



Associazione Prevenzione Malattie Metaboliche Congenite

Clinica Pediatrica - Ospedale S. Paolo - Via A. di Rudinì, 8 - 20142 Milano
Tel. 028911062 - Fax 0289150125 - www.apmmc.it - info@apmmc.it
Presidente: Prof. Marcello Giovannini

NEWS

Anno XV - Numero I - Febbraio 2012

EDITORIALE

E' con vero piacere che pubblichiamo la lettera di una paziente del San Paolo, qui mantenuta in forma anonima, che testimonia come sia possibile ottenere brillanti risultati nonostante il doversi confrontare quotidianamente con le difficoltà nella gestione della Fenilchetonuria.

Carissima Prof.ssa Riva,
Le scrivo per commicarLe, con gioia, che il 12 ottobre scorso ho conseguito la Laurea Triennale in Scienze Biologiche presso l'Università degli Studi di Milano - Bicocca con il voto di 107/110.

E' solo un primo passo, in quanto intendo iscrivermi alla Laurea Magistrale in Biologia Molecolare presso la stessa università, ma è un traguardo che ritengo davvero importante e che ha reso molto felici me e la mia famiglia.

Sono stati tre anni duri, ricchi di sacrifici e impegno ma anche di tante soddisfazioni.

E non avrei mai potuto essere quella che sono, non avrei mai potuto arrivare dove sono arrivata se qualcuno non si fosse preso cura di me alla mia nascita.

I miei genitori mi hanno raccontato spesso delle ansie vissute al mio primo ricovero al San Paolo e di come l'incontro con Lei sia stato determinante e rassicurante per permettergli di trovare la forza ed il coraggio di affrontare, con serenità, il futuro.

Il mio e il loro GRAZIE a Lei, al Professor Giovannini e a tutti i medici che abbiamo conosciuto in questi 22 anni è davvero immenso.

E il giorno della mia laurea il nostro pensiero è volato fino a Lei...

Spero di incontrarLa presto per abbracciarLa e mostrarLe tutto il mio affetto e la mia stima.

E' sempre nel mio cuore e in quello dei miei genitori.

Nuova collaborazione con una azienda italiana produttrice di prodotti a basso contenuto di fenilalanina.

L'Associazione prevenzione malattie metaboliche congenite, grazie all'interessamento di una mamma associata, si è rivolta ad una nuova azienda italiana che produce prodotti macrobiotici, bio e a basso contenuto di fenilalanina. L'azienda in questione, che è già attiva nella distribuzione di prodotti senza glutine, commercializzati in negozi di alimentari specializzati, su nostro consiglio si è detta molto interessata ad integrare la propria etichetta riportando i valori di fenilalanina contenuti nell'alimento.

Secondo le preliminari valutazioni, effettuate dal dr. Zuvadelli, nel catalogo dell'azienda sono presenti alcuni prodotti interessanti - come maionese, lattini aromatizzati e mozzarella - che potrebbero essere consumati dalle persone a dietoterapia per iperfenilalaninemia.

Attendiamo i risultati delle analisi che l'azienda effettuerà in laboratori specializzati e che ci diranno se sarà confermata la bontà delle nostre intuizioni.

Abbiamo il piacere di comunicare che l'APMMC, in cooperazione con L'Equipe Malattie Metaboliche Congenite, ha attivato un nuovo indirizzo e-mail apposito per le comunicazioni con i medici.

L'indirizzo è malattiemetaboliche@ao-sanpaolo.it e va utilizzato esclusivamente per comunicazioni o richieste cliniche, per la dieta, per l'esezione e altre richieste riguardanti il follow-up o i rapporti clinici paziente-Ospedale San Paolo.



Novità

Milco-Ciok

Equivalenti:

1 di cereali = 100 Gr

LE RICETTE DI ELISABETTA...

Plumcake di zucchine e peperoni



Ingredienti	mgPHE
500 gr di farina Meta-X	75
400 gr di latte Milco Essedi	32
200 gr. di zucchine	160
100 gr di cipolla di Tropea	36
200 gr di peperoni rossi	80
10 gr di lievito chimico secco ist.	
50 gr di Altrovo Loprofin	2,5
50 gr di olio	
Acqua gassata	
Sale	
Porzioni	10

PHE TOT mg. 386, Circa 38,6 mg. PHE a porzione, 1 equivalenti di cereali circa, 1.38 equivalenti di verdure circa.

Difficoltà: MEDIA, **Tempo:** MEDIO



Lavate le zucchine e tagliatele a dadini, lavate la cipolla e tagliatela a fettine sottili. Cuocete per circa 10-15 minuti le verdure in una padella con poco olio e sale, a fuoco vivace in modo che si abbrustoliscono un po'. Lavate il peperone, tagliatelo in 4/5 falde, privatelo dei semi, del picciolo e della parte bianca e mettetelo in forno per 30 minuti. Quando sarà cotto lasciatelo in forno 5 minuti e poi spellatelo e tagliatelo a striscioline.



In una capace terrina ponete l'Altrovo e 200 gr di latte. Frullate. Quando il sostituto d'uovo sarà completamente sciolto e cremoso, aggiungete l'altro latte con il lievito sciolto, frullate, aggiungete l'olio, il sale e, poco alla volta anche la farina. Continuate a frullare e, quando avrete finito la farina, aggiungete dell'acqua gassata finché non avrete ottenuto un composto liscio, viscoso ma non difficile da mescolare.



Dividete il composto a metà. In una metà aggiungete parte delle cipolle e zucchine schiacciate con una forchetta e l'altra parte di zucchine e cipolle lasciate intere. Mescolate al composto le verdure amalgamando il tutto.



Nella seconda metà del composto aggiungete parte dei peperoni in filetti e parte frullati. Mescolate bene e versate i due composti in uno stampo per muffin leggermente unto di olio. Cuocete per circa 30-40 minuti in forno preriscaldato a 200° C. Servite caldi o freddi. Sono ottimi anche per i picnic preparati il giorno prima.

ELENCO VINCITORI SOTTOSCRIZIONE A PREMI ESTRAZIONE 12 FEBBRAIO 2012

Descrizione	N°	Descrizione	N°	Descrizione	N°
Settimana a Caorle	376	Croce Uomo Morellato	3566	Lampada Ventilatore	5468
Week End per 2 persone a Malé	9483	Croce Uomo Morellato	8857	Autoradio	5531
Cartella in Plex	8145	Servizio Posate 6 persone	226	Mosquito Antizanzare	4188
Confezione Vino Franciacorta	1003	Servizio Posate 6 persone	5142	Servizio Macedonia	5966
Completo Letto Matrimoniale	61	Lampada Arredamento	7757	Collana Etnica	7700
Lettore MP4	901	Borsone Sport Lotto	986	Collana	4540
Confezione prodotti Just	3222	Piatti Royal Copenhagen	6944	Cesto alimentare	586
Frullatore a immersione	1214	Cesto alimentare	7285		
Tovaglia Pizzo Uncinetto	10979	Vaso cristallo	10994		