



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. 8 - 19 febbraio 2007

PUNTI DI VISTA di Diego Fabra

Vivere...con attenzione

Stavo per accingermi alla scrittura di un omaggio a un "grande" della Medicina recentemente scomparso, il prof. Alberto Malliani, quando ho avuto la netta sensazione che non sarebbe servito che a me e ai pochi che a Palermo possono averlo conosciuto, essendo stato lui direttore di Medicina interna a Milano. Forse è più opportuno tentare di comunicare, adoperando le sue stesse parole, il contenuto profondo del suo modo rivoluzionario di essere autenticamente medico e filosofo. Si perché, come lui stesso amava dire, la medicina più che una scienza deve essere considerata una disciplina umanistica, così vicina alle sconvolgenti profondità dell'essere; a volte, addirittura, somiglia a un'arte, sublime com'è nel creare emozioni e nel cercare nuove raffigurazioni del reale.

La medicina insegna a rispettare a tal punto l'uomo e le sue vicende da indurre a prestare importanza anche all'apparente banalità contenuta nella vita di tanti. Nulla è così bello come lo scoprire l'importanza insita in ogni percorso del vivere umano, anche il più semplice. Ma per far questo occorre dilatare la propria capacità di attenzione, la personale voglia di fare di ogni incontro un'avventura. L'attenzione, diceva Malliani, è ben più che il semplice ascolto: "...Nulla ci passa accanto per essere frettolosamente e meccanicamente definito per categorie e, quindi, banalizzato". All'inizio del secolo André Breton, fondatore del surrealismo, un po' genio un po' despota, conduceva i suoi amici di movimento, Eluard, Argon, Artaud e gli altri, in luoghi della periferia più insignificante di Parigi per osservare il banale...

Per scoprire tutto il non banale che essi contenevano. "L'attenzione scopre l'immenso entro qualunque banalità", amava dire Malliani, "solo che per trovare occorre avere dentro". L'attenzione impone un codice di valori che ponga la persona umana sul gradino più alto, nella sua unità e unicità. "L'attenzione ha un infinito valore terapeutico, in un rapporto che rende il medico anche egli unico e non banale.

segue a pagina 2 →

La Culla per la vita collegata al 118

Dal primo febbraio la "Culla per la vita" è collegata con un servizio di video-sorveglianza ad una centrale operativa del 118. E' quanto annunciato dall'assessore regionale alla Sanità, Roberto Lagalla, nel corso della conferenza stampa che si è tenuta presso la Centrale Operativa del 118.

All'incontro erano presenti anche Mario Re, coordinatore della centrale operativa del 118 Palermo-Trapani, Francesco Licata, direttore generale dell'Azienda ospedaliera Arnas Civico di Baucina, Giovanna Volo, direttore sanitario dell'Azienda ospedaliera Arnas Civico, Rosa Rao, presidente del "Movimento per la vita", Antonello Antinoro, membro della Commissione legislativa Cultura, Formazione e Lavoro, Toto Cordaro, presidente del Consiglio comunale di Palermo.

Il "Movimento per la Vita" anni fa ha avviato il servizio sociale denominato "Culla per la vita", affidato in custodia, dal 1998, alle Figlie della Carità, in via Noce.

neonati abbandonati

Il servizio, che ripropone la ex Ruota degli esposti (chiusa con decreto regio nel 1923), è destinato ad accogliere i neonati abbandonati.

La culla è stata dotata di un servizio di video-sorveglianza collegato alla Centrale Operativa del S.U.E.S. 118, consentendo così l'immediato intervento dell'Unità Mobile 118 nel caso un bambino fosse abbandonato e posto nella culla.

L'inaugurazione del servizio - secondo quanto ha dichiarato l'assessore Lagalla - segue l'incontro avvenuto il 12 gennaio scorso durante il quale era stata annunciata l'attivazione del servizio.

"Voglio ribadire - ha poi continuato l'assessore - che la madre che decide di abbandonare il figlio manterrà l'anonimato poiché il sistema video è esclusivamente indirizzato sulla culla e il 118 interverrà immediatamente scongiurando eventuali traumi per il bambino".

Si sta cercando inoltre di individuare, sul territorio siciliano, sedi dove ubicare nuove culle che avranno stesso servizio di video-sorveglianza collegato ad altre postazioni del 118.

Denise Marfia

in questo numero

pag. 2: **MEDICINA**

- La cultura del litigio

pag. 3: **MEDICINA**

- La comunicazione nel paziente ospedalizzato
- Inbox

pag. 4: **UN PO' DI RELAX**

- INVITO ALL'ASCOLTO: Un sobrio Chopin
- Sonorità mediterranee nel prossimo concerto dell'O.S.S.

■ LA RECENSIONE:

- L'apprendistato di Duddy Kravitz
- I proverbi di nonna Cicia
- Maiali incendiari
- Il quesito scacchistico

pag. 5: **PAUSA CAFFE'**

- Cruciverba

■ Sudoku

■ Chicche di caffè

pag. 6: **RUBRICHE**

■ IN CUCINA: La pappa col pomodoro

■ MANGIARBENE Calcio e vitamina D

■ Annunci professionali

■ Recapiti utili

pag. 7: **LA SANITA' SOCIALE**

■ La LIS, lingua dei segni italiana

pag. 8: **STORIA DELLA SANITA' IN SICILIA**

- Dall'Ospedale Grande e Nuovo al Civico
- Cerchi una farmacia?

