con malattie cardiovascolari. In parallelo si sperperavano soldi per individuare questi fattori di rischio nei laboratori, cercando di riprodurre in animali le malattie cardio - coronariche umane. Perché l'epidemiologia è considerata scomoda? Richiede perseveranza, serietà d'intenti e non permette di produrre in tempi brevi le numerose pubblicazioni scientifiche che sono la base della carriera dei ricercatori.

Il metodo epidemiologico applicato estesamente e con competenza può dare importanti risultati per le malattie di cui non si conosce la causa, come il cancro. Un serio metodo epidemiologico utilizza metodi statistici robusti ed uniformi.

SIMULATORI O MODELLI MATEMATICI

Si tratta di programmi per computer con il più alto numero possibile di informazioni su meccanismo, fisica, chimica, biologia del sistema oggetto di studio, come il sistema respiratorio, circolatorio, epatico ecc..

Una volta ben programmato ed istruito il computer diventa un simulatore di apparato umano e potrà fornire (grazie alla sua velocità di calcolo) informazioni in merito alle conseguenze delle variazioni a cui un soggetto è sottoposto a causa di fumo, agenti inquinanti, sostanze tossiche, farmaci. Un modello può simulare il destino di un farmaco: la sua velocità di assorbimento, la concentrazione nel sangue, le trasformazioni subite a livello epatico ed escrezione renale.

Esempi di simulatori:

- Università di Pittsburgh (USA) il sistema MCS (sistema circolatorio Mock) costruito da Hydrospace Research Corporation per il National Heart Institut;

- Polmone digitale realizzato ad Harvard; l'edema polmonare (polmone che si riempie di liquido e sangue) è stato riprodotto su un chip. I ricercatori del gruppo americano Wyss hanno prima costruito un polmone su chip poi lo hanno fatto ammalare di edema polmonare per studiare gli effetti di un farmaco chemioterapico; la struttura del chip è data da un polimero flessibile rivestito di cellule polmonari umane e cellule umane dei vasi sanguigni.

Simulatori analoghi vengono sempre più usati nei training (didattica) per futuri medici; è recente la notizia (riportata da PCRM Physicians Committee for Responsible Medicine) della **sostituzione nelle scuole di specializzazione per pediatri della University of Washington, dei gatti con simulatori di neonati per preparare ad interventi di intubazione e ventilazione delle prime vie aeree nei neonati. Fino ad oggi venivano (ed in altri istituti ancora vengono) utilizzati gatti continuamente sottoposti a manovre invasive che provocato traumi e ferite ripetute per decine di volte al giorno.**

COLTURE IN VITRO ottenute per espanto tessutale (pelle, mucose) o cellule da liquido amniotico o leucociti del sangue. Le cellule così ottenute vengono poste in ambiente arricchito con sostanze nutritive in modo che le cellule possano sopravvivere e riprodursi. La riproduzione cellulare avviene a condizione che:

- l'ambiente fornisca sostanze nutritive e allontani sostanze del catabolismo (di scarto),

- abbiano tempo congruo per svilupparsi,

- sia garantito il contatto con altre cellule per ottenere lembi di tessuto.

Da colture cellulari si possono ottenere lembi di tessuti umani su cui si effettuano ricerche su aterosclerosi, trombosi, ecc.

Colture cellulari ottenute da tessuti sani o patologici sono usati in farmacologia, biochimica, oncologia: ad esempio l'inoculazione di virus è più rapida e riproduce malattie tipiche umane come l'AIDS.

Attualmente sono disponibili vari organi bioartificiali, cioè membrane polimeriche semipermeabili che possono essere adoperate per la ricostruzione di tessuti e organi in vitro. Ad oggi sono ricostruiti POLMONI: sono il primo organo complesso costruito in provetta, PELLE: è stato il primo tessuto ad essere coltivato in provetta e il risultato più importante risale al 2006, quando è stata ricostruita la pelle, completa di strato superficiale e profondo, utilizzando tre diversi tipi di cellule staminali. A questi organi si aggiungono CORNEA, CUORE: numerosi gruppi di ricercatori, fra i quali italiani, hanno cominciato test clinici basati su cellule staminali del muscolo cardiaco e condotti su pazienti colpiti da infarto.

