



# nell'attesa...

settimanale di formazione e informazione medica per il paziente in sala d'attesa

DIRETTORE RESPONSABILE FRANCESCA PATANE'

prendi  
una copia  
è gratis

anno 2 n. 3 -15 gennaio 2007

## Le nuove dipendenze

**R**ecentemente mi è accaduto di parlare con una coppia di genitori alquanto preoccupati a causa del comportamento del figlio. Come tanti ragazzi di oggi, trascorre la maggior parte del tempo davanti al suo pc. Da un po' però, è diventato molto difficile richiamarlo a un limite e ha cominciato a saltare i pasti principali, sostituiti da veloci snacks consumati davanti allo schermo, a perdere il sonno notturno e a non rendere a scuola. Ai normali richiami dei genitori è diventato aggressivo, minaccioso specialmente con la madre, e il suo nervosismo ne sta trasformando il carattere: frequenta sempre meno amici e non fa più sport.

I genitori dicono che è bravissimo nell'uso del computer, riuscendo anche a trarre qualche sporadico guadagno nelle compravendite e in altre diavolerie.

Ho consigliato un percorso di svezzamento, come si attua con gli stupefacenti, mediato da un supporto psicoterapico adeguato. Ai genitori, in modo particolare al padre, ho mostrato i rischi di un comportamento solo censorio o punitivo, ma ho raccomandato di non lasciar correre superficialmente, piuttosto approfittare per entrare da protagonisti nella crescita del figlio recuperando alcuni spazi comuni e soprattutto parlando.

Ho voluto raccontare un pezzo di ambulatorio perché mi è sembrato emblematico di una condizione, verso cui non sempre siamo preparati, che rischia di sfuggirci di mano.

Quando ancora non è terminata l'era delle droghe pesanti, mentre imperano quelle leggere, assistendo quasi impotenti allo stupido diffondersi di alcool e sigarette, registriamo nuovi comportamenti coatti che, in quanto tali, tolgono ogni libertà proprio a coloro che spesso la rivendicano in casa alzando la voce. Ed è proprio in termini di libertà, piuttosto che di salute, che rischiamo di più, perché dietro ognuno di questi "piacevoli padroni" c'è chi lucra, chi trae un profitto, chi si ingrassa, chi acquista potere.

segue a pagina 2 →

## Pronto Soccorso: norme regionali per il ticket

**"L**a legge finanziaria costringe la Sicilia ad adottare il ticket sulle prestazioni di pronto soccorso, valutate non urgenti". Queste le parole dell'Assessore regionale alla Sanità, Roberto Lagalla, all'indomani dell'entrata in vigore della Finanziaria nazionale.

"Per tutelare le fasce più deboli e garantire i siciliani, però, - dichiara l'Assessore - lo adotteremo rispettando le limitazioni e le esenzioni stabilite dalla legge regionale in materia e già in vigore nella nostra isola".

La relativa circolare esplicativa è stata recentemente diffusa dopo la firma da parte dell'Assessore.

A pagare il ticket al pronto soccorso saranno coloro i quali richiederanno prestazioni valutate non urgenti (codice bianco). Ne saranno dispensati, anche se "codici bianchi", gli esenti per reddito secondo le disposizioni regionali (9000 euro Isee per l'intera famiglia), gli invalidi, gli esenti per patologia limitatamente alle prestazioni inerenti la patologia d'esenzione, e tutte le categorie stabilite a livello nazionale come i minori di 14 anni (pazienti in età pediatrica), i traumatizzati e i soggetti con avvelenamento.

L'essere giunti al pronto soccorso con un'ambulanza del 118 non rappresenterà titolo di esenzione se il caso verrà comunque valutato al "triage" come codice bianco.

Per effetto della stessa finanziaria nazionale la quota fissa sulla ricetta per prestazioni ambulatoriali e specialistiche passa da 2 a 10 euro, oltre il costo del ticket stabilito per la prestazione medesima secondo la relativa tabella di valutazione.



## in questo numero

pag. 2: MEDICINA

■ Non è mai troppo tardi per smettere di fumare!

pag. 3: MEDICINA

■ E' arrivata l'influenza?

■ Inbox

pag. 4: UN PO' DI RELAX

■ "Un quarto alle sei"

■ INVITO ALL'ASCOLTO: Mendelsshon al Politeama

■ Sudoku

pag. 5: PAUSA CAFFE'

■ Cruciverba

■ Chicche di caffè

pag. 6: RUBRICHE

■ Cerchi una farmacia?

MANGIARBENE

■ Quei bambini belli e grassi

■ Annunci professionali

■ Recapiti utili

pag. 7: IL PROTAGONISTA

■ Quelli della rosa gialla

pag. 8: IL PROTAGONISTA

■ Le rappresentazioni della compagnia



NASCE L'IDEA DI UNA BANCA DIVERSA PER RISPONDERE ALLE GRANDI SFIDE CHE L'UMANITA' HA ATTUALMENTE DI FRONTE:

LA LOTTA ALL'ESCLUSIONE, ALLA POVERTA', LA TUTELA DELL'AMBIENTE, UNA PIU' EQUA DISTRIBUZIONE DELLE RISORSE TRA NORD E SUD DEL MONDO.

UNA BANCA CHE RICHIAMI NOI TUTTI, PERSONE, ORGANIZZAZIONI, IMPRESE, AD UNA MAGGIORE RESPONSABILITA' SULLE CONSEGUENZE CHE HANNO LE NOSTRE AZIONI



popolare  
**Banca Etica**

DIAMO CREDITO AL SOCIALE

piazzetta Forzatè, 2 35137 Padova Telefono 049 8771111  
fax 049 664922 posta@bancaetica.com www.bancaetica.com

# Perché morire di sigaretta? Non è mai troppo tardi per smettere

**A**ncora oggi in Italia si muore tanto per malattie dovute al fumo. Indipendentemente da quando e quanto si fuma, se si smette di fumare il rischio di infarto cardiaco e di ictus cerebrale inizia a ridursi (già dopo poche settimane dalla sospensione del fumo).

## LA TRAPPOLA

La stragrande maggioranza dei fumatori inizia nell'adolescenza o ancor prima. Smettere di fumare migliora la qualità della vita per vari motivi: olfatto e gusto migliorano; la pelle ritorna più luminosa; i denti diventano più bianchi; l'alito diventa più gradevole; il colore delle dita delle mani migliora; gli abiti e i capelli non hanno più l'odore di fumo; il respiro migliora e scompare la tosse da fumo; si salgono più facilmente le scale; ci si sente meglio risparmiando anche soldi.