mi guidi anche a
14 anni

offerta valida
per veicoli in stock



il tuo usato
da rottamare
sia 2 che 4 ruote
vale **1.000 Euro**

Sunergy
energia movimento

concessionaria unica

Maranello
4cycle

SUNERGY S.r.l. - Via A. De Gasperi, 173/a - 90146 PALERMO
Tel: 091 516254 - Fax: 091 3809940 - Email: info@sun-ergy.eu

La "cultura" del litigio

Il conflitto tra singoli individui e tra gruppi può essere un modo efficace per relazionarsi: in generale, può rappresentare lo stimolo per trovare soluzioni ed effettuare "salti di paradigma" rispetto ad assetti interpersonali non più funzionali. Conflitto e litigio, se affrontati ragionevolmente, possono portare all'autocritica e alla messa a punto di "mediazioni" efficaci, in cui ciascuno dei due contendenti cede qualcosa in vista di un bene maggiore.

Potenzialità "benefiche"

A guardarci intorno, tuttavia, sembrerebbe che le potenzialità "benefiche" e costruttive del conflitto si siano perse e che il più banale litigio (nella forma della litigiosità "agita" in modo virulento e portata - senza remore - anche alle più estreme conseguenze) diventi occasione per una nefasta progressione. E' ancora fresca la notizia d'un quindicenne ucciso a Napoli al termine di una rissa tra coetanei scoppiata per futili motivi, ma ancora più atroce è quella dell'efferata strage di Erba, messa in atto da vicini paranoicamente litigiosi.

Un noto attore di teatro siciliano qualche tempo fa ha accoltellato l'ex-marito della figlia, perché a suo avviso - dopo la separazione - continuava "a darle i tormenti". Un'addestratrice di delfini è stata massacrata dal vicino di casa, infastidito dall'abbaiare (peraltro sporadico) del cane della vittima. Sono ben pochi quelli disposti ad addentrarsi in una seria riflessione sul generale degrado delle relazioni sociali e sull'imbarbarimento dei costumi. Immagini di

Maurizio Crispi*

Il conflitto tra singoli individui può fungere da stimolo per migliorare. Ma oggi sembra che le potenzialità costruttive del conflitto si siano perse per degenerare in rissa che spesso porta a conseguenze nefaste di cui purtroppo è piena la cronaca



gente che litiga (il cui litigare è rappresentato soltanto come un apprezzabile strumento di previricizzazione oppure come spettacolo degno di essere mandato in onda) e di personaggi che fanno vetrina di se stessi, con un'enfaticizzazione mostruosa del proprio ego, ci è somministrato - come un indispensabile pane quotidiano - dalla televisione-spazzatura che, con la pervicacia di simili scelte, instilla la convinzione che il modello vincente sia quello incarnato da personaggi pubblici

rissosi e propensi alla bagarre. A ben guardare, tanti dibattiti pubblici sono in realtà delle arene in cui hanno luogo scontri, litigi e risse. Così come tanti momenti del dibattito politico sono investiti dalla stessa cifra. Anche qui, spesso e volentieri, fioccano risse, offese, calunnie... non solo in occasione di dibattiti pubblici (televisivi), ma anche nel pieno della vita istituzionale (alcune risse parlamentari degli anni recenti rimangono indubbiamente

te paradigmatiche). Che ne è di qualità come la cortesia, la tolleranza, l'accettazione della diversità e di modi "altri" di pensiero, che messe assieme fanno il fair play, la capacità di muoversi "gentilmente" e "affabilmente" nel mondo?

Forse il paradigma culturale di questa nostra società violenta e litigiosa, quella che ci dà veramente il polso della situazione e che istruisce pericolosamente le nuove generazioni a crescere come individui rissosi e pronti a prendere il sopravvento con azioni violente "no limits" sono - nello specifico - alcune trasmissioni televisive, molti dei "reality" oppure quei palinsesti ideati e coltivati con un certo spirito "perverso" da certi conduttori televisivi.

Violenta affermazione

Sono trasmissioni che educano alla violenta affermazione del proprio Sé in modo assolutamente irrispettoso di legami familiari consolidati, delle forme e delle più elementari regole di cortesia, del valore della solidarietà e del rispetto.

L'insegnamento che se ne trae è che ciascuno può fare ciò che vuole, può prendersi ciò che vuole basta che allunghi la mano, basta che sia abbastanza forte per farlo. Per porre un freno alla società del litigio e ai suoi sempre più nefasti effetti, occorrerebbe in primo luogo provvedere ad un oscuramento radicale di certi palinsesti della tivvù per ricominciare un lento, faticoso, lavoro di educazione dei più giovani all'affabilità e al rispetto.

*Psichiatra

DALLA PRIMA PAGINA

Vivere...con attenzione

Quel rapporto diventa unico": questa affermazione di Malliani presupponeva però la necessità di qualcosa dentro... "Se non si ha nulla dentro non si trova mai un granché". Conservo come cose preziose la lettera che Malliani mi inviò nel dicembre 2002, dove mi invitava a continuare coi fatti la missione di medico attento alle persone che soffrono, e il suo ultimo discorso a pochi giorni dalla morte: "Non arrendiamoci alla bancarotta morale. Io sono ottimista perché ho tre figli, non posso permettermi di dare un'immagine che non sia quella di un uomo in rivolta che si batte per un mondo migliore".