Si sta consolidando la coltivazione di: CARTILAGINE, OSSO, VASI SANGUIGNI, GHIANDOLE ENDOCRINE (la ricerca riguarda soprattutto le cellule del pancreas addette alla produzione di insulina), cellule di FEGATO e RENE (sono utilizzate per realizzare bioreattori per riparare insufficienze acute o in persone in attesa di trapianto).

Le MUCOSE sono il primo risultato concreto ottenuto in Italia, con la ricostruzione della prima vagina biotech. Le applicazioni potrebbero essere molto più ampie, dalla ricostruzione della mucosa intestinale a quella orale, alla congiuntiva.

DENTI: sono stati ottenuti in provetta utilizzando cellule staminali della gemma del dente.

(Fonte: M. Kuan)

Caratteristiche dei metodi sostitutivi:

• **maggiore affidabilità** • **minori costi** • **risposte più rapide** • **misurazioni più raffinate** • **maggiore sensibilità**
Non si saggia l'effetto sull'intero organismo, ma solo su un lembo di tessuto svincolato dal resto dell'organismo, mentre nel vivente si hanno interazioni tra i diversi tessuti e organi (questa è la critica fatta dai vivisettori)

PERO' si tratta pur sempre di lembi di tessuto umano, nel modello animale invece si saggia su un intero organismo, ma di specie diversa da quella umana ed in condizioni di stress tali da dare risposte differenti anche rispetto alla stessa specie in natura, ergo le differenze sono più impotenti e distorte nel modello animale e non nelle colture, in cui tra l'altro si possono correlare effetti dello stesso farmaco

su tessuti diversi sempre provenienti da tessuto UMANO.

Banca di tessuti umani

E' opportuno riflettere su una questione di cui si sente parlare poco anche negli ambienti antivivisezione: invece di sprecare tempo e denaro nel tentativo di riprodurre malattie tipiche umane in animali, il modello su cui studiare sono i cadaveri e il materiale derivante da operazioni chirurgiche su pazienti affetti da cancro o altre patologie.

E' indispensabile il potenziamento della ricerca biomedica attraverso la creazione di una banca dati dei tessuti umani; peraltro l'utilizzo di tessuti umani per la ricerca non è in concorrenza con la donazione di organi per trapianti, in quanto la donazione di tessuto per ricerca avviene *post mortem*, non a cuore battente come è necessario per l'utilizzo di organi per i trapianti.

In alcune nazioni ci sono banche dei tessuti: Banca tessuti umani del Regno Unito, UKHTB - Associazione Internazionale Banche dei Tessuti, ATB - Pharmagene - Ospedale di Peterborough - Network europeo delle banche tessuti umani. Tra i partners di Euro Bio Bank figurano anche istituti di ricerca italiani.

Il progetto banche dati di tessuti umani è a cura di I-CARE International Center for Alternative in Research and Education il cui referente italiano è LeAL, lega antivivisezionista.

Il materiale umano può essere ottenuto come *surplus* di tessuto chirurgico (attualmente è rifiuto ospedaliero), tessuto da donatore, tessuto *post mortem* da medicina legale.

Oggi viviamo nell'assurdità in cui le maggiori risorse di biomateriale per la ricerca medica vengono buttate via come un rifiuto ospedaliero.

Animali transgenici o Organismi geneticamente modificati - ogm

Contraddizione degli animali transgenici: nelle odierne biotecnologie si propone di aggiungere un numero variabile di geni umani nel DNA di animali per poterlo considerare che cosa? Ancora un animale transgenico e non una forma di subumano? **Gli animali vengono "umanizzati", ossia resi geneticamente più simili a noi.**

Non è questa una dimostrazione che la distanza tra esseri umani o altre specie è così elevata che dobbiamo umanizzare gli animali?! Si usano gli ultimi sviluppi della genetica per avvalorare ancora una volta che, il modello animale è concettualmente sbagliato come ha affermato il Prof. Pietro Croce, uno dei più grandi patologi italiani.

Validazione

La scienza sperimentale postula la riproducibilità di un fenomeno per un numero indeterminato di volte, cioè ottenere lo stesso risultato per un indeterminato numero di volte.