Le sostanze nocive presenti nel fumo di sigaretta danneggiano l'organismo con diverse azioni:

- cancerogena (sviluppo e accrescimento del cancro del polmone, del cavo orale, della laringe, dell'esofago, del pancreas, della vescica, del rene);
  - irritante (tosse, bronchite cronica, enfisema);
  - ossidante (enfisema, aterosclerosi sotto forma di infarto cardiaco, ictus cerebrale, emorragia cerebrale, trombosi, invecchiamento precoce).
- Sia il fumo passivo che il fumo da sigaro è dannoso.

## GLI EFFETTI DEL FUMO SULLA GRAVIDANZA

Durante la gravidanza, a fumare una sigaretta sono sempre in due: la mamma e il

Il fumo è il più importante fattore di rischio di infarto cardiaco. Un pacchetto di sigarette al giorno comporta un accumulo di catrame nei polmoni diecimila volte superiore a quella corrispondente a un'ora trascorsa in una strada nell'ora di punta

bambino. Gli effetti nocivi sul nascituro sono rappresentati da una crescita ritardata del feto dovuta ad una minore irrorazione sanguigna e ossigenazione. Il fumo di sigarette è il più importante fattore di rischio di infarto cardiaco nei giovani (sotto i cinquant'anni) e nelle donne. Le donne hanno un rischio di infarto cardiaco sei volte maggiore rispetto alle non fumatrici. Le donne che fumano ed usano contraccettivi orali hanno un rischio di infarto carico o di ictus 5 volte più alto rispetto alle donne non fumatrici che usano contraccettivi orali.

## COSA SI FUMA?

Quando si fuma una sigaretta, oltre alla nicotina, introduciamo nel nostro organismo una gran quantità di sostanze nocive per la salute. La parte visibile del fumo contiene catrame. Se si fumano 20 o più sigarette al giorno, si accumulano ogni anno nei polmoni da 100 a 600 grammi di questo materiale scuro, appiccaticcio, costituito da una complessa miscela di idrocarburi aromatici, cancerogeni. È giusto sapere che la concentrazione di queste sostanze nel fumo di sigaretta è 10.000 volte maggiore di quella presente nell'atmosfera in una strada nell'ora di punta! La parte non visibile del fumo che rappresenta la

maggior parte di ciò che viene aspirato, contiene gas tossici tra cui il monossido di carbonio (sostanza emessa anche dai gas di scarico delle automobili), l'ammoniaca, le nitrosamine, i nitrili, gli idrocarburi volatili, la formaldeide ecc. Alcune di queste sostanze derivano dai fertilizzanti e pesticidi usati per la coltivazione del tabacco. Il monossido di carbonio si sostituisce all'ossigeno nei globuli rossi e riduce la capacità di respirazione di tutti i tessuti.

## LA TOSSICODIPENDENZA

La nicotina, presente in tutti i tipi di tabacco, è una sostanza che dà dipendenza. Assorbita dai polmoni, raggiunge il cervello dove interferisce con la funzione di alcune cellule. Con il tempo però la nicotina danneggia le stesse cellule nervose rendendole incapaci di funzionare se la sostanza non è presente. Si instaura, così una vera e propria tossicodipendenza, con relativa crisi di astinenza. Per coloro che devono smettere le maggiori difficoltà si evidenziano entro 24 ore dall'ultima sigaretta ed il punto più critico, per resistere alla tentazione di ricominciare a fumare, si verifica nei primi 4 giorni. I sintomi dell'astinenza, però, tendono ad attenuarsi tra la prima settimana e il primo mese.

I fumatori sono una minoranza della popolazione, ad oggi circa un terzo degli adulti. Il desiderio di smettere di fumare è presente in oltre 4 su 5 fumatori. Smettere di fumare è una delle cose più importanti che una persona possa fare per proteggere la propria salute, anche se spesso non è molto facile riuscirci. Molti fumatori infatti tentano di smettere più volte prima di avere successo.

Esistono oggi diverse strategie per aiutare i fumatori a smettere di fumare:

- consigli per chi vuole smettere di fumare da solo
- tecniche di supporto individuale
- terapie di gruppo
- trattamenti farmacologici con sostanze che attenuano i sintomi di astinenza (nicotina e bupropione) da assumere sotto controllo medico. Interventi combinati, ad esempio terapie di supporto e farmacologiche sembrano essere particolarmente efficaci.

È attivato in Italia un numero verde contro il fumo (800 554088). Si tratta di un servizio nazionale, anonimo e gratuito, operativo dal lunedì al venerdì dalle ore 10.00 alle ore 16.00.

Anche il presidio ospedaliero "G.F.Ingrassia" accoglie un centro antifumo. Per maggiori informazioni è possibile chiamare il numero 091/7033779 o 7033778.

## SERGIO FASULLO

Dirigente Medico Cardiologo  
Terapia Intensiva ed  
Ecocardiografia - Div.  
Cardiologia "Paolo Borsellino"  
Pres. Osp. G.F. Ingrassia  
sergiofasullo@libero.it

## DALLA PRIMA PAGINA

### Le nuove dipendenze

È un dato di fatto che per crescere figli dal carattere saldo e maturo occorre spendere molto tempo e questo a volte è tiranno, ma crediamo che sia una battaglia da combattere con decisione per ridurre all'impotenza chi vuol negare il bene della libertà a chi crede solo di divertirsi. Il tempo recuperato al dialogo e all'attenzione sarà il miglior nostro alleato.

**DIEGO FABRA**

### Vaccino utile ai cardiopatici

Uno studio condotto in Polonia su persone sottoposte ad angioplastica e vaccinati correttamente contro il virus influenzale ha mostrato una riduzione ad un anno degli eventi cardiovascolari successivi di un buon 4 per cento: i problemi cardiaci successivi sono infatti scesi dal 9 al 5 per cento.



settimanale di formazione e informazione medica per il paziente in sala d'attesa

Diego Ezio Fabra Editore - Palermo

Direttore responsabile  
**Francesca Patané**  
(direttore@nellattesa.it)  
Segreteria di redazione  
**Elda Domina**  
(redazione@nellattesa.it)  
Redazione  
**Sergio Fabra** (sergio@fabra.biz)  
**Alessio Trudu** (alessio@fabra.biz)  
**Amir Arouet** (king\_buzzo@libero.it)  
Vignettisti  
**Pierrico Di Trapani**  
**Letizia Romano**  
(romano.letizia@libero.it)  
Responsabile commerciale  
**Marcello Barbaro**  
(marcellobarbaro53@libero.it)  
Progetto editoriale  
**Diego Ezio Fabra**