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. La nostra e-mail è: info@nellattesa.it

La comunicazione nel paziente ospedalizzato

Rosaria Aurelio*

Gli accertamenti clinici e le procedure interventistiche-strumentali, spesso vengono vissuti dal paziente ospedalizzato, in modo invasivo e persecutorio. In alcuni casi sembra che il paziente trovi sollievo nella comunicazione verbale del vissuto psicoemotivo, connotato da vittimismo, ansie, timori, idee confuse, sensi di colpa, rabbia e incertezze. In altri invece la comunicazione è impedita da una totale chiusura e incapacità ad esprimere le proprie emozioni (alessetimia). Altrettanto congrua appare la comunicazione analogica (espressione mimico-gestuale es. la postura, lo sguardo...) che nei casi di comunicazione aperta risulta essere particolarmente espressiva anche nelle forme paralinguistiche (tono, timbro, intensità della voce, pause...) che risaltano i contenuti conflittuali. Al contrario, quando la comunicazione è chiusa, come nei soggetti depressi, l'espressione mimico gestuale è spenta. I pazienti ben disposti alla comunicazione tendono ad avere una più rapida riabilitazione, appropriandosi celermente del loro stile di vita, degli hobby, degli interessi personali.

Aspetto principale

L'aspetto principale che differenzia l'adulto dal bambino è la razionalità e la consapevolezza, componenti che non essendo ancora maturate nel bambino, gli impediscono di contenere gli aspetti emotivi, che sfociano nell'impellente pianto o nella chiusura totale o nel mutismo selettivo. E' pur vero che anche un adulto può regredire in forme comportamentali non appropriate all'età cronologica e viceversa un bambino può apparire più maturo rispetto alla propria età. Una delle particolari espressioni del soggetto in età evolutiva è il gioco e in modo particolare quello simbolico. Infatti l'attività ludica gli consente di rilassarsi e scaricare lo stress psicomotorio e le pulsioni interne evadendo; ovviamente qualora le condizioni fisiche glielo consentono.

Inoltre, attraverso il gioco è possibile non solo sviluppare le competenze cognitive, ma soprattutto esprimere il vissuto psicoemotivo

conflittuale legato al trauma delle continue ospedalizzazioni, dopo avere conosciuto ed assimilato una realtà spiacevole i cui contenuti vengono proiettati nell'oggetto ludico, cui si identifica per "risignificare" l'evento, che andrà poi introiettato con un nuovo significato. Tale trauma viene così elaborato, padroneggiando la realtà in una condizione ludica rassicurante, ove le conseguenze sono minuziate nel fantastico.

Esiste perciò uno stretto legame tra il significante (oggetto ludico) e il significato (oggetto+concetto). Ad esempio, il bambino che gioca usando su di un peluche cerotti, garze, siringhe... sostenendo che: "il peluche (oggetto ludico) sta male e deve essere curato, ma la terapia è interminabile, dolente, noiosa" sta utilizzando quel peluche per rappresentare se stesso con i suoi contenuti spiacevoli, paure, sensazioni (oggetto + concetto) che sta gradualmente e inconsapevolmente "risignificando", mediante il gioco quale forma liberatoria emozionale-egocentrica.

Se ne deduce che il gioco ha così funzione terapeutica e ne migliora la degenza e la riabilitazione del piccolo, il quale può altresì mediare e migliorare il rapporto con il personale sanitario che spesso teme. Inoltre, sovente accade che il bambino si affeziona ad un giocattolo particolare, scelto per talune caratteristiche percettive e tenuto sempre con se per confortarsi, soprattutto durante particolari procedure cliniche. Si tratta dell'oggetto transizionale (D. Winnicott), che fa da cuscinetto tra le esigenze interne ed esterne e che gli consente, anche in assenza temporanea della figura genitoriale, di tollerare le incertezze e le paure. Un simile comportamento è riscontrabile anche negli adulti qualora si legano ad un particolare porta fortuna o ad un'immagine santa, per scongiurare le avversità. Da ciò si deduce che il comportamento, compreso quello ludico, non è mai immotivato, ma espressione dei contenuti psico-emotivi connessi ad episodi particolari e che in qualche modo il soggetto, sebbene inconsapevolmente, cerca di ristabilire l'omeostasi.

*Psicologa

inbox



Vaccino per prevenire il tumore uterino

L'AIFA ha approvato la prossima campagna vaccinale contro il virus del Papilloma responsabile in alcune condizioni dell'insorgenza di tumori della cervice uterina. E' un importante passo per bloccare la diffusione di un virus potenzialmente pericoloso. La campagna prevede l'uso, con ampia diffusione, in ragazze di circa 12 anni.

Attività fisica nell'anziano

E' stato dimostrato da studi epidemiologici l'alto valore dell'attività fisica, anche leggera, non solo sulla morbilità ma anche sul declino funzionale e sulla mortalità degli anziani. Anche una semplice passeggiata una-due volte la settimana può allungare e migliorare la vita.

I denti digrignano nel sonno?

Si chiama "bruxismo" il movimento involontario che accade durante il sonno di molte persone. E' il terzo disturbo in ordine di frequenza dopo il sonniloquio e il russamento, e può essere causa di danni all'apparato dentale. Per correggerlo si può solo applicare un "bite", un apparecchio ortodontico, a protezione delle due arcate dentarie.

Vantaggi della nutrizione enterale

La nutrizione enterale è quella effettuata mediante sondino naso-gastrico e introduzione di alimenti resi disponibili e in composizioni appositamente studiate. Sembra che in casi gravi, come shock settici o gravi infezioni, abbia un'efficacia molto superiore ad ogni altro tipo di dieta, a causa delle notevoli capacità antiossidanti, aumentando anche la possibilità di sopravvivenza.