L'affidabilità di un metodo analitico consiste nella riproducibilità dei risultati nello stesso laboratorio ed in laboratori diversi. A tal fine la Commissione del Parlamento Europeo ha creato nel 1991 il Centro Europeo per la Validazione delle Metodologie Alternative (ECVAM) con l'obiettivo di sviluppare e validare ufficialmente i metodi sostitutivi della vivisezione. Questo Centro ha funzioni di:

- coordinare la validazione dei metodi sostitutivi a livello europeo,
 - essere punto focale nello scambio di informazioni,
 - aggiornare e sviluppare banche dati su metodi sostitutivi,
 - promuove il dialogo tra legislatori, industrie, scienziati, organizzazione di consumatori e associazioni di protezione animali.
- Recentemente sono stati validati due metodi sostitutivi che prevedono l'uso di cellule umane cutanee, per test in vitro, al fine di saggiare le sostanze chimiche, in grado di sostituire il test sulla cute di coniglio per quanto riguarda gli ingredienti di cosmesi o prodotti per l'igiene personale.

I due metodi SkinEthic RHE e EpiDerm SIT si aggiungono al test validato l'anno scorso EPISKIN e permettono di salvare milioni di vite di conigli sottoposti ad atroci sofferenze, che vengono loro inflitte, ad esempio, utilizzando l'obsoleto metodo di Draize (la sostanza da testare viene instillata nel sacco congiuntivale dell'animale).

Il lavoro svolto da ECVAM di validazione è molto lungo ed oneroso, in quanto è costretto a poggiare su una base scientificamente INACCETTABILE: un metodo si ritiene valido quando fornisce risultati simili a quelli ottenuti mediante utilizzo di animali da laboratorio, quindi si arriva all'assurdo che laddove l'epidemiologia abbia scoperto la relazione causa - effetto tra inquinante e malattia, non si accetta tale ipotesi finché non si riproduce la stessa malattia scoperta nell'uomo su un modello animale.

In questo modo vengono sprecati tempo e denaro preziosi per il progresso della scienza vera che si basa su metodi riproducibili e su metodi altamente predittivi come il metodo epidemiologico.

In altre parole, i metodi sostitutivi della vivisezione sono sottoposti a processi di validazione, ossia di dimostrazione della loro validità scientifica, confrontandoli con i modelli animali che non sono mai stati validati. Nonostante ciò, la prima proposta che rifiutano i vivisettori è proprio quella di validare i propri modelli. Così commenta il Dott. Cagno, dirigente medico presso l'Ospedale Civile di Vimercate (Monza e Brianza): «se chi sperimenta sugli animali fosse sicuro dei propri metodi dovrebbe essere il primo a chiedere la validazione, perché, se ci riuscisse, metterebbe a tacere definitivamente gli antivivisezionisti scientifici».

Dott.ssa Susanna Cavalieri, biologa e volontaria LAV Firenze

LAV – sede di Firenze

www.lav.it/sedi/firenze

lav.firenze@alice.it



Amici del
GRUPPO DELLE CINQUE TERRE
PER LA CASA COMUNE ECOLOGISTA
www.gruppocinqueterre.it

onlus
La Cincia
associazione
www.lacincia.it info@lacincia.it

La casa di
Lilli e il Vagabondo
www.lacasadillilieilvagabondo.it

animalincittà
Informare, fare cultura, cercare il confronto
con enti e istituzioni per favorire un buon rapporto
uomo - animale nell'ambiente domestico e urbano,
nel rispetto dei diritti di entrambi.
Via Edoardo Rubino, 45 10137 Torino
animalincitta@gmail.com
www.cascinaroccafranca.it (alla voce "gruppi")

TREKkingITALIA PIEMONTE
Associazione Amici del Trekking e della Natura
orario: martedì a venerdì 10-12.30 16-19
Via S. Marino 104/A Torino
Tel. e Fax 011.3248265
torino@trekkingitalia.org - www.trekkingitalia.org

Per un tuo spazio pubblicitario
su **PELO & CONTROPELO:**
info.pelocontropelo@gmail.com
338 6554433 - 335 7668440