Progetto grafico  
**Sergio Fabra**  
Direzione, redazione, uffici  
**Via Maggiore Toselli 85 - Palermo**  
Telefono **0916269711**  
Fax **0917829517**  
Sito web: <http://www.nellattesa.it>  
E-Mail [info@nellattesa.it](mailto:info@nellattesa.it)  
Stampa  
**Publicicula s.r.l.** Via Pietro Nenni 3  
Palermo (www.publiciculasrl.it)  
Registrazione  
**Tribunale di Palermo n° 11 del 29 maggio 2006**  
Questo numero è stato stampato in 10.000 copie  
Chiuso in tipografia il 3/1/2007  
Pubblicità inferiore al 50%

# E' arrivata l'influenza?

Molti italiani hanno passato le feste natalizie a letto con sintomi che hanno fatto temere l'arrivo anticipato della temuta epidemia influenzale

**N**el periodo delle feste natalizie molti di noi hanno dovuto fare i conti con sintomi stagionali: febbre, algie, malessere, nausea, vomito, diarrea. Si è pensato fosse arrivata la tanto temuta e annunciata influenza, verso cui buona parte della popolazione a rischio è già stata vaccinata per merito della solerzia dei nostri centri vaccinali e di tanti medici di famiglia.

Ma si tratta davvero di influenza? Sì, perché nella maggior parte dei casi invece sono in causa germi molto più banali, verso cui non è di certo valso la pena effettuare vaccinoterapia, quindi son molto diffusibili. E' pur vero che per soggetti quali gli immu-

nodepressi, i cardio o broncopatici, gli anziani valgono le medesime raccomandazioni: evitare i contatti, rispettare alimentazione sana e ricca di vitamine, coprirsi bene e non affaticare eccessivamente l'organismo. Ma non è lecito e opportuno creare allarmismi: sono sempre da evitare, non aiutano i medici e creano un clima errato.

Per aiutare a riconoscere i sintomi influenzali pubblichiamo uno schema distribuito dalla GSK e che riteniamo semplice e chiaro. Ricordiamo ai nostri lettori che abbiamo parlato diffusamente di influenza in un numero precedente e che il nostro archivio è consultabile nel sito.

## L'influenzometro

### COS'E' L'INFLUENZA?

L'influenza è un'infezione respiratoria acuta di origine virale, altamente contagiosa e trasmissibile per via aerea. In Italia, l'influenza si manifesta nel periodo invernale (prevalentemente, tra dicembre e marzo) nei pazienti sani e si risolve normalmente nell'arco di cinque-sette giorni, anche se tosse e malessere generale possono perdurare per due o più settimane.

I sintomi compaiono bruscamente: febbre elevata (della durata di circa tre giorni), accompagnata da brividi, dolori ossei e muscolari, mal di testa, malessere generale, mal di gola, raffreddore e tosse non catarrale

## HO L'INFLUENZA! Ma forse è solo un raffreddore...

Ecco come possiamo distinguere se si tratti di raffreddore o di influenza, in maniera semplice. Quali sono i tuoi sintomi?

Valutali con questa tabella

SINTOMI	INFLUENZA	RAFFREDDORE
Insorgenza dei primi sintomi	Generalmente brusca ed improvvisa accompagnata da brividi e sudorazioni	Può essere graduale
Febbre	Superiore ai 38° C, dura circa 3-4 giorni	Rara e in genere non elevata
Mal di testa	Sì, forte	Raro
Malessere e dolori generali	Quasi sempre presenti e spesso forti	Non gravi
Affaticamento e debolezza	Possono durare fino a 2-3 settimane	Accennati
Naso chiuso	A volte	Comune
Starnuti	A volte	Frequenti
Mal di gola	A volte	Comune
Dolori al petto durante la respirazione e la tosse	Comuni. Possono divenire molto forti	Da leggeri a moderati. Tossire è doloroso
Complicanze	Bronchiti e polmoniti	Otite

## inbox

### "Canta che ti passa"

Alcuni ricercatori della University of Montreal sostengono che nelle fasi successive ad un ictus con compromissione della parola (afasia) cantare aiuta il pieno recupero.

Ma il dato nuovo sembra essere che un più netto miglioramento consegue al canto corale: infatti essere inseriti in un contesto di persone che cantano insieme alimenta la fase uditiva e la correzione spontanea.

### Troppo Psia

E' il dato che emerge da uno studio statunitense. Più della metà dei soggetti ultrasessantenni si sottopongono a dosaggio dell'antigene prostatico, che le linee-guida prevedono come test di screening solo in particolari condizioni. Pare che l'abuso consista nell'autoprescrizione.

Questo dato non sembra tenere conto delle aspettative di vita e del rapporto tra rischi e benefici di una diagnosi.

### Obesità e fibrillazione

Un gruppo di ricercatori dell'Università di Washington a Seattle ha dimostrato una stretta correlazione tra l'aumento del peso e la probabilità di sofferenza di fibrillazione striale persistente. L'associazione tra le due patologie sembra essere solo in parte mediata dalla presenza di diabete.

### Non basta ridurre il fumo

In un grande studio prospettico comprendente venticinquemila uomini e ventiseimiladonne si è dimostrato che "nei forti fumatori che hanno ridotto il consumo giornaliero di oltre il 50 per cento, la mortalità combinata per tutte le cause non è calata rispetto alla mortalità di coloro che sono rimasti forti fumatori o che hanno ridotto in maniera minore". In altre parole è necessario uno sforzo maggiore per dare migliori prospettive di salute.

## Centro Dialisi CENTRO EMODIALITICO MERIDIONALE

Direttore Sanitario  
**GRAZIA LO CASCIO**  
Specialista in Nefrologia

**ASSISTENZA MEDICA 24 ORE SU 24 ORE**

PALERMO - via Generale Cantore 21 - Tel. 091 302741 - 091 302451  
Fax 091 301243 - e-mail: centroemodialitico@libero.it



A Palermo in via R. Mondini 15  
Telefono 091 8888384  
Fax 091 8888385  
doinfitness@fastwebnet.it

La possibilità di ottenere un invidiabile equilibrio psico-fisico rende indispensabile la ricerca di centri di benessere qualificati. A Palermo esiste la DOIN FITNESS un centro specializzato non solo nella cura del fisico da un punto di vista meramente estetico, ma anche, cosa assai più rilevante, da un punto di vista medico. La DOIN FITNESS è anche "centro autorizzato" Fitness Metabolica, cioè un programma di esercizio fisico per la prevenzione e il trattamento dell'obesità, del diabete di tipo 1 e 2, dell'ipertensione e dei disturbi cardiovascolari