Centro Dialisi
**CENTRO EMODIALITICO
MERIDIONALE**

Direttore Sanitario
GRAZIA LOCASCIO
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

invito all'ascolto di Alessio Fabra

Un sobrio Chopin

Venerdì 9 febbraio è stato eseguito il Concerto per Pianoforte e Orchestra n.1 di Chopin. Giuseppe Cataldo ha assecondato perfettamente lo stile sobrio e disincantato della brava pianista Enrica Ciccarelli, che è riuscita a smorzare con estrema naturalezza il sentimentalismo che domina gran parte dell'opera, accentuando la malinconica fievolezza del polacco maturo. Il direttore ha poi eseguito in modo ineccepibile la Sinfonia n.5 di Tchaikovsky, ricreando fedelmente le tensioni della pagina. Un'esecuzione appassionata e trascinate.

Sonorità mediterranee nel prossimo concerto dell'O.S.S.

Venerdì 23, sabato 24 e domenica 25 febbraio Gabriele Ferro dirigerà una serata dedicata alle sonorità mediterranee.

Il primo lavoro presentato sarà la suite El Amor Brujo di de Falla, tratta dall'omonimo balletto. L'autore volle descrivere la storia di un amore tra due giovani gitani contrastato dalla gelosia del fantasma del vecchio amante di lei. Infatti, le melodie e le atmosfere tipicamente andaluse hanno un'orchestrazione ora pesante e agitata, ora rarefatta e misteriosa, dando all'opera una carica estremamente drammatica e tesa, in cui le vivide suggestioni svelano il mondo di misteri, rituali, passionalità di un antico popolo. Seguirà il Concerto per Fagotto e Orchestra "Città Azzurra (dall'alba all'alba)" del palermitano Marco Betta. Il compositore ha voluto descrivere un ipotetico viaggio in una città di mare, il cui materiale melodico è tratto dalle tradizioni mediterranee. Il lavoro è stato concepito sul suono del bravo fagottista Paolo Carlini, in cui la parte solistica, pur presentando notevoli difficoltà tecniche, non è caratterizzata da virtuosismi, bensì i colori e le espressioni dello strumento cercano una simbiosi con l'orchestra. Ciò che caratterizza in modo particolare la composizione è anche il trattamento dei ritmi interni musicali: Betta, infatti, fa corrispondere il tempo interno dell'opera al tempo ontologico, poiché ogni secondo del lavoro equivale ad un minuto di questo viaggio.

Seguirà Ma Mère l'Oye di Ravel, composizione concepita per pianoforte a quattro mani, e successivamente orchestrata da lui stesso. L'opera si sviluppa in cinque quadri, corrispondenti ad altrettante storie per bambini: la Danza del Filatoio e Scena, la Pavana della Bella Addormentata nel Bosco, le Conversazioni della Bella e la Bestia, Pollicino, Laideronnette Imperatrice delle Pagode e il Giardino delle Fate. Le atmosfere fantastiche e cullanti del lavoro sono perfettamente supportate e meglio definite dalla consueta elegante genialità d'orchestrazione del francese. L'ultima opera sarà Boléro, sempre di Ravel, che è una delle composizioni più celebri ed amate. Chi ritiene che l'orchestrazione di un brano sia estranea al processo creativo ascoltando questo lavoro si dovrà ricredere. Infatti il Boléro ha un'unica idea melodica, ritmica ed armonica che si ripete quasi senza variazioni per tutto il brano, senza avere per questo l'ovvietà della canzonetta o la noia della ripetitività. È un sinuoso crescendo di sonorità e impasti timbrici incredibili, che rivelano tutta la sapienza e l'inventiva dell'arte, che potremmo definire pittorica, del compositore.

la recensione di Amir Arouet

L'apprendistato di Duddy Kravitz

Mordecai Richler - 2006 Adelphi

Questa settimana vi proponiamo un piccolo classico del '59 dell'ebreo canadese Mordecai Richler. La vicenda di questo romanzo di formazione si svolge nel milieu della piccola borghesia ebraica di Montreal, che Richler ben conosceva.

Egli mostra senza peli sulla lingua i vizi e le virtù che caratterizzano gli uomini di questo ambiente: l'ossessione per l'antisemitismo, la smisurata ambizione, la spacconeria ed il cinismo; ma anche la profonda umiltà ed il rispetto verso la famiglia e la comunità. Richler non risparmia neanche i pochi personaggi goyim (i gentili), di cui sottolinea ad esempio la perfidia.

La narrazione ripercorre quattro anni di vita del giovane Duddy, ribelle e ostinato che, seguendo un monito di suo nonno ("un uomo senza terra non è nessuno"), ha il sogno di acquistare un terreno da adibire a fattoria e luogo di villeggiatura per ricchi ebrei. Per realizzare il suo obiettivo eseguirà i più svariati impieghi, ma anche qualsiasi tipo di inganno e ricatto, passando senza scrupoli sopra qualsiasi legge o convenzione sociale.

In uno stile essenziale, privo di virtuosismi narrativi, Richler delinea efficacemente i tratti psicologici di questo personaggio, seguendolo dagli anni di scuola fino all'inevitabile caduta, che offre lo spazio verso una riflessione più ampia sul suo popolo.