DIETA VEG E MALATTIE CRONICHE

Questa volta vorrei affrontare un argomento che interessa a molti: i benefici per la salute legati all'alimentazione vegetariana e vegana. Tema che è anche un'ottima fonte di risposte da fornire a tutti coloro che, venuti a conoscenza della nostra scelta alimentare, esordiscono con il solito: « non sai che cosa ti perdi » ... già, mi perdo l'infarto, l'ictus, alcuni tipi di tumore ... Infatti, i dati scientifici ottenuti da una moltitudine di studi epidemiologici mostrano che i vegetariani e soprattutto i vegani godono di salute migliore rispetto agli onnivori, sono ricerche effettuate in varie parti del mondo, su popolazioni anche molto differenti tra loro eppure portano a conclusioni concordanti e coerenti sul maggior benessere di chi ha eliminato i prodotti animali (sia per scelta etica che a scopo preventivo e/o terapeutico). In particolare una dieta che minimizzi (vegetariana) o elimini completamente (vegana) i cibi animali è in grado di ridurre considerevolmente l'incidenza di gravi patologie quali tumori, ipertensione, arteriosclerosi, infarto, ictus, diabete, obesità, osteoporosi, calcoli e altre patologie che costituiscono le principali cause di morbilità e mortalità nei paesi industrializzati. Al contrario le patologie correlate con il consumo di alimenti animali e prevenibili quindi con misure dietetiche, sono malattie croniche che necessitano di terapie farmacologiche di lunga durata - non prive di rischi ed effetti collaterali - e/o di interventi chirurgici (non sempre risolutivi). Iniziamo a parlare delle malattie croniche, le cosiddette patologie del benessere, nel prossimo numero affronteremo la questione alimentazione veg e cancro.

Iperensione

I vegetariani tendono a presentare una minore incidenza di ipertensione rispetto ai non-vegetariani¹⁻²⁻³ indipendentemente dal peso corporeo e dall'assunzione di sale nella dieta. Quindi la pastiglietta per la pressione non è una tappa obbligata della vita delle persone come molti credono!

Ipercolesterolemia e arteriosclerosi

L'arteriosclerosi è determinata dalla formazione della placca arteriosclerotica sulla parete dei vasi, responsabile, per minor passaggio di sangue e ridotta elasticità della parete arteriosa, di infarto cardiaco, ictus cerebrale ed arteriopatia ostruttiva degli arti inferiori, per citare i problemi principali (ma non gli unici). La placca è dovuta in primo luogo all'accumulo di materiale lipidico (grasso) e alla proliferazione del tessuto connettivo, che forma una cappa fibrosa al di sopra del nucleo lipidico. I grassi che si depositano sono quelli saturi (uova, burro, formaggio, latte intero e suoi derivati, noce di cocco, olio e cuori di palma) e trans idrogenati (margarine). Cereali, legumi, noci, frutta, verdura e oli di origine vegetale sono naturalmente privi di colesterolo. Questo significa che, fatti salvi i rari casi di ipercolesterolemia familiare, tutto il resto sarebbe evitabile con la semplice alimentazione. Ma perché non se ne parla? Tra i 10 farmaci più venduti al mondo 2 sono anticolsterolo: gli interessi in ballo sono grandi, troppo grandi perché una soluzione così semplice entri velocemente nelle raccomandazioni di salute rivolte alla popolazione. La mortalità da patologie coronariche risulta inferiore nei vegetariani rispetto ai non-vegetariani⁴⁻⁷ e tale scelta alimentare è anche efficace nell'arrestare l'evoluzione di tali patologie⁵⁻⁶.