Il pendolo appeso alla parete d'ingresso suonò un tocco alle sei. L'aria che si respirava allo Sport Club di via Mariano Stabile era rarefatta, quel pomeriggio. C'era chi, con calma misurata, giocava al biliardo e chi, sprofondato negli ampi divani dei salottini si intratteneva in interminabili conversazioni. C'era anche chi si dilettava a inanellare giri di pista nello skating ring al coperto del Club, di cui si giovavano molte signorine della buona società. Il Conte Corrado Spadafora aveva fatto le cose in grande e il Club da lui fortemente voluto era entrato presto tra le meraviglie che la città offriva agli sguardi curiosi degli ospiti delle antiche casate aristocratiche e delle famiglie alto-borghesi palermitane. Di là dalle vetrate che davano sull'interno, si intravedevano ancora i due campi di lawn tennis, altri fiori all'occhiello del Club. La stagione del Football ancora non era iniziata e l'atmosfera era rilassata. Vincenzo Florio, il vulcanico rampollo della dinastia di armatori palermitani che gestiva la Società di "Navigazione Generale Italiana", si avvicinò al banco del fornitissimo bar. "Che dicono i nostri gloriosi footballers? Incontri in vista?" La domanda era stata indirizzata a due avventori che stavano centellinando un sorbetto al rosolio: Norman Olsen, l'eccentrico direttore della Ceramiche Florio, e George Blake, capitano e segretario del Palermo F.B.C., nonché responsabile consolare del britannico Royal Sailor Rest di via Borgo. "Al momento nulla, don Vincenzo" - rispose nel suo italiano incerto il danese - "aspettiamo l'arrivo in porto del Vectis per la solita sfida annuale", continuò l'inglese con quella caratteristica cadenza che solo gli abitanti d'Oltre Manica sanno dare al loro italiano. "Usate sempre quelle maglie rosso-blu?", continuò con un sorriso malizioso Vincenzo Florio, mentre con un cenno, ordinava al barman lo stesso dessert che stavano sorbendo i suoi interlocutori. "Non dovremmo?", rispose di rimando Olsen. "Mi pare che siano troppo comuni per una città così originale com'è la nostra... A Genova, tanto per fare un esempio, usano i

# "Un quarto alle sei"

Proseguiamo la pubblicazione di racconti tratti dal libro "Oltre la rete" basati su fatti veri romanzati dall'autore



nostri stessi colori e così fanno anche altri", continuò. "Visto coi miei occhi", concluse, portando alle labbra il sorbetto che, intanto, gli era stato servito. Blake e Olsen si guardarono perplessi. - "Non avete mai pensato di cambiarli?", insistette il giovane Florio mentre i vivaci occhi scuri e indagatori di cui era dotato, si spostavano dall'uno all'altro degli interlocutori. "Sarebbe la seconda volta, se ciò accadesse", rispose Olsen. "Abbiamo esordito in bianco-rosso, non ricorda?", soggiunse Blake. "Sì, ricordo" - ammise Vincenzo Florio - "un omaggio ai colori della bandiera di San Giorgio?", chiese. Blake sorrise. "Dovrebbe chiederlo a don Ignazio", rispose alludendo a Ignazio Maio Pagano che di quel Palermo F.B.C. era stato uno dei fondatori e dei maggiori animatori.

"Conoscendolo, potrebbe anche essere andata così", concluse sorridendo nel modo franco e aperto con cui era solito fare Vincenzo Florio. Pur non essendo un tombeur de femmes, i cuori di molte donne avevano più di un turbamento quando lui sorrideva. Ma Vincenzo era giovane, amante dei viaggi e della buona società. Ancora non aveva deciso di legarsi. Rispose con un cenno al Conte Candida Gonzaga che lo aveva salutato da lontano e tornò ad occuparsi dei suoi interlocutori. "Volete un suggerimento?" - chiese continuando - "dovreste scegliere qualcosa di particolare, dei colori inusuali che al tempo stesso possano sintetizzare quanto offre questa terra e i contrastanti sentimenti dei suoi abitanti". "Cosa suggerite?", chiese Blake interessato. "Qualcosa ... qualcosa di speciale, come ho detto", rispose il giovane Florio, il cui sguardo era andato a cadere sui sorbetti di Olsen e Blake. "Ecco" - disse come folgorato - "qualcosa come il rosa del vostro rosolio ...". Olsen e Blake, per un momento, fissarono sconcertati il loro dessert. "Rosa?", si trovarono a chiedere contemporaneamente. "Ma sì" - rispose divertito Vincenzo Florio - "perché no?" "Il rosolio è un liquore dolce con cui ingentilire il sapore di ogni vittoria" - disse - "e d'altro canto, poiché i risultati della vostra squadra sono alterni come quelli di un pendolo, potreste digerire meglio ogni sconfitta con il nero del mio amaro ...", concluse sorridendo. Olsen e Blake si scambiarono un'occhiata, colpiti dall'osservazione del loro amico. "Pensateci, amici", disse il giovane Florio, accomiatandosi. "Pensateci". "Però, che idea", disse Olsen fissando nuovamente il suo sorbetto come se lo vedesse per la prima volta. "Geniale", disse Blake - fissando il giovane Florio che si allontanava con passo lieve - "come chi l'ha pensata", concluse. "Che diavolo d'uomo!" esclamò scuotendo il capo. "Che diavolo d'un Florio!" corresse il danese.