Questo libro è in vendita presso la Libreria Diogene
Via isidoro La Lumia 26/a 90139 Palermo telefono: 0916118029
<http://www.libreriadiogene.it> e-mail: info@libreriadiogene.it

I proverbi di nonna Cicia

Amuri e gilusia su' sempri 'n cumpagnia

Amore e gelosia sono sempre in compagnia

D'u frutto si canusci l'albiru

L'albero si riconosce dal frutto, cioè, il vero carattere dell'uomo si manifesta nelle sue azioni

U saccu spanni di chiddu ca è chinu

Il sacco versa solo quello che contiene

U veru surdu è chiddu ca nun voli séntiri

Il vero sordo è quello che non vuol sentire

U jmmirutu, 'nto menzu d'a via, nun si taliava 'u jmmu ch'avia

Il gobbo, in mezzo alla strada, non faceva caso alla sua gobba (e naturalmente criticava gli altri)

Risu, quantu mi isu!

Riso per rimettermi sù, perché anticamente era reputato di virtù corroboranti

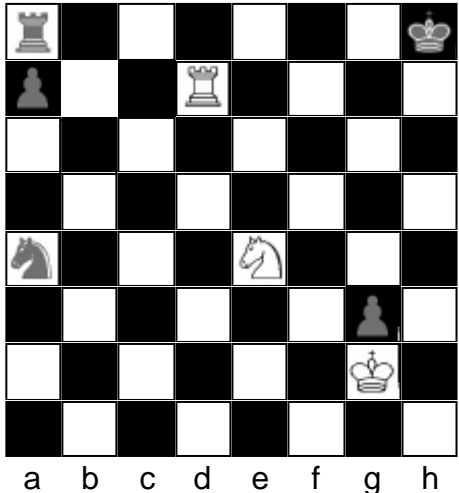
A pani schittu, lu veru comparaggiu è lu pitittu

Se si mangia solo il pane, il miglior companatico è l'appetito

Maiali incendiari

Alla partenza da Sagunto nel 218 a. C. Annibale portò con sé trentasette elefanti indiani per muovere guerra contro Roma. Questi "panzer" dell'antichità venivano preventivamente lanciati verso le linee nemiche con effetti devastanti, soprattutto a livello psicologico poiché la maggior parte dei soldati romani ignorava l'esistenza di queste bestie. Ma tra le qualità di Roma spiccava il sapere essere all'occorrenza una attenta allieva. Cartagine in questo caso fu maestra. In breve infatti gli strateghi italici, compresa la psicologia di quei colossi, adottarono numerose misure per contenerne gli attacchi. Il più estroso fu, forse, l'espedito dei "maiali incendiari". Le povere bestie venivano cosparse di pece e, dato loro fuoco, venivano liberate verso le linee nemiche. Il più delle volte bastavano gli stridii di questi piccoli falò a fare imbizzarrire gli elefanti, che facevano dietrofront scompaginando i ranghi cartaginesi.

a cura di Alessio Trudu



8 Il quesito scacchistico

7

6 Il Bianco muove il Cavallo in f6 e matta in tre mosse

5

4 a cura del Centro Scacchi - Scuola giovanile CONI

3

2

1 La soluzione è a pagina 5

IN CUCINA

La pappa col pomodoro



SBOLLENTATE 400 gr di pomodori, pelateli, privateli dei semi e dell'acqua di vegetazione e frullateli. Mondate e tritate una piccola cipolla. Mondate e tritate due spicchi d'aglio. Fate tostare due fette di pane toscano rafferma tagliato a fette. Portate quattro decilitri di brodo vegetale al bollore e aggiungete i pomodori, la cipolla, l'aglio e il pane. Lasciate cuocere, mescolando di tanto in tanto con un cucchiaino di legno, fino a quando la minestra si sarà trasformata in pappa. Alla fine arricchite con qualche foglia di basilico spezzettata e regolate di sale e pepe. Trasferitela nelle fondine e servitela profumando ogni porzione con mezzo cucchiaino di olio extravergine di oliva, possibilmente toscano.

"E' un piatto mitico, che ha senso preparare solo se un destino benevolo ci ha fatto incontrare dei pomodori veramente buoni e a perfetta maturazione: una cosa ahimè ben più rara di quanto si possa pensare..." (Allan Bay e Patrizia Lollo)

Questa ricetta toscana è un esempio di come, consultando ricettari specializzati per l'alimentazione corretta, sia possibile curare anche i dettagli di una cucina sana e gustosa, a patto che ci sia attenzione in tutte le fasi: dalla scelta dei cibi, all'igiene, all'accuratezza nell'esecuzione e, perché no, alla presentazione a tavola.

a cura dello Studio "Nutrizione e Dietetica"

ANNUNCI PROFESSIONALI

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

ASSOCIAZIONI

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

ESTETISTI- PARRUCCHIERI

HAIR FASHION DI GIUSEPPE MATRANGA
Parrucchieria ed estetica uomo-donna - solarium - extension. Orario no-stop 9-19. Via Saverio Scrofani 28 - Palermo cell. 3393645639. Ai lettori del giornale "nell'attesa..." verrà praticato uno sconto del 10% sui nostri servizi

MEDICI SPECIALISTI

DOTT. DOMENICO CARELLA
Medico chirurgo - Specialista in Dermatologia e Veneurologia. Via Catania 14 - Palermo Telefono/Fax: 091 300162 Cellulare: 339 7838083

DOTT. PAOLO MOTTAREALE
Terapia manuale osteopatica - Mézières - Massaggio olistico con tecniche orientali - Kinesioterapia rieducativa per spalla, colonna v. tibio-tarsica, ecc. Presso Centro Medico - Via