E se la malattia coronarica fosse già presente? Può essere fatta regredire! Fin dal 1990 è stato dimostrato che il decorso clinico della cardiopatia ischemica può essere bloccato solo grazie allo stile di vita (diete veg e attività fisica). Il Dr. Ornish⁷ selezionò 2 gruppi di pazienti portatori di placche: uno ricevette il trattamento tradizionale mentre l'altro cominciò a seguire una dieta vegetariana nella quale meno del 10% delle calorie totali era fornito dai grassi ed effettuò esercizio fisico moderato abbinato a tecniche di gestione dello stress ed alla cessazione dell'abitudine del fumo. L'82% dei pazienti appartenenti al secondo gruppo mostrò netta riduzione delle ostruzioni arteriose coronariche: senza farmaci, senza chirurgia, senza effetti collaterali, senza costi! Sono stati effettuati nuovi studi su pazienti suddivisi in tre gruppi (onnivori, latte-ovo-vegetariani e vegani) ai quali sono stati misurati i livelli di carnitina e di TMAO (trimethylamine-N-oxide che deriva dalla trasformazione della carnitina stessa ad opera dei batteri intestinali). La carnitina, che si trova nel muscolo e interviene nell'utilizzo dell'energia da parte del muscolo stesso, è presente ovviamente nelle carni, è utilizzata dagli sportivi come integratore ed aggiunta ad alcune bevande "energizzanti". Gli studi hanno evidenziato come i soggetti con più elevati livelli di TMAO e di carnitina presentavano un maggior rischio di cardiopatia, infarto, ictus cerebrale e morte. Una dieta vegana, basata su cereali, legumi, verdura, frutta fresca e secca oleaginosa è in grado di abbattere le assunzioni di colina, oltre che di carnitina, fornendo una protezione aggiuntiva nei confronti delle malattie cardiovascolari rispetto a quella già conferita dalla sua abbondanza di fibre, dalla ridotta presenza di grassi saturi e dall'assenza di colesterolo.

Diabete mellito tipo 2

Nei vegetariani il diabete mellito di tipo 2 (non-insulinodipendente) risulta essere una causa di decesso molto meno comune che nei non-vegetariani.

A Milano sta per uscire ufficialmente un documento chiamato "Progetto PDTA" (Preventivo, Diagnostico, Terapeutico, Assistenziale) del paziente affetto da diabete mellito di tipo 2. Questo documento è stato redatto da una commissione speciale che coinvolge gli specialisti in diabetologia delle principali realtà ospedaliere della città e dai medici di medicina generale che hanno messo a punto le linee guida basate su un passaggio alle diete vegana e mediterranea. Fino a ieri i medici, davanti ad un paziente diabetico, intervenivano con farmaci e diete restrittive dal punto di vista calorico, con particolare limitazione dei carboidrati in generale. Ma è stato dimostrato, al netto di qualunque conflitto di interessi, che numerosi studi scientifici disponibili in letteratura internazionale sul diabete, impongono l'evidenza che le diete vegane e le diete mediterranee (con poca o nulla carne bianca e più pesce), sono il primo presidio medico per prevenire e curare il diabete di tipo 2. Questi sono solo esempi, ma sono significativi perché moltissime persone vivono l'ipercolesterolemia, il diabete di tipo 2 e l'ipertensione come qualcosa di inevitabile e non si sognano di prendere in mano, anzi in pentola, la propria esistenza e di dare ad essa una svolta salutare semplicemente cambiando dieta. Una dieta amica del pianeta, degli animali, dei Paesi in Via di Sviluppo e di noi stessi.

Dott.ssa Luisa Mondo - medico chirurgo, epidemiologa, specialista in igiene e medicina preventiva

1 Melby CL, Toohey ML, Cedrick J: Blood pressure and blood lipids among vegetarian, semivegetarian and nonvegetarian African Americans. *Am J Clin Nutr*, 1994 Jan;59(1):103-109.

2 Beilin LJ: Vegetarian and other complex diets, fats, fiber, and hypertension. *Am J Clin Nutr*, 1994;59(suppl):1130-1135.

3 Dwyer JT: Health aspects of vegetarian diets. *Am J Clin Nutr*, 1988 Sep;48(3 Suppl):712-738.

4 Franklin TL, Kolasa KM, Griffin K, Mayo C, Badenhop DT: Adherence to very low fat diet by a group of cardiac rehabilitation patients in the rural southeastern United States. *Arch Fam Med*, 1995;4:551-554

5 Franklin TL, Kolasa KM, Griffin K, Mayo C, Badenhop DT: Adherence to very low fat diet by a group of cardiac rehabilitation patients in the rural southeastern United States. *Arch Fam Med*, 1995;4:551-554.

6 Gould KL, Ornish D, Scherwitz L, Brown S, Edens RP, Hess MJ, Mullani N, Bolomey L, Dobbs F, Armstrong WT, Merritt T, Ports T, Sparler S, Billings J: Changes in myocardial perfusion abnormalities by positron emission tomography after long-term intense risk factor modification. *JAMA*, 1995;274:894-901.