GABRIELE POMAR

## invito all'ascolto

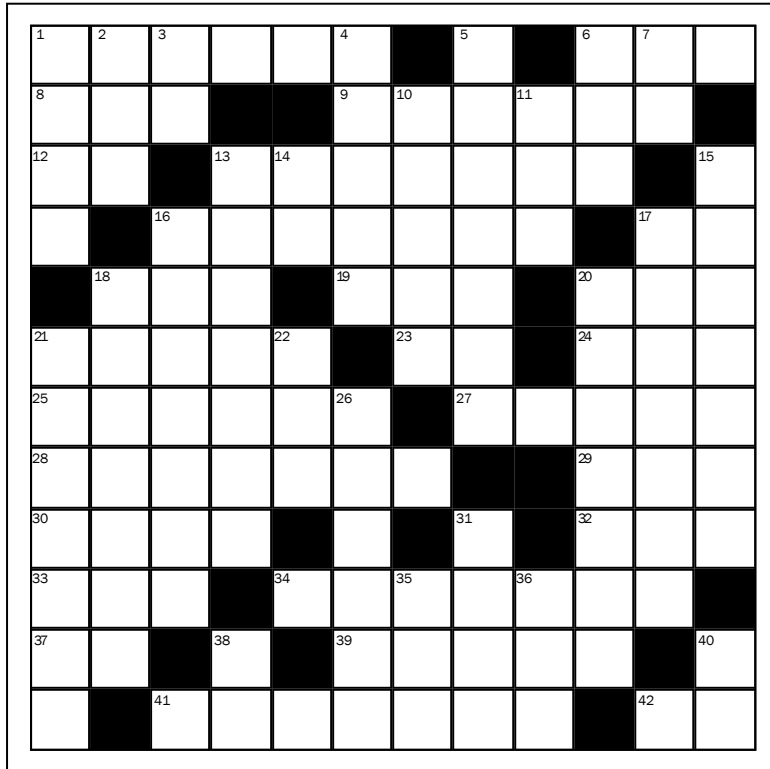
### Mendelssohn al Politeama

Venerdì 19, sabato 20 e domenica 21 gennaio il violinista Shlomo Mintz dirigerà l'Orchestra Sinfonica Siciliana in una serata dedicata a un'icona del romanticismo tedesco: Felix Mendelssohn-Bartholdy. Apre la serata l'ouverture da concerto "Le Ebridi" che l'autore, appena ventenne, compose al ritorno da un suo viaggio in Inghilterra. Sin dalle prime note si rimane rapiti dal sinuoso fascino delle sonorità mendelssohniane e ci si lascia trasportare dalle suggestioni tipicamente romantiche del concerto inquadrato nella luminosità delle forme classiche. Segue il concerto per violino e orchestra in mi minore, universalmente riconosciuto come uno dei migliori mai scritti. Il tema è immediatamente affidato al solista che si lancia in arditi passaggi virtuosistici che entusiasmano e infiammano per tutti e quattro i movimenti che costituiscono il lavoro. E' quasi impossibile distogliere l'attenzione anche solo per pochi secondi: il concerto presenta una messe di idee musicali sempre nuove, trattate con un ordine e una chiarezza incredibili. Per dirla con i Romani, è un'opera romantica di grazia più che classica. La seconda parte del concerto è dedicata alla Sinfonia n. 4 in la maggiore "Italiana". La composizione presenta chiari riferimenti al classicismo italiano: il tema è al tempo stesso, lievemente esuberante ed estremamente composto; ha un incipit quasi mozartiano e una sfrenatezza carnevalesca, tipica della nostra penisola. L'amburghese tratteggia perfettamente il carattere "birbante" (Allegro vivace) e nobile (Andante con moto) dell'Italia primo-ottocentesca, abbandonandosi alle suggestioni pastorali del "Con moto moderato", arrivando infine a descrivere le focose atmosfere delle feste popolari nel "Saltarello".

Alessio Fabra

		7			9		4	
2				1		7		
3			4			9		
1	8						3	2
								5
	6		3	8				
				2		1		8
4	2	5						

COME GIOCARE A SUDOKU: Si devono disporre le cifre da 1 a 9 in una griglia quadrata di 9 caselle per lato suddivisa in altrettanti riquadri, in maniera che in ciascuna riga, colonna e sezione ogni cifra compaia una sola volta. Per dare al solutore un punto di partenza, alcune caselle sono già riempite. Si procede ragionando per esclusione e scrivendo un numero soltanto quando si è sicuri. A pagina 5 la soluzione.



**ORIZZONTALI**

**1** Simile al fariseo **6** Giardino con animali **8** Uovo inglese **9** Vi si tengono gli animali **12** Torino **13** Cascate del Nordamerica **16** Il "Che" di Cuba **17** Cagliari **18** Le consonanti di sorte **19** Alberi resinosi **20** Prodotto Interno Lordo **21** Il parassita della scabbia **23** Corrente Alternata **24** Uno inglese **25** Confine **27** Dimenticanza poetica **28** Scrisse "La Cavallina Storna" (**se non lo sai guarda tra le "Chicche di caffè"**) **29** Consonanti in eleison **30** Mostra in latino **32** Rime senza inizio **33** Intercettazione Controllata da Terra **34** Che si riproduce in modo asessuato **37** Simbolo del gallo **39** Fu imperatrice di Bisanzio **41** Accademia romana **42** Palermo

**VERTICALI**

**1** Alla fine dell'alfabeto **2** lo 3 Logaritmo decimale **4** E' simile all'aloè (succo amarissimo) **5** Zona in cui cessa l'influenza gravitazionale della terra **6** La madre dei cugini **7** Ordine Aggiuntivo **10** Nome di donna **11** Cittadina o Formaggio piemontese **13** Balia **14** Il dittongo nel pensiero **15** Grossa nave da battaglia del passato **16** Fondatore de "L'Unità" **17** Disprezzo verso qualsiasi ideale umano **18** Nota località termale siciliana **20** Il dito più grosso **21** Pascolo estivo del bestiame in montagna **22** Prefisso per orecchio **26** Ode

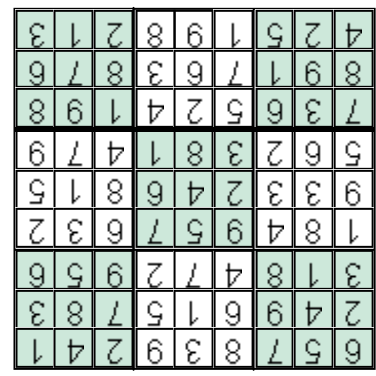
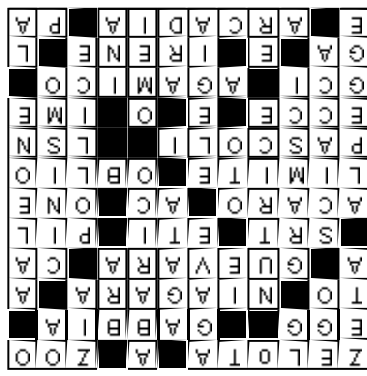
### chicche di caffè

**Il caffè nella moda**  
**Un colorante naturale.** Fin dai tempi più remoti l'uomo ha usato coloranti tratti da prodotti naturali per ravvivare tessuti e abbigliamento. Anche il caffè può essere utilizzato come colorante. Le sfumature variano dal giallo scuro al marrone (chiaro e scuro) e il grigio. Si usano i chicchi di caffè tostato o liofilizzato e va utilizzato su lana e su seta.

**Un grande amico del caffè**  
**Giovanni Pascoli.** Il grande poeta romagnolo fu un grande intenditore e consumatore di caffè. La preparazione della bevanda nera era un compito che nessuno gli poteva sottrarre. Nella cucina della sua casa, trasformata in museo, in primo piano su una mensola campeggiano macinino, caffettiera, due bricchi di terracotta per conservare il caffè e un recipiente per contenere i chicchi non ancora macinati.