Mondini 23 - Cell. 3387119384. Corsi per terapisti al sito www.fisiocorsi.it

STUDIO DI MEDICINA INTEGRATA
DOTT. EDMONDO PALMERI
Medico chirurgo, spec. in Chirurgia vascolare - Nutrizionista - Omeopatia - Omotossicologia - Test biorisonanza - QXCU - Intolleranze alimentari - Fisioterapia di Bach - Biomesoterapia - Idrocolonterapia. Via delle Croci 2/G Tel. 0917302828 - edi@beneinforma.it

DOTT. VINCENZO SORTINO
Specialista in Nefrologia, Omeopatia, Omeomesoterapia per trattamento di cefalee, cellulite, dolori articolari, ecc. Via Maggiore Toselli, 85 Tel. 09136269711 - cell. 347 5143449

STUDIO "NUTRIZIONE E DIETETICA"
Cura alimentare dell'obesità e dei dismetabolismi - Dieta Zona - Impedenzometria, Plicometria, tabelle personalizzate. Per appuntamento 091 6269711 - cell. 334 9479347 - Via Maggiore Toselli 85

ODONTOIATRI

DOTT. GIUSEPPE NOCERA
Terapia delle disfunzioni cranio-mandibolari - Kinesio-elettromiografia, Ortodonzia - Via Massimo D'Azeglio, 9/B Tel. 091343308

mangiarebene

Calcio e vitamina D

VIAGGIO NEL MONDO DELLA NUTRIZIONE



a cura dello Studio "Nutrizione e Dietetica"

Sappiamo quanto sia importante l'approvvigionamento di calcio e vitamina D nelle varie stagioni della vita. L'importanza del calcio è innanzitutto legata all'accrescimento e al rimaneggiamento osseo, e in questo non vediamo molta differenza d'età, essendo accertato che l'osso è un tessuto in continua "costruzione".

L'Osservatorio Grana Padano ha evidenziato che in Italia dai tre ai sei anni di età si consumano poco più di 400 mg di calcio al dì (poco meno della metà della dose consigliata). Lo stesso vale per la fascia che va dai sette ai dieci anni, a fronte però di un fabbisogno di 1000 mg al dì.

Il consumo sembra migliorare dagli undici ai quattordici anni (600 mg) e dai trenta ai quaranta (700 mg), ma in questi il fabbisogno sale a 1200 mg al dì. La donna in post-menopausa, stagione difficile a causa della carenza di estrogeni, assume poco meno della metà del suo fabbisogno giornaliero. La situazione fotografa un'analoga carenza nell'assunzione di vitamina D, che con calcio e fosforo sostiene il metabolismo dell'osso.

Non dimentichiamo, però, che il calcio è un minerale importante anche nei meccanismi di contrazione muscolare e nell'efficienza di molti meccanismi di membrana cellulare, tra cui spiccano quelli delle cellule nervose.

Dove rintracciare le fonti del calcio alimentare? Tra i cereali i più ricchi sono il muesli e i cibi integrali. Tra le leguminose la soia e i fagioli secchi. Tra le verdure la rucola, gli spinaci, le foglie di rapa (i nostri sparacelli, ndr) e i pomodori secchi. La frutta secca (noci, nocciole, pistacchi) contiene molto calcio, il triplo rispetto alla frutta fresca.

Qualche sorpresa nel mondo delle spezie e degli aromi: altissime quantità nella maggiorana, nella cannella, nei semi di finocchio, nel timo, nella salvia e nell'ortica. Le carni migliori (ma parliamo di contenuti ridotti) sono quelle di tacchino e di lepore.

Tra i pesci spiccano le sardine e le alici sott'olio, i calamari, i gamberi, i polpi e le ostriche, ma anche il tonno e lo sgombrò. Latte e latticini tutti, in particolare parmigiano, grana, pecorino ed emmenthal.

Anche l'uovo è utile, così come il cioccolato e...la nutella. Ovviamente occorre fare i conti con i giusti consumi dettati dalla propria condizione di salute e per questo consigliamo sempre di fare una chiacchierata col proprio medico.

RECAPITI UTILI

GUARDIE MEDICHE
Cantieri Navali: 091 7036197
Oreto-Stazione: 091 7037250
Piazza Marmi: 091 585357
Porracci: 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

La Lis, lingua dei segni italiana

Ogni Paese ha elaborato una propria grammatica per consentire ai non udenti di comunicare con gli altri

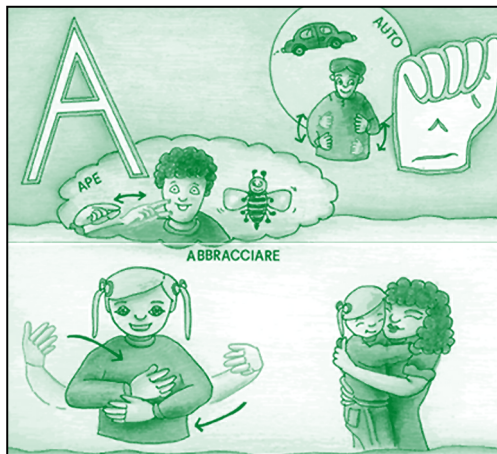
Succede sempre più spesso di vedere in televisione, nei convegni, all'Università un interprete che muovendo le mani traduce le parole in lingua dei segni oppure dà la voce ad una persona sorda segnante. Quei rapidi movimenti delle mani, i segni, sono una vera e propria lingua, con una grammatica e una sintassi, sia pure diverse da quelle delle lingue vocali. Risalgono alla fine degli anni Cinquanta i primi studi in USA che dimostrarono, grazie alle ricerche di William Stokoe, che la lingua dei segni americana (ASL) aveva le stesse caratteristiche linguistiche delle lingue vocali; mentre in Italia dobbiamo aspettare la fine degli anni Settanta con gli studi di Virginia Volterra sulla lingua dei segni italiana (LIS).