7 Ornish D, Brown SE, Scherwitz LW, Billings JH, Armstrong WT, Ports TA, McLANAHAN SM, Kirkeede RL, Brand RJ, Gould KL Can lifestyle changes reverse coronary heart disease? The Lifestyle Heart Trial, *Lancet* 1990 Jul;336(8708):129-33.

Per ricevere PELO & CONTROPELO in PDF inviare una richiesta a:

info.pelocontropelo@gmail.com

**SEI ATTIVISTA ANIMALISTA E HAI GIA' AVUTO ESPERIENZE COME GIORNALISTA?
CONTATTACI, IL TUO CONTRIBUTO PUO' ESSERE UTILE!**

info.pelocontropelo@gmail.com



VEGAN CUISINE

VEG SFORMATO DI CAVOLFIORI E BROCCOLI (per 6 persone)

- 1 cavolfiore bianco oppure 1 romanesco verde (cimone) • 1 broccolo di media grandezza • 6 cavolini di bruxelles
- 1/2 confezione di panna di soia • pangrattato • sale • pepe • olio extravergine di oliva

Fare cuocere, preferibilmente a vapore, cavolfiore, broccolo e cavolini di bruxelles. Scolarli bene e metterli in una terrina con mezza confezione di panna di soia, qualche cucchiaino di pangrattato, sale e pepe a piacere. Amalgamare bene tutti gli ingredienti, prendere uno stampo da plum cake foderato con la carta da forno, versare un filo d'olio sul fondo e una spolverata di pangrattato. Unire l'impasto e completare con una spolverata di pangrattato ed un filo d'olio. Mettere lo stampo in forno già caldo a 170° / 180° max e far cuocere per circa 25 minuti. Rovesciare lo sformato, tagliarlo a fette omogenee e disporle su un piatto da portata. Decorare con qualche cimetta di cavolfiore o broccoli e servire come antipasto o come secondo piatto.



PRALINE AL COCCO (per 6 persone)

- 50 gr. di margarina vegetale • 50 gr. di zucchero di canna grezzo • 120 gr. di biscotti secchi di grano o di farro (senza latte e senza uova) • 70 gr. di cocco essiccato grattugiato per l'impasto e 50 gr. per la rifinitura • 1 bicchierino da liquore di passito o di succo di mela limpido

Lavorare la margarina vegetale con lo zucchero di canna fino ad ottenere una crema omogenea, poi sbriciolare i biscotti anche con l'aiuto di un mixer. Unire alla crema i biscotti sbriciolati, 70 gr. di cocco, un bicchierino da liquore colmo di passito (o di succo di mela limpido se destinato ai bimbi). Lavorare tutti gli ingredienti fino ad ottenere un impasto omogeneo e assai compatto, al quale si potrà aggiungere a piacere un cucchiaino di cacao in polvere (per gli amanti di dolci al cioccolato). Mettere l'impasto a riposare e raffreddare in frigorifero per circa un'ora, poi formare delle palline della dimensione di un piccolo bigné, passarle nel restante cocco grattugiato e disporle su un vassoio per dolci. Mettere le praline in frigorifero per almeno un'ora e servire come dessert di fine pasto o come accompagnamento al thé del pomeriggio.

(ricette a cura di Gianna Rolle ed Emanuela Viola)

Utilizza prodotti per la casa non testati sugli animali.

Puoi consultare l'elenco delle ditte cruelty-free qui: <http://demo.lav.nethouse.it/index.php?id=716>

 www.vegeveg.it
Ristorante & Bio shop
di Viola Emanuela risto_veg_veg@tiscali.it
cibi biologici e vegetali
catering e take away
L.go Montebello, 31/b - 10124 Torino
Tel. 011.8124863 - Cell. 329 6914553
Orario: dal Martedì al Venerdì 18-23
Sabato e Domenica pranzo e cena

Siamo su Facebook!!!
CLICCA QUI PER APRIRE LA PAGINA

LO SAPEVATE CHE...