**Caffè e salute**  
**Zucchero o dolcificante?** Una recente ricerca ha dimostrato che sentirsi in colpa ogni volta che si immerge nella tazza di caffè un cucchiaino di zucchero è insensato. Infatti, il consumo medio di zucchero giornaliero non dovrebbe superare i 120 grammi al giorno. Un cucchiaino di zucchero corrisponde a 5 grammi, mentre un bicchiere di vino ha lo stesso valore calorico di 40 grammi di zucchero. Inoltre, il risparmio calorico dei dolcificanti è minimo.

funebre **31** Lamenti poetici **35** Ardo tronco **36** Istituto assicurativo **38** "Il" romano **40** Nota del diapason



**Passione. Questo è per voi l'espresso.**  
 E noi conosciamo bene quel desiderio prima di gustarlo, quell'emozione dopo averlo assaporato.  
 Per chi cerca il vero piacere di un caffè ideale, buono come al bar, Morettino ha creato le Cialde Espresso, un nuovo modo di esaltare il gusto di sempre.

Installazione della macchinetta in comodato d'uso gratuito.

**Passione cialda**

**Morettino**

Numero Verde **800-126692**

telefona subito al numero verde per ricevere direttamente a casa o in ufficio il kit completo

## Cerchi una farmacia?



### FARMACIE DI TURNO A PALERMO

#### dal 14 al 21 gennaio

**Di Giorgio G.** via F. Di Giovanni 55 - tf. 0916884263

**Indelicato I.** via Maggiore Toselli 83 - tf. 091341856

**Inglima A.** via P.pe di Scordia 116 - tf. 091331500

**Maymone G.** via Dante 80 - tf. 091584096

**Mancino I.** via Montegrappa 114 - tf. 091488421

**Mancino R.** p.zza P.pe Campo-reale 44 - tf. 0916817849

**Milisenna** via Papireto 17/a (Bonagia) - tf. 091582007

**Palagonia** via Zandonai 12 - tf. 0916813038

**Parlato M.** via I. Mormino 41/51 (velodromo) - tf. 091241126

**Strasburgo** v.le Strasburgo 202 (Oviesse) - tf. 091527986

**Vinciguerra M.** via Sacco e Vanzetti 20 - tf. 091475991

#### dal 21 al 28 gennaio

**Borsellino** p.zza Chiesa S.A. Liguori 31 - tf. 0916851809

**Cottone C.** v.le Campania 27/a - tf. 091519263

**Giuffrè C.** p.zza Tommaso Natale 195 - tf. 091530111

**Listro O.** via Sanfilippo 8 (Falsomiele) - tf. 091441141

**Lo Nano L.** via Pecori Giraldi 42 - tf. 091476958

**Lo Voi C.** via Cavour 96 - tf. 091582856

**Minore & C.** via Montalbo 124 - tf. 091546905

**Pantò A.** via Pacinotti 8 - tf. 0916812708

**Triolo** via D'Ossuna 177 (Ist. S. Anna) - tf. 0916515956

**Vajana** via Maqueda 189 (p.zza Bellini) - tf. 0916162769

### FARMACIE NOTTURNE

**Antica Farmacia Giusti** via Giusti 8 - tf. 091309076

**Bonsignore** v.le Regione Siciliana 2322 - tf. 091400219

**Cali D.** via M.se Roccaforte 108 (ang. Cordova) - tf. 091361887

**De Gasperi** p.zza De Gasperi 32 - tf. 091521403

**Di Mino S.** p.zza Ottavio Ziino 31 - tf. 0916814016

**Fatta C.** via S. Maria di Gesù 3 (Guadagna) - tf. 091447268

**Inglese** via M. Stabile 177 - tf. 091334482

**Lo Cascio Mendola** via Roma 1 (Stazione) - tf. 0916162117

**Orlando F.** via N. Garzilli 56 - tf. 0916251593

**Ponte Oretto** via Oretto 322/a - tf. 091444537

**Sacro Cuore** p.zza P.pe Campo-reale (Agip) - tf. 091214137

**Sferlazzo M.** p.zza Porta Montalto 6 - tf. 0916511868

**Strasburgo** v.le Strasburgo 202 - tf. 091527986

**Tulone** via Aspromonte 97 - tf. 091 206017

**Verga E.** c.so Calatafimi 468 - tf. 091423785

**Zuffi M.** via I. Rabin (ang. via Rizzo) - tf. 091544894

## Mangiarbene

Viaggio nel mondo della nutrizione

## Quei bambini belli e grassi

In Italia l'obesità colpisce il 14.2% della popolazione pediatrica mentre il sovrappeso senza obesità ne coinvolge il 23%. Se guardiamo i dati regionali ad essere più colpito dal fenomeno è proprio il meridione della penisola: per la sola obesità si passa dal 9.3% del nord all'11.4% del centro per raggiungere il 17.7% al sud. Ad essere più colpite sono le bambine e la fascia d'età è quella compresa tra i 7 e i 10 anni. Il problema va affrontato. Si calcola che già nel 2020 la patologia maggiormente presente nei popoli ad elevato grado di civilizzazione sarà proprio l'obesità, col suo corteo di condizioni che ne aggravano il quadro (malattie cardiovascolari, dislipidemie, diabete, insufficienza respiratoria, ecc). E' stato documentato che più del 60% dei bambini in sovrappeso ha almeno un fattore di rischio addizionale per le malattie sovraccitate. L'eccesso di peso è condizione che per la maggior parte viene determinato proprio in età pediatrica, cioè allorché viene definito il numero di cellule adipose presenti nell'organismo e che, in seguito, vedranno variazioni solo nel loro stato di "ripienezza", cioè nella quantità di grassi di deposito che conterranno. In altre parole i bambini cicciottelli saranno sempre tali e se vorranno mantenere buona forma fisica dovranno affrontare diete dimagranti e sport per tutto l'arco della vita. Questo spiega l'arcano mistero di tutti coloro che, pur mangiando in modo uguale o superiore ad altri non vedono aumentare proporzionalmente il loro peso, se non dopo particolari stravizi: in questo quadro naturalmente interviene un assetto metabolico differente. Occorre dare ai nostri bambini ciò che occorre, ricordando che le buone abitudini si apprendono lentamente tra le mura domestiche: il giusto apporto di carboidrati (intorno al 50%) costituito per la maggior parte da frutta, cereali di buona qualità (pasta, riso, orzo, farro, farine anche integrali), verdure e ortaggi, poco da "gratificazioni" contenenti zuccheri semplici, cioccolata, ecc. Le cosiddette merendine dovrebbero essere sostituite da dolci fatti in casa. I grassi sono molto minacciosi: panna, burro, insaccati e cibi fritti attraggono molto la popolazione infantile occidentale. Anche qui occorre abituare ai grassi buoni del pesce e dell'olio d'oliva. La giusta quota proteica dipenderà dalla quantità di sport effettuata: fino al 40% è certamente corretta. Anche qui ricordarsi della pericolosità delle carni grasse e delle preparazioni laboriose. Un dato finale: l'obesità spesso coincide con l'aumento della frequenza d'uso di cibi già preparati o precotti. In altre parole, la propria cucina è il luogo ideale per correggere gli eccessi alimentari di ogni tipo.