Una lingua per nazione

Analogamente a quanto avviene per le lingue vocali, ogni nazione ha una propria lingua dei segni, con ulteriori varietà regionali e addirittura con qualche differenza lessicale nell'ambito della stessa città, dovuta a quanto sopravvive delle diversità linguistiche che ancora ci sono tra i vari istituti per sordi.

Così abbiamo la LIS (Lingua dei segni italiana), l'ASL (America Sign language), il BSL (British Sign Language), la LSF (Langue des Signes Française) e così via. E' stato fatto anche un tentativo di creare una lingua dei segni unica, così come avvenne con l'Esperanto, ma senza grande successo; attualmente la lingua dei segni più utilizzata in ambiti internazionali è l'American Sign Language. La fonte più antica sui sordi, che parlano muovendo le mani, è un brano di Platone, ma le prime notizie storiche sull'utilizzazione dei segni nell'educazione dei bam-

— Michele Buscemi* —
 Alla fine degli anni Cinquanta i primi studi negli Stati Uniti dimostrarono che la lingua dei segni aveva le stesse caratteristiche linguistiche delle lingue vocali



mini sordi risalgono al Seicento, quando Pedro Ponce de Leon viene chiamato da un nobile castigliano ad educare i suoi tre figli sordi. Celebri furono poi nel Settecento le dimostrazioni che l'abate l'Epée dell'Istituto Statale dei Sordomuti di Parigi faceva pubblicamente sull'efficacia del suo metodo educativo, utilizzando i segni per insegnare ai sordi anche il greco e il latino. Fino ad allora i grandi educatori dei sordi erano stati gelosi dei loro metodi d'insegnamento. In Italia nel 1784 viene fondato a Roma, in via Nomentana, il primo istituto per sordi. Questo

istituto ancora oggi rappresenta un punto di riferimento per la comunità, poiché al suo interno ospita una scuola materna integrata, una scuola elementare speciale, il reparto di Neuropsicologia del Linguaggio e Sordità del CNR, il Gruppo S.I.L.I.S. che organizza corsi di LIS, l'Associazione degli Scacchi e degli Anziani.

Patrimonio scientifico

Questo storico istituto dovrebbe diventare un Centro di risorse a livello nazionale, secondo il progetto del Ministero della Pubblica Istruzione, che ha l'obiettivo di non disperdere il grande patrimonio scientifico, culturale e didattico. Tra i grandi educatori italiani ricordiamo tra gli altri Giacomo Carbonieri. Film come "Nel paese dei sordi", "Marianna Ucria", "Addio Mister Holland" e il più famoso "Figli di un Dio minore", insieme a libri come "Vedo voci" di Oliver Sachs e "Il volo del gabbiano" di Emanuelle Laborit hanno senz'altro contribuito ad avvicinare il grande pubblico alla lingua dei segni dei sordi.

Il Parlamento europeo ha addirittura votato una risoluzione con cui raccomanda agli Stati membri di inserire la lingua dei segni in tutti i settori sociali, compresa la scuola.

Ma già da tempo da parte di genitori, insegnanti, logopedisti, operatori c'è interesse per questa modalità comunicativa che indubbiamente rende più semplice, più veloce e soprattutto più completa la trasmissione delle conoscenze culturali.

Non a caso molti di loro si iscrivono ai corsi di Lingua dei segni a pagamento.

*Responsabile Centro Medico Siciliano s.a.s. di Palermo - tel. 0916255947



Osteo & Imaging s.a.s.

Studio medico
 dei D.ri L. Calderone e G. Cappellino & C.
 Via Roma, 386 (Palermo) Tel. 091.329283

Ortopedia - Traumatologia - Fisiokinesiterapia
Radiologia digitale - RX a domicilio - Ortopantomografia
Telecranio per ortodonzia - Mammografia H.F. digitale
Stereotassi - T.C. Spirale - Ecotomografia 3D live

(internistica, senologica, ginecologica, ostetrica 3D, pediatrica, muscolo-tendinea ed osteo-articolare)

Eco-Color-Doppler e PWR-Doppler (vascolare, oncologico, fetale)
Morfometria vertebrale digitale Mineralometria ossea computerizzata (M.O.C. - D.E.X.A. - Dual Energy X-ray Absorption) -
Laserterapia - Magnetoterapia - Crioterapia

Si riceve per appuntamento tutti i giorni escluso il sabato dalle ore 9,00 alle 13,00 e dalle 15,30 alle 18,00

ASSOCIAZIONE O.N.L.U.S.

"SAGGEZZA"

Assistenza Domiciliare Anziani e Disabili



24 ore su 24

Via Cerda 19 - 90100 Palermo
 Tel/Fax 091 8671508 - Cell. 329 1531251 - 347 0685793
 e-mail: saggezzaSN@libero.it

CENTRO MEDICO SICILIANO
Amplisound
 CONVEZIONATO A.S.L.