- ✓ Quasi tutte le marche di sigarette sono testate sugli animali con inalazione del fumo fino alla morte. Vengono utilizzati anche beagle. Per saperne di più: <http://yesmoke.eu/it/blog/philip-morris-bat-torturatori-animali/>
- ✓ Dietro a uno dei caffè più costosi del mondo, si nasconde una terribile realtà. E' prodotto dalle bacche ingerite e defecate dallo zibetto delle palme, sottoposto ad orribili abusi. Decine di migliaia di zibetti, confinati in gabbie minuscole, sono costretti a subire maltrattamenti e a seguire un'alimentazione forzata che consiste esclusivamente in chicchi di caffè. Una dieta debilitante per questo animale che, al contrario, in natura si nutre prevalentemente di bacche e frutta. "Colpevoli" di conferire al caffè, con i loro succhi gastrici, un sapore caramellato, sono oggetto di un'ulteriore e inaccettabile forma di **allevamento intensivo**.

Ai bambini piace vedere gli animali al circo, ma nessuno spiega loro cosa si cela dietro lo spettacolo. Se un bambino sapesse ciò che gli animali subiscono prima di entrare in scena e si rendesse conto di quanto è triste la vita in gabbia, non troverebbe più lo spettacolo così affascinante. LAV (Lega Anti Vivisezione) e MIUR (Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca) aiutano gli insegnanti a promuovere negli alunni l'empatia e il rispetto per tutti gli esseri viventi. Per scaricare la cartella con le schede didattiche e i giochi sull'argomento consultare la pagina www.lav.it/index.php?id=1663

Spezie e Delizie

di Flo... e le sue sorelle

Negozio:
C.so Siracusa, 91/C - Torino
Cell. 339.7708545

CHIUSURA LUNEDÌ MATTINA

www.deliziediflo.it info@deliziediflo.it



clicca qui per la cartina

Trattamenti Integrati di: Riflessologia Plantare, Shiatsu localizzato e Cromologia



www.riflessologia.org

La Riflessologia oggi, è una metodica naturale efficace, non invasiva e senza alcuna controindicazione, che si può applicare a 360°, a soggetti affetti da tutte le patologie conosciute o no in quanto, indipendentemente dalle definizioni scientifiche, non riconosce la patologia come tale ma come disfunzione energetica organica. Perciò il Riflessologo **non "cura" o "guarisce"**, ma si occupa della persona nella sua interezza, aiutandola a recuperare la miglior possibile funzionalità, in relazione ai danni arrecati dall'età e dallo stile di vita. Tale metodica può risultare un ottimo coadiuvante da affiancare alla pura terapia farmacologica. La Riflessologia inoltre consente di mantenere questa condizione ottimale, con i trattamenti di mantenimento. Il Riflessologo, alla prima seduta, esegue un **"accertamento dello stato di salute energetico"**, con una precisa tecnica, per la definizione della scheda personale. La mappatura avrà segnalato le disfunzioni pregresse (forse dimenticate dal soggetto), e quelle attuali, consentendo addirittura l'individuazione preventiva delle disfunzioni energetiche che non si sono ancora rese palesi, tanto da poter anche fornire precise indicazioni per il **medico curante**. Il trattamento è una manipolazione stimolante e/o rilassante dei punti riflessi degli organi corrispondenti alla disfunzione energetica accertata, con un movimento altalenante effettuato con la prima articolazione dei pollici. Tale piacevole manipolazione sarà capace di indurre il rilassamento, consentendo quindi la migliore ricezione degli stimoli nervosi propri di questa tecnica.

Torino, C.so Turati, 23 - Tel. & Fax 011.59.79.79 - 59.99.88

clicca qui riflessologia@libero.it - www.riflessologia.org clicca qui

Per gli amici di Pelo & Contropelo 1 trattamento gratuito di riflessologia plantare

Farm Serenity Cow

Alle mucche che alleviamo chiediamo solo il loro concime, coltiviamo il nostro orto e il nostro frutteto con metodi naturali ed "antichi", e la frutta e la verdura che vendiamo sono prive di sostanze nocive. Diffondiamo la cultura animalista con corsi ed iniziative coinvolgenti.