DIEGO FABRA

## Annunci professionali

Per inserire un annuncio professionale nel nostro giornale inviare una e-mail a: commerciale@nellattesa.it o telefonare al n° 3476358093

### ASSOCIAZIONI

#### ACCADEMIA DI STUDIO DEL KI

"Strada del Ki del Dio della verità"  
via Costantino,28 (zona Parco dei Principi)-Cardillo (Palermo)  
cell. 3473498384

#### CENTRO SCACCHI

Corsi di base e di perfezionamento tornei sociali - nazionali - a squadre  
via M. D'Azeglio,27  
Tel. 091307818-3491844806

### ODONTOIATRI

#### DOSS. GIUSEPPE NOCERA

Terapia delle disfunzioni cranio-mandibolari kinesio-elettromiografie, ortodonzia  
Via Massimo D'Azeglio,9/B  
Tel. 091343308

### ANIMALI

#### CINOESTETICA PROFESSIONALE DI GIOVANNI SIMONETTI

Toelettatura per cani specializzato in toelette a forbici striping, trimming - via Ugo Foscolo,20/B - 3206275619

### RECAPITI UTILI

#### GUARDIE MEDICHE

Cantieri Navali: 091 7036197

Oreto-Stazione: 091 7037250

Piazza Marmi: 091 585357

Porrizzi: 091 7033502

Settecannoli: 091 7032153

Sperone: 091 7037253

Via D'Azeglio: 091 7032171

Via Roccazzo: 091 7035260

Villabate: 091 6143165

#### OSPEDALI

Aiuto Materno: 091 7035465

Villa Sofia: 091 7801111

Cervello: 091 6802111

Civico: 091 6661111

Osp.dei Bambini: 091 6061111

Onc.co Ascoli: 091 6661111

Policlinico: 091 6551111

Guadagna: 091 7037276

Psichiatrico: 091 7033111

Casa del Sole: 091 7035111

Albanese: 091 7038111

Ingrassia: 091 7033111

Buccheri La Ferla: 091 479111

Amb. Pediatrico: 091 7035469

#### AMBULANZE

C.R.I.: 091 306644

Misericordia: 091 6842826

#### PRONTO SOCCORSO

Avel: 091 6211368

Mondello: 091 6841264

# Quelli della rosa gialla

A volte accade di imbattersi in storie di vita che sembrano scritte nelle pagine ben ordinate di un romanzo. Questo giornale vuol far conoscere "l'altra faccia" di medici o operatori della salute che abbiamo definito "protagonisti" per la capacità di dedicare la vita a qualcosa di importante.

**P**ippo Sicari, medico di famiglia della zona di Brancaccio, uomo di mezz'età, parla pacatamente, con rassicurante inflessione, di cose talmente grandi e interessanti da creare in noi un immediato stupore.

**"La nostra Associazione - ama dire Pippo - è un dolce fatto in casa"**. Dai cinque agli ottantacinque anni lavorano tutti: chi recita, chi danza, che costruisce pezzi di scenografia, chi i costumi... a volte famiglie intere. Oggi sono poco più di cento. L'Associazione "Quelli della rosa gialla" nasce da una sua intuizione, negli anni Novanta.

Pippo Sicari è un appassionato di spettacoli teatrali: mette in scena una prima breve opera su invito del parroco, facendo lavorare ragazzi e persone del territorio. Si rivela subito un successo.



Pippo Sicari  
visto da Pierrico Di Trapani

Sembra un miracolo poter togliere da un certo tipo di "strada" anche giovani che sarebbero ai margini.

**"Mi è capitato - rivela - di avere ragazzi che altrimenti sarebbero andati a spacciare coi fratelli più grandi... a volte li trovi con capannelli di altri ragazzi in angoli di strada, ma - con mia meraviglia - non erano intenti a spacciare droga, ma a raccontare i nostri musical!..."**

La rosa gialla era, in uno dei primi musical scritti da Sicari, quel fiore lasciato vicino a un ragazzo che, lungo i percorsi drammatici della droga, veniva ridotto all'incoscienza, spesso buttato ai margini di una strada: un Cristo pietoso e attento deponeva questo unico segnale della sua presenza silenziosa, accanto, sempre... e da quella rosa ripartiva il sogno di una vita diversa.

Solo per caso, alcuni anni dopo, scoprirono che la rosa gialla era anche il fiore preferito da don Pino Puglisi. La presero a simbolo di un progetto di rinascita del nostro territorio. **"Noi vogliamo dimostrare - afferma con calore - che qui, a Brancaccio, non siamo solo ammazzapreti, criminali e mafiosi. La realtà è anche quella che vedete..."**

Quello che vediamo è fantastico: le foto testimoniano il lavoro compiuto per dare forma e vita a un autentico laboratorio teatrale efficiente ed elegante partendo dalle condizioni in cui i locali furono loro affidati dal parroco all'Associazione.

Hanno lavorato come muratori, piastrellisti, elettricisti, indoratori, falegnami. Il loro entusiasmo ha fatto realizzare tutto in modo splendido. Ora rischiano di perdere il frutto del loro lavoro gratuito perché qualcuno pensa di adibire questi locali, frutto di sacrifici, ad altri scopi. Ma questi locali alla Rosa gialla servono

anche perché nel frattempo è cresciuto un progetto più grande di loro.

Pippo Sicari non ha prodotto solo musical che riscuotono grandi consensi di pubblico e critica. Pippo ha avviato un altro progetto straordinario: far nascere decine di operatori per il pieno recupero di bambini con gravi disabilità. E qui riconosciamo il medico, appassionato e competente.

Dopo aver organizzato un primo Corso, legalmente riconosciuto, in cui vengono formati circa quaranta operatori sul territorio, insieme a psicologi, assistenti sociali e volontari inizia a trattare due bambini con forte handicap psicomotorio: i bambini trascorrono dieci ore al giorno con personale specializzato che agisce al domicilio, sul territorio e nei locali dell'Associazione.

La metodologia di intervento viene gestita in stretto collegamento con Centri specializzati di New York per confrontarne le metodiche e i risultati, che superano le aspettative più rosee. In America vengono trattati così bambini autistici, diversabili e con handicap anche severi, fino ad avere una vita regolare: lavorano, si sposano, hanno una vita affettiva e sessuale anche soddisfacente. **"Ma lì è roba per ricchi che possono spendere - chiarisce subito - Noi qui vogliamo portare avanti questo progetto, che si avvale anche della musicalterapia, per coloro che hanno bisogno e con l'aiuto della città"**.