NOVITA':

- sistema post auricolare canale
 - unica protesi acustica digitale al mondo
TEST GRATUITO DELL'UDITO

VIENI, LO PROVI E VAI

PALERMO - Via G. Di Marzo 61/B - Tel. 091 6255947 - 6255970 - Fax 091 2513481

PROVA GRATUITA 3 GIORNI

Numero Verde
800- 959019

Dall'Ospedale Grande e Nuovo al Civico

Prosegue il nostro viaggio alla ricerca delle radici storiche delle strutture ospedaliere palermitane

All'inizio della sua fondazione erano confluiti nell'Ospedale Grande e Nuovo sette degli ospedaletti esistenti, ma, nel tempo, il numero delle strutture accorpate (o, per meglio dire, delle loro rendite) crebbe sempre più. Con la crescita dell'ospedale e del numero dei ricoveri crebbero naturalmente anche i problemi, primi tra tutti quelli dei locali divenuti ormai insufficienti e del personale assolutamente sproporzionato per difetto rispetto alle nuove esigenze.

Processo centripeto

Così quel processo centripeto che aveva visto convogliare tante piccole strutture nel nuovo complesso ospedaliero divenne espansione centrifuga verso nuove strutture che frattanto venivano costruite. Nel 1790 la sezione di orfanotrofio femminile fu trasferita all'Albergo delle povere; nel 1825 i malati di mente nella Real Casa dei Matti; verso gli anni Cinquanta i malati di sifilide allo Spasimo. Sempre intorno alla metà del XIX secolo l'ospedale cominciò a esser chiamato Ospedale Civico mentre nel 1851 l'intero complesso ospitato a Palazzo Sclafani venne trasferito nella casa religiosa San Francesco Saverio e i precedenti locali furono adibiti a caserma.

Salvino Leone

Intorno alla metà del XIX secolo l'Ospedale Grande e Nuovo cominciò ad essere chiamato Ospedale Civico. Inizialmente ospitato a Palazzo Sclafani, venne trasferito a San Francesco Saverio e successivamente nel quartiere della Filiciuzza

Una decina di anni dopo avvenne la significativa "annessione" dell'ospedale Fatebenefratelli di cui si è già scritto nel numero precedente precedente.

Il passaggio dell'ospedale dai vecchi locali di Palazzo Sclafani ai nuovi del San Saverio non aveva, tuttavia, risolto il problema logistico che diventava sempre più pressanti, unitamente ai problemi di ordine finanziario che le aumentate esigenze assistenziali comportavano.

Dopo vari interventi, di carattere parziale e occasionale, un'apposita commissione propose nel 1897 di costruire una nuova struttura alla periferia della città, capace di almeno 500 posti letto. Per l'ambizioso progetto ci si rivol-

se a Ignazio Florio, grande imprenditore dell'epoca, i cui meriti e la cui incidenza nella storia economica di Palermo è stata troppo spesso dimenticata.

Entusiasmo e polemiche

L'entusiasmo che suscitò l'impresa, non disgiunto da varie polemiche, è testimoniato da una pubblicazione dedicata al nuovo ospedale nella quale vennero riportate testimonianze e profili dei protagonisti: Ignazio Florio e alcuni dei suoi più stretti collaboratori come il cav. Enrico Fatta del Bosco e il marchese Ferdinando Bellaroto, il barone Fucile, valido predecessore dello stesso Florio, il sindaco Giuseppe Tasca Lanza, il prefetto marchese De Seta, il progettista ing. Luigi Bruno, il segretario generale dell'amministrazione avv. Natoli La Mantea, ed altri ancora.

Il 22 luglio 1907 il Florio, nella sua qualità di presidente del nuovo Consiglio di Amministrazione, firmava l'atto notarile con il quale l'Ospedale Civico e Benfratelli acquistava un'area di circa quattordici ettari sita alla periferia di Palermo, nel quartiere della Filiciuzza, dove sarebbero sorti i padiglioni dell'attuale ospedale e del futuro Policlinico Universitario.

Cerchi una farmacia?

Farmacie di turno A PALERMO (turni 11 e 12)

dal 17 al 24 febbraio

Cipri V. via Brunetto Latini 14
tf. 091588942
Greco G. v.le Resurrezione 5
(Pallavicino) - tf. 0916714384
La Mantia p.tta Visita Poveri 3
(p. Cassa Resp.) - tf. 091323559
La Nuova Farmacia via del
Leviere 18 - tf. 0916475888
Li Calzi G. via E. Amari 2
(ang. Crispi) - tf. 091585383
Lo Bianco G. via Lancia di Brolo
151/F - tf. 0916811584
Mancuso F. v.le delle Alpi 7/C
tf. 091308150
Pizzitola via A. Molara 6 (Borgo
Molara) - tf. 0916686022
Salvo A. via Ponte di Mare 77
(S. Erasmo) - tf. 0916170693
Sirchia G. c.so Tukory 82
(Arco S. Agata) - tf. 0916511887
Tortorici M. via Papa Sergio 24
tf. 091544778

dal 17 al 4 febbraio

Alioto S. via Tindari 48 (Borgo
Nuovo) - tf. 091311625
Ausonia via Ausonia 101 (ang.
Briuccia) - tf. 091527858
Cacace P. via G. B. Guccia 13
(Bagnasco-Moro) - tf. 091587361
Chiavetta G. c.so C. Fin. Aprile
133 - tf. 091588939
Frischia I. c.so dei Mille 528/a
tf. 09166216115
Guccione M. via Palmerino 18/h
(Villa Tasca) - tf. 091488006
Lo Cascio Mendola via Roma 1
(Stazione C.le) - tf. 0916162117
Micale M. via Montepellegrino 63
(ang. Montalbo) - tf. 091361128

Nuova p.za Tosti 23
tf. 0916828986
Ponte Oreto via Oreto 322/a
tf. 091444537
Rizzo M. C. p.zza Mondello 53
tf. 091454145

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 Oreto via Oreto 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