Vieni a Conoscerci! A Cavour (TO)
Fr. Gemerello, Via Gerbidi, 7 - Tel. 3335241264
<http://farmserenitycow.blogspot.it>

clicca qui per la cartina

IL CERCACOCOLE



FENG



Splendido micio di 2 anni. Un po' timido con gli esseri umani, per socializzare con loro ha bisogno della presenza di altri gatti, che lui adora. Si escludono le adozioni come "figlio unico". Negativo a Fiv e Felv, sterilizzato. Gode di ottima salute, è giovanissimo. E' adottabile a Torino e Provincia. Laura 338 5378900 (dal lunedì al venerdì: 11,30-14 / 17-18,30) adozioni@lesfigatte.org

RONNIE



E' un gatto giovane, vivace e sano (fiv/felv negativo). Non può stare in un rifugio, perchè la gestione del suo problema richiede uno spazio pulito a sua disposizione ed un aiuto per urinare due, o meglio tre, volte al giorno. Bravissimo, si fa trattare senza problemi. In casa sta benissimo anche senza il carrellino, l'importante è che si sposti su un pavimento pulito per evitare infezioni. 339 1619488 info@lacincia.it

RED KING



Affettuoso, a dir poco morbosissimo quando prende confidenza e inizia a dare fiducia. Probabile incrocio con uno smooth collie, 4-5 anni. Fiero, energico, ha bisogno di essere affidato ad una persona con esperienza, di cui lui possa fidarsi per poi donargli tutto il suo affetto. Gaia 339 2843133 info@eipa.it

JACK E BIBO



Criceti, fratellini maschi di un mese e mezzo adottabili solo separatamente per evitare lotte quando saranno adulti. Sono allegri, vivaci e socievoli come tutti i cuccioli. info@aaeconigli.it



BONNIE

Bellissima cucciolona di taglia media dagli occhi indimenticabili. È molto timida a causa di maltrattamenti. Con un pizzico di pazienza diventerà una compagna ideale. Nata nel 2012. In canile dal 2013. 347 8213952 info@canilepinerolo.it lidapinerolo@libero.it

GOLIA



Maschio castrato di circa 5 anni è molto affettuoso. E' stato abbandonato nei pressi della collina pinerolese, soccorso e portato in canile. Ora cerca disperatamente una famiglia che si occupi di lui. 347 8213952 info@canilepinerolo.it lidapinerolo@libero.it

BIDON

Ha circa 2 anni, sterilizzato. Ha un ottimo carattere, socievole e affettuoso, estremamente buono e remissivo anche con gli altri gatti. È risultato positivo alla FIV e per questo richiede alcune attenzioni in più ma sta benissimo. Silvia 349 3789688 adozioni@lesfigatte.org



ROY

Maschio di circa 8 anni, vaccinato e di taglia grande. Equilibrato, molto intelligente ed attento, socievole. Adottabile in tutto il Piemonte (o regioni limitrofe). Anna 338 7031951, Stefano 393 7044990 caniconilpigiamarighe@alice.it



CICCIAPUZZA

Salvata perchè il serpente non aveva fame. Piccola, dolce e splendida rattina! Giovane, curiosa e vispa. info@aaeconigli.it



PINO

Segugio maschio, taglia media. Giocherellone e socievole. Nato nel 2011, in canile dal 2013 347 8213952 info@canilepinerolo.it lidapinerolo@libero.it



ZINAK

2 anni, gioioso, dinamico e molto intelligente. Adora letteralmente i bambini, ma non è compatibile con gatti e cani maschi. Pesa intorno ai 24 kg, negativo al test leishmaniosi e filaria, ha tutti i vaccini in regola ed è microchippato. E' adottabile dalla Toscana in su. Erika 348 3390104 Milena 329 6263111 cangatte@gmail.com

VIOLA

Femmina, taglia media. È stata salvata in extremis, soffriva di una infezione intestinale che la stava uccidendo. Ora è in splendida forma. Molto socievole e giocherellona, pronta per una nuova famiglia. Nata nel febbraio 2011. In canile dal 2013. 347 821 39 52 info@canilepinerolo.it lidapinerolo@libero.it

**GLI ANIMALI NON SONO OGGETTI;
SOFFRONO E GIOISCONO
COME NOI...NON ABBANDONIAMO
I NOSTRI MIGLIORI AMICI!!!**