Lui pensa che, se disponessero di un teatro stabile potrebbero rappresentare i loro musical, tutti aventi tematiche di grande interesse sociale. Ad esempio alle scolaresche: con un abbonamento minimo e l'aiuto del Provveditorato, otterrebbero due scopi. Il progetto si finanzierebbe da solo e in più potrebbero far conoscere agli studenti che c'è un modo diverso di parlare di Olocausto **"Il mio copione è stato depositato prima di quello di Benigni, ben inteso, di donazione di organi, di droga, ecc."**

Mentre parla e si accalora pensiamo che un'idea così è proprio bella e comprendiamo il suo entusiasmo. Non comprendiamo la sordità, l'isolamento, la diffidenza. Non comprendiamo perché si parli tanto e dappertutto di Brancaccio degradata e mafiosa e poco o nulla di un rione dove prendono vita progetti che suscitano ammirazione persino a New York.

Non comprendiamo perché si faccia fatica a trovare un teatro, un auditorium, un teatro-tenda dove ospitare una Compagnia fantastica. Non comprendiamo perché siano stati girati film e servizi televisivi su un prete lasciato solo fino a morire e oggi un medico coraggioso e instancabile debba ancora una volta sentirsi maledettamente solo.

**"Andrei in qualsiasi posto, a New York, a Roma, dappertutto per dire che qui noi lavoriamo, tutti, instancabilmente per costruire speranza, civiltà, musica e teatro, per togliere i ragazzi dalla "strada" e la strada dal degrado: e ci chiamiamo anche noi Brancaccio"**.

Tornando, percorriamo il rione in macchina: mai ci è sembrato così bello.

FABRIZIO DIELI

continua a pagina 2 →

**"Possiamo provare che i nostri musical danno aiuto e stimolo a quanti, depressi, diversabili o afflitti da malattie anche gravi, hanno la necessità di essere sostenuti da un messaggio positivo che dia loro la forza di continuare a vivere"**

Pippo Sicari

# Le rappresentazioni della compagnia

## DUE ZERO ZERO ZERO (favola musical)

La droga, rapporto genitori-figli

- AUDITORIUM G. DI MATTEO di Palermo (27/28 dicembre 1999)

## LADY'S SHOW (Varietà)

Il nostro cabaret

- AUDITORIUM G. DI MATTEO di Palermo (4 marzo 2000)
- TEATRO ORIONE di Palermo (8 marzo 2004)
- TEATRO ORIONE di Palermo (17 maggio 2004)

## MAI PIU' COSI' (favola musical)

L'Olocausto

- AUDITORIUM G. DI MATTEO di Palermo (28/29/30 dicembre 2000)
- AUDITORIUM G. DI MATTEO di Palermo (27/28 gennaio 2001)
- TEATRO ORIONE di Palermo (24 marzo 2001)
- SCUOLA ELEMENTARE MONTEGRAPPA di Palermo (8 maggio 2001)
- COMPLESSO S.MARIA DELLO SPASIMO di Palermo (17 giugno 2001)
- PORTICCIUOLO BANDITA di Palermo (12 ottobre 2001)
- SCUOLA MEDIA MATTARELLA di Palermo (20 ottobre 2001)
- SCUOLA MEDIA DI VITTORIO di Palermo (18 novembre 2001)

## LE ONDE DEL GRANO NON SONO DEL MARE

(favola musical)

La donazione degli organi

- TEATRO POLITEAMA GARIBALDI di Palermo (14/21 aprile 2002)



**Siamo anche su Internet**

Il nostro giornale è consultabile anche on-line all'indirizzo: <http://www.nellattesa.it>. Nel sito, oltre al motore di ricerca per agevolare il ritrovamento di articoli e servizi, troverete l'archivio dei numeri arretrati in formato Pdf che potrete scaricare gratuitamente. Vi ricordiamo anche la nostra e-mail: [info@nellattesa.it](mailto:info@nellattesa.it)



PALERMO • CATANIA • NEW YORK

**PaCaYork**

SPETTACOLO DI BENEFICENZA

Realizzazione Quelli della Rosa Gialla

**Teatro LELIO**

via A. Furitano, 5/a • PALERMO

venerdì 21 aprile 2006  
ore 21.00

Raccolta fondi Padre Pino Puglisi...  
...va in America!

INVITO VALIDO PER L'INGRESSO DI UNA PERSONA

a sinistra:  
**La locandina dello spettacolo tenuto al Teatro Lelio lo scorso 21 aprile**

- COMPLESSO S.MARIA DELLO SPASIMO di Palermo (24 luglio 2002)
- PIAZZA ROMA a Cattolica Eraclea (10 agosto 2002)
- PALANAXOS a Giardini Naxos (7 novembre 2002)
- TEATRO RAN-CHIBILE di Palermo (21 dicembre 2002)

## TEATRANDO S'IMPARA

Rassegna di musical & concerti didattici

- TEATRO POLITEAMA GARIBALDI di Palermo (4 marzo 2003)
- TEATRO POLITEAMA GARIBALDI di Palermo (15 aprile 2004)

## FATHER JOE (favola musical)

Il terrorismo - La pace - Il messaggio di Padre Puglisi

- TEATRO POLITEAMA GARIBALDI di Palermo (1 giugno 2003)
- TEATRO ORIONE di Palermo (18 maggio 2003)
- TEATRO ORIONE di Palermo (1 giugno 2003)
- TEATRO ORIONE di Palermo (21 dicembre 2003)
- TEATRO "AL MASSIMO" di Palermo (23 marzo 2005)

## DAL SILENZIO ALLA LUCE

Spettacolo di cabaret, musica e balletti

- TEATRO SAVIO di Palermo (18 giugno 2005)
- TEATRO BELLINI di Palermo (28/29 dicembre 2005)
- TEATRO LELIO di Palermo (21 aprile 2006)
- PARROCCHIA MARIA SS. VILLAGGIO RUFFINI di Palermo (22 aprile 2006)



**viva l'Italia**  
**CHANNEL**  
**SKY 910**

by

**PROMO ITALIA**

per informazioni  
091 522242  
328 8625855



AZIENDA GRAFICA EDITORIALE **publisicula**

LIBRI  
GIORNALI  
RIVISTE  
DEPLIANTS  
EDIZIONI DI LUSO  
POSTER  
MANIFESTI

Arti Grafiche & Stampa

**SICILIA TEMPO**

Via Pietro Nenni, 3 • 90146 Palermo  
Tel. 091.6883828 PBX • 091.6883791  
Fax 091.6883829  
[publisicula@libero.it](mailto:publisicula@libero.it)  
[publisiculasrl@publisiculasrl.it](mailto:publisiculasrl@publisiculasrl.it)  
[www.publisiculasrl.it](http://www.publisiculasrl.